**Олександра Юревич**

**(Ізмаїл, Україна)**

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

Глибокі соціально-економічні та духовні зрушення, що відбуваються в Україні, сприяють утвердженню особистості як найвищої соціальної цінності, найповнішому розвитку її здібностей, задоволенню широких потреб, забезпеченню гармонізації міжособистісних стосунків. Практична реалізація цих завдань багато в чому залежить від самої особистості, її здатності вільно орієнтуватися в соціальному просторі, розуміти особливості розвитку й самореалізації, оволодівати науковою інформацією. Різнобічність функціонування сучасного суспільства як динамічного соціального організму, зростання його системних змін зумовлюють гостру потребу розвитку потенціалу емоційного інтелекту людини задля її ефективної соціальної адаптації та успішної самореалізації. Емоційна грамотність дає школярам можливість краще розбиратися в емоційному функціонуванні людей, досягати успіху в спілкуванні з вчителями і однолітками, вирішувати виниклі конфлікти, розуміти себе, свої бажання і потреби, причини власних вчинків, а також ставити перед собою цілі і вдало їх досягати. Все це сприятливо впливає на поведінку в школі і поза школою, а також на ефективне засвоєння знань. В освітній реформі "Нова українська школа" (НУШ) особливу увагу приділяють розвитку емоційного інтелекту — соціальних та комунікативних компетентностей. Новий фокус школи — навчити учнів вибудовувати ефективні відносини з іншими і розуміти власні емоції [3].

Теоретичним підґрунтямдослідження емоційний інтелект є напрацювання таких вчених, як: Р. Бар-Он, Р. Бояцис, Д. Гоулман, М. Зайднер, М. Кетс де Вріс, Р. К. Купер, Д. В. Люсін, Дж. Майєр, Е. Маккі, Дж. Меттьюс, Р. Д. Робертс, П. Селовей та ін. Окремі аспекти емоційно-інтелектуального розвитку особистості учнів початкової школи досліджено в працях Т. Березовської, Г. Кошланя, Л. Новікової, Т. Пашко, Г. Юсупової та ін. В Україні проблемою емоційного інтелекту займалися вчені І. Ф. Аршава, О. І. Власова, С. П. Дерев’янко, Н. В. Коврига, Е. Л. Носенко.

На сьогодні спостерігається стрімке зростання інтересу науковців до вивчення емоційного інтелекту (ЕІ), що пояснюється як відносною новизною даного поняття, так і потребами практики. Емоційний інтелект – це група ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні як власних емоцій людини, так і емоцій оточуючих, тобто це певна людська здатність до дуже точного відчуття ситуації, розуміння бажань оточуючих, стійкості до стресу і впливу негативних емоцій. Люди з високим рівнем такого інтелекту добре розуміють почуття та ефективно керують своєю емоційною сферою. Саме тому під час взаємодії із суспільством поведінка таких людей більш адаптивна, вони вміють успішно діяти за будь-яких обставин, а також легко знаходять компроміси в складних ситуаціях. Як результат – комунікація з навколишнім світом вибудовується легше та краще, а цілі досягаються ефективніше й швидше [2].

У психології поняття і теорія емоційного інтелекту (здібності), емоційної компетентності як важливої умови успішності особистості застосовується відносно недавно – із 1990 р., про що свідчать дослідження зарубіжних учених (П. Селовей і Дж. Майєр, Д. Гоулман, Р. Бар-Он). Вони трактували емоційний інтелект як підструктуру соціального інтелекту, яка включає «здатність відстежувати власні та чужі почуття й емоції, розрізняти їх і використовувати цю інформацію для направлення мислення і дій». Однією з перших публікацій, присвяченою дослідженню проблеми емоційного інтелекту, є робота одного з представників гуманістичної психології П. Салоуея («Емоційний інтелект», 1990 р.). У своїй роботі П.Салоуей зазначає корінні зміни в уявленнях і про інтелект, і про емоції: він говорить про те, що розум вже не визначається дослідниками як ідеальна субстанція, а емоції – як головний ворог інтелекту, через що ці явища набули реального значення в житті особистості [4].

В Україні проблемою емоційного інтелекту займалися вчені І. Ф. Аршава, О. І. Власова, С. П. Дерев’янко, Н. В. Коврига. Вони виділяли такі функції емоційного інтелекту, як стресозахисна, адаптивна, рефлексивна, регулятивна. В Україні також з’явились дослідження з проблеми концептуалізації феномена, його функцій (Є. Носенко), вивчення EQ як детермінанта внутрішньої свободи особистості (Г. Березюк) та показника цілісного її розвитку (О. Філатова).

Нині відомо декілька моделей емоційного інтелекту:

1. Некогнітивна модель емоційного інтелекту Р. Бар-Она.

2. Модель емоційної компетентності Д. Гоулмана.

3. Модель емоційно-інтелектуальних здібностей Д. Карузо, Дж. Майєра, П. Селовея.

4. Двокомпонентна модель емоційного інтелекту Д. В. Люсіна.

Компонентами емоційного інтелекту є знання і навички, які визначають як розумові здібності (здатність вирішувати задачі), так і те, що може бути охарактеризоване як особливості особистості. До них належать: пізнання власної особистості (розуміння власних емоцій, упевненість у собі, самоповага, самореалізація, незалежність), навички міжособистісного спілкування (міжособистісні взаємовідносини, соціальна відповідальність, співпереживання), здатність до адаптації (вирішення проблем, оцінка реальності, вміння пристосовуватись), управління стресовими ситуаціями (стійкість до стресу, імпульсивність, контроль), домінантний настрій (щастя, оптимізм).

Заслуговують увагу й дослідження емоційного інтелекту у ракурсі вікового і соціального розвитку людини. У молодшому шкільному віці емоційний інтелект на когнітивному рівні виступає як властивість суб’єкта навчальної діяльності, яка є провідною на цьому віковому етапі, і проявляється у здатності дитини розуміти та управляти своїми емоціями і почуттями. Зі вступом до школи молодший школяр починає засвоювати багато пізнавальної інформації, що сприяє, своєю чергою, виникненню більш складних теоретичних форм мислення та розвитку інтелектуальної рефлексії як одного з найважливіших психологічних новоутворень цього віку. Дитина починає усвідомлювати зміст почуттів, набуває здатності до узагальненого переживання, «інтелектуалізації афекту». Водночас у молодшому шкільному віці відбувається розвиток довільності психічних процесів, що забезпечує уміння володіти собою, керувати своїми емоціями. Таким чином, зазначені новоутворення сприяють емоційному самопізнанню та умінню молодших школярів управляти емоціями [5].

Аналіз сучасної літератури дозволяє зробити висновок про те, що успішність особистості молодшого школяра залежить не стільки від загального рівня інтелекту і спеціальних знань, скільки від емоційної компетентності, що ґрунтується на емоційному інтелекті, саме емоційний інтелект лежить в основі регуляції і є провідним чинником успішної соціальної активності учня [6].

Дж. Мейєр і П. Селовей, розглядаючи емоційний інтелект в якості найважливішої складової життєдіяльності, стверджують, що високий емоційний інтелект школяра сприяє розвиненій самосвідомості, допомагає справлятися з перешкодами, не дозволяючи емоціям, як позитивним, так і негативним, проявлятися надмірно.

Уміння управляти власними емоціями є найважливішим чинником емоційної стійкості. За даними дослідників ця здатність емоційного інтелекту школяра корелює з розвиненими соціальними навичками, переважанням позитивних стосунків з оточуючими і близькими людьми. У цьому сенсі, емоційний інтелект виступає критерієм психологічної культури, оскільки вона визначається не стільки розвиненим самоконтролем, скільки прагненням управляти емоціями, щоб дотримуватися гуманістичних норм в стосунках з оточуючими людьми [1].

Розуміння емоцій інших людей є ключовим чинником успішності особистості школяра в міжособистісному спілкуванні, оскільки дозволяє діяти розумно в людських відносинах. Ця здатність емоційного інтелекту є інтелектуальною основою емпатії, згідно М.А. Манойлової, разом з розумінням власних емоцій, забезпечує прийняття емоційних переживань інших людей. Розуміння почуттів іншого робить людину емоційно мудрою, уміючою знайти потрібні слова в складній ситуації. Здатність управляти емоціями інших людей дозволяє особистості мотивувати іншу людину, надихати, стимулювати і підтримувати її позитивні зміни. На думку ряду дослідників, саме ця здатність емоційного інтелекту найтісніше пов'язана з лідерськими і управлінськими здібностями, коли необхідно вміти знаходити найкращі засоби впливу на іншу людину.

На основі вікових особливостей емоційного розвитку дітей цього віку, відповідно до виокремлених структурних компонентів емоційного інтелекту визначено критерії та показники розвитку емоційного інтелекту в молодших школярів, а саме: критерієм розвитку когнітивного компонента є розуміння власних емоцій та емоцій інших людей, а показниками його розвитку: здатність встановити факт емоційного переживання у себе чи іншої людини; розпізнати емоцію за експресивними ознаками; вербалізувати емоцію; розуміти причини, що викликали цю емоцію, та наслідки, до яких вона призведе; критерієм розвитку емоційного компонента є особливості емоційного реагування в емоціогенних ситуаціях, а показниками його розвитку: емоційне самопочуття; емоційність; емоційна стійкість; експресивність вираження емоцій; емоційне ставлення до себе та інших людей; критерієм розвитку конативного компонента є уміння управляти емоціями, як власними, так й інших людей, а показниками його розвитку: емоційний самоконтроль; емоційна саморегуляція; регуляція емоцій інших людей; емоційна креативність; критерієм розвитку соціально-комунікативного компонента є здатність застосовувати емоційні компетенції у спілкуванні та соціальній взаємодії, а показниками його розвитку: розвинута емпатія; відсутність емоційних бар’єрів у спілкуванні; здатність легко і швидко встановлювати емоційний контакт з іншими людьми.

Молодший шкільний вік – більш сприятливий період для розвитку емоційної сфери, культури почуттів особистості. Дітям властива підвищена чутливість, вразливість, емоційність, образність сприймання; життєрадісний, бадьорий настрій; безпосередність і відвертість вираження своїх чуттєвих переживань; щире вираження власних емоційних переживань; імпульсивна реакція на стимули зовнішнього середовища; емоційна нестійкість, різка зміна настрою (від веселості до суму); неправильне розуміння невербальних проявів емоцій, що зумовлює неадекватні реакції молодших школярів; довільність психічних функцій; активний розвиток соціальних емоцій (почуття відповідальності, довіри до людей, здатність співчувати); рефлексія, самоконтроль, що впливає на розвиток емоційного інтелекту. Одним із джерел емоцій для учнів початкової школи є гра, де вони вчаться виборювати перемогу, прагнуть до успіху, контролюють волю, емоції, досягають поставленої мети, спілкуються, взаємодіють, виявляють емоції радості, захвату й суму, задоволення і образи, невдоволення, поваги, довіри, симпатії [6].

Таким чином, за допомогою емоційного інтелекту здійснюється рефлексивний аналіз емоцій, емоційний інтелект впливає на мотиваційну сферу особистості школяра, взаємозв'язаний з самоставленням, забезпечує емоційну стійкість, опосередкує успішність міжособистісних стосунків і продуктивність діяльності. Емоційний інтелект дозволяє глибше зрозуміти себе і оточуючих людей, сприяє формуванню соціальної відповідальності.

**Література:**

1. Житарюк В. І. Емоційний інтелект як передумова розвитку моральності дітей молодшого шкільного віку// Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 12 : Психологічні науки, 2008, № 23 (47), С. 83–89.
2. Калошин В. Емоційний інтелект: сутність, необхідність, підхід до визначення// Управління школою, 2007, № 33. - С. 2–16.
3. Котик Т.М. Нова українська школа: теорія і практика формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи: навч.-метод. посібник для вчителів початкової школи / Т.М.Котик. - Тернопіль: Астон, 2020. - 192с.
4. Лящ О. П. Емоційний інтелект як предмет психологічних досліджень // Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології,2013, Випуск 22, С. 324-335.
5. Савченко Ю. Ю. Розвиток емоційного інтелекту учнів молодшого шкільного віку // Освіта та розвиток обдарованої особистості, 2014, №12, С. 12-16.
6. Шпак М. М. Емоційний інтелект як особистісний ресурс забезпечення психологічного благополуччя молодших школярів // Наука і освіта, 2016, № 5, С. 266–270.

**Науковий керівник:**

кандидат психологічних наук, доцент, Мазоха Інна Степанівна.