

3. Піроженко Т. Особистість дитини. Впроваджуємо оновлений Базовий компонент дошкільної освіти / Т. Піроженко. – Дошкільне виховання. – 2021. - №8. – С.3-6.
4. Сіренко Т.В. Дослідження емоційної сфери дітей дошкільного віку. – Режим доступу: <http://ekhsuir.kspu.edu> > ha... дата звернення: 23.09.2024)
5. Терещенко Л.А., Карабаєва І.І. Психологічні особливості емоційної сфери дітей дошкільного віку. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, Том 10. Випуск 33. 2019. С.214-234.
6. Трофаїла Н. Д. Розвиток емоційної сфери дітей: сутність та специфіка: навч.-метод. посіб. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т ім. Павла Тичини; уклад. : Н. Д. Трофаїла – Умань : ВПЦ «Візаві», 2021. 135 с.

*Цитулець Діана  
Науковий керівник – проф. Радчук Галина*

## **СТАНОВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ**

Вступ. На сьогодні психологічна наука стрімко розвивається. Об'єктами дослідження науковців стають як нові проблеми сьогодення, так і теми, які досліджувалися десятиліттями, проте не втрачають своєї актуальності. Однією із таких фундаментальних психологічних проблем постає проблема дослідження емоційного інтелекту. У сьогоденні вона є актуальною, адже життя кожної людини наповнене емоціями, які допомагають їй керувати своїми діями, поведінкою, за допомогою емоцій людина долає комунікативні бар'єри спілкування. Емоційний інтелект включає в себе розуміння власних емоцій та емоцій інших людей. Результати досліджень науковців показують, що за допомогою емоційного інтелекту та рівнем його розвитку можна передбачити поведінку людини в певних життєвих обставинах.

Проблемі емоційного інтелекту виділили свій час безліч дослідників, зокрема: Г. Гарднер, Д. Гоулман, В. Зарицька, Дж. Меср, О. Приймаченко, К. Саарні, П. Селовей, М. Шпак, Г. Юсупова та ін. Науковці підкреслюють важливість розвитку емоційного інтелекту, тому що за його допомогою можливе успішне особистісне та професійне зростання особистості.

Метою дослідження є проаналізувати науково-педагогічну літературу і провести дослідження особливостей емоційного інтелекту у старших підлітків.

Виклад основного матеріалу. Визначень поняття емоційний інтелект є безліч, опираючись на різні підходи до його структури. Проте, найбільш вживаним вважається таке визначення емоційного інтелекту, яке трактується як сукупність ментальних здібностей, за допомогою яких людина усвідомлює та розуміє свої емоції та емоції оточуючих. Термін «емоційний інтелект» у сучасній психологічній науці є відносно новим і багато науковців визначають його по-різному [2].

Поняття «емоційний інтелект» вперше використали у своїх наукових працях такі дослідники як Г. Гарднер, Д. Гоулман та Б. Лейнер. Термін «емоційний інтелект» застосовували такі зарубіжні науковці як: Дж. Майер та П. Селовей. Вони дійшли висновку, що емоційний інтелект – це ступінь розвитку особистісних якостей, у структуру яких входять самоконтроль та самосвідомість. Також до особистісних якостей людини відноситься здатність співпереживати іншим, співпрацювати з людьми та будувати взаєморозуміння з іншими. Ще важливим компонентом особистісних якостей людини є її мотивація [2].

Іншими словами ЕІ пояснюють як розумність і припускають, що даний феномен правомірно відносити до когнітивної сфери особистості. Він являє собою зовнішнє і внутрішнє як компоненти психічного, де інтелектуальна складова емоційного інтелекту розглядається як внутрішнє, а емоційна – як зовнішнє. Вчені виокремили одну з найважливіших функцій інтелекту – адаптивну, і зазначають, що при наявності високого рівня емоційного інтелекту переважає активність в житті людини [1].

М. Шпак, яка займається вивченням емоційного інтелекту зазначає, що оскільки емоційний інтелект розвивається у діяльності, тобто, коли людина комунікує з іншими людьми і взаємодіє з ними, то він не може розглядатися окремо від категорії «діяльність». Іншими словами, емоційний інтелект - це рівень вашої здатності спілкуватися, розпізнавати власні емоції та розуміти емоції та почуття оточуючих. ЕІ також є взаємодією емоційних, поведінкових, мотиваційних та когнітивних характеристик індивіда з метою усвідомлення

власних емоцій та емоційного досвіду інших, а також сприяння самоактуалізації та самосвідомості через емоційне переживання [4].

Підлітковий вік є найбільш емоційним і критичним періодом розвитку з особливими емоційними труднощами. В результаті чого постає питання про зв'язок між стресовими розладами у підлітків та особливостями їхнього розвитку емоцій та почуттів. Підлітковий період є дуже насиченим, коли ми говоримо про емоційну сферу даного етапу онтогенезу. Через це дослідження емоційного розвитку підлітків стало однією з основних галузей психології. В останні роки спостерігається помітне зростання інтересу до питань емоційного розвитку. Емоційні розлади, які виникають під час підліткового періоду, дають про себе знати у дорослому віці. Науковці доводять, що є зв'язок між певними дитячими поведінковими розладами, які супроводжуються різними формами емоційних розладів. У багатьох дослідженнях було продемонстровано, що емоційний дистрес пов'язаний з поганою успішністю і труднощами спілкування дітей з однолітками та дорослими [3].

Емоційна сфера підлітків характеризується наступним:

1) Учні підліткового віку емоційно збудливі. Вони запальні, інтенсивно експресивні та пристрасні у своїх почуттях. Вони швидко беруться за цікаві завдання, активно відстоюють свою думку і готові «вибухнути» при найменшій несправедливості до себе або своїх друзів.

2) Вони мають більш стійкі емоційні переживання, ніж молодші школярі.

3) У старших підлітків спостерігається підвищена тривожність, яка виникає внаслідок появи близьких, особистих стосунків із оточуючими, які викликають цілу низку емоцій, зокрема страх бути висміяним.

4) Суперечливі почуття: підлітки часто захищають своїх друзів, але розуміють, що вони самі винні; високо розвинута самооцінка, що може призвести до образливого плачу, хоча вони розуміють, що не повинні плакати.

5) Поява тривоги щодо самооцінки, яка виникає як наслідок зростання самосвідомості, а також тривоги щодо оцінки з боку інших.

6) У підлітків чітко розвинене почуття приналежності до групи, через що вони частіше відчувають несхвалення з боку однолітків, ніж з боку дорослих чи вчителів.

7) Вищі вимоги до дружби, які ґрунтуються на спільних інтересах та етичних почуттях, а не на спільних іграх, як у молодших класах. Дружба підлітків є більш вибірковою та тривалою.

8) Прояви громадянського патріотизму [3].

Висновок. Емоційна сфера школяра-підлітка формується не тільки ставленням суб'єкта до навколишнього середовища, а й певними формами переживань, які відображають значення об'єкта для суб'єкта. Коли людина переходить у підлітковий вік, то вона втрачає статус дитинства. Цьому сприяють суб'єктивні враження від кардинальних фізичних змін, бажання та прагнення, гострі конфлікти з власним «Я» та своєю родиною, відчуття самотності та бажання якнайшвидше досягти статусу дорослого. Завдяки сприятливим умовам вікових особливостей підліткового віку розвивається міжособистісний емоційний інтелект, якого вимагає соціальна ситуація старших підлітків.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Буркало Н. Психологічні особливості емоційного інтелекту. Психологічний журнал. липень 2019 р. Вип. 5. № 7. С. 34-49.
2. Гільова Л. Л., Кулик Н. А. Емоційний інтелект: аналіз західних сучасних досліджень. Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць К-ПНУ ім. Івана Огієнка Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2018. Вип. 36. С. 79-90.
3. Гончарова Н. О. Наукові студії із вікової та практичної психології: монографія. Полтава: Астроя, 2018. 278 с.
4. Діомідова Н. Ю. Теоретичні підходи до визначення емоційного інтелекту. Міжнародний науковий журнал Науковий огляд. 2015. Т. 4. № 14. 16 с.