

Хмельницький національний університет
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА ДИПЛОМНА РОБОТА

Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти
Рівень вищої освіти

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ
СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ
Назва теми

Галузь знань - 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність - 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 20009
номер ІНП

Виконала здобувачка IV курсу, групи ПП-20-1 Мату Вікторія МАТВЄЄВА
Підпис Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник: кандидат психологічних наук, доцент Сур Наталія СУРГУНД
Науковий ступінь, вчене звання Підпис Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:
Зав. кафедри психології та педагогіки
доктор психологічних наук, професор

Комар Таїсія КОМАР
Підпис Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

10 сервня 2024 р.

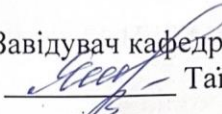
Хмельницький, 2024

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки
Освітній рівень Перший (бакалаврський)
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Освітньо-професійна програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології та педагогіки


Таїсія КОМАР

протокол № 5 від 14 грудня 2023 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ ДИПЛОМНУ РОБОТУ Вікторії МАТВЄЄВОЇ

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ здобувача

1. Тема кваліфікаційної дипломної роботи: «Психологічні особливості емоційного інтелекту у дітей старшого шкільного віку»

Керівник кваліфікаційної дипломної роботи: Наталія Сургунд, кандидат педагогічних наук, доцент

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, науковий ступінь, вчене звання

Затверджено наказом ректора університету від 15 лютого 2024 р. № 8

2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 10 червня 2024 р.

3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: Діагностика «емоційного інтелекту» Н.Холла; «Тест для визначення рівня Емоційного інтелекту»; Тест Емоційного Інтелекту Д.Люїсн .

4. Зміст кваліфікаційної дипломної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1 Теоретичні аналіз поняття емоційного інтелекту школярів, поняття емоційного інтелекту, вікові особливості розвитку емоційної сфери школярів старших класів, шляхи розвитку емоційного інтелекту дітей старшого шкільного віку, висновки до розділу; розділ 2 Емпіричне дослідження емоційного інтелекту школярів старшого шкільного віку, методика проведення емпіричного дослідження та аналіз його результатів, практичні рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту школярів старшого шкільного віку, висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання.

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень) 7 рисунків.

6. Консультанти розділів кваліфікаційної дипломної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

Дата видачі завдання 14 грудня 2023 року

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної дипломної роботи	Строк виконання етапу роботи	Примітка
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 01.10. 2023 р.	виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 01.12. 2023 р.	виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.02. 2024 р.	виконано
4	I розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.03. 2024 р.	виконано
5	II розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.04. 2024 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 01.05. 2024 р.	виконано
7	Оформлення кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.06. 2024 р.	виконано
8	Попередній захист кваліфікаційної дипломної роботи.	23 травня 2024 р.	виконано
9	Захист кваліфікаційної дипломної роботи (відповідно графіку)	<u>18</u> червня 2024 р.	виконано

Здобувач Матвеева Вікторія МАТВЕЄВА
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник роботи Сургунд Наталія СУРГУНД
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

АНОТАЦІЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ ДИПЛОМНОЇ РОБОТИ

Тема кваліфікаційної дипломної роботи «Психологічні особливості емоційного інтелекту дітей старшого шкільного віку»

Здобувач Вікторія МАТВЄЄВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Наталія СУРГУНД

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Кваліфікаційна дипломна робота включає 81 сторінок, 7 рисунків, перелік джерел посилання складає 28 найменувань.

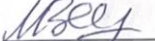
Ключові слова: інтелект, школярі, вікові особливості розвитку емоційної сфери школярів, практичні рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту школярів старшого шкільного віку.

Об'єкт дослідження: емоційний інтелект школяра.

Предмет дослідження: психологічні особливості емоційного інтелекту у дітей старшого шкільного віку.

За результатами дослідження розроблено практичні рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту школярів старшого шкільного віку.

Одержані результати можуть бути використані в навчально-виховному процесі закладів вищої освіти під час підготовки майбутніх фахівців.

Дипломник  Вікторія Матвєєва

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання кваліфікаційної дипломної роботи до захисту 10 червня 2024 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ШКОЛЯРІВ	
1.1. Концепція емоційного інтелекту	10
1.2. Структура моделі емоційного інтелекту.....	15
1.3. Вікові особливості розвитку емоційної сфери школярів старших класів.....	21
Висновки до розділу	32
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ШКОЛЯРІВ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	
2.1. Організація та методика емпіричного дослідження емоційного інтелекту школярів старшого шкільного віку	33
2.2. Аналіз результатів діагностики та виявлення психологічних особливостей емоційного інтелекту школярів старших класів	37
2.3. Практичні рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту школярів старшого шкільного віку	50
Висновки до розділу	54
ВИСНОВКИ	55
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	57
ДОДАТКИ	59
ДОДАТОК А. Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл).....	59
ДОДАТОК Б. Тест для визначення рівня Емоційного Інтелекту.....	63
ДОДАТОК В. Тест Емоційного Інтелекту (автор Д.Люсін).....	66

ВСТУП

Актуальність дослідження. Емоційний інтелект (ЕІ) на сьогоднішній день вважається одним із найважливіших факторів гармонійного розвитку та успішної самореалізації особистості У підлітковому та ранньому дорослому віці він є не лише невід'ємною частиною академічної успішності, а й впливає на розвиток кар'єри. майбутнє. Розвинений емоційний інтелект забезпечує баланс між розумом і емоціями, а дослідження способу його розвитку відповідає сучасній парадигмі гуманізації освіти та задовольняє потребу у всебічному дослідженні цього феномену через психологію та педагогічну науку.. Активним дослідженням цього феномена займалися Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Х. Вейсінгер, Д. Карузо, Р. Стернберг, Дж. Сайаррочі, Д. Слайтер, Р. Робертс, Дж. Меттьюс, М. Зайднер, П. Лопес, Р. Стернберг, Дж. Блок, М. Кетс де Вріс. Вчені В. Вундт, П. Жане, Т. Рібо, Н. Грог наголошують на важливості розвитку ЕІ в контексті активізації когнітивних процесів, а R. Cooper, A. Sawaf, S. Wolf, K. Коган К. Петрідес, Е. Фернхем, Т. Березовська, В. Єрмаков, А. Петровська, Ф. Слейтер, І. Степанов акцентують увагу на цьому феномені як основі розвитку успішності та лідерства. Разом з цим частина вчених наголошує на принципі єдиного інтелекту, який поєднує вирішення емоційних, пізнавальних, соціальних та професійних завдань (І. Аршава, М. Смульсон, О. Лящ, Н. Коври. Розглядаючи емоційний інтелект як складову базових характеристик особистості, важливо розширити сферу можливостей розвитку емоційного інтелекту в напрямі ціннісно-діяльнісних функцій у життєвому дискурсі старшокласників. Оскільки на етапі старшої школи активно формується особистість та емоції школяра, посилюється самосвідомість, інтенсивно розвиваються рефлексивні та емпатичні здібності, виникають знання та вміння, що використовуються в роботі з ЕІ, що значно покращує регуляційні та адаптаційні функції регулювання психологічного та емоційного навантаження. Термін «емоційний інтелект» вперше був запропонований Дж. Майєром і П. Саловеєм, і базується на

психологах Е. Торндайк, Г. Айзенк, Дж. Гілфорд і Д. Векслера, Е. Носенко, С. Дерев'янка, О. Власова, К. Санько, Б. Теплов). Актуальна проблема розвитку емоційного інтелекту старшокласників передбачає пошук ефективних засобів психолого-педагогічного розвитку, що відображено в працях науковців С. Аврамченко, К. Бабенко, Т. Березовської, О. Белої, Л. Бондаревської, Т. Горобець, І. Євтушенко, І. Калашник, М. Кононова, І. Кошлан, В. Ляшенко, І. Ляш, Л. Міщиха, Л. Новікова, І. Опанасюк, Т. Пашко, О. Потенькіна, А. Райна, О. Саннікова, М. Смульсон, П. Теслюк, С. Харенко, І. Чернухі, Г. Юсупова, Т. Яценко. Водночас наявні дослідження чітко підкреслюють закономірність і кількісність, а дослідження розвитку емоційного інтелекту серед старшокласників є недостатніми. Недостатньо досліджено такі питання, як модель ЕІ та її структурні компоненти старшокласників, відсутність наукового обґрунтування, плану розвитку ЕІ, адаптованого до реальної ситуації сучасної освіти, ефективних методів і форм впливу на розвиток.

Мета дослідження: з'ясувати психологічні особливості емоційного інтелекту школярів старшого шкільного віку та розробити відповідні практичні рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту дітей старшого шкільного віку.

Об'єкт дослідження: феномен емоційного інтелекту.

Предмет дослідження: психологічні особливості емоційного інтелекту учнів старшого шкільного віку.

Завдання:

1. Теоретично визначити психологічні особливості емоційного інтелекту учнів старшого шкільного віку;
2. провести емпіричне дослідження емоційного інтелекту в учнів старшого шкільного віку;
3. Розробити рекомендації для батьків і вчителів щодо розвитку емоційного інтелекту в учнів старшого шкільного віку.

Гіпотеза дослідження: психологічні особливості емоційного інтелекту школярів старших класів полягають наявності осіб з різним рівнем емоційного інтелекту, що потребує диференційованого підходу в роботі психолога.

Методи дослідження:

- теоретичні: аналіз, синтез, узагальнення,
- емпіричні: тести на визначення рівнів емоційного інтелекту

Методики дослідження:

Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл)

Мова оформлення – українська.

Ця методика має на меті виявити здатність людини розуміти зв'язки, представлені емоціями, і керувати своєю емоційною сферою на основі прийняття рішень.

Емоційний інтелект виходить за рамки контролю емоційних реакцій заради особистої вигоди. Йдеться про вираження емоцій у потрібний час. За щирістю стоять емоції, які можуть заспокоїти, переконати і надати впевненості. При необхідності вони викликають захисну реакцію: атакують, завмирають або втікають. Емоції необхідні, коли ми маємо справу, наприклад, зі страхом, адже вони є джерелом нашої найбільшої радості.

Тест Емоційного Інтелекту (автор Д.Люсін)

Тест на емоційний інтелект Люсіна - це психодіагностична методика, розроблена для оцінки емоційного інтелекту (еквалайзера) відповідно до теоретичних уявлень суб'єкта. Використовуючи цю методику, ви можете визначити PTS (необхідний показник загального рівня емоційного інтелекту). Цей тест дозволяє виявити 2 типи EI: міжособистісний EI і Внутрішньособистісний EI.

Вибірка дослідження:

Дослідження проводилося у м.Хмельницький а саме Ліцей№2 ХМР у
дослідженні брали участь 71 дитина

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ШКОЛЯРІВ

1.1 Концепція емоційного інтелекту

Поняттю "емоційний інтелект" передують ряд досліджень психології, які присвячені вивченню самих почуттів, їх формування, функціонального значення в поведінці людини, взаємозв'язку між почуттями і думками. Так само і тенденція до розширення поняття інтелекту та визначення його різних видів. Про факти існування та роль емоційних процесів, особливо пізнання, в житті людини згадували ще давньогрецькі філософи. Аристотель першим розрізнув кілька типів емоцій за ступенем їх впливу на поведінку і класифікував їх на емоції та емоції [5].

Філософи нової епохи (раціоналісти - Р. Декарт, Б.Спінози) та емпіриків (Дж Локк, Ф. Бекон, Т.Гобб) був характерний конфлікт емоцій і розуму. Зв'язок між емоціями та інтелектом виражався як домінування когнітивної сфери над емоційною. У 19-20 століттях на перший план вийшли ірраціональні, екзистенціалістські та неопозитивістські концепції (Д. Морзель, К.Ясперс, Е. Леруа, В. Дільтей, Г Зіммель, А. Шопенгауер). Ірраціоналізм наголошує на чуттєвому емоційному житті людей і розглядає його як протилежність раціональному життю. У 1908 році німецький філософ і психолог Г.Майер у книзі "Психологія емоційного мислення" Г.Майер вперше запропонував детальну психологічну класифікацію основних ідей, пояснивши їх суттєві особливості Крім «осудного» (власне логічного) мислення, автор також описує такі типи інтелектуального, які тісно пов'язані з емоційно-мотиваційною сферою («емоційне» мислення, «емоційне» і т.д). Дослідження Лорда Дарвіна 1872 року про важливість емоційного вираження для виживання та адаптації вважається першим науковим дослідженням у галузі емоційних досліджень. Велику увагу вчені приділяли емоційним явищам, тобто їх зовнішньому прояву в поведінці.

Тому за виразом обличчя людини, особливостям її рухів і напрузі тіла можна визначити, що відчуває людина – страх, гнів, радість чи інші емоції.

Л. С. Виготський вказував на єдність інтелекту і емоцій, вказуючи, що емоції людини залежать від того, як усвідомлюється і розуміється ситуація.

При цьому людське мислення завжди мотивоване і детерміноване певними емоційними мотивами.

Розвиток ідей Л. С. Виготського, С.Л. Рубінштейн стверджує, що мислення є синтезом емоцій і розуму. У творчості А. Н. Леонтьєва думка розглядається як діяльність з «емоційною регуляцією, що безпосередньо виражає пристрасть».[5].

Поняття «емоційний інтелект» було введено в наукову спільноту П Саловей і Дж. Меєр. Перша концепція ЕІ з'явилася в 1990 році, і з тих пір різні автори тлумачили це поняття дуже по-різному. На думку Меєра, П. Саловея та Д. Карузо, це "група розумових здібностей, які сприяють розпізнаванню та розумінню своїх емоцій та емоцій інших людей" (модель компетенцій). Компоненти ЕІ в моделі здібностей У рамках моделі здібностей виділяють наступні ієрархічно організовані здібності, що складають ЕІ: покращують сприйняття і вираження емоцій, підвищують ефективність мислення за допомогою емоцій; Емоції людей, які розуміють себе. Ця ієрархія базується на таких принципах: Уміння розпізнавати та виражати емоції є основою генерації емоцій для вирішення конкретних завдань процесуального характеру.

Ці два класи навичок (розпізнавання та визначення емоцій і використання їх для вирішення завдань) утворюють основу для розуміння подій, які відбуваються до та після емоцій.

Всі перераховані вище навички необхідні для того, щоб внутрішньо регулювати власний емоційний стан і успішно впливати на зовнішнє середовище, що призводить до регуляції не тільки власних емоцій, а й емоцій оточуючих. Також важливо зазначити, що ця концепція розглядає емоційний інтелект як підсистему соціального інтелекту. Це говорить про те, що існує тісний взаємозв'язок між умінням розуміти емоції і управляти ними,

внутрішнім регулюванням і міжособистісними відносинами в суспільстві. Дана концепція визнає, що розвиток емоційного інтелекту є важливою складовою формування повноцінних соціальних здібностей і успішної адаптації до взаємодії з навколишнім середовищем. Д. за словами Гоулмана, емоційний інтелект - це "здатність людини інтерпретувати свої емоції та емоції інших людей, щоб використовувати отриману інформацію для досягнення своїх цілей", і він виділяє чотири основні компоненти EQ. Усвідомленість, самоконтроль, емпатія, навички міжособистісного спілкування та мотивація. Це найпоширеніше формулювання: EQ - це здатність людини інтерпретувати свої емоції та емоції оточуючих людей, використовуючи отриману інформацію для досягнення своїх цілей. В даному випадку IQ - це система когнітивних здібностей (почуття, сприйняття, пам'ять, мислення, все розумові знання і навички). На відміну від IQ, його рівень багато в чому визначається генами, але рівень EQ залежить від зусиль людини. Розвиток емоційного інтелекту є складним завданням, але саме це підвищує особисту ефективність. Емоційно обдарована людина - це той, хто вміє керувати своїми емоціями та враховувати емоції інших. Розвиваючи емоційну грамотність, вони створюють навколо себе ауру доброзичливості, вступають у конструктивну взаємодію та добре працюють у команді. Розглянемо освітні стратегії і тактики для розвитку емоційного інтелекту в учнів. Оскільки формування емоційного інтелекту відбувається за рахунок задоволення основних видів досвіду, виділені 6 основних позитивних переживань, що виникають в процесі навчальної діяльності, кожне з яких здійснюється при формуванні емоційного інтелекту: 1) відчуття успіху, 2) комфорт в напрузі, 3) пристрасть до навчання, 4) задоволеність результатами, 5) відчуття втоми, 6) переживання від того, що робота була виконана. Ефективність навчального процесу залежить не тільки від здібностей учнів, а й від наявності у них емоційних переживань, їх здатності до навчання, старанності, працьовитості і, звичайно ж, емоційний інтелект. Для того щоб залучити учнів до активної роботи на уроці, необхідно сформувати стійке позитивне ставлення до діяльності, високий рівень

мотивації і розуміння змісту діяльності даного уроку. Це досягається в першу чергу за рахунок розуміння учням нового матеріалу і усвідомлення його особистої значущості. Це особливо важливо при використанні інтерактивних методів навчання, і головною умовою успішної його реалізації є активна співпраця учнів і викладачів [6]. Емоційний інтелект передбачає наявність певних якостей, формуванню і розвитку яких сприяє певна стратегія діяльності викладача. Відкритість до нового досвіду. Освітньою стратегією, що забезпечує формування таких характеристик, є постійне розширення рольового простору кожного учня, включення його в різні види діяльності, створення можливостей для творчої самореалізації та накопичення досвіду в соціальних відносинах. Внутрішня свобода. Для його формування необхідно постійно створювати обрану ситуацію для учня, як в навчальній, так і в позакласній діяльності. Ситуація вибору стимулює пізнавальний інтерес, почуття відповідальності і самоповаги. Вибір напрямку і завдань студентами для самостійної роботи, гнучка система організації навчального процесу, можливість реалізувати себе в обраному виді діяльності з урахуванням здібностей, схильностей і побажань учнів та їх батьків, є головною умовою формування внутрішньої свободи і відповідальності особистості. Емоційна стабільність і стресостійкість. Деталі в цій області, вміння вести емоційний обмін під час спілкування, переживати емоції інших людей, допомагати собі в складних і емоційно стресових ситуаціях питання формування емоційної культури особистості, розвитку емпатії зараз є однією з найважливіших завдань кожного педагога. Правильна самооцінка є важливим фактором, що впливає на успішність навчальної діяльності студента, є формування правильної позитивної самооцінки, іншими словами, позитивного мислення. У той же час студент, який переконаний в здатності виконати поставлені перед ним завдання, працює набагато швидше і продуктивніше, ніж людина, яка зневірився в своїх силах, правильна самооцінка нового матеріалу є визначальним фактором у формуванні позитивної самооцінки особистості. Це основа для розгортання певних сценаріїв людського життя. Саме тому дуже

важливо створити умови для формування досить високої, але адекватної самооцінки в системі освітньої діяльності. Для цього студентам необхідно краще пізнати себе, розкрити свої здібності, набути навичок оцінки своїх досягнень і невдач, вирішення життєвих проблем. Рефлексивність і спонтанність це стратегія розвитку цієї якості полягає у залученні учнів до процесу самоаналізу. Рефлексія відбувається на рівні усвідомлення психічних процесів оптимізує пізнавальну діяльність, аналізує моральну поведінку і соціальні ролі, створює сприятливі умови для самореалізації особистості сучасні освітні методики позитивно впливають на розвиток спонтанності, тобто здатності швидко і правильно реагувати в нестандартних ситуаціях і приймати негайні рішення. ефективні рішення. Спонтанність розвивається в діяльності, що вимагає творчих підходів, гнучких нестандартних рішень. Для того щоб студент змінив напрямок і активно включився в засвоєння нових знань, необхідно враховувати життєвий досвід і базові знання студента. Це спонукає вас висувати гіпотези та відмовлятися від класичного оцінювання кожної відповіді. Але виставляти оцінку, яка проявляється в позитивному ставленні класу до результатів навчальної діяльності вчителів та учнів. Для створення таких проблемних ситуацій можна навчити діалектичному підходу до розуміння наукових фактів. Вирішення проблемних ситуацій допомагає учням самостійно здобувати нові знання, вчить їх долати труднощі, дає поштовх до розвитку. Самостійний пошук відповідей допомагає систематизувати знання, критично осмислити їх, зберегти в сфері активної пам'яті і активізувати розумові процеси. Спільна творчість викладачів і студентів, засноване на ефективному взаємозв'язку емоцій і інтелекту, важливо, оскільки воно забезпечує творче функціонування довготривалої пам'яті, глибоке розуміння і знання.

Біологічні передумови ЕІ:

Рівень емоційного інтелекту у батьків: генетична передача емоційних факторів може впливати на рівень емоційного інтелекту у дітей. Сімейне оточення та виховання також можуть впливати на розвиток емоційних навичок.

Правопівкульне мислення: часто асоціюється з креативністю та емоційною виразністю. Специфіка мислення визначає індивідуальний стиль сприйняття і вираження емоцій.

Риси темпераменту: як рівень активності, легкість долаття стресових ситуацій і сила реакцій, визначають, наскільки ефективно дитина регулює свої емоції та взаємодіє з навколишнім світом. Вирішіть, що впізнавати.

Біологічні аспекти є важливими детермінантами емоційного інтелекту, оскільки вони впливають на те, як організм реагує на подразники та процеси та інтегрує емоції.

Знання цих вимог допоможе вам зрозуміти індивідуальні особливості емоційного інтелекту та розробити ефективні стратегії його розвитку.

Соціальні передумови розвитку ЕІ:

Синтонія (емоційна реакція оточення на поведінку дитини): сприйняття та реакція оточення на емоційний стан дитини впливає на формування емоційного інтелекту дитини. Важливо дослідити, як це налаштування впливає на соціальну адаптацію та взаємодію.

Рівень розвитку самосвідомості: підвищена самосвідомість сприяє більш ефективній емоційній регуляції та усвідомленню власних емоцій, а також може мати позитивний вплив на міжособистісні стосунки та навчання.

Впевненість у емоційних здібностях: впевненість у своїй здатності розуміти емоції та керувати ними сприяє розвитку емоційного інтелекту, який є критично важливим для соціальної взаємодії та навчання.

Рівень освіти батьків і дохід домогосподарства: на емоційний інтелект може впливати соціальний та економічний статус.

Важливо дослідити, як освіта та дохід домогосподарства впливають на розвиток емоційного інтелекту дітей.

Емоційно здорові стосунки між батьками та дітьми: якість сімейних стосунків визначає емоційний фон дитини та її здатність регулювати емоції.

Згуртованість і підтримка стосунків сприяє позитивному розвитку емоційного інтелекту.

Андрогін: розуміння ролей і характеристик, які вважаються жіночими та чоловічими, впливає на розвиток емоційного інтелекту. Вивчаючи андрогінність, ми можемо визначити зв'язок між цими рисами та емоційним інтелектом дітей.

Локус зовнішнього контролю: відчуття контролю над своїми емоціями та подіями впливає на емоційний інтелект. Вивчаючи зовнішній локус контролю, ми можемо зрозуміти, як діти керують своїми емоціями в різних ситуаціях.

Релігійність: дослідження впливу релігійності на віру

Структура EI: [4]

Свідоме регулювання емоцій: здатність свідомо розпізнавати та контролювати свої емоції, включаючи керування реакціями на стрес або негативні події.

Розуміти емоції: здатність зрозуміти походження, природу та значення власних та чужих емоцій.

Розрізнення та вираження емоцій: здатність розрізняти різні емоції та належним чином виражати їх за допомогою поведінки та мови тіла.

Використання емоцій у розумовій діяльності: здатність використовувати емоції як джерело мотивації та інформації для покращення когнітивних процесів і прийняття рішень.

Ця структура є ключовою для розуміння та оцінки емоційного інтелекту.

Він визначає різні аспекти, які взаємодіють і сприяють розвитку емоційної обізнаності та компетентності.

Ця структура була розроблена на основі досліджень провідних вчених у галузі емоційного інтелекту.

Прихильники 2-х моделей соціального інтелекту, моделей здібностей і змішаних моделей дотримуються різних способів визначення рівня емоційного інтелекту, в основному в залежності від їх теоретичної позиції. Прихильники змішаних моделей використовують методи самозвіту, і кожна методика заснована виключно на суб'єктивних поглядах автора. Модель навичок емоційного інтелекту, розроблена Джоном Майєром та Пітером Саловеем, має широку підтримку в науці та практиці. Ці вчені, які вважаються

піонерами в галузі досліджень емоційного інтелекту, розробили моделі, які зосереджуються на навичках, включаючи здатність розуміти, використовувати, регулювати та виражати емоції. Що стосується змішаних моделей, які об'єднують аспекти соціального та особистісного емоційного інтелекту, то в літературі часто відсутні такі конкретні терміни. Однак багато дослідників розглядають їх у більш широкому контексті, включаючи соціальні аспекти. З приводу можливості розвитку ЕІ в психології існує дві різних думки. Ряд вчених (наприклад, Дж. Мейер) дотримуються позиції, що підвищити рівень ЕІ неможливо, оскільки це відносно стійка здатність. Однак збільшити емоційну компетентність шляхом навчання цілком можливо. Їх опоненти (зокрема, Д. Гоулман) вважають, що ЕІ можна розвивати. Аргументом на користь цієї позиції є той факт, що провідні шляхи мозку продовжують розвиватися аж до середини людського життя [4].

1.2 Структура моделі емоційного інтелекту

Реувен Бар-Он є справжньою особою, яка розробила "Шкалу коефіцієнта емоційного інтелекту" та присвятив велику частину свого дослідницького життя вивченню емоційного інтелекту. Він грав важливу роль у розвитку і впровадженні методів оцінки емоційного інтелекту. Реувен Бар-Он є відомим психологом, і його внесок у розуміння та вимірювання емоційного інтелекту визнаний в науковому середовищі. Його роботи і методи дослідження є важливими в контексті розвитку та визнання емоційного інтелекту в психології.

Деякі з його основних праць та публікацій можуть бути знайдені в літературі, пов'язаній з емоційним інтелектом та його вимірюванням. Духовний інтелект він представляв як здатність, що не належить до інтелектуальної складової, елемент життєвих труднощів.

Його концепції ґрунтувалися на кількох (п'яти сферах емоційних здібностей або здібностей) і визначали ці здібності як кілька рівнів і кілька компонентів.

- 1) Внутрішня особистісна сфера значення (самопізнання, тобто рефлексія); впевненість у власних емоціях, власних мотивах, самоактуалізація, самооцінка, особистісний ріст, відстороненість, свідомо, адекватна поведінка).
- 2) Сфера міжособистісних відносин (розвинені навички міжособистісного спілкування: міжособистісні стосунки, симпатія, емпатія, соціальне значення).
- 3) сфера здатності пристосовуватися до нових ситуацій і реалій (адаптивність, тобто адаптивність, прагнення вирішувати проблеми, адекватне розуміння існуючої ситуації і ресурсів, нестабільність);
- 4) Область толерантності до впливу стресу (подолання стресових ситуацій, тобто толерантність до різноманітних стресорів, контроль власних бажань і раптових емоцій).
- 5) Область емоційних станів (настроїв) (переважаючий настрій має бути позитивним, тобто щастя, радість) [4, 10, 11, 13]. Модель Р. Бар-Она суттєво відрізняється від перерахованих вище концепцій [10, 11, 13].

Д. Гоулман, П. Саловей, Дж. Мейєр визначає ЕІ як усі некогнітивні навички, які допомагають людям досягти успіху в житті. У той же час компоненти емоційного інтелекту, описані іншими авторами, знаходять відображення у відведених їм зонах.

Так, внутрішньоособистісна сфера включає елемент усвідомлення власних емоцій, а область стресостійкості — контроль над імпульсивністю.

Це визначення, розуміння та управління своїми емоціями, як описано П.Теровеєм, Дж.Мейєр і Д. Голман. Винятком є такі елементи, як виявлення та контроль емоцій інших і використання отриманої інформації для підвищення ефективності мислення, що, на нашу думку, є важливим, для однієї людини в рамках суспільства проблема досягти задуманого.

Опубліковано переглянуте визначення емоційного інтелекту та його вимірів - MEIS. Вчені модифікували запропоновану раніше модель, виходячи з ідеї, що емоційна область корисна для побудови соціальної структури.

При цьому зв'язки можуть бути уявними, що стосуються не тільки сьогодення, а й минулого. ЕІ — це трансформація знань, переданих емоціями, тобто визначення того, що означає кожна емоція, як вони співвідносяться одна з одною, і використання отриманої інформації як основи для мислення та прийняття рішень визначається як виконання.

[4,10,11,13,15,16]

1)

Визначення емоцій включає сприйняття емоцій (тобто здатність усвідомлювати факт присутності емоцій), ідентифікацію емоцій, відповідне вираження та навіть розрізнення між справжніми та імітованими емоціями.

2) використання отриманої інформації для підвищення ефективності мислення та дії: здатність використовувати емоції для привернення уваги до важливих подій і викликати події, які сприяють вирішенню завдання (наприклад, особистий досвід і використання страху), і страждання як особливе джерело творчості).

3) Розпізнавання емоцій: здатність розуміти не лише емоції, а й їхні зв'язки та навіть перехід від однієї емоції до іншої, чому з'являються певні емоції та лінгвістичну інформацію про них.

4) Боротьба з емоціями: здатність регулювати емоції, знижувати інтенсивність негативних емоцій, розпізнавати власні емоції, неприємні переживання, відповідні їм емоційні реакції, вміння вирішувати проблеми.

Цей елемент сприяє особистому зростанню та покращенню стосунків. Порівнюючи оригінальну модель емоційного інтелекту П. Саловея та Дж. Мейера з пізнішими переробленими версіями, психологи відзначають певні відмінності. З новою концепцією визначення емоційного інтелекту є ширшим, але формат більш лаконічним і його легше розпізнати. Здатність спостерігати та розрізняти особисті емоції та почуття та емоції інших, а також використовувати цю інформацію для спрямування мислення та поведінки [4, 10, 11, 13, 15].

Рання модель П. Саловея та Дж. Мейера складається з трьох типів функцій, кожна з яких складається з кількох компонентів. Пізніші моделі

складаються з чотирьох компонентів, які називаються «гілки». Три компоненти відповідають трьом гілкам, крім четвертої. Тип навичок «Визначення, розуміння та вираження емоцій» у переглянутій версії розділено на дві окремі гілки: «Визначення та розуміння емоцій».

Можна також відзначити, що використання отриманої інформації в мисленні та дії постало в новому варіанті як використання отриманої інформації для підвищення ефективності мислення та дії [4, 10, 11, 13, 15, 16]. Д. Гоулман в своїй науковій праці «Робота та емоційний інтелект» запропонував перелік із 25-ти умінь, необхідні досягнення успіху під час спілкування з колегами на роботі. Ця книга очолила перелік бестселерів. Феномен емоційного інтелекту привернув увагу багатьох вчених, і ми, мабуть, маємо на увазі Деніела Гоулмана.

У 2004 році він опублікував свою книгу «Емоційний інтелект: , чому це важливо більше, ніж IQ», продовжуючи свої дослідження та розуміння ролі емоційного інтелекту в успіху та задоволенні життям. Деніел Гоулман визначає емоційний інтелект як здатність розуміти власні та чужі емоції та керувати ними, а також ефективно взаємодіяти з емоціями інших. Він підкреслює, що ці навички важливі для успіху в багатьох сферах життя, включаючи роботу, стосунки та особистий розвиток.

Він думав, що вони можуть бути спрямовані на його власні почуття та на почуття інших людей. Таким чином, ми можемо говорити про внутрішній особистісний та міжособистісний емоційний інтелект, який передбачає реалізацію різних когнітивних процесів та навичок, але пов'язаний між собою.[4, 11, 13, 15]. Сьогодні багато психологів вважають, що штучний інтелект не можна інтерпретувати лише як когнітивні здібності. Адже розуміння емоцій і управління ними засноване на спільній меті конкретної людини в емоційній сфері: щирому інтересі до внутрішнього світу інших людей, прагненні до психоаналізу поведінки і багато іншого в цьому роді. якщо дивитися через призму соціальної поведінки[4, 11, 13, 15].

Вважається, що емоційний інтелект є утворенням, яке має неоднозначне походження і пов'язане як з інтелектуальними здібностями, так і з особистими якостями. Це психовиховання, яке формується протягом життя людини під впливом трьох груп факторів, що визначають рівень і специфічні особистісні характеристики людини. Включає: емоцій (як важлива характеристика, важливе джерело інформації про себе, людей тощо), емоційних характеристик (емоційна стійкість, емоційна чутливість тощо). Хоча запропонована модель є певною мірою найпопулярнішою серед психологів, їй принципово не вистачає того, що структура не доповнена індивідуальними характеристиками, які тісно пов'язані зі здатністю розуміти емоції та керувати ними. На обсяг ЕІ та індивідуальні особливості безпосередньо впливає наступне [4, 10, 11, 13, 15].

Як і Р. Барон, і сучасні психологи, вони розрізняють внутрішньоособистісну та міжособистісну сфери ЕІ, але автори вкладають у ці поняття різні значення. Зазвичай стверджують, що внутрішньоособистісна сфера - це вивчення самого себе, а саме усвідомлення власних емоцій, критичне ставлення до себе, самоповага, самооцінка, самоактуалізація, незалежність. Друге – здатність розуміти власні емоції та керувати ними.

Згідно з Р. Бароном, міжособистісна сфера - це здатність ставитися до інших. Емпатія, міжособистісних стосунків, соціальної адаптованості та відповідальності та Д.В. Рутін вважає, що це здатність розуміти емоції інших людей і керувати ними.

Відмінність полягає в тому, що перший дослідник наголошує на індивідуальних особливостях, а другий – на когнітивних здібностях [4, 10, 11, 13, 15].

Подібно до факторів, виділених П. Селавеем, Дж. Мейєром і Д. Голманом (Р. Бар-Она), розпізнавання, розуміння та управління емоціями тощо.

Як і Д. Гоулман, В. Рушин переконаний, що емоційний інтелект, з одного боку, пов'язаний з когнітивними здібностями, а з іншого - з особистісними особливостями.

Важливі відмінності позиції Д.В.Луциної від інших авторів розглядають емоційний інтелект як групу факторів, що формують і безпосередньо впливають на нього [4, 10, 11, 12, 15].

На основі теоретичного аналізу створено структурну модель емоційного інтелекту дітей шкільного віку.

Емоційний інтелект складається з трьох компонентів: когніція, емоція (емоції) і когніція-воля (поведінка-воля).

Кожен із трьох компонентів реалізується на індивідуальному та міжособистісному рівнях.

Реалізація – це своєрідний цикл.

Перша ланка – це розуміння власних емоцій.

Це може дати вам певний контроль над своїм емоційним станом.

Школярі вчаться контролювати свою поведінку в залежності від свого емоційного стану.

У психологічній літературі наводяться такі умови для якісного розвитку емоційного інтелекту:

- Навчання на основі карти емоційного розвитку (за К. Ізардом та ін.).
- Розпізнати власний психоемоційний стан, щоб з'ясувати емоційний розвиток і спрямованість кожної дитини.
- Будуйте соціальні стосунки.
- Участь у мікрогрупах.
- Використання школи як сприятливого середовища для розвитку ЕІ та формування окремих компонентів емоційного інтелекту.
- Обговоріть емоції та почуття зі своїм підлітком, щоб допомогти йому правильно передати свій емоційний стан.
- Свобода вибору стратегії дій.
- Озброїти молодь навичками звертатися за допомогою до третьої сторони у випадку конфліктної ситуації.
- Використовуйте рефлексивний запис про свій власний емоційний стан.

Тут підлітки можуть написати про те, які емоції їх хвилюють найбільше в даний момент.

- Зверніть увагу на типи темпераменту та особливості нервової системи.
- Будуйте чесні та позитивні партнерські відносини в освітньому процесі.
- Сприяє бажанню виражати емоції за допомогою словесного вираження.
- Провести психологічний тренінг для розвитку емоційного інтелекту [4, 10, 11, 13, 15].

1.3 Вікові особливості розвитку емоційної сфери школярів старших класів

Середня школа — це кінець підліткового віку, а також початок фізичного дорослішання. Для старшокласників характерна готовність переносити фізичні та розумові навантаження. Фізичний розвиток сприяє розвитку умінь і навичок у праці та спорті, відкриваючи широкі можливості кар'єрного росту. Крім того, фізичний розвиток впливає на формування певних рис особистості. Наприклад, усвідомлення своєї фізичної форми, здоров'я і привабливості впливає на формування високої самооцінки, впевненості в собі і яскравості у хлопчиків і дівчаток. Навпаки, усвідомлення власної фізичної слабкості іноді може призвести до ізоляції, розчарування у власних силах та песимізму. Старшокласники вступають в самостійне життя. Це створює нові умови для соціального розвитку. Завдання самовизначення, вибору власного шляху в житті є головним викликом для учнів старших класів. Ця нова соціальна позиція також змінює значення освіти, її місію та зміст для них. Старшокласники оцінюють процес навчання з точки зору того, що він означає для їхнього майбутнього. На детальному рівні учні вивчають теоретичні та методологічні основи різних наукових дисциплін. Відмінною особливістю освітнього процесу є систематизація знань з різних предметів, встановлення між предметних зв'язків. Старшокласники впевнено використовують різні розумові маніпуляції в шкільній роботі, логічно мислять і осмислено

запам'ятовуюють. У той же час пізнавальна активність старшокласників має свої особливості. Старшокласникам нудно без розумової роботи. Вони люблять досліджувати, експериментувати та створювати щось нове та оригінальне.

Старших учнів цікавлять не лише теоретичні питання, а й аналітичні процеси та методи доказів. Їм подобається, коли вчителі змушують учнів робити вибір з різних точок зору або вимагають обґрунтування тих чи інших тверджень, і вони охоче, навіть із задоволенням вступають у дискусію та наполегливо відстоюють свою позицію. Зміст старшокласницьких бійок і задушевних розмов — питання етико-моральне. Їх не цікавить конкретна подія, вони хочуть знати її суть.

Старшокласники значною мірою подолали спонтанність та імпульсивність, характерні для підлітків у вираженні емоцій. Формується стійке емоційне ставлення до різних сторін життя, друзів і дорослих. У середній школі дружба, товариські стосунки та романтичні почуття змінюються. Дружні стосунки старшокласників характеризуються не тільки спільністю інтересів, а й зближенням поглядів і переконань. Friendship is Intimate: Хороші друзі стають незамінними, а друзі діляться своїми серцями.

У цьому віці між хлопчиками і дівчатками починає розвиватися дружба, яка може перерости в любов. У старших класах школи змінюються естетичні почуття, а також здатність емоційно сприймати і любити красиві речі в навколишній дійсності, наприклад, в природі, мистецтві і суспільного життя. Розвиток естетичних почуттів пом'якшує гострі прояви характеру юнаків і дівчат, допомагає позбутися непривабливих манер і вульгарних звичок, сприяє розвитку чутливості, чутливості, м'якості і стриманості [19].

Крім того, вік старшокласників чутливий до соціальних змін, і старшокласники повинні навчитися діяти самостійно та приймати рішення, а також правильно оцінювати фактори ризику у вікових ситуаціях. Індивідуальна спрямованість і вибірковість інтересів пов'язані з життєвими планами. Існує кілька причин розвитку емоційного інтелекту у старшокласників: емоційний інтелект впливає на формування світогляду,

цінностей, етичних норм, моральних норм – психологічного новоутворення цього віку. По-друге, старші шкільні роки — це період особливої чутливості, в який за сприятливих умов реалізується весь природний емоційний потенціал, закладаються ті основи, які стануть основою емоцій у дорослому житті.

У психології проблеми старшокласників Л. І. Божович, Т.В.Драгунова,Л.С. Виготський, М. Р. Гінзбург, І. С. Кон, Х. Г. Кравцова, А. М. Прихозана, К.М.Polivanova, D. B. Elkonina, A. O. Reana, D. I. Фельдштейн і за кордоном - М. Клеє, Р. Каган, Х. Крейг, С.Холла тощо. Щодо вікової класифікації старшокласників існують нечіткі підходи науковців, серед яких: У Д. Біррена на зміну дитинству приходить підлітковий вік від 12 до 17 років. Д.Бромлі також не має юнацького періоду і вважається хлопчиком у віці від 11 до 15 років. Е. Еріксон, Г.Крайга, підліткового та молодого віку (від 9 до 19 років).Поліванова К.М., Петровський А.В.,В. А. Куртецький, А. О. Леєн, Д.І.Фельдштейни вважаються молодими.Тут ми розглядаємо підлітковий вік як окремий етап (11-18 років), спираючись на періодизацію Д. Б.Ельконіна, який поділяє його на молодший шкільний вік (11-15 років) і старший шкільний вік (15-18 років). [3].

У контексті нашого дослідження походження емоційного інтелекту в підлітковому віці він розглядається як процес формування і розвитку емоційного пізнання (здатності особистості ідентифікувати емоції), поведінкової активності (здатності особистості використовувати і розуміти емоції), мотиваційних рефлексів (здатності особистості розпізнавати емоції). особистість свідомо регулює емоції) компоненти емоційного інтелекту особистості на різних етапах статевого дозрівання (14-16 років і 17-18 років), відповідно до виникаючими при цьому закономірностями. Після проведення підтверджуючих і формуючих експериментів це було встановлено нами. Серед закономірностей зародження емоційного інтелекту в підлітковому віці важливий системний детермінізм цього процесу. Давайте детальніше розглянемо, що це за закономірність. Системне визначення походження емоційного інтелекту в підлітковому віці пояснює вплив системи

психологічних факторів на структуру емоційного інтелекту людини. Слід зазначити, що певні гендерно-вікові, психофізіологічні, когнітивні та особистісні фактори не розглядалися як явище суворого детермінізму, оскільки розвиток емоційного інтелекту в підлітковому віці може відбуватися під впливом різних причин, обумовлених законами саморозвитку. Проте, наше дослідження виявило фактори, які привели до підвищення здатності хлопчиків і дівчаток виявляти, використовувати, розуміти і усвідомлено регулювати емоції, ґрунтуючись на результатах статистичної обробки результатів формуючого впливу в процесі тестування програм розвитку поведінкової діяльності і мотиваційно-рефлексивних елементів. Характер взаємозв'язку між виявленими нами гендерно-віковими факторами, тобто рівнем статі (маскулінність, фемінінність, андрогінність), віком (раннє статеве дозрівання 14-16 років, пізніше статеве дозрівання 17-18 років) і емоційним пізнанням, поведінковою активністю, мотиваційно-рефлекторними елементами (ідентифікація, використання, розуміння, свідомо регуляція емоцій), був наступним: показано студентами, у яких були 1) середній і високий рівні свідомої регуляції емоцій, але виражений рівень маскулінності. Крім того, середні та високі показники ідентифікації та використання емоцій були продемонстровані наступними випробуванним при яскраво вираженій жіночності випробовувані з яскраво вираженою андрогідністю виявили середні і високі показники розуміння емоцій;

2) особливістю емоційного інтелекту на ранніх етапах підліткового віку у віці 14-16 років є недостатній рівень розвитку поведінкової активності (здатності розуміти емоції) і мотиваційно-рефлексивних елементів (здатності свідомо регулювати емоції). Розуміння важливості свідомого регулювання емоцій і поведінки оточуючих стає рисою особистості на етапі пізньої юності, у віці 17-18 років. Характер взаємозв'язку між психофізіологічними факторами і здатністю молодих людей виявляти, використовувати, розуміти і свідомо регулювати емоції проявляється в тому, що середній і високий рівні емоційного пізнання, поведінкової активності і мотиваційно-рефлекторних

компонентів емоційного інтелекту були продемонстровані випробовуваними з вираженим рівнем сили нервової системи. і мобільність. Слабкість і рухливість або ослаблення нервової системи. У той же час існує збалансований взаємозв'язок між силою та рухливістю (слабкістю та інтерактивністю) та здатністю молодих людей виявляти та розуміти емоції. [8]

Старший шкільний вік бере активну участь у розвитку інтелектуальних здібностей, зокрема логічних норм (конвергенція) і дивергенції (креативність). Логіко-нормативна компетентність-це рішення нормативних завдань в регламентованій ситуації за допомогою логічного мислення. Здатність до дивергенції (креативність) - це продукування оригінальних ідей в нерегламентованих умовах діяльності. Логічне мислення старшокласників працює не тільки з реальністю, але і з інтелектуальними експериментами, уявними об'єктами, які створюють своєрідну концепцію чи офіційну гру. Варто відзначити, що в старших класах школи розвиток когнітивних процесів досягає такого рівня, що старшокласники можуть виконувати всі види розумової роботи, властиві дорослим. Важливою перевагою в старшому шкільному віці є формування способів уявного вираження (суб'єктивних візуальних форм). В умовах недостатнього розвитку розумового мислення старшокласники не здатні правильно уявити ситуацію без чітких вказівок ззовні, орієнтуватися на прямі суб'єктивні асоціації; вони рідко розуміють і пояснюють власні дії при побудові думок про ситуацію, чітко виділяють 2 або 3 її ключових елемента (орієнтиру роздуми). Вони не готові перебудувати образ ситуації відповідно до нових умов і вимог діяльності. Вони егоцентричні у вираженні своїх думок (особисті погляди, зосередженість на власних потребах. Смиріння з негативними наслідками емоційного стану). Інтелектуальна сфера особистості старшокласників пов'язана зі сферою самосвідомості, мотивації, емоційно-вольової сфери [5; 9]. Розвиток когнітивних процесів, особливо інтелекту, в старшій школі має кількісні і якісні аспекти, які забезпечують інтенсивний когнітивний і

особистісний розвиток, становлення особистості.[8] аналіз змісту когнітивної сфери особистості старшокласників дозволяє констатувати, що Когнітивна сфера являє собою складну систему, що об'єднує основні психічні процеси (сприйняття; відчуття; мислення); мнемічні, образні процеси і т.д.), її проміжний зміст визначає діяльність і поведінку старшокласників. Кожне окреме новоутворення, характерне для старшої школи, викликане дією цих структурних елементів. Інтимне і особисте спілкування з однолітками грає незамінну роль. Старшокласники розвивають здатність встановлювати виборчі, близькі і глибокі взаємини. Таким чином, емоційна прихильність в міжособистісних відносинах в старшому шкільному віці реалізується через дружбу, "школу" саморозкриття у старшокласників. Її критеріями є потреба у взаєморозумінні, взаємодопомозі, лояльності, чесності та єдності думок, співчутті та емпатії. Вчені відзначають, що статеве дозрівання - найскладніший і бурхливий період у формуванні особистості дитини, що характеризується серйозними змінами в соціальному, психологічному та емоційному розвитку, що в основному пов'язано з фізіологічною перебудовою організму до статевого дозрівання [15]. Доведено, що новоутворенням в підлітковому віці є самосвідомість, яке призводить до формування відчуттів в дорослому житті. Саме це визначає особливості емоційної поведінки. У цей період дитина вимагає визнання своєї індивідуальності і рівності з дорослими. Криза супроводжується емоційними відхиленнями в поведінці, спалахами агресії і непослуху. При цьому основним видом діяльності стає близьке і особистісне спілкування з однолітками, тому зростає потреба розуміти емоції інших людей і управляти власними емоціями [7; 9]. Що стосується особливостей розвитку емоційного інтелекту, більшість вчених вважають, що в підлітковому віці кількість емоційних об'єктів збільшується, що носять в основному соціальний характер, і, отже, Ю.В. Давидова підкреслює, що EQ має складну структуру: зовнішній або "розуміння емоцій" і внутрішньої сторони, або "емоційна саморегуляція"[6]. На думку авторів, основною функцією емоційного інтелекту є забезпечення успішної діяльності, а також

гармонії процесів особистісної та міжособистісної взаємодії. А.І. Власова виявила, що до кінця підліткового віку розвиток емоційних і когнітивних здібностей фактично досягає середніх нормативних показників у дорослих [2, с. 280-281]. Відбувається формування емоційного самосвідомості, зокрема, найбільші результати розвитку виявляються в показниках емоційної диференційованості і розмежування відмінностей. Проблема емоційної зрілості розглянуто І.Г.Павлової [14]. Дослідниця стверджує, що у віці 13 –14 років суттєво покращується здатність керування підлітками власних емоцій, а в період з 14 до 15 років – підвищується рівень довільності вираження емоцій у спілкуванні. Також виявлено, що дівчатка є більш співчутливими та емпатійними, вони краще ніж хлопчики, відчують емоції інших людей. Тому можна сказати, що у підлітковому віці продовжується процес становлення емоційного інтелекту відбуваються зміни, які мають як позитивний, так і негативний характер. Зміни в когнітивній та емоційній сфері підлітків відбуваються під впливом соціально–конституціональних особливостей (стать, вік), інтелектуального розвитку, розвитку емоційної чутливості, соціальної взаємодії, освітніх і самовиховальних соціально-психологічних факторів. Фактори соціальної взаємодії включають стосунки з членами сім'ї, шкільним персоналом, вчителями та однолітками. А добре розвинений EQ є, серед іншого, важливою умовою формування адаптивної поведінки у підлітків. Індивіди з високим рівнем емоційного інтелекту характеризуються яскраво вираженою здатністю розуміти емоції (свої та інших), проявляти емоції і управляти емоційною сферою, що призводить до більш високої адаптивності та ефективності спілкування і діяльності [1, С.25-30]. Низький рівень IQ у молодих людей тісно пов'язаний із соціальною дезадаптацією та різними емоційними та поведінковими розладами. Емоційний інтелект не є внутрішнім, він може розвиватися, розвиватися і рости. Комплекс декомунізація внутрішніх детермінант еквалайзера в свідомості людини, позитивне ставлення людини до себе як до об'єкта життєдіяльності постійні Проблема розвитку психоемоційного інтелекту

пов'язана саме з підлітковим віком, оскільки дитина - це період між потребою в інтимному і особистому спілкуванні, а також бажанням самовираження і самовираження. Таким чином, підліток намагається контролювати свої емоції для ефективної взаємодії з іншими, і в той же час дитина проявляє свавілля в своїх діях і вираженні власних емоцій.

В результаті емоційна сфера впливає не тільки на розвиток когнітивних процесів у старшокласників, а й на ресурсне наповнення, яке представлено інтересом і включеністю особистості учня в певні сфери діяльності, оскільки служить потужним стимулом для активного пізнання навколишнього реальності і самопізнання. Тому розуміння актуальності розвитку емоційного інтелекту (в старшій школі) дозволить перейти до пошуку ефективних методів корекційно-розвиваючого впливу.

Загальне враження про зростаючому емоційному розвитку особистості доповнюється основними емоційними комплексами, які виражаються в своєму специфічному перебігу. Рекомендується придивитися до збудженого вихованця. Імпульсивність-їх головна риса. Вони не шукають можливостей для примирення і не дуже терплячі. Вони відчувають фрустрацію через вираз обличчя і слів, відкрито виражають їх потреби. Такі учні сперечаються з однокласниками або ображають своїх однокласників з дріб'язкових приводів. Збудженим учням важко засвоїти певні духовні та моральні цінності. За певних обставин вони часто роблять непристойні вчинки. Збудженим дітям часто щось не подобається вдома, і найпростіший спосіб - втекти, розірвавши всі стосунки з домом. Іноді це спосіб ненадовго відволіктися від навчання і не турбуватися про те, що буде далі. Дівчата можуть вступати в сексуальні стосунки з чоловіками під час таких пригод, якщо опиняються в складній ситуації. Хлопці скоюють крадіжки. Також спостерігалися невмотивовані спроби втечі, можливо, більш поширені у старшокласників зі збудливими та імпульсивними характерами. У таких випадках старшокласники часто залишаються далеко від дому в місцях, де «є на що подивитися», але на момент втечі вони могли не мати такої мети.

У збудливих особистостей помітна уповільненість процесів мислення. Зрозуміти ідеї інших людей ще складніше, тому вам часто потрібно пояснювати речі в подробицях, щоб вони правильно їх зрозуміли. Повільність мислення особливо помітна, коли учням взагалі доводиться обдумувати свої відповіді. На прості запитання вам, можливо, доведеться довго чекати, щоб отримати відповідь. Коли в підлітковому віці на людину з певною силою обрушується хвиля фізичних імпульсів, у збудливої людини посилюються антисоціальні симптоми. Ті, хто в дитинстві здавався більш-менш врівноваженим, тепер помітно грубіють. На цьому тлі видається необхідним більш детальний огляд суттєвих (базових) негативних переживань, які характеризують особистість підлітка з точки зору емоційного розвитку. Під страхом розуміється негативний емоційний стан гострого внутрішнього хвилювання в свідомості індивіда, пов'язане з передчуттям невдачі, небезпеки або очікуванням чогось важливого в невизначеній ситуації. У дітей страх може бути пов'язаний з дивною поведінкою: неспокійною мімікою, хвилюванням, нервозністю, плачем або шаленими криками про зміну ситуації.

Страх психологічно близький до емоції страху, оскільки він пов'язаний зі страхом успіху у важливому для вас питанні, але він все ж відрізняється від страху, який є біологічною відповіддю на конкретну загрозу. Страх часто розуміють як переживання без чіткої та конкретної причини. Це ймовірно зазнати невдачі («а раптом»). Хоча іноді вважають, що страх відображає хвилювання, він не обов'язково пов'язаний із розумінням загрози. Тому, окрім «об'єктивного» страху, який супроводжує реальні загрози, особлива увага приділяється також дійсному страху («недостатньому» страху). Це відбувається в нейтральних ситуаціях, наприклад, у ситуаціях без загрози. Виникнення тривожних розладів у дітей узгоджується з цією точкою зору. Стадії виникнення тривоги розрізняють за наростаючою інтенсивністю. При найнижчій інтенсивності тривога проявляється як почуття внутрішньої напруги, що проявляється як відчуття настороженості та тривоги. Це не свідчить про якусь загрозу, а просто служить сигналом про наближення більш

виражених тривожних явищ. На другому етапі дратівливість проявляється як забарвлення негативної емоції по відношенню до певного подразника. На третій стадії людина починає відчувати невизначену загрозу, невизначену небезпеку, хоча насправді відчуває страх. На четвертій стадії страх посилюється і виникає, коли матеріалізується раніше невизначена небезпека. На п'ятій стадії людина відчуває неминучість катастрофи, що насувається. Люди відчувають страх. Нарешті, на шостій стадії виникає тривожне і тривожне збудження, що призводить до панічного заклику про допомогу та необхідності пом'якшити рух. Зниження поведінки і активності на цій стадії досягає максимуму. [19]

Зневіра — відсутність надії, стан крайнього відчаю. Є багато конкретних причин, які доводять людину до відчаю, але всі вони створюють враження, що безпосередня небезпека непереборна. Чим слабша здатність людини переносити нещастя і чим воно неминуче, тим більше виникає відчай. [19]

Страждання є досить важливою негативною емоцією. Страждання зазвичай виникає в результаті тривалої стимуляції, що характеризується надмірними рівнями стимуляції. Дратівливість може бути викликана болем, холодом, теплом, шумом, яскравим світлом, гучною розмовою, розчаруванням, невдачею або втратою. Страждання також може бути викликане спогадом про умови, які його породжують. Причиною страждань є невдача, справжня чи вигадана. Деякі можуть постраждати через свій низький соціальний статус. У цьому сенсі причини страждань пов'язані з особистим керівництвом, соціальними контактами, міжособистісними стосунками (дружбою), низькою успішністю в навчанні, спорті чи роботі. Страждати означає відчувати сум і депресію. Коли хтось страждає, він може відчувати себе самотнім, ізольованим і ізольованим від людей, особливо тих, хто про них піклується. Люди відчувають, що їх ігнорують, і це нехтування може бути справжнім або уявним.

Невдоволення собою часто є значною частиною страждань. Люди почуваються безпорадними. Їй здається, що час майже повзе або стоїть на місці. Він відчуває втрату і нещастя. Люди набагато краще переносять страждання, ніж страх та інші негативні емоції. Обличчя, що виражають страждання, особливо дитяче, зазвичай викликають у глядача співчуття. Страждання сприяє єдності між людьми в групах, таких як сім'ї, громадські групи та суспільство в цілому. Існує чотири основних типи соціалізації страждань. Соціалізація страждань через покарання. Цей тип страждань виникає, коли батьки або опікуни висловлюють негативне ставлення до страждань своєї дитини або карають дитину, не звертаючи уваги на причини страждань. Заохочуйте ознаки проблем соціалізації. За допомогою такого типу соціалізації батьки намагаються заспокоїти дитину та активно послабити вплив стресових подразників. При цьому вони діють на причину страждання (якщо обмежитися добрим словом і співчуттям, то в дорослому віці у дитини буде яскраво виражена дитячість). Який тип соціалізації використовують батьки, залежить від їхнього попереднього досвіду і емоційно-когнітивних орієнтацій. *Попередній досвід батьків:* Батьки часто виховують своїх дітей відповідно до стилю виховання, який вони самі зазнали в дитинстві.

Наприклад, якщо батьки виростили в суворому або авторитарному середовищі, вони, швидше за все, використовуватимуть подібні методи виховання зі своїми дітьми. З іншого боку, батьки, які виростили у вільному та сприятливому середовищі, швидше за все, приймуть демократичний підхід до виховання.

Емоційно-когнітивна орієнтація: Це означає, що стиль виховання батьків також може визначатися їхнім емоційним і когнітивним ставленням. Наприклад, батьки, які мають більше співпереживання та розуміння емоцій своїх дітей, можуть використовувати більш емоційно чутливі методи виховання. З іншого боку, батьки, які сильно бажають структури та контролю, швидше за все, приймуть суворий підхід.

Таким чином, тип соціалізації, який оберуть батьки, буде поєднанням минулого досвіду, емоційних і когнітивних настроїв. Важливо враховувати ці

фактори, коли розумієте, які методи виховання використовують батьки та як це впливає на розвиток дітей.

Недосконале заохочення - цей тип соціалізації передбачає, що батьки просто цілують дитину, яка плаче, не намагаючись подолати біль або принаймні змусити дитину зрозуміти причину болю, щоб вона могла впоратися з подібними ситуаціями в майбутньому обійми, щоб довести це.

Комунікативні навички змішаного типу. На різних етапах життя дитини батьки можуть використовувати різні методи, такі як заохочення плачу або покарання за нього. Наслідки змішаної соціалізації страждань включають затримку в інтеграції особистості, незадоволення контактами з іншими людьми, підвищений інтерес до підтримки міжособистісних стосунків, вирішення конфліктів тощо. [19]

Горе-це реакція на певну втрату, як на негативний досвід. Втрата може бути тимчасовою (наприклад, розлука) або постійною (наприклад, смерть), реальною чи уявною, фізичною чи психологічною. Досить поширеною формою втрати є втрата важливих речей, таких як гроші. Форми психологічної втрати включають втрату певних рухових навичок, розумових здібностей, самоповаги та прихильності до коханої людини. Останній елемент пов'язаний з джерелом радості і хвилювання. Залежно від віку людини і природи речей, любов, впевненість і щастя можуть бути втрачені. Спільною для всіх психологічних причин горя є відчуття втрати чогось цінного і улюбленого, з чим існує сильний емоційний зв'язок. [19]

Гнів як негативне переживання дратівливості виникає, коли існує фізичний або психологічний бар'єр на шляху до того, що людина дійсно хоче робити. Цей розлад може бути фізичним розладом, правилом, законом або власною нездатністю. Якщо перешкоди незначні або неочевидні, негайна реакція може і не виражатися в гніві. Але якщо який-небудь бар'єр дійсно заважає досягненню бажаної мети, то гнів рано чи пізно неминуче виникне. Інші причини гніву включають особисту образу, масові невдачі, переживання ситуацій, що представляють інтерес або приносять задоволення, обман,

примус до чого-небудь проти вашої волі. Ці причини викликають гнів у багатьох людей, але, звичайно, є й індивідуальні причини. Емоційна значимість гніву полягає в мобілізації енергії для активної самозахисту людини. З розвитком цивілізації роль цього гніву стала менш важливою. Тема гніву і зміна ступеня його прояву можуть бути віднесені до негативних емоційних переживань, але все ж деякі вважають це засобом самозахисту.[19]

Образа – це емоційна реакція, яка є результатом несправедливого ставлення іншої людини до людини. Але щоб така реакція виникла, у людини повинна бути самооцінка. Це саме те, що в першу чергу страждає, і цей процес завершується переживанням образи. Таку пряму реакцію людина розпізнає і приходить до висновку, що її несправедливо принижують. Приниження часто виступає у вигляді образ, презирства, обману, несправедливих звинувачень і докорів на адресу людини. Педагоги повинні враховувати це, оскільки у дітей із завищеною самооцінкою та високим рівнем домагань частіше виникає образа у відповідь на невдачі. Заподіяна образа викликає в особистості душевні страждання, які дуже важко пережити навіть тим, хто має розвинену самосвідомість, що є особливим захистом від руйнівних впливів. [19]

Висновок до розділу

Емоційний інтелект Емоційний інтелект (EI) - це здатність розуміти, управляти та виявляти емоції, які впливають на наше мислення, прийняття рішень, стосунки та загальний благополуччя. Основні компоненти емоційного інтелекту включають самовідчуття, саморегуляцію, міжособистісні вміння та емоційну свідомість. Важливість розвитку емоційного інтелекту полягає в здатності краще розуміти себе та інших, ефективно управляти стресом і конфліктами, розвивати позитивні взаємини та досягати особистого та професійного успіху. Навички

емоційного інтелекту можна навчитися і покращити через тренування, самоспостереження та вивчення соціальних взаємин. Розвиток емоційного інтелекту має значний вплив на якість життя та успіх у різних сферах, тому важливо надавати цьому аспекту уваги в освітніх, виховних і професійних програмах для підтримки повноцінного особистісного розвитку.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ШКОЛЯРІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

2.1. Організація та методика емпіричного дослідження емоційного інтелекту школярів

Після вибору теми "Особливості розвитку емоційного інтелекту в учнів молодших і старших класів" був проведений аналіз комплексу психодіагностичних методик, доступних для ефективної роботи в цих вікових категоріях. Щоб зробити кращу роботу зі студентами цих вікових груп і, що найголовніше, отримати об'єктивні результати, ми обираємо наступні психодіагностичні методи:

Перший тест Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл)

Мова оформлення – українська.

Інформація в описі: Методика призначена для виявлення здібності особистості розуміти відносини, що репрезентується в емоціях, і керувати своєю емоційною сферою на основі прийняття рішень.

Кількість запитань у тесті: 30

Посилання на тест: [12]

holl

Структура тесту: складається із 30 запитань на тему емоційного інтелекту ситуативної проєкції, з шести варіантів відповідей та з подальшим отриманням трьох варіантів результатів. Вона складається з 30 тверджень і містить п'ять шкал:

- шкала 1 – "Емоційна обізнаність";
- шкала 2 – "Управління своїми емоціями" (емоційна відхідливість);
- шкала 3 – "Самотивація" (довільне керування своїми емоціями);
- шкала 4 – "Емпатія";
- шкала 5 – "Розпізнавання емоцій інших людей" (вміння впливати

на емоційний стан інших).

Шкала 1 – пункти 1, 2, 4, 17, 19, 25. Шкала 2 – пункти 3, 7, 8, 10, 18, 30.

Шкала 3 – пункти 5, 6, 13, 14, 16, 22. Шкала 4 – пункти 9, 11, 20, 21, 23, 28.

Шкала 5 – пункт 12, 15, 24, 26, 27, 29

Інструкція до тесту: Нижче наведені висловлювання, які так чи інакше відображають різні сторони життя. Праворуч від кожного твердження напишіть цифру, виходячи з вашого ступеня згоди з ним: повністю не згоден (-3 бали); в основному не згоден (-2 бали); частично не згоден (-1 бал); частково згоден (+1 бал); в основному згоден (+2 бали); повністю згоден (+3 бали).

Кількість запитань: 30.

Посилання на тест: <https://www.pdau.edu.ua/content/diagnostyka-emociynogo-intelektu-n->

Структура тесту: складається із 30 запитань на тему емоційного інтелекту ситуативної проєкції, з шести варіантів відповідей та з подальшим отриманням трьох варіантів результатів.

Результат: Залежно від вибраних варіантів відповідей тест пропонує три основних результати, які поділені за рівнями емоційного інтелекту. Що також доступно уточнено і зазначено у вигляді поділу по цифрам. Низький рівень

емоційного інтелекту, якщо результат знаходиться до 7 набраних балів. Від 8 до 13 – середній рівень емоційного інтелекту. Та від 14 і більше – високий рівень емоційного інтелекту. Час проведення тестування: до 20 хвилин.

Другий тест «Тест для визначення рівня Емоційного Інтелекту» знаходиться у відкритому доступі в інтернеті, тобто є доступним для усіх бажаючих [20].

Мова оформлення – українська.

Інформація в описі: Емоційний інтелект не тільки контролює емоційні реакції для особистої вигоди, але й проявляє себе. Ми говоримо про вираження емоцій, коли це доречно. Саме емоції лежать в основі чесності, які заспокоюють, переконують і вселяють впевненість. При необхідності він викликає захисну реакцію: атакуй, завмирай або тікай. вівторок. Емоції необхідні, наприклад, коли нам потрібно впоратися зі страхом, і в кінцевому підсумку вони є нашим найбільшим джерелом радості.

Емоційно обізнані люди подібні батькам у своїх почуттях: вони визнають, приймають і цінують свої емоційні потреби, балують їх, якщо це необхідно, стимулюють їх творчий потенціал, а також не дозволяють їм ставати ворожими, деструктивними або негативними. Продовжуючи метафору АМІ, емоційно обізнані люди не належать до школи, яка вважає, що емоції слід придушувати, до іншої школи, яка "бачила, але не чула" або яка дозволяє "маленькому коханцю" вільно "висловлюватися", незважаючи на розчарування та турботи інших.

Емоційне розуміння інших можна дізнатися, звернувшись до алфавіту своїх емоцій. Якщо ви не дружите зі своїми почуттями, вам буде важко спілкуватися з іншими людьми і відповідно реагувати на них.

Інструкція до тесту: Позначте ті відповіді, які будуть найближчими до вашої можливої емоційної реакції. Потім перейдіть до останньої сторінки, щоб переглянути ваш результат.

Кількість запитань у тесті: 12.

Посилання на тест: <https://onlinetestpad.com/ua/test/842966-test-dlya-viznachennya-rivnya-emocijnogo-%D1%96ntelektu> [20].

Структура тесту: складається із 12 питань на тему емоційного інтелекту ситуативної проєкції, з трьох варіантів відповідей та з подальшим отриманням трьох варіантів результатів.

Результат: Залежно від вибраних варіантів відповідей тест пропонує три основних результати, які поділені за рівнями емоційного інтелекту. Що також доступно уточнено і зазначено у вигляді поділу по цифрам. Низький рівень емоційного інтелекту, якщо результат знаходиться до 21 набраних балів (очок). Від 22 до 27 – середній рівень емоційного інтелекту. Та від 28 до 36 – високий рівень емоційного інтелекту.

Час проходження: до 15 хвилин.

Третій тест: Тест Емоційного Інтелекту (автор Д.Люсін)

Мова оформлення – українська.

Інформація в описі: Тест емоційного інтелекту Люсіна - психодіагностична методика, заснована на самозвіті, призначена для вимірювання емоційного інтелекту (EQ) відповідно до теоретичних уявлень досліджуваного. Дана методика дозволяє визначити ЗЕІ (інтегральний показник загального рівня емоційного інтелекту). Тест дозволяє визначити два види ЕІ: Міжособистісний та Внутрішньособистісний ЕІ.

Інструкція до тесту: Вам пропонується заповнити опитувальник, що складається із 46 тверджень. Читайте уважно кожне твердження і ставте хрестик (або галочку) у графі, яка найкраще відображає Вашу думку.

Кількість запитань: 46.

Посилання на тест [21]: <https://www.idrlabs.com/ua/global-eq/test.php>

Структура тесту: Він складається з 46 тверджень, які допомагають розпізнавати емоції. Тобто це допомагає вам визначити той факт, що у вас є емоційний досвід у собі чи іншій людині. Або здатність описати емоцію, або здатність точно визначити емоцію, яку відчуває він чи інша людина, і знайти

для неї словесні твердження. Зрозумійте, що викликає це почуття і які наслідки воно тягне за собою.

Результат: Так як міжособистісний та внутрішньо-особистісний інтелект має власну шкалу, він повинен обчислювати суму точок у кожній шкалі та виконувати обчислення для відповідної під шкали. Ви також можете використовувати інтегральні показники загального емоційного інтелекту. За формулою: $ZEI = MP + MU + VP + VU + VE$

Час проходження тесту: до 30 хвили

2.2 Аналіз результатів діагностики емоційного інтелекту серед школярів середніх та старших класів

Всього в емпіричних дослідженнях, спрямованих на вивчення рівня емоційного інтелекту і його впливу на якість життя в цілому, взяв участь 71 школяр.

В першому тестуванні («Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл)» взяло участь 66 учнів, з них 32 – учні середніх (6 та 7) класів, і 34 – учні старших (9 та 10) класів. В другому тестуванні (Тест емоційного інтелекту "Емоційний інтелект для лідерства" (автор К.З. Монталво) взяло участь 46 учнів, з них 19 – учні середніх (7) класів, і 27 – учні старших (9 та 10) класів. В третьому тестуванні (Тест Емоційного Інтелекту (автор Люсін)) взяло участь 53 учні, з них 20 – учні середніх (7) класів, і 33 – учні старших (9 та 10) класів.

В дослідженні за авторськими анкетами взяло участь 11 учнів з 11-тих класів.

Ми можемо відзначити помітну різницю в кількості студентів, які склали іспити з різних тестів. Це було пов'язано з тим, що студенти проходили тестування через Google forms, і з різних причин певні частини студентів були обмежені лише 1 або 2 дослідженнями.

Перший тест емпіричного дослідження: діагноз "емоційний інтелект" (Н.Холл) " надає інформацію про рівень емоційного інтелекту: рівень емоційного інтелекту визначається в залежності від результату, отриманого у

вигляді балів: більше 14 балів - високий; 8-13 балів - середній; менше 7 балів - низький.

Рівень інтегративного емоційного інтелекту з урахуванням домінуючих ознак визначається наступними кількісними показниками: вище 70 - високий; 40-69 - середній; нижче 39 балів-низький.

Це відображено в таблиці 2.1. Слід зазначити, що у всіх таблицях результатів дослідження міститься інформація про кількість отриманих балів, рівень емоційного інтелекту і поле кожного учасника дослідження.

Таблиця 2.1 – Результати дослідження за тестом «Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл)» учнів 10-А класу

№	Прізвище,Ім'я	Бали	Результати
1	Артем Б.	11	Середній рівень
2	Марія Б.	15	Високий рівень
3	Ольга В.	4	Низький рівень
4	Артем Г.	12	Середній рівень
5	Карина К.	5	Низький рівень
6	Максим К.	6	Низький рівень
7	Юрій Л.	9	Середній рівень
8	Артем Л.	24	Низький рівень
9	Валерія М.	17	Високий рівень
10	Нікіта М.	19	Високий рівень
11	Анастасія Н.	6	Низький рівень
12	Дар'я П.	20	Високий рівень
13	Артем С.	6	Низький рівень
14	Мурат С.	5	Низький рівень
15	Данило С.	11	Середній рівень
16	Ілля С.	9	Середній рівень
17	Кирило Т.	10	Середній рівень

18	Анастасія Ц.	10	Середній рівень
19	Максим Ч.	12	Середній рівень
20	Марина Ч.	5	Низький рівень
21	Евеліна Ч.	18	Високий рівень
22	Каміла Ч.	19	Високий рівень
23	Ярослав Ш.	17	Високий рівень
24	Єгор Я.	12	Середній рівень
25	Дар'я Ш.	10	Середній рівень
26	Софія Я.	12	Середній рівень

Візуальний показ результатів дослідження серед учнів 10-А класу відображено у вигляді діаграми Рис. 2.1.

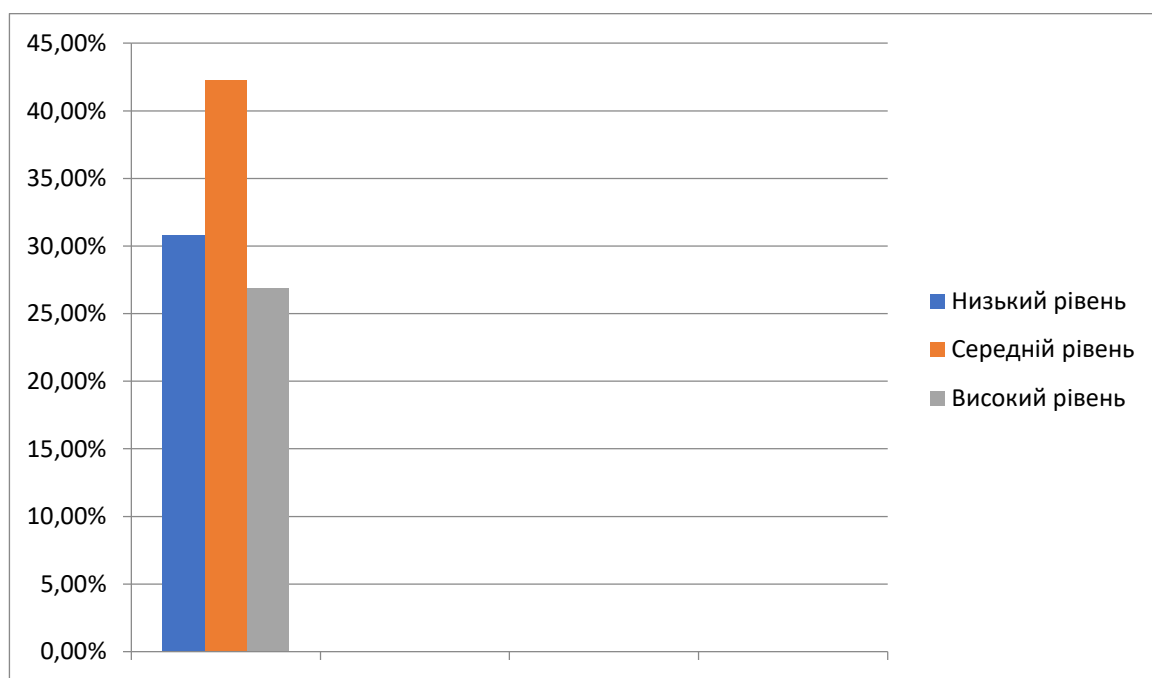


Рис 2.1.Графічне зображення результатів тестування (1-й тест) учнів 10-А класу

Таблиця 2.2. – Результати дослідження за тестом «Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл)» учнів 10-Б класу

№	Прізвище Ім'я	Бали	Результати
1	Максим Б.	6	Низький рівень

2	Вероніка Б.	17	Високий рівень
3	Марія Г.	13	Середній рівень
4	Вероніка Г.	10	Середній рівень
5	Анна Г.	15	Високий рівень
6	Дмитро Г.	5	Низький рівень
7	Ярослав К.	5	Низький рівень
8	Крістіна К.	6	Низький рівень
9	Максим К.	4	Низький рівень
10	Кирил К.	11	Середній рівень
11	Анна К.	16	Високий рівень
12	Каріна Л.	9	Середній рівень
13	Анна М.	10	Середній рівень
14	Максим М.	12	Середній рівень
15	Анастасія М.	19	Високий рівень
16	Роман С.	11	Середній рівень
17	Ярослав С.	9	Середній рівень
18	Ілля Ф.	13	Середній рівень
19	Віталій Ш.	6	Низький рівень

Таким чином,

Візуальний показ результатів дослідження серед учнів 10-Б класу відображено у вигляді діаграми Рис. 2.2.

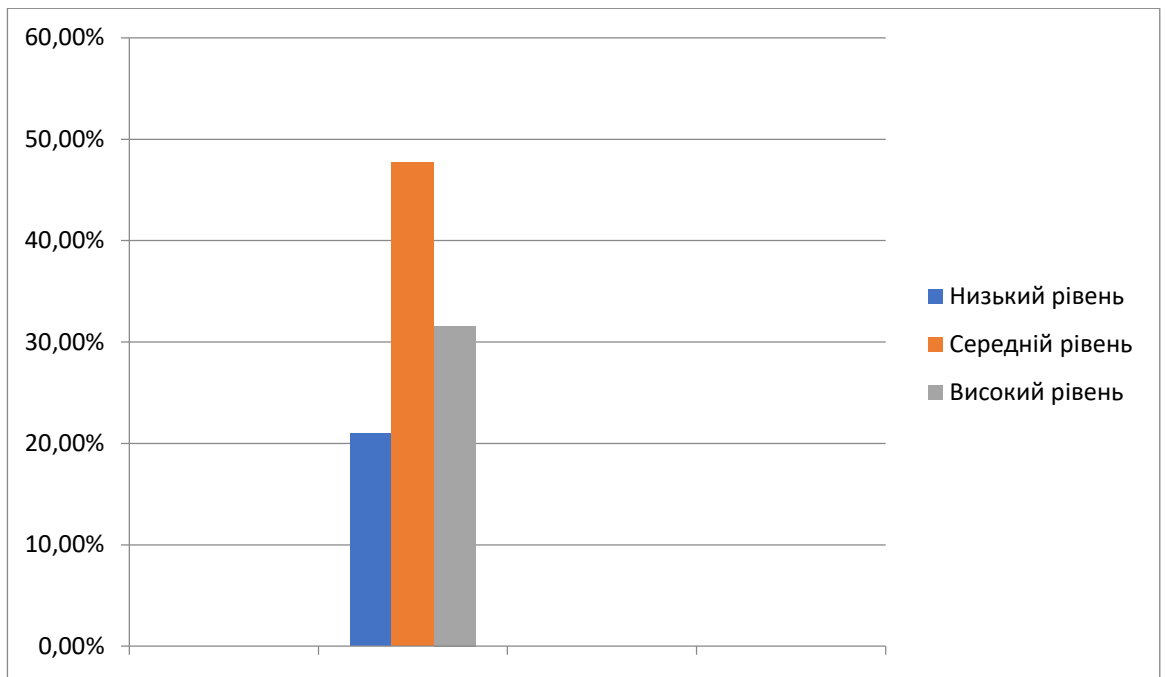


Рис. 2.2. Результати тестування (1-й тест) учнів 10-Б класу

Таблиця 2.3. – Порівняльний аналіз тестування (1-й тест) учнів 10-А та 10-Б класів

Рівень ЕІ	10-А клас	10-Б клас
Низький	30,8%	21,0%
Середній	42,3%	47,4%
Високий	26,9%	31,6%
Разом:	100%	100%

Отже, за даними таблиці 2.3. «Порівняльний аналіз учнів 10-А та 10-Б класів» можна зробити висновок.

ВИВНОВОК

Загалом у групі старшого шкільного віку (10-А та 10-Б класи) із загальної групи досліджених 1-м тестом «Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл)» учнів в 45 осіб у 26,7% (12 осіб) виявлено низький рівень, у 44,4%

(20 осіб) - середній рівень, у 28,9% (13 осіб) - високий рівень емоційного інтелекту.

Другий тест «Тест для визначення рівня Емоційного Інтелекту» надає інформацію про рівень емоційного інтелекту: до 21 бали – низький, від 22 до 27 – середній та від 28 до 36 – високий рівень ЕІ [20].

Це відображено в таблиці 2.1. Крім того, він надає інформацію про кількість отриманих результатів жовтня, відсотках і поле кожного учасника дослідження в залежності від рівня емоційного інтелекту.

Таблиця 2.4 – Результати дослідження за тестом «Тест для визначення рівня Емоційного Інтелекту» (10-А клас)

№	Прізвище Ім'я	Бали	Результати
1	Артем Б.	15	Низький рівень
2	Марія Б.	31	Високий рівень
3	Ольга В.	26	Середній рівень
4	Артем Г.	23	Середній рівень
5	Карина К.	25	Середній рівень
6	Максим К.	35	Високий рівень
7	Юрій Л.	29	Високий рівень
8	Артем Л.	31	Високий рівень
9	Валерія М.	23	Середній рівень
10	Нікіта М.	16	Низький рівень
11	Анастасія Н.	29	Високий рівень
12	Дар'я П.	33	Високий рівень
13	Артем С.	26	Середній рівень
14	Мурат С.	238	Високий рівень
15	Данило С.	26	Середній рівень
16	Ілля С.	23	Середній рівень
17	Кирило Т.	29	Високий рівень

18	Анастасія Ц.	27	Низький рівень
19	Максим Ч.	24	Низький рівень
20	Марина Ч.	23	Середній рівень
21	Евеліна Ч.	24	Середній рівень
22	Каміла Ч.	19	Низький рівень
23	Ярослав Ш.	22	Середній рівень
24	Єгор Я.	24	Середній рівень
25	Дар'я Ш.	26	Середній рівень
26	Софія Я.	19	Низький рівень

Візуальний показ результатів дослідження серед учнів 10-А класу відображено у вигляді діаграми Рис. 2.3.

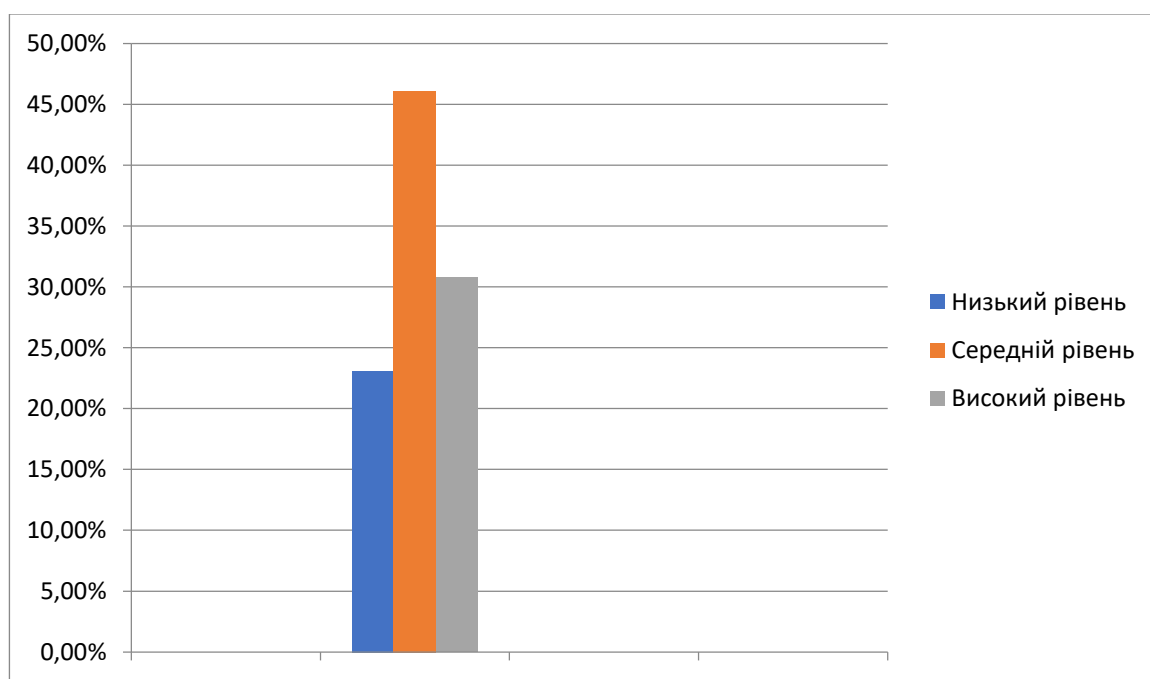


Рис 2.3.Графічне зображення результатів тестування учнів 10-А класу

Таблиця 2.5 – Результати дослідження за тестом «Тест для визначення рівня Емоційного Інтелекту» (10-Б клас)

№	Прізвище Ім'я	Бали	Результати
1	Максим Б.	33	Високий рівень
2	Вероніка Б.	35	Низький рівень
3	Марія Г.	26	Середній рівень
4	Вероніка Г.	25	Середній рівень
5	Анна Г.	24	Середній рівень
6	Дмитро Г.	32	Високий рівень
7	Ярослав К.	24	Середній рівень
8	Крістіна К.	24	Середній рівень
9	Максим К.	26	Середній рівень
10	Кирил К.	22	Середній рівень
11	Анна К.	17	Низький рівень
12	Каріна Л.	29	Високий рівень
13	Анна М.	34	Високий рівень
14	Максим М.	17	Високий рівень
15	Анастасія М.	19	Низький рівень
16	Роман С.	19	Низький рівень
17	Ярослав С.	24	Середній рівень
18	Ілля Ф.	15	Низький рівень
19	Віталій Ш.	29	Середній рівень

Візуальний показ результатів дослідження серед учнів 10-Б класу відображено у вигляді діаграми Рис. 2.4

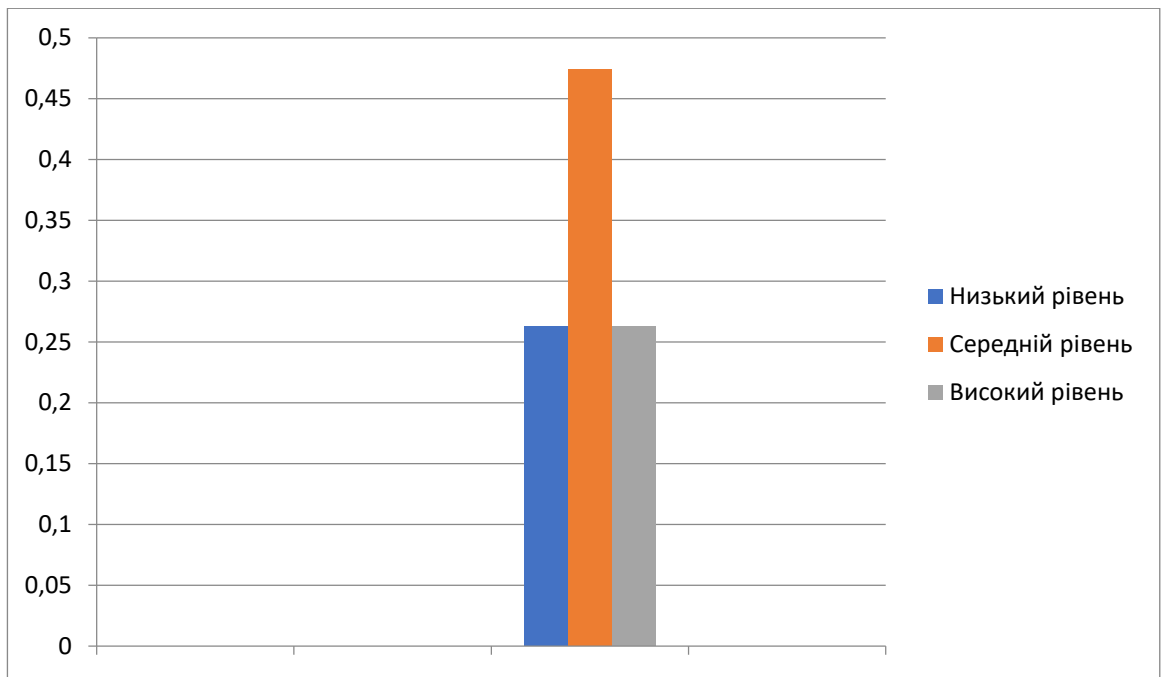


Рис. 2.4. Результати тестування (2-й тест) учнів 10-Б класу

Таблиця 2.6. – Порівняльний аналіз результатів тестування (2-й тест) учнів 10-А та 10-Б класів

Рівень ЕІ	10-А клас	10-Б клас
Низький	23,1%	26,3%
Середній	46,1%	47,4%
Високий	30,8%	26,3%
Разом:	100%	100%

Загалом у групі старшого шкільного віку (10-А та 10-Б класи) із загальної групи досліджених 2-м тестом «Тест для визначення рівня Емоційного Інтелекту» учнів в 45 осіб у 24,4% (11 осіб) було виявлено низький рівень, у 46,7% (21 особа) - середній рівень, у 26,9% (13 осіб) - високий рівень емоційного інтелекту.

Третій тест Емпіричне дослідження - тест емоційного інтелекту (автор Д. Люсін)) - це психодіагностичний метод, заснований на самозвітах, призначений для вимірювання емоційного інтелекту (еквалайзера) відповідно до теоретичної концепції суб'єкта.

Використовуючи цю методику, можна визначити ПТС (неодмінний показник загального рівня емоційного інтелекту).

Таблиця 2.7. – Результати дослідження за тестом Тест Емоційного Інтелекту (автор Д.Люсін) учнів 10-А класу

№	Прізвище Ім'я	Бали	Результати
1	Артем Б.	42	Низький рівень
2	Марія Б.	36	Високий рівень
3	Ольга В.	0	Середній рівень
4	Артем Г.	42	Середній рівень
5	Карина К.	17	Низький рівень
6	Максим К.	14	Високий рівень
7	Юрій Л.	11	Високий рівень
8	Артем Л.	59	Низький рівень
9	Валерія М.	74	Середній рівень
10	Нікіта М.	26	Дуже високий рівень
11	Анастасія Н.	73	Високий рівень
12	Дар'я П.	85	Дуже високий рівень
13	Артем С.	52	Дуже високий рівень
14	Мурат С.	12	Низький рівень
15	Данило С.	51	Середній рівень
16	Сценик Ілля	47	Середній рівень
17	Кирило Т.	79	Високий рівень
18	Анастасія Ц.	86	Низький рівень
19	Максим Ч.	56	Середній рівень
20	Марина Ч.	60	Середній рівень

21	Евеліна Ч.	58	Середній рівень
22	Каміла Ч.	16	Низький рівень
23	Ярослав Ш.	84	Високий рівень
24	Єгор Я.	59	Середній рівень
25	Дар'я Ш.	33	Низький рівень
26	Софія Я.	55	Середній рівень

Пораховані результати наведено в табл.2.8.

Таблиця 2.8. – Обробка результатів дослідження за 3-м тестом «Тест Емоційного Інтелекту (автор Д.Люсін) учнів 10-А класу

Рівень ЕІ	Отримані результати (у %)	Осіб
Дуже низький	0%	--
Низький	26,9%	7
Середній	38,5%	10
Високий	23,1%	6
Дуже високий	11,5%	3
Разом:	100%	26

Графічно результати дослідження представлено на Рис 2.5.

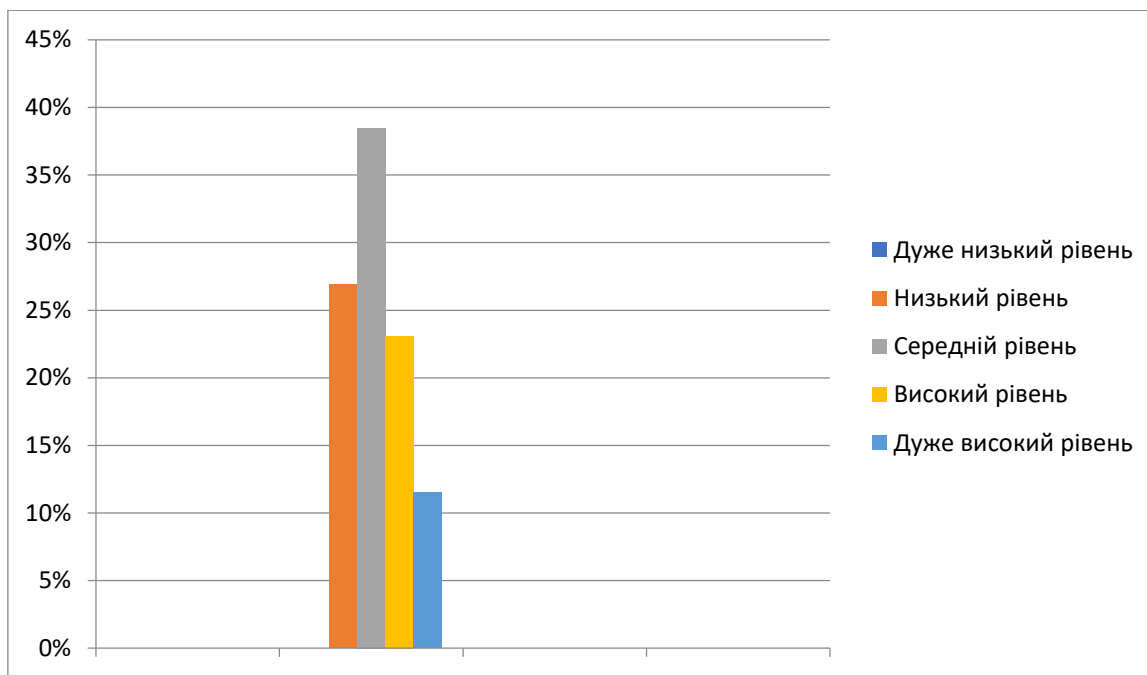


Рис 2.5 . Загальний рівень емоційного інтелекту учнів 10-А класу

Таблиця 2.9. – Результати дослідження за методикою «Тест Емоційного Інтелекту» (автор Д.Люсін) учнів 10-Б класу

№	Прізвище Ім'я	Бали	Результати
1	Максим Б.	85	Високий рівень
2	Вероніка Б.	87	Високий рівень
3	Марія Г.	39	Середній рівень
4	Вероніка Г.	22	Низький рівень
5	Анна Г.	19	Низький рівень
6	Дмитро Г.	90	Дуже високий рівень
7	Ярослав К.	63	Середній рівень
8	Крістіна К.	77	Середній рівень
9	Максим К.	53	Середній рівень
10	Кирил К.	24	Низький рівень
11	Анна К.	59	Середній рівень
12	Каріна Л.	21	Низький рівень

13	Анна М.	92	Дуже високий рівень
14	Максим М.	79	Високий рівень
15	Анастасія М.	57	Низький рівень
16	Роман С.	19	Низький рівень
17	Ярослав С.	57	Середній рівень
18	Ілля Ф.	12	Низький рівень
19	Віталій Ш.	40	Середній рівень

Таблиця 2.10. – Обробка результатів дослідження за методикою «Тест Емоційного Інтелекту» (автор Д.Люсін) (3-й тест) учнів 10-Б класу

Рівень ЕІ	Отримані результати (у %)	Осіб
Дуже низький	0%	--
Низький	36,8% %	7
Середній	36,8%	7
Високий	15,9%	3
Дуже високий	10,5%	2
Разом	100%	19

Кількість досліджених осіб – 13.

Графічно результати дослідження представлено на Рис 2.6.

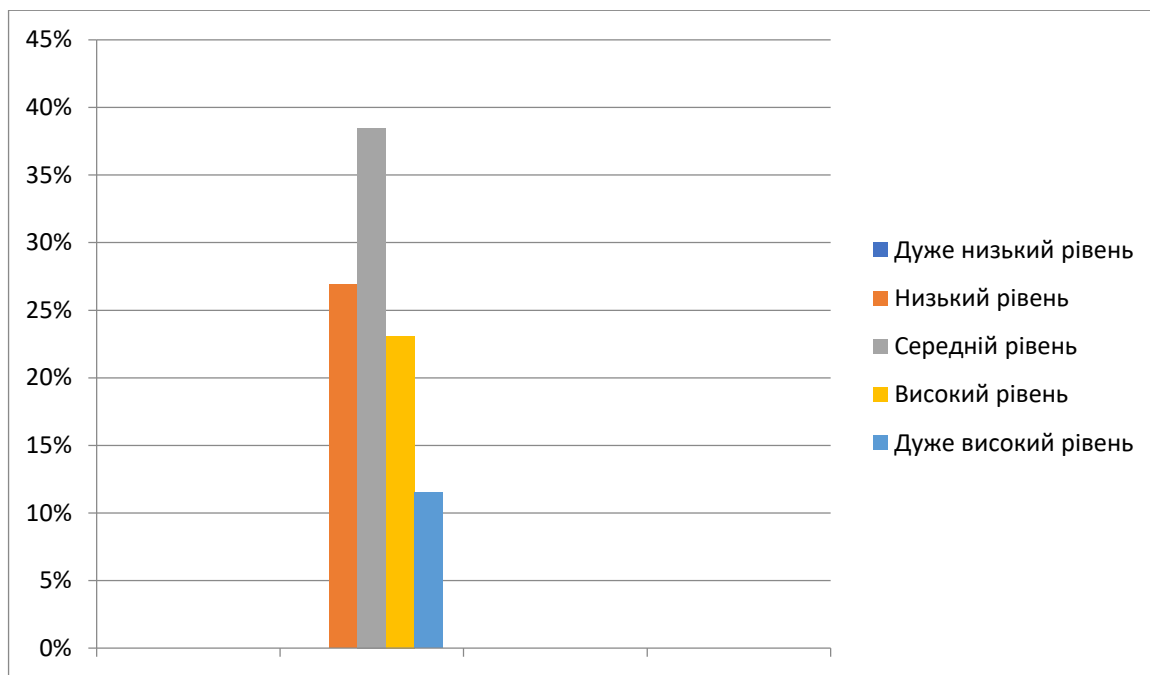


Рис 2.6. Загальний рівень емоційного інтелекту учнів 10-А класу

Таблиця 2.11. Таблиця 2.6. – Порівняльний аналіз результатів тестування (3-й тест) учнів 10-А та 10-Б класів

Рівень ЕІ	10-А клас	10-Б клас
Дуже низький	--	--
Низький	26,9%	36,8%
Середній	38,5%	36,8%
Високий	23,1%	15,9%
Дуже високий	11,5%	10,5
Разом:	100%	100%

Загалом у групі старшого шкільного віку (10-А та 10-Б класи) із загальної групи досліджених 3-м тестом «Тест Емоційного Інтелекту» (автор Д.Люсін) учнів в 45 осіб у 31,1% (14 осіб) виявлено низький рівень, у 37,8% (17 осіб) - середній рівень, у 20,0% (9 осіб) - високий рівень, у 11,1% (9 осіб) дуже високий рівень емоційного інтелекту. Зауважимо, що дуже низький рівень емоційного інтелекту ні в кого з досліджених учнів не був виявлений.

Графічно результати дослідження представлено на Рис 2.7.

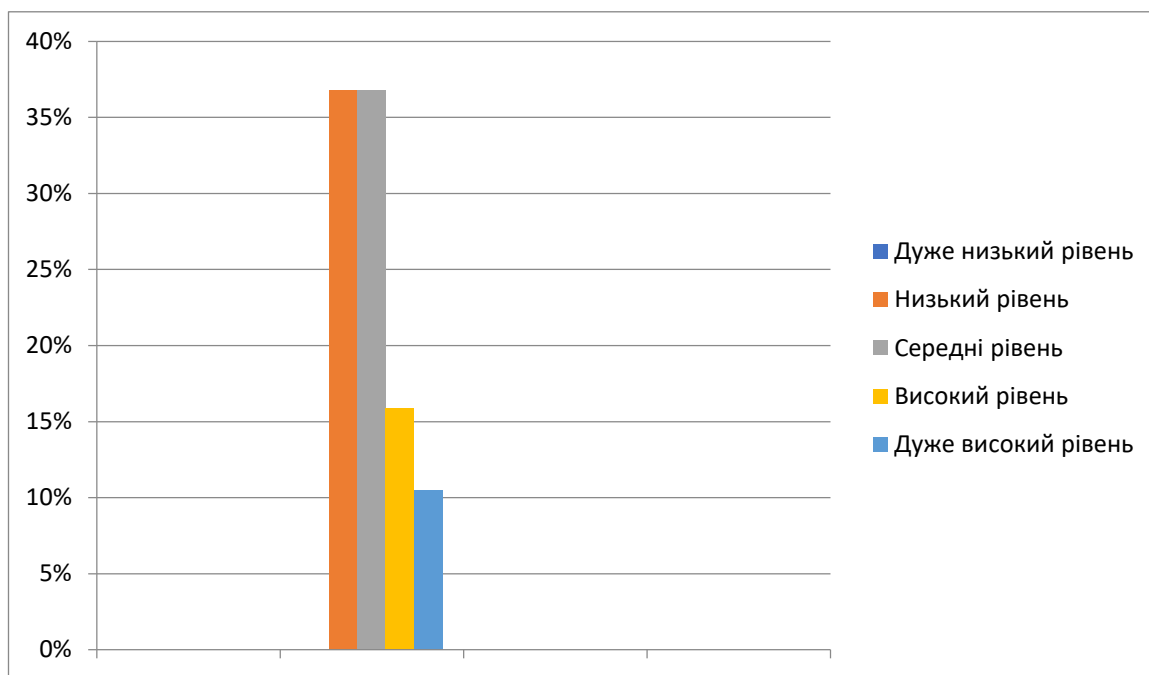


Рис 2.7. Рівень емоційного інтелекту учнів 10 -Б класу

Загалом у групі старшого шкільного віку (9 та 10 класи) із загальної групи досліджених учнів в 33 особи у 15,1% (5 осіб) виявлено низький рівень, у 72,8% (24 особи) – середній рівень, у 12,1% (4 особи) – високий рівень емоційного інтелекту.

2.3 Практичні рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту школярів старшого шкільного віку

1. Розвиток самоусвідомлення:

- Проведення тренувань з усвідомлення власних емоцій. Навчання учнів розпізнавати свої емоції, називати їх і розуміти їх походження.
- Впровадження практик медитації або релаксації для збільшення свідомості про емоційний стан.

2. Розвиток саморегуляції:

- Навчання стратегіям самоконтролю та управління емоціями (наприклад, дихальні вправи для заспокоєння).
- Використання методів відвернення уваги від негативних емоцій та перенаправлення на позитивні дії.

3. Розвиток співпереживання:

- Організація групових дій, спрямованих на співпереживання та емпатію.
- Проведення обговорень ситуацій, що викликають емоції, і визначення позиції інших людей.

4. Розвиток міжособистісної компетентності:

- Вправи з комунікації та взаємодії, спрямовані на підвищення соціальної чутливості та адаптації до різних ситуацій.
- Проведення тренінгів з конструктивного вирішення конфліктів та підтримки позитивних взаємин.

5. Стимулювання розвитку емоційного інтелекту через навчальну діяльність:

- Включення в навчальний план уроків з розвитку емоційного інтелекту.
- Використання літературних та художніх творів для вивчення та обговорення різних аспектів емоцій.

6. Підтримка розвитку емоційного інтелекту в позаурочний час:

- Організація кружків або групових занять, спрямованих на розвиток емоційної інтелігентності.
- Залучення батьків до програм розвитку емоційного інтелекту для підтримки учнів у їхньому особистісному зростанні.

7. Створення позитивного середовища:

- Забезпечення підтримки і відкритого спілкування з учителями та шкільним персоналом.

- Формування дружнього класного колективу, де взаємопідтримка та співпраця стимулюють позитивні емоції.

8. Впровадження програм соціально-емоційного навчання:

- Використання спеціально розроблених програм, які спрямовані на розвиток емоційного інтелекту.
- Включення уроків з соціально-емоційного навчання в навчальний план.

9. Залучення до спортивних та творчих занять:

- Організація спортивних команд або колективів для спільної діяльності, що сприяє розвитку емоційної стійкості та командної роботи.
- Підтримка участі учнів у музичних, художніх чи театральних заходах для виявлення та вираження емоцій через творчість.

10. Підтримка індивідуального розвитку:

- Врахування індивідуальних потреб та особливостей учнів при плануванні заходів з розвитку емоційного інтелекту.
- Надання можливостей для самовираження та розвитку особистості кожного учня.

11. Залучення до волонтерської діяльності:

- Організація волонтерських проектів або благодійних заходів, де учні зможуть відчувати задоволення від допомоги іншим та розвивати соціальну відповідальність.

12. Підтримка здорового способу життя:

- Стимулювання здорових звичок учнів, включаючи регулярну фізичну активність, збалансоване харчування та відпочинок.
- Проведення тренінгів зі стресостійкості та ефективного управління часом.

13. Стимулювання самовираження через мистецтво:

- Організація майстер-класів з малювання, музики, танців або інших форм мистецтва для вираження емоцій через творчість.

- Стимулювання участі в шкільних театральних гуртках або виставах.

14. Підтримка позитивних міжособистісних зв'язків:

- Організація групових проєктів зі спільною метою для підтримки співпраці та взаємодії між учнями.
- Проведення тренінгів з комунікаційних навичок та конструктивного спілкування.

15. Використання технологій для розвитку емоційного інтелекту:

- Використання інтерактивних додатків або онлайн-платформ для тренування емоційного інтелекту.
- Проведення вебінарів або онлайн-курсів з емоційного самовдосконалення.

16. Сприяння розвитку креативності:

- Надання можливостей для самостійного розвитку та виявлення талантів учнів.
- Організація творчих конкурсів або проєктів зі стимулюванням ідейної активності.

17. Підтримка рефлексії та самооцінки:

- Запровадження практик щодо ведення особистого щоденника з відображенням своїх емоцій та думок.
- Проведення індивідуальних консультацій з психологом для самооцінки та вирішення внутрішніх конфліктів.

18. Стимулювання участі у громадських заходах:

- Залучення учнів до волонтерської діяльності, благодійних заходів або спільних ініціатив громадськості.
- Організація шкільних проєктів з екології, соціальної допомоги або розвитку громади.

Ці рекомендації спрямовані на створення різноманітних можливостей для школярів старшого шкільного віку розвивати свій емоційний інтелект через різні активності, практики та спілкування. Застосування цих підходів

допоможе учням виростити емоційно стійкі та емпатичні особистості з глибшим розумінням себе та інших. [24,27,28]

Висновок до розділу

1. Загалом у групі старшого шкільного віку (10-А та 10-Б класи) із загальної групи досліджених 1-м тестом «Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл)» учнів в 45 осіб у 26,7% (12 осіб) виявлено низький рівень, у 44,4% (20 осіб) - середній рівень, у 28,9% (13 осіб) - високий рівень емоційного інтелекту.

2 Загалом у групі старшого шкільного віку (10-А та 10-Б класи) із загальної групи досліджених 2-м тестом «Тест для визначення рівня Емоційного Інтелекту» учнів в 45 осіб у 24,4% (11 осіб) було виявлено низький рівень, у 46,7% (21 особа) - середній рівень, у 26,9% (13 осіб) - високий рівень емоційного інтелекту.

3 Загалом у групі старшого шкільного віку (9 та 10 класи) із загальної групи досліджених учнів в 33 особи у 15,1% (5 осіб) виявлено низький рівень, у 72,8% (24 особи) – середній рівень, у 12,1% (4 особи) – високий рівень емоційного інтелекту.

ВИСНОВКИ

Систематизація та узагальнення результатів теоретичних і експериментальних досліджень психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту у старшокласників дає підставу зробити наступні висновки:

1. Емоційний інтелект (еквалайзер), заснований на теоретичному і порівняльному аналізі вітчизняних і зарубіжних досліджень емоційного інтелекту і його розвитку, - це здатність визначати когнітивні здібності людини, емоційні компоненти об'єктів, визначати, як їх використовувати і впливати на них, забезпечувати вирішення емоційно забарвлених проблем. . визначити емоційні переживання і емоційні процеси самого суб'єкта, а також стан інших людей (когнітивні і когнітивні функції).
2. Функція ЕІ в старшій школі забезпечується інтенсивним взаємозв'язком і взаємним впливом когнітивної та емоційної сфер психіки випробуваного. Емоційна сфера старшокласника, в цьому віці закладається емоційна і темпераментна основа його особистості, яка, в свою чергу, становить аксіоматичну (ціннісно-орієнтовану) основу його подальшого життя. Роздуми і переживання, викликані преференційної Асоціацією вибору життєвого шляху, утворюють в психіці старшокласника "емоційний центр", навколо якого "кружляють" всі його інтереси і діяльність. Спектр емоційно забарвлених об'єктів розширюється, а вектор їх інтелектуальної роботи поглиблюється. Психологічні особливості, пов'язані з віком цих старшокласників, припускали, по-перше, що розробка науково обґрунтованого еквалайзера є необхідною психологічною та освітньою умовою для підвищення ефективності освіти та виховання молоді у відповідь на вимоги постіндустріального суспільства, а по-друге, що арт-терапія може бути психологічною та освітньою умовою. Це ефективний спосіб розвитку еквалайзера в цьому віці.

3. В емпіричному дослідженні, спрямованому на дослідження рівнів емоційного інтелекту та взагалі його впливу на якість життя прийняли участь в загальному 71 школяр.

В першому тестуванні («Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл)) взяло участь 66 учнів, з них 32 – учні середніх (6 та 7) класів, і 34 – учні старших (9 та 10) класів. В другому тестуванні (Тест емоційного інтелекту "Емоційний інтелект для лідерства" (автор К.З. Монталво) взяло участь 46 учнів, з них 19 – учні середніх (7) класів, і 27 – учні старших (9 та 10) класів. В третьому тестуванні (Тест Емоційного Інтелекту (автор Люсін)) взяло участь 53 учні, з них 20 – учні середніх (7) класів, і 33 – учні старших (9 та 10) класів.

ДЖЕРЕЛА ПОСИЛАННЯ

1. Бантишева О.О. Взаємозв'язок емоційного інтелекту зі схильністю осіб юнацького віку до віктимної поведінки / О. О. Бантишева // Вісник ЧДПУ ім. Т.Г. Шевченка. –2014.–С. 25–30.
2. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку : монографія/ О.І.Власова.–Київ, 2005. – 308с
3. Гасюк М. Б. Проективна методика та психомалюнок : теорія, практика, експериментально-математична обробка / М. Б. Гасюк, Г. С. Шевчук. – ІваноФранківськ : Місто НВ, 2010. – 184 с.
4. Гоулман Д. Емоційний інтелект: Книжка, яка змінює уявлення про те, що означає бути розумним. Vivat. 2021.
5. Гоулман Д. Емоційне лідерство: Мистецтво управління людьми на основі емоційного інтелекту. - М: Альпіна Бізнес Букс, 2005.
[Електронний ресурс]
http://psychologis.com.ua/emocionalnyy_intellekt.htm
6. Давыдова Ю. В. Эмоциональный интеллект: сущностные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте : автореф. дисс. ...канд. психол. наук/Ю.В.Давыдова.– Москва, 2011. –22 с.
7. Заброцький М. М. Вікова психологія: навч. посіб./ М. М. Заброцький. –Київ : МАУП, 1998. –88с
8. Колісник Л. О. (2013). Проблема емоційного інтелекту в історії розвитку філософсько-психологічної думки. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*, (42), 82-90.
9. Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія:(курс лекцій): навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. / В. П. Кутішенко ; М-во освіти і науки України. Ін-т соц. роботи та упр. НПУ ім. М.П.Драгоманова. –Київ : Центр навч. літ., 2005. –128 с.

10. Кучеренко С. Методологічні підходи до вивчення самосвідомості підлітків та юнаків / С. Кучеренко // Психологія і суспільство. – 2009. – №1. – С. 134 – 151.
11. Лящ О.П. Системна детермінованість генези емоційного інтелекту в юнацькому віці. URL: http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/3_2019/part_2/11.pdf (дата звернення: 13.06.2023).
12. Методика «Діагностика "емоційного інтелекту"» / Н. Холл. Полтавський державний аграрний університет. URL: <https://www.pdau.edu.ua/content/diagnostyka-emociynogo-intelektu-n-holl> (дата звернення: 13.06.2023).
13. Назарець Л. М. Особливості емоційної регуляції у формуванні пізнавальних інтересів підлітків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Назарець Людмила Миколаївна. – Київ, 2000. – 18 с.
14. Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці : автореф. дис. ...канд. психол. наук:19.00.07 / І.Г.Павлова. –Одеса, 2005. –19 с.
15. Психология подростка : [учебник] / под ред. А. А. Реана. –СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. –480 с.
16. Санько К. О. (2015). Феномен емоційного інтелекту в сучасній психології. *Сучасна психологія: теорія і практика*, (44-47). 27-28 березня, 2015, Київ, Україна
17. Смульсон М. Л. Психологія розвитку інтелекту в ранній юності : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Смульсон Марина Лазарівна ; Ін-т психол. Г. С. Костюка АПН України. – К., 2002. – 36 с.
18. Pitulei V. V. Особливості впливу дистанційного навчання на психіку студента та викладача. «Наукові записки Національного

університету «Острозька академія»: серія «Психологія», 2021. (12), 64-68.

19. Характеристика вікових особливостей сучасних школярів

[Електронний ресурс]

<http://gymnasium152.edu.kh.ua/Files/downloads/%D0%A5%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8%20%D0%B2%D1%96%D0%BA%D1%83%20%D1%82%D0%B0%20%D0%B2%D1%96%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%85%20%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%B7%20%D1%82%D0%B0%20%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%20%D0%B2%D0%B7%D0%B0%D1%94%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D1%96%D1%97%20%D0%B7%20%D0%B4%D1%96%D1%82%D1%8C%D0%BC%D0%B8.pdf>

20. «Тест для визначення рівня Емоційного Інтелекту» знаходиться у відкритому доступі в інтернеті, тобто є доступним для усіх бажаючих. *Посилання на тест:*

<https://onlinetestpad.com/ua/test/842966-test-dlya-viznachennya-rivnya-emocijnogo-%D1%96ntelektu>

21. Тест Емоційного Інтелекту (автор Д.Люсін) Посилання на тест:

<https://www.idrlabs.com/ua/global-eq/test.php>

22. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. Handbook of emotional intelligence. Ed. by R. Bar-on, J.D.A. Parker. San Francisco: Jossey-Bass, 2000. P. 363, 378.

23. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI) / University of Texas Medical Branch Pliothermal, 2006. № 18, supl. pp. 13-25.

24. Edutopia - веб-сайт, який містить статті та відео про практичні підходи до розвитку емоційного інтелекту в шкільному середовищі [<https://www.edutopia.org/>]
25. Mayer J. D., Roberts R. D., Barsade S. G. Human abilities: Emotional intelligence. Annual review of Psychology, 2008. 59(1), 507-536.
26. O'Neil J. On Emotional Intelligence: A Conversation with Daniel Goleman. Educational Leadership, 1996. 54(1), 6-11.
27. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL) - ресурс, який надає практичні інструменти та ресурси для шкіл та педагогів щодо впровадження програм соціально-емоційного навчання [<https://casel.org/>]
28. John Gottman, "Емоційний інтелект дитини: новий погляд на розвиток особистості вашої дитини" - книга, що досліджує важливість розвитку емоційного інтелекту у дітей і надає практичні поради для батьків та вчителів