

пов'язана з усвідомленням обмежень власної компетентності та необхідності адаптуватися до вимог довкілля, що часто супроводжується появою страху невдачі.

Отже, соціально-психологічні чинники прояву тривожності у молодших школярів визначають емоційний стан дитини та її здатність до адаптації в навчальному та соціальному середовищі. Серед таких чинників виділено шкільне середовище, взаємини з однолітками та дорослими, сімейне оточення та усвідомлення дитиною власної соціальної ролі, які формують підґрунтя для розвитку внутрішнього напруження, появи страху невдачі та вияву підвищеної чутливості до оцінок дорослих.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андрусів О. Т. Тривога як психологічний феномен. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2020. Вип. 6. С. 72-78.
2. Мазур А. Тривожність як психологічна проблема особистості. Практична психологія та соціальна робота. 2012. №3. С. 13-17.
3. Омельченко Я., Кісарчук З. Психологічна допомога дітям з тривожними станами. Київ : Шкільний світ, 2008. 112 с.
4. Сенн Л. Ліфт настрою : як керувати своїми почуттями та емоціями / пер. з англ. О. Дятел. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2019. 216 с.
5. Складенко О.М. Психологічні особливості дитячої тривожності у контексті психокорекційної діяльності шкільного психолога. Психологія. Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2013. Вип. 20. С. 133-141.
6. Томчук С.М. Негативні психічні стани молодших школярів та їх корекція: навч.-метод. посіб. Вінниця : ВСЕІ Ун-ту «Україна», 2015. 95 с.

Фецович Софія

Науковий керівник – асист. Логвись Ольга

ВІКОВІ ТА ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОНТОГЕНЕЗИ

У статті здійснено теоретичний аналіз вікових та індивідуально-психологічних передумов становлення і розвитку емоційного інтелекту в онтогенезі, особливо у підлітковому віці. Визначено провідні чинники, що впливають на формування емоційної компетентності, зокрема соціальні взаємини, самооцінку, гендерні відмінності та рівень рефлексії. Розглянуто динаміку розвитку емоційного інтелекту у взаємозв'язку з когнітивним, моральним і соціальним становленням особистості. Окреслено можливості педагогічного супроводу процесу розвитку емоційного інтелекту підлітків. Ключові слова: емоційний інтелект, підлітковий вік, емоційна регуляція, емпатія, самосвідомість, соціальна адаптація.

Проблема емоційного інтелекту (EQ) нині є однією з ключових у психологічній науці, оскільки саме він забезпечує ефективну взаємодію між когнітивною, емоційною та соціальною сферами особистості. Здатність розуміти, розпізнавати й регулювати власні емоції, а також адекватно реагувати на емоційні прояви інших, визначає рівень соціальної зрілості та психологічного благополуччя людини. Підлітковий вік виступає сенситивним періодом

розвитку емоційного інтелекту, адже в цей час активно формуються самосвідомість, емпатія та навички емоційної саморегуляції [1; 3; 6].

Теоретичні аспекти емоційного інтелекту розкриті у працях Г. Березюк, І. Булах, Л. Василенко, А. Костюк, Ю. Лановенко, М. Нгуєн, І. Опанасюк, Ю. Черножук та ін. [1; 5–6; 9–13]. Науковці акцентують на тому, що EQ формується у процесі соціалізації, спілкування та самопізнання особистості. Зарубіжні дослідники, зокрема М. Rutter, підкреслюють роль емоційної взаємодії у становленні міжособистісних зв'язків та соціальної компетентності [7]. Попри значну увагу до проблеми, недостатньо вивченими залишаються вікові особливості емоційного інтелекту саме у підлітковому періоді, а також механізми його розвитку в контексті особистісного становлення [4].

Метою статті є теоретичний аналіз вікових та індивідуально-психологічних передумов розвитку емоційного інтелекту в онтогенезі, визначення особливостей його формування у підлітковому віці та окреслення чинників, що впливають на становлення емоційної компетентності особистості.

Емоційний інтелект є складною інтегративною системою, яка об'єднує когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти. За визначенням Г. Березюк, EQ формується поступово, від елементарних форм емоційного реагування до усвідомлених способів емоційної саморегуляції [1]. У підлітковому віці цей процес набуває особливої динаміки: зростає рефлексивність емоцій, розвивається здатність контролювати афективні прояви, підвищується усвідомленість власних переживань [2; 3].

Дослідження О. Скрипченко, Л. Долинської, З. Огороднійчук свідчать, що підлітковий період характеризується емоційною нестабільністю, суперечливістю афективних станів і водночас прагненням до емоційної самостійності [2]. Формування позитивної самооцінки є необхідною умовою становлення емоційної зрілості. М. Савчин зазначає, що у підлітковому віці активно розвивається здатність до самопізнання, що стає основою розвитку емоційної саморегуляції [3].

Вагомий вплив на розвиток EQ справляють індивідуально-психологічні та соціальні чинники. А. Костюк виокремлює два рівні емоційного інтелекту: зовнішній (розуміння емоцій інших) і внутрішній (управління власними емоційними станами) [5]. Гендерні відмінності виявляються у більшій емпатійності дівчат і більшій раціональності хлопців у контролі емоційних реакцій [4].

Соціальне середовище є провідним чинником формування EQ. Як підкреслює І. Булах, саме у взаєминах із ровесниками підлітки опановують соціальні емоції — співпереживання, повагу, солідарність [6]. М. Rutter також зазначає, що здатність до емоційної децентрації, описана О. Лышенко, сприяє формуванню моральної свідомості та емпатії [7; 8].

Ю. Лановенко встановила, що наприкінці підліткового віку рівень розпізнавання емоцій майже відповідає дорослому рівню, а навички емоційного самоконтролю істотно

вдосконалюються [9]. Емпіричні дослідження підтверджують, що емоційний інтелект підлітків корелює з рівнем рефлексії, самооцінки та соціальної адаптації [9; 12].

М. Нгуен розглядає емоційну зрілість як інтегральний показник EQ, що включає емоційну експресивність, саморегуляцію та емпатійність [10]. І. Опанасюк доводить, що розвиток емоційного інтелекту здійснюється у процесі соціальної взаємодії та є показником ефективності спілкування [11]. Високий рівень EQ, за даними Л. Василенко, сприяє формуванню адаптивних стратегій поведінки, тоді як його недостатність пов'язана з підвищеною конфліктністю та тривожністю [12].

Ю. Черножук трактує емоційний інтелект як систему взаємопов'язаних когнітивних і рефлексивних здібностей, що забезпечують внутрішню узгодженість емоційної сфери [13]. Відтак EQ постає не лише як емоційна компетентність, а як центральний механізм розвитку особистості [13; 14].

Розвиток емоційного інтелекту у підлітковому віці є складним багатокомпонентним процесом, зумовленим поєднанням вікових, когнітивних і соціально-психологічних чинників. Саме у цей період відбувається перехід від безпосередніх емоційних реакцій до свідомого контролю над ними, формується здатність до рефлексії, емпатії та емоційної децентрації [2; 8]. Соціальне середовище, особливо взаємини з однолітками та педагогами, виступає важливим простором для розвитку емоційної компетентності [6; 12]. Ефективне формування EQ сприяє гармонійному становленню особистості, забезпечує успішну соціальну адаптацію, психологічну стійкість і готовність до самореалізації [1; 14]. Подальші дослідження доцільно спрямувати на вивчення особливостей розвитку емоційного інтелекту в умовах цифрового середовища та впровадження програм його цілеспрямованого формування у закладах освіти [14].

ЛІТЕРАТУРА

1. Березюк Г. І. Розвиток емоційного інтелекту особистості : монографія. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2019. – 248 с.
2. Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. Вікова психологія. – Київ : Каравела, 2015. – 368 с.
3. Савчин М. В. Вікова психологія : навч. посібник. – Київ : Академвидав, 2014. – 392 с.
4. Кобринчук З. І. Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці // Психологічні науки. – 2020. – № 4. – С. 214–220.
5. Костюк А. І. Емоційний інтелект як чинник саморегуляції підлітка // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2018. – Вип. 41. – С. 55–61.
6. Булах І. С. Психологічні аспекти соціального розвитку молодших підлітків. – Київ : Педагогічна думка, 2017. – 240 с.
7. Rutter M. Social Development: Relationships in Infancy, Childhood and Adolescence. – London : Oxford University Press, 2010. – 312 p.
8. Лышенко О. О. Емоційна децентрація як показник соціального розвитку підлітка // Вісник психології. – 2019. – № 2. – С. 47–52.
9. Лановенко Ю. В. Емпатійні здібності у структурі емоційного інтелекту підлітків // Психологічний часопис. – 2021. – № 1(23). – С. 136–142.
10. Нгуен М. Емоційна зрілість у структурі особистості підлітка // Психологія і суспільство. – 2020. – № 2. – С. 91–98.
11. Опанасюк І. Психологічні закономірності формування емоційного інтелекту підлітків // Педагогічна психологія. – 2018. – № 3. – С. 108–112.

12. Василенко Л. Соціально-психологічні аспекти розвитку емоційного інтелекту підлітків // Науковий вісник ХНПУ. – 2021. – № 63. – С. 162–167.
13. Черножук Ю. Емоційний інтелект підлітків: структура та критерії розвитку // Психологічний огляд. – 2022. – № 2. – С. 83–88.
14. Філіпова І. Роль емоційного інтелекту у самореалізації особистості // Освіта і розвиток обдарованої особистості. – 2019. – № 7. – С. 72–76.

Бугайський Михайло

Науковий керівник – доц. Свідерська Галина

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВИНИКНЕННЯ КОНФЛІКТІВ СЕРЕД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Вступ. Військова діяльність розглядається як специфічний різновид колективної соціальної активності, що здійснюється групою осіб, яким держава делегує право володіння зброєю та користування військовою технікою з метою забезпечення обороноздатності країни. Військовий колектив виступає особливою соціально-психологічною системою, основною метою якої є реалізація завдань військового захисту та оборони держави [3].

Специфіка військового колективу визначається низкою особливостей. По-перше, його діяльність має виняткову суспільну значущість, адже забезпечує функціонування і безпеку інших соціальних спільнот та інституцій - трудових, освітніх, сімейних. По-друге, вона характеризується високим рівнем нормативної регламентації, що зумовлює необхідність дисциплінованості, чіткості, злагодженості дій і безумовного виконання наказів. По-третє, структура міжособистісних стосунків у військовому середовищі включає як офіційні (службові) зв'язки, регламентовані статутами Збройних Сил України, так і неофіційні (емоційні) взаємини, що виникають на основі психологічної сумісності, спільних цінностей, інтересів тощо [2; 3].

Ключовим у науковому розумінні феномену військового колективу є концепт **міжособистісної взаємодії**. Саме якість міжособистісних зв'язків, рівень психологічної сумісності, взаєморозуміння та ідентифікації з груповими цілями визначають ступінь **соціально-психологічної згуртованості** військового підрозділу. Від характеру цих зв'язків залежить духовна єдність, ефективність спільної діяльності та психологічна стійкість військового колективу в умовах професійної напруги та екстремальних ситуацій [3].

Зрозуміло, що військовий колектив складають люди з різним життєвим досвідом, цінностями та темпераментами. Високий рівень дисципліни, підпорядкування та постійна напруга, пов'язана зі службовими обов'язками, часто створюють умови для виникнення конфліктів. Відтак метою статті є з'ясування психологічних чинників, які призводять до виникнення конфліктів, завдяки проведеному анкетуванню серед військовослужбовців.

Основний текст. Наша анкета складалася із 25 питань, завдяки яким ми намагалися дослідити вік, військове звання, посаду, загальний стаж військової служби, досвід участі в бойових діях опитаних військовослужбовців та особливості й можливі причини конфліктних ситуацій, які у них виникають під час несення бойової служби. У результаті аналізу відповідей