

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА**

**Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи
Кафедра педагогіки і психології дошкільної та спеціальної освіти**

**Зв'язок емоційного інтелекту та тривожності
дітей старшого дошкільного віку**

**Магістерська робота
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)**

Виконала:

студентка 2 курсу, 617 групи

Манюк Слав'яна Володимирівна

Керівник: кандидат педагогічних
наук, доц. **Комісарик М.І.**

До захисту допущено

на засіданні кафедри

протокол № ____ від „____” _____ 2024 р.

Зав. кафедрою _____ проф. Олійник М.І.

Чернівці – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ОСНОВНІ ТЕОРЕТИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСОБИСТОСТІ	6
1.1. Емоційний інтелект. Загальні поняття та функції.....	6
1.2. Емоційний інтелект та його значимість у сучасному світі	13
1.3. Емоційний інтелект у дитячому віці. Його роль, значення та розвиток.....	18
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	26
2.1. Опис вибірки та методик, використовуваних у дослідженні	26
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження	30
ВИСНОВКИ.....	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	64

ВСТУП

Дедалі частіше сучасний соціум висуває перед особою такі вимоги і завдання, без яких досягнення особистісного благополуччя чи професійного успіху може стати вкрай складним чи навіть неможливим. Найголовніші з таких вимог, зазвичай, безпосередньо чи опосередковано стосуються сфери емоційного інтелекту, адже він дозволяє людині розвинути необхідний рівень взаємодії з оточуючими, володіння своїми емоціями, соціальної адаптації, емпатії та навіть стресостійкості. Враховуючи те, що емоційний інтелект є одним з ключових компонентів розвитку та формування [26] особистості починаючи ще з дитячого віку, то цілком закономірно одним з найбільш актуальних завдань сучасної психологічної науки стали пошуки, вивчення та впровадження найбільш правильних і ефективних способів розвитку емоційного інтелекту у дітей. Саме у дитинстві формуються основи подальшої поведінки та реакцій пов'язаних з емоційною сферою, тому цей період справедливо вважається оптимальним для розвитку.

Значущий внесок при створенні теоретичних основ розуміння явища емоційного інтелекту зробили такі науковці як Ховард Гарднер з його концепцією «множинного інтелекту»; Девід Карузо, Девід Меєрс і Пітер Селовей, котрі запропонували важливу модель для розуміння складових, функцій та механізмів роботи емоційного інтелекту; Реувен Бар-Он, який суттєво доповнив існуючу модель та запропонував новий кут погляду на неї; Даніель Гоулман, який не лише впорядкував наявні знання та створив нові концепції, але й значно популяризував завдяки своїй книзі емоційний інтелект як важливий компонент повноцінної особистості. В свою чергу, опираючись на дані основи, сучасні зарубіжні та українські науковці, серед яких Елеонора Львівна Носенко, Олена Іванівна Власова, Чебикін Олексій Якович, Вовченко Ольга Анатоліївна та інші, змогли виокремити та дослідити особливості

функціонування емоційного інтелекту, взаємодії його з іншими системами та підсистемами, а також способи практичного застосування та методи розвитку.

Втім, як і значна кількість інших компонентів свідомості людини, емоційний інтелект та пов'язані з ним знання потребують постійного уточнення, оновлення, поглиблення та адаптування під сучасні реалії життя людини, що в контексті даної роботи вказує на її важливість та актуальність.

Об'єкт даного дослідження - емоційний інтелект як психологічне явище.

Предмет аналізу - особливості розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Мета: проаналізувати наявні теоретичні знання, що стосуються поняття емоційного інтелекту, наукові дослідження та сучасні програми задля визначення оптимальних шляхів формування та розвитку емоційного інтелекту дітей, провести емпіричне дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та тривожності дітей-дошкільників.

Для досягнення зазначеної мети, в даній науковій роботі вирішувались наступні завдання:

1. Проаналізувати існуючі теоретичні відомості поняття «емоційний інтелект» .
2. Визначити вплив високого рівня емоційного інтелекту на розвиток, благополуччя та діяльність особистості в сучасному соціумі.
3. Виокремити ключові аспекти, умови та ситуації, що сприяють формуванню розвитку емоційного інтелекту дитини.
4. Розглянути та проаналізувати найбільш ефективні програми і підходи, які використовуються для підвищення рівня емоційного інтелекту дітей.

Зважаючи на поставлені завдання, емоційний інтелект в межах даної наукової роботи пропонується розглядати як сукупність емоційних, соціальних і особистісних здібностей, які безпосередньо впливають на загальну здатність людини розуміти і керувати власною емоційною сферою та

ефективно взаємодіяти з оточуючими в умовах зовнішнього тиску чи вимог соціуму [18].

Гіпотезою цієї магістерської роботи слугувало наукове припущення про існування зв'язку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку з рівнем їх тривожності.

В нашому емпіричному дослідженні використовувалися такі *методики*:

- тест діагностики тривожності дошкільників «Обери потрібне обличчя» (автори – Т.Темпл, В.Амен, М.Доркі);
- методика-анкета Г.П.Лаврентєвої, Т.М. Титаренко «Виявлення тривожності дитини»;
- методика Н.Холла для дослідження емоційного інтелекту;
- опитувальник емоційного інтелекту EmIn (автор – Д.В. Люсін);
- статистична обробка даних здійснювалася за допомогою описової статистики (відсотки, середні показники) та кореляційного аналізу результатів за Ч.Пірсоном.

Теоретичне значення магістерської роботи полягає у тому, що в ній досліджений, розкритий і проаналізований взаємозв'язок емоційного інтелекту особистості та її рівня тривожності, що поповнює наукову базу новими знаннями та висновками, розширюючи розуміння різних аспектів емоційного інтелекту.

Практичне значення дослідження вбачаємо у тому, що робота досліджує відносно нову наукову проблему, що може слугувати підґрунтям вивчення взаємозв'язку емоційного інтелекту з іншими емоційними станами та особистісними властивостями дітей дошкільного віку і можна зробити висновок про можливість використання результатів цього дослідження у читанні курсів зі спеціальності.

Структура роботи. Це магістерське дослідження складається зі вступу, двох розділів, теоретичного та емпіричного, висновків, списку використаної

літератури. Робота проілюстрована 6-ма рисунками та 12-ма таблицями. Загальний обсяг магістерської роботи складає 65 друкованих сторінок.

РОЗДІЛ 1

ОСНОВНІ ТЕОРЕТИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Емоційний інтелект. Загальні поняття та функції

Припущення науковців про існування певної малодослідженої ланки між емоційними та пізнавальними процесами людини зумовили виникнення вкрай важливого періоду для розвитку психології. В своїх спробах вивчити, пояснити та заповнити інформацією цю наукову «прогалину», дослідниками було запропоновано використовувати концепт «емоційного мислення», що спонукало появу низки нових теоретичних і практичних відомостей та виявлення нових феноменів, серед яких одним з найбільш значимих став «емоційний інтелект». Спершу, в наукових колах, навіть одне лише поєднання термінів які стосувались «емоцій» та «інтелекту» могло викликати бурхливі суперечки. Значна частина науковців вважала необхідним відмовитись від використання поняття «інтелекту» в контексті цієї дискусії, вважаючи його радше метафоричним і пропонуючи натомість називати явище дане «компетентністю», посилаючись на власне трактування інтелекту як здібності без жодних, пов'язаних з емоціями, унікальних властивостей. Такий підхід прижився навіть попри запропоноване Девідом Векслером загальноприйняте визначення інтелекту як «глобальної здатності особи цілеспрямовано діяти, раціонально мислити і ефективно спілкуватись з оточуючими», що безпосередньо означає наявність певного (пов'язаного з розумінням емоційної складової як власної особистості, так і оточуючих людей) рівня комунікативних та соціальних вмінь. Оскільки наукове середовище з більшим завзяттям зосередилось на «раціональній» частці даного визначення, трактування «інтелекту людини» поступово перетворилось на доволі ригідний конструкт, який застосовується для вирішення прикладних завдань, як от логічні тести чи математичні задачки [46]. Втім, поступове накопичення

досліджень та знань у цьому напрямі дозволили прийти до створення моделі «множинного інтелекту», автором якої став Х. Гарднер. Його концепція базується на твердженні про існування таких базових типів інтелекту [36]:

- **Візуально-просторового**, який відповідає за здатність точно відтворювати в уяві раніше сприйняті образи чи навіть, беручи їх за основу, створювати нові;

- **Логіко-математичного**, який вирізняється розвиненою здатністю особи користуючись методами дедукції та індукції простежувати і розуміти причинно-наслідкові зв'язки, виділяти закономірності, знаходити логічні вирішення для розв'язання різноманітних задач, числових прикладів чи навіть абстрактних проблем;

- **Музичного**, який дає змогу більш детально сприймати, розрізняти і аналізувати звуки, а також емоційно на них реагувати, що в подальшому дозволяє ще й трансформувати і виражати звуки в окремі цілісні композиції;

- **Внутрішньоособистісного**, який представлений у вигляді можливості абстрагуватись і виразно та точно помічати власні особистісні якості, розуміти свої емоційні стани, мотиваційну складову, потреби, тощо. При достатньому рівні розвитку характеризується наявністю здатності до саморозуміння, самодисципліни чи навіть свідомого розумінням особливостей власної самооцінки;

- **Міжособистісного**, який представлений здібність швидко розпізнавати та оцінювати настрої, наміри, мотивації та почуття інших людей. Міжособистісний інтелект передбачає навички вербальної та невербальної комунікації, співпраці, вміння вирішувати конфліктні ситуації, здатність довіряти, поважати, керувати та мотивувати інших до досягнення взаємовигідної цілі. Базовий рівень прояву даного типу інтелекту можна спостерігати у тих дітей, які можуть помічати та доцільно реагувати на настрій дорослих які їх оточують;

• **Тілесно-кінестетичного**, який дозволяє усвідомлювати механічні особливості функціонування всього тіла і дає можливість компетентно контролювати й інтерпретувати рух, використовуючи дану інформацію щоб здійснювати відповідну діяльність. Цей тип інтелекту також відповідає за низку фізичних якостей, до яких відносяться баланс і координованість, силові показники, гнучкість, спритність тактильна сфера, тощо;

• **Лінгвістично-вербального**, який відповідає за ефективність застосування особою слів як в усній формі, так і в письмовій. Дозволяє опановувати навички мовленнєвої компетенції, завдяки чому покращується здатність чітко і зрозуміло формулювати та висловлювати власні думки, а також краще розуміти інших людей в процесі вербальної чи письмової комунікації з ними;

• **Екзистенційного**, який збільшує чутливість, цікавість та здатність особи до вирішення питань які вона вважає складними, глибокими, філософськими чи важливими для життя людини в глобальному сенсі;

• **Натуралістичного**, який відповідає за здатність вчитись завдяки спостереженню та аналізу навколишньої природи. Дозволяє отримувати моральне задоволення від дій, які певним чином пов'язані з природою чи екологією, як от догляд за рослинами чи тваринами, вивчення чи колекціонування різноманітних видів комах, подорожі дикою місцевістю або ж походи в гори чи ліс.

Відповідно, Ховард Гарднер вважав, що людина наділена усіма з перелічених типів інтелекту, кожен з яких здатен відносно автономно працювати виконуючи свої функції. Дослідник наголошував, що не вважає жоден з них важливішим від іншого, проте вказував на можливу домінантність одного типу (зумовлену особистісними властивостями людини, середовищем, тощо), тоді як решта залишаються менш активними.

Оскільки на той час загальноприйнятою вважалась концепція згідно з якою існує лише одна значима, «загальна» форма інтелекту, то надані

Гарднером теоретичні відомості дали змогу науковцям під новим кутом поглянути на вивчення інтелекту загалом та емоційного інтелекту зокрема. Саме її надалі використали П. Селовей, Дж Меєр та Д. Карузо як основу для створення спершу самого поняття, а згодом й повноцінної моделі для розуміння особливостей «емоційного інтелекту». Свою роботу науковці вперше представили у 1990 році, давши визначення емоційному інтелекту як здатності до ідентифікації своїх власних та чужих емоцій, з метою подальшого використання цієї інформації задля прийняття рішень. Самі ж емоції Селовей і Меєр розглядають як послідовні реакції, що перетинаються з когнітивною, фізіологічною, емпіричною та мотиваційною підсистемами особи. Дані реакції можна вважати адаптаційними, оскільки вони є осередком когнітивної активності і подальших вчинків [39]. Таким чином, емоції задають вектор поведінки люди, виконують роль сигнального механізму і зумовлюють виникнення реакцій у відповідь на певну ситуацію. Тому, автори пропонували розглядати емоційний інтелект як повноцінний і комплексний конструкт, котрий складається зі здатностей особи до ідентифікації, прояву та регулювання емоцій, а також інтеграції отриманих завдяки цьому даних у діяльність та мислення. Що стосується особливостей функціонування, то, на думку науковців, воно базується на притаманних емоційному інтелекту власних процесах і механіках (саморегуляції, експресії, репрезентації емоцій, тощо) які доволі суттєві відрізняються від принципів роботи, наприклад, загального інтелекту. Як зазначали автори, кожна з функцій яку безпосередньо виконує емоційний інтелект - має доволі складну структуру, оскільки ідентифікація емоцій, їх прояв чи регуляція можуть бути спрямовані як на себе, так і на інших. У першому випадку людині необхідно на високому рівні володіти рефлексією і вербальними та невербальними навичками, тоді як при спрямуванні на оточуючих необхідний розвинений рівень емпатії та здатності до невербального сприйняття. А от функція інтеграції емоційної інформації в сфери мислення та діяльності потребує окрім названих вище умінь ще й

наявності відповідного рівня мотивації, когнітивної гнучкості і креативності [1]. Розуміючи всю комплексність явища емоційного інтелекту, Селовей з Меєром стали ініціаторами наукових досліджень задля створення інструментарію точного вимірювання показників даного явища та їхнього відображення на прикладі конкретних проявів. В одному з таких досліджень науковці встановили, що група з високим рівнем показників розпізнавання та розуміння емоцій після перегляду сумного фільму відновила значно швидше у порівнянні з іншими. Ще одне з проведених досліджень показало здатність швидко адаптуватись до змін соціальної ситуації у респондентів з високими балами по шкалі сприйняття і розуміння емоцій оточуючих.

Окрім запропонованої вище моделі, у 1990-х роках з'явилися також й інші моделі, серед яких варто виділити роботи Р. Бар-Она та Д. Гоулмена де пропонується дещо інший погляд на досліджуване явище. Популярна на той час модель Гоулмана базувалась саме на запропонованих Селовеєм, Карузо та Меєром твердженнях, але до компонентів які пропонували вони – науковець додав декілька нових, зокрема наполегливість, ентузіазм та соціальні вміння. Таким чином, він поєднав між собою особистісні властивості людини з когнітивними здібностями які вже було включено у концепцію Селовея, Карузо та Меєра.

Значно більш обширне трактування емоційного інтелекту у своїй моделі запропонував Р. Бар-Он. Він стверджував, що дане явище варто розглядати як набір знань, кваліфікацій і когнітивних здібностей, сукупність яких дає людині всі необхідні механізми для ефективної і повноцінної життєдіяльності. Такі поєднання, на думку Бар-Она, утворюють п'ять ключових «компетенцій», які є складниками емоційного інтелекту [31]. Перелік даних компетенцій та їх складових наочно представлено у таблиці нижче:

Таблиця 1.1

Модель Емоційного інтелекту за Бар-Оном

Емоційний інтелект	
<i>Компетенція</i>	<i>Субкомпоненти</i>
Управління стресом	Контроль імпульсивності, стресостійкість
Міжособистісне спілкування	Емпатія, соціальна відповідальність, комунікативні вміння
Здатність до самопізнання	Самоактуалізація, самоповага, усвідомлення своїх емоцій, впевненість, незалежність
Спрямованість на позитивне мислення	Позитивні акцентуації характеру
Адаптивність мислення	Гнучкість, практичність, конструктивність, врівноваженість

Джерело: отримано автором з Інтернету.

Описані вище підходи були у достатній мірі конструктивні і збалансовані, щоб наприкінці 20-го століття в зарубіжній психології з'явилося близьке до звичного нам трактування «емоційного інтелекту», проте поняття про безпосередню будову емоційного інтелекту було згодом доопрацьоване. В основі оновленого бачення центральне місце займає уявлення про здатність емоції відображати інформацію про зв'язки особи з іншими людьми чи навіть предметами. Завдяки цьому, емоція, котра виникає - інформує людину про відповідний тип наявного зв'язку, при тому даний механізм працює навіть якщо мова йде про уявні чи згадувані зв'язки, а не лише актуальні. Відповідно, подальша зміна у вказаних зв'язках призводить і до зміни емоції. Саме тому, емоційний інтелект в даному контексті прийнято трактувати як здатність опрацьовувати інформацію котра міститься безпосередньо в емоціях [11].

Надалі, вказані вище теоретичні основи використовувались навіть у сучасних наукових моделях, де емоційний інтелект також розглядався у вигляді набору

здібностей, які можна виявити, виміряти та розвинути. Попри те, що науковці в своїх підходах пропонували вкрай різноманітний (а іноді навіть суперечливий) перелік важливих в контексті емоційного інтелекту здібностей, вони всі розглядали його як надзвичайно комплексне психічне утворення складене не лише на когнітивних, а й на особистісних аспектах людини, з особливим акцентом саме на вродженій здатності до регуляції власних емоційних процесів та емоційних процесів оточуючих людей. Виділяється в цьому плані підхід О.І. Власової: на її думку, запорукою розвитку емоційного інтелекту виступає так звана емоційна обдарованість, тобто нестандартність і невимушеність емоційних проявів з врахуванням доречності такої поведінки в конкретній ситуації [4]. Згодом, провівши дослідження з використанням кластерного аналізу вибірок, дещо розширив та поглибив даний підхід Є.Л. Носенко, виділивши існування декількох рівнів сформованості емоційного інтелекту в залежності від ступені розвитку емоційної сфери та пізнавальних функцій особистості [20]. Здатність до емоційної реакції на рівні умовних рефлексів дозволяє формування досліджуваного явища лише на найнижчому рівні. Середній рівень може розвиватись при довільному залученні мисленнєвих та вольових зусиль в емоційну активність, з подальшим відображенням її відображенням у свідомості. Відповідно, високий рівень сформованості передбачає наявність здатності до рефлексії над моральними та філософськими аспектами ймовірних чи альтернативних сценаріїв поведінки в умовах конкретних життєвих ситуацій [22]. Український науковець А.Я. Чебикін своїми дослідженнями теж доводить існування вкрай широкого зв'язку між рештою психічних процесів та емоційним інтелектом, пропонуючи розглядати його як психічну властивість особистості, охарактеризовану інтеграцією емоційно-вольових та когнітивних процесів, завдяки чому надалі відбувається прийняття рішень для виконання завдань та іншої, різноманітної діяльності [28].

Отже, опираючись на наявну інформацію можна констатувати, що більшість авторів дійшли згоди щодо можливості розподілу емоційного інтелекту на низку окремих компонентів, які можна вимірювати та досліджувати. Відповідно, емоційний інтелект можна охарактеризувати як поєднання специфічних психічних властивостей спрямованих на ідентифікацію, розуміння та керування емоційною сферою. В деяких наукових роботах його можуть розглядати як одну з підструктур соціального інтелекту, яка відповідає за значимі для особистісного зростання глибинні емоції, а функціонує опираючись на центральні механізми психіки людини, її емоційну та регулятивну сфери. На даному етапі, навіть враховуючи значну кількість досліджень, частина яких була проведена протягом останніх років, деякі процеси пов'язані з функціонуванням емоційного інтелекту досі потребують додаткового вивчення. Однак його вплив на формування та розвиток особистості вдалось дослідити у достатній мірі аби доопрацювати та доповнити існуючі раніше відомості і визначення, поступово констатуючи його значимість для життя та діяльності сучасної людини [19]. А це в свою чергу призвело до розробки низки функціональних моделей з можливістю подальшого практичного використання у різноманітних галузях психології, зокрема у реабілітаційних програмах чи корекційній та профілактичній роботі.

1.2. Емоційний інтелект та його значимість у сучасному світі

Сучасна людина протягом всього життя постає перед низкою різноманітних екзистенційних викликів, де вже з раннього віку однією з ключових передумов подальшого сприятливого розвитку подій виступає вміння розуміти, контролювати та реагувати на особливості власної емоційної

сфери і оточуючих людей [17]. Оскільки більшість життєвих ситуацій та діяльності безпосередньо пов'язана з емоційним спілкуванням, взаємодією, обміном, тощо, то - емоційний інтелект в таких випадках виступає як універсальне знаряддя соціалізації, розвитку та ефективного здійснення діяльності [21]. Пояснюючи ключові особливості явища емоційного інтелекту, Г.Г. Гарськова виділяє важливою перевагою його функціонування здатність суб'єкта до розуміння емоцій та інформації яку з їхньою допомогою намагаються передати інші особи. На думку дослідниці, це відбувається завдяки здатності виконувати інтелектуальний аналіз та синтез окремих емоцій індивіда в контексті його загальної емоційної сфери. Відповідно, кінцевим результатом успішного застосування емоційного інтелекту стає віднаходження таких шляхів реалізації потреб чи досягнення мети, які для конкретного і абстрактного інтелекту були б доволі неочевидними. Таким чином, якщо конкретний і абстрактний інтелект направлені на сприйняття, осмислення зовнішнього світу та закономірностей його функціонування, то емоційний інтелект відповідає за відображення закономірностей та особливостей внутрішнього світу з усіма його зв'язками, котрі впливають на поведінку людини і її взаємодію з оточуючою реальністю [7].

Оскільки така взаємодія передбачає наявність значної кількості напружених, непередбачуваних і неприємних подій чи ситуацій, то позитивний вплив розвиненого емоційного інтелекту на загальну стресостійкість особистості може стати запорукою не лише професійного успіху, а й психологічного благополуччя людини. Стверджувати про наявність даного впливу можна опираючись на дослідження С.П. Дерев'янка, яка вивчала емоційний інтелект в контексті його впливу на загальну стресостійкість та адаптивність особистості [9]. На думку дослідниці, варто акцентувати увагу саме на зв'язку між емоційним інтелектом і реагуванням на різноманітні емоціогенні ситуації. Дослідниця зазначає, що вказаний зв'язок відображається у багатьох аспектах здатності особи до тлумачення змісту

проблем чи фіксуванні на пошуках стратегії найбільш правильного їхнього вирішення [10]. В залежності від особистісних характеристик та здібностей людини, С.П. Дерев'янка виділяє два рівні на яких здатна відбуватись актуалізація емоційного інтелекту: «реакційний» (відповідає за зв'язок даного явища з контролем емоційних реакцій і їх спрямуванням) та «підконтрольний» (відповідає за зв'язок емоційного інтелекту з вибором способів подолання різноманітних стресових сценаріїв). Характерним механізмом боротьби з негативними ситуаціями для «реакційного» рівня вважається раціональний егоцентризм, який дозволяє долати неприємні почуття і емоції зосереджуючись на важливих для особи прагненнях або переживаннях, меті, тощо. В свою чергу, «підконтрольний» рівень актуалізації характеризується механізмом емоційної нейтралізації, що проявляється у вигляді здатності впливати безпосередньо на емоційний зв'язок який є причиною виникнення небажаної емоції [8]. Окрім того, з емоційним інтелектом пов'язана самоідентифікації особи за принципом порівняння себе з оточуючими (на що вказує О.А. Вовченко), в результаті чого формується здатність рефлексії та самоконтролю [5].

Отже, цілком закономірно, що перелік переваг пов'язаних із високим рівнем розвитку емоційного інтелекту з часом привернув увагу найбільших компаній в багатьох провідних сферах діяльності людини [25]. Низка внутрішніх досліджень в таких компаніях як Amazon, Apple, Microsoft та інших дозволила їм переконатись у безпосередньому впливі розвиненого емоційного інтелекту на успішність людини в роботі (навіть володіння технічними навичками не завжди було настільки ж важливим) та інших, пов'язаних з нею сферах життя. Як виявилось, внутрішня взаємодія у межах групи часто будувалась саме такими людьми, або ж навколо них. В цьому контексті важливим є проведене компанією «Google» дослідження, яке отримало назву «Project Oxygen» [44] і повинно було допомогти визначити найбільш важливі якості для «ідеального керівника». Опираючись на отримані

результати, дослідники компанії дійшли висновку, що найбільш ефективним керівником буде саме особа зі здатністю розуміти свої та чужі емоції, застосовуючи отриману інформацію при взаємодії з підлеглими. Схожого висновку дійшли незалежні науковці [13] і навіть консалтингові компанії, зокрема «Egon Zehnder International», де проаналізували анкети більше п'яти сотень осіб які представляють вищу керівну ланку у своїх організаціях [34]. Виявилось, що найчастіше успіху досягали не найбільш досвідчені чи навіть ерудовані керівники, а саме особи з розвиненим емоційним інтелектом. На це вказує і дослідження американської організації «CLL» (Центр Креативного Лідерства) [45], згідно з яким найбільш поширеною причиною відсторонень чи навіть звільнень топменеджерів виявились проблеми пов'язані з емоційною некомпетентністю: труднощі комунікації та взаємодії при роботі з командою та в команді, міжособистісні конфлікти, тощо. Таким чином, розвинений емоційний інтелект дуже швидко став однією з обов'язкових якостей, володіння якою високо цінували у своїх працівниках працедавці більшості сфер діяльності перших країн світу, про що свідчить проведене платформою CareerBuilder опитування [43]. Дана платформа спеціалізується саме на працевлаштуванні, тож опрацювавши вибірку з-понад 2500 рекрутерів, було встановлено, що серед них 71% найбільше цінує саме високий рівень емоційного інтелекту потенційних працівників, адже його наявність часто дає особі низку важливих переваг при спілкуванні з людьми чи встановленні з ними позитивних стосунків [27]:

- Не втрачають ефективність в стресових умовах, адже можуть зберігати достатній рівень спокою навіть під тиском [16];
- Здатні продуктивно взаємодіяти з командою, на власному прикладі демонструючи необхідну для вирішення конкретного завдання модель поведінки [6];
- Ефективні при розв'язуванні конфліктів, навіть якщо вони не були його безпосереднім учасником і лише виконують завдання [15];

- Можуть не лише слухати, а й дослуховуватись до порад, приймаючи добре обдумані (як наслідок – часто найбільш правильні) рішення у бізнесі чи при необхідності корекції певних аспектів поведінки, діяльності, тощо;
- Завдяки контролю над емоціями можуть застосовувати дипломатичний підхід до вирішення проблем навіть за умов, коли йдеться про суперечливі чи вкрай делікатні ситуації ;
- Використовують конструктивну критику як інструмент для подальшого особистісного розвитку та професійного зростання.

Зважаючи на це, можна вважати наявність високого рівня розвитку емоційного інтелекту буквально необхідністю, без якої виклики сучасного світу можуть стати нездоланною перешкодою. Саме тому, розвиток емоційного інтелекту стає одним з пріоритетних завдань людини. Наявність можливості завдяки зовнішньому чи тренінговому впливу цілеспрямовано формувати та розвивати емоційний інтелект підтверджує значна кількість досліджень, в межах яких доведено здатність впливати не лише на його загальний рівень, а й на окремі компоненти з яких він складається. Прикладом може слугувати емпіричне дослідження, проведене Т.П. Березовською, в межах якого було використано особливий системний підхід до виховання та навчання учнів школи театрального спрямування, а отримані дані порівнювали з показниками їхніх однолітків із звичайних шкіл. Порівняння засвідчило існування значимої різниці показників за шкалами створених Н. Холлом методик «розпізнавання емоцій інших людей» і «управління емоціями»: учасники досліджуваної групи демонстрували значно вищі значення емоційної обізнаності, осмисленості, управління емоціями та емпатії.

Окрім того, здатність адекватно розпізнавати і виражати власні емоції - вже з раннього віку стає однією з незамінних вимог сучасного світу задля успішної соціальної адаптації. Цього ж висновку дійшов Д. Гоулман на основі аналізу результатів досліджень психологом С. Новіцкі невербальних проявів емоцій дітей. Було встановлено, що без здатності компетентно виражати

власні чи розуміти чужі емоції – дитина може часто перебувати в стані фрустрації через недостатнє розуміння специфічних особливостей міжособистісного спілкування з оточуючими людьми. Через це, такі діти можуть опинитись у своєрідній соціальній ізоляції, створеній її оточенням (однолітками, друзями, однокласниками, тощо). Перебуваючи в такій ситуації, школярі навіть при наявності високого рівня загального інтелекту можуть демонструвати незадовільні результати у навчанні та більшості сфер своєї діяльності.

1.3 Емоційний інтелект у дитячому віці. Його роль, значення та розвиток

Разом з появою розуміння значущості ролі емоційного інтелекту в житті дорослої людини, фокус уваги змістився на вивчення даного явища в контексті гармонійного розвитку дитини. Виявилось, що для дитини емоційний інтелект не менш важливий, адже здатність до ідентифікації, контролю та вираження емоцій виявилась запорукою благополуччя та успішності дитини як в період її дорослішання, так при побудові кар'єри у майбутньому, адже емоції дитини здатні суттєво впливати на низку важливих аспектів її життя та діяльності, таких як: пам'ять та увага, здоров'я, здатність навчатись, спілкуватись та створювати соціальні зв'язки [32]. Разом з тим, численні дослідження називають раннє дитинство найбільш сприятливим періодом для розвитку емоційної сфери та пов'язаних з нею складових, до яких згідно з Д. Гоулменом [37], відносяться:

1. Самосвідомість.

- Чітке розуміння особою своїх почуттів в даний конкретний момент та їхнього впливу на інших є фундаментальною необхідністю для емоційної грамотності та регуляції, які в свою чергу є опорою для функціонування емоційного інтелекту.

2. Саморегуляція.

- Вміння керувати своїми переживаннями та проявами емоцій вважається запорукою успішності та психічного благополуччя дитини, адже наявність високого рівня самоконтролю позитивно впливає на стресостійкість дитини, дозволяючи їй уникати зайвих емоційних переживань у повсякденному житті.

3. Мотивація.

- Здатність особи досягати поставленої мети, незважаючи на негативні почуття та емоції, завдяки усвідомленню важливих для неї життєвих орієнтирів.

4. Емпатія.

- Розвинена емпатія дозволяє людині оцінити ситуацію з точки зору інших, розуміючи можливі сценарії їхньої подальшої поведінки, а також почуттєву та емоційну сфери.

5. Соціальні навички.

- Відповідні навички використовуються людиною задля побудови зв'язків шляхом спонукання виникнення бажаних емоційних реакцій у інших осіб чи демонстрації їм бажаних емоцій.

Тому, дитині без достатнього рівня розвитку емоційного інтелекту буває вкрай важко впоратись навіть зі щоденними стресовими ситуаціями, тож нерідко під впливом надто сильних емоцій вона здатна на вчинки чи поведінку яка призводить до деструктивних наслідків для самої дитини та оточуючих її людей. Натомість, завдяки достатньому рівню емоційної компетенції здійснюється спротив негативному, афективному, чи руйнівному впливу шляхом раціоналізації свого ставлення до стресогенних ситуацій, людей чи середовища. Принцип роботи даного механізму пояснюється «раціонально-

емоційною теорією «АВС»», за авторством А. Елліса: будь яка життєва ситуація (подія-активатор «А»), сама по собі, не здатна спричинити безпосередню поведінкову чи емоційну реакцію («С»), адже для цього потрібна когнітивно опосередкована ланка («В») у вигляді цілісної системи переконань, ідей, вірувань, тощо. Саме вказана ланка («В») вважається своєрідним каталізатором як поведінкових, так і емоційних реакцій [33]. Відповідно, для того аби уникнути подібних проблем і поступово розвивати необхідні складові емоційної сфери, дитина, передусім, потребує допомоги дорослих: вважається, що найбільш ефективна робота в даному напрямі може бути здійснена батьками та вчителями.

Цілком закономірно, що сім'я, як життєво важливий соціальний конструкт в межах якого росте та розвивається дитина, має найбільш вагомий вплив на її подальше формування [23]. Ключову роль тут відіграють батьки, адже при взаємодії з ними дитина здобуває найголовніші для успішної адаптації в соціумі навички, засвоює цінності і поведінкові звички, тощо. Вплив батьків на розвиток та формування особистості дитини є надзвичайно сильним, саме тому від сімейного оточення та стилю виховання значною мірою залежить подальший розвиток її емоційного інтелекту [30]. Згідно з науковими спостереженнями професора Дж. Готтмана, в процесі виховання батьки здатні реагувати на емоційність дитини одним з чотирьох найбільш ймовірних сценаріїв, які, відповідно, притаманні чотирьом типам батьків [41]:

1. «Байдужі» батьки здатні спокійно сприймати всі (навіть надмірні) емоції дитини, однак зазвичай не намагаються розібратись у ситуації яка призвела до цього чи включитись у виховний процес.

2. «Уникаючі» батьки сприймають емоційні прояви як безглузді та неважливі поведінкові акти та намагаються ігнорувати їх чи якнайшвидше викоринити шляхом переключення уваги дитини на щось інше.

3. «Критикуючі батьки бачать в емоціях переважно негативну складову, якої хочуть негайно позбутись переважно шляхом покарання дитини.

4. «Навчаючі» батьки з розумінням ставляться до емоцій (в тому числі негативних) і проявляють необхідний рівень терпіння аби допомогти дитині використати даний досвід як для розпізнання і розуміння емоцій, так і для вирішення конкретної проблемної ситуації.

На основі описаних вище сценаріїв реагування, можна виділити два головні напрями емоційного виховання в межах сім'ї: винагородження емоційних проявів та покарання за емоційні прояви. Беручи до уваги теорію А. Бандура, можна стверджувати, що отримання нагороди, схвалення від соціально значимих для дитини суб'єктів (наприклад батьків, вихователів, вчителів, тощо) може збільшити частоту та інтенсивність конкретного типу поведінки, натомість покарання призведе до зменшення кількості його проявів. Тому, використовуючи даний механізм, батьки здатні цілеспрямовано формувати емоційну сферу дитини, закріплюючи позитивні поведінкові патерни чи позбуваючись негативних. Попри те, що обидва підходи є доволі ефективними в досягненні поставленої мети, лише «винагороджуваче» реагування з боку батьків вважається сприятливим для загального розвитку емоційного інтелекту дитини, тоді як покарання призводить до зростання внутрішнього рівня емоційної напруги дитини та знеціненню нею необхідності використовувати емоційну компетенцію при взаємодії з іншими людьми [40].

Очевидно, що вибір сценарію реагування і здатність батьків створювати оптимальні умови для розвитку емоційної сфери дитини залежить в тому числі і від специфіки стосунків подружжя, на що вказує дослідження проведене американською організацією Multi-Health Systems. Вони встановили, що більш високий коефіцієнт рівня емоційності демонстрували задоволені своїм спільним життям пари. Базуючись на цих даних, дослідники припускають, що саме такі подружжя мають змогу створювати найбільш сприятливі умови повноцінних, емоційно забарвлених взаємовідносин, детермінуючи таким чином розвиток емоційного інтелекту своїх дітей. В межах такої сім'ї, кожен відноситься до переживань одне одного з більшою увагою та турботою,

частіше ініціюючи обговорення емоційних проблем. Відповідно, саме сім'я четвертого типу (за Дж. Готтманом) має значно більше шансів виховати емоційно розвинену та зрілу особистість, на відміну від трьох інших можливих варіантів. Професор Готтман зазначає, що вміння правильно застосовувати в межах сім'ї описаний вище розвиваючий підхід базується на власній здатності батьків усвідомлювати та розуміти п'ять «базових» емоцій: злість, страх, сором, щастям і сум. Більш детально розвиває цю ідею Д. Гоулман, котрий дійшов висновку про наявність опосередкованого (втім, логічно обгрунтованого і важливого) зв'язку між освіченістю батьків, загальним благополуччям сім'ї та високими показниками емоційної компетентності дитини. Дослідник пояснює це тим, що різноманітні значимі професійні досягнення батьків менш імовірні без наявності достатньо розвиненого емоційного інтелекту. Окрім того, на його думку, високий рівень здобутої освіти дозволяє людині краще усвідомлювати необхідність саморозвитку і рефлексії, що сприяє розвитку загальної емоційної культури батьків. В результаті, такі емоційно компетентні батьки отримують змогу спершу допомогти дитині ідентифікувати емоцію, а потім – керувати формуванням оптимальних поведінкових реакцій у відповідь на конкретну ситуацію [24].

Втім, варто зазначити, що індивідуальні особливості дитини також є важливим чинником в контексті вибору та застосування ефективної стратегії розвитку емоційного інтелекту [29]. Зокрема, темперамент здатен впливати на розвиток даної сфери не лише безпосередньо (у вигляді специфічних, характерних особливостей реагування на той, чи інший тип подразника), а й опосередковано (реакція оточуючих людей на прояв окремих, яскраво-виражених рис темпераменту). Найкраще це прослідковується у динамічній системі взаємодії дитини з батьками, де особливо помітно як емоції одного з учасників даної діади безпосередньо впливають на тип та силу емоційної реакції іншого учасника. Тобто, у випадку коли дитині притаманний підвищений рівень емоційної збудливості, то недосвідчені батьки нерідко

можуть відчувати до такої дитини відразу і гнів, або ж стати причиною виникнення афективної реакції чи навіть застосування покарання. В свою чергу, така поведінка батьків сприяє ще більшому зростанню емоційної реактивності дитини в стресових ситуаціях чи при взаємодії яка передбачає наявність соціальної оцінки з боку оточуючих (детермінуючи таким чином ще й підвищення тривожності пов'язаної з самооцінкою). Проте і емоційний інтелект здатен чинити зворотній вплив на темперамент, зокрема укріплюючи по мірі свого розвитку комунікабельність, емоційність та адаптивність особи.

Однак, навіть попри беззаперечно ключову роль батьків в ситуації розвитку емоційного інтелекту дитини – необхідність створення зовнішніх умов для такого розвитку теж залишається важливим компонентом досягнення результату. В даному контексті, школа та вчителі, як важлива частина соціального життя дитини протягом всього періоду її навчання, можуть забезпечити необхідні для цього умови. Позитивний вплив на емоційну сферу дитини та розвиток її емоційного інтелекту в межах освітнього закладу може бути здійснено завдяки створенню сприятливого психологічного клімату, спільній роботі батьків і вчителів, взаємодії з іншими учнями чи безпосередньо навчання. Важливо, щоб кожен учасник освітнього процесу (починаючи від школярів і закінчуючи адміністрацією школи) чітко усвідомлював важливість розвитку емоційного інтелекту і намагався створювати відповідні умови для взаємодії з учнями та охоплення якомога більшого кола їхніх соціальних проблем, навчаючи використовувати отримані навички на практиці в реаліях повсякденного життя [12]. При цьому, оптимальну ефективність такий підхід може забезпечити лише при повній його інтегрованості в кожен з предметів конкретної навчальної програми, що не завжди можливо в реаліях сучасної вітчизняної шкільної освіти.

Частково ця проблема вирішується існуванням спеціальні розроблених тренінгові програм, метою яких вважається безпосередня робота в напрямі емоційної компетентності дитини. Метааналіз ефективності таких програм

свідчить про досягнення сприятливого впливу на низку важливих аспектів життя учнів (таких як загальний стан психічного здоров'я) і перешкоджає розвитку патернів антисоціальної поведінки [35]. Закордоном інтеграція таких програм в освітню систему є доволі поширеною практикою, проте їхнє створення передбачає необхідність обов'язкового дотримання низки правил. Зокрема, науковці Р.Д. Робертс, М. Зайднер та Дж. Меттьюс висувають чіткий список вимог до програм розвитку емоційного інтелекту. Наприклад, кожна подібна програма повинна базуватись на доведених теоретичних основах та принципах системності і наукової обґрунтованості. Програма повинна враховувати індивідуальні та вікових особливостей учасників для яких вона розробляється і бути спрямованою на роботу з основними елементами їхнього емоційного інтелекту. Окрім того, обов'язковим є наявність чіткого механізму оцінювання ефективності даної програми і переліку ключових вмінь зі сфери емоційної компетентності, якими повинні оволодіти учасники по завершенню її застосування. Рекомендується також використання мультимодальних систем (спрямованих одразу на декілька складових психічного благополуччя дитини), адже такий підхід вважається продуктивнішим і доцільнішим для повноцінної інтеграції в освітню сферу.

Хорошим прикладом програми яка не лише відповідає описаним вище вимогам, а й відносно легко інтегрується у шкільну систему, вважається розроблена Єльським Центром Емоційного Інтелекту програма під назвою «RULER». Її метою є навчити дітей чітко розпізнавати емоції у себе та одне в одного, навчитись проявляти емоції правильно, регулювати їх, розуміти до яких наслідків приводить та чи інша емоція у конкретних ситуаціях, тощо [42]. Відповідно, дана назва є акронімом (опис та принципи роботи якого представленим нижче у таблиці 2), складеним з переліку п'яти основних навичок, якими діти повинні оволодіти та вчитись застосовувати на практиці завдяки цій програмі.

Таблиця 1.2

Основні завдання та принципи роботи програми «RULER»

Recognize	Розпізнай	Опанувати вміння завдяки реакції тіла (дихання, серцебиття, постава, рівень енергії, тощо) на емоцію отримувати важливі підказки які допоможуть розпізнати її;
Understand	Зрозумій	Навчитись завдяки використанню аналізу та рефлексії поступово виокремлювати конкретну ситуацію, людину чи думку яка передувала виникненню саме тих почуттів чи емоцій, які зараз відчуває особа;
Label	Називай	Намагатись найбільш точно і повно описувати свій теперішній емоційний стан та збільшуючи відповідний словниковий запас завдяки уникненню використання найбільш поширених загальних слів які зазвичай використовуються у подібних ситуаціях (сум, щастя, злість, тощо;
Express	Виражай	Вчитись, розбираючи різноманітні стратегії та моделі поведінки у школі, проявляти свої емоції та почуття у найбільш підходящий до конкретної ситуації спосіб;
Regulate	Регулюй	Розробити ефективні для особи короткотривалі та довгострокові стратегії регуляції емоційного стану, завдяки яким його можна змінювати (якщо це потрібно), або ж – навпаки, продовжувати його тривалість.

Джерело: отримано автором з Інтернету.

Авторами зазначається, що використання даної програми покращувало емоційний інтелект учнів, їхні соціальні навички, увагу, успішність та

продуктивність і лідерські якості, разом з тим знижуючи рівень тривожності та занепокоєння. В свою чергу, вчителі завдяки використанню програми навчаються краще застосовувати її основні принципи навіть у повсякденній шкільній активності та покращують свою комунікативну компетентність спілкування з учнями [3].

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Опис вибірки та методик, використовуваних у дослідженні

Для перевірки гіпотези нашої роботи, досягнення її мети та вирішення завдань ми організували та провели емпіричне дослідження. Вибіркою у нашому емпіричному дослідженні стали діти старшого дошкільного віку, вихованці дитячої дошкільної установи ... (n = 47), з них 20 хлопчиків і 27 дівчаток. Дослідження проводилося навесні 2024 року.

В нашому емпіричному дослідженні використовувалися такі методики:

- тест діагностики тривожності дошкільників «Обери потрібне обличчя» (автори – Т.Темпл, В.Амен, М.Доркі);
- методика-анкета Г.П.Лаврентєвої, Т.М. Титаренко «Виявлення тривожності дитини»;
- методика Н.Холла для дослідження емоційного інтелекту;
- опитувальник емоційного інтелекту EmIn (автор – Д.В. Люсін);
- статистична обробка даних здійснювалася за допомогою описової статистики (відсотки, середні показники) та кореляційного аналізу результатів за Ч.Пірсоном.

Тест діагностики тривожності дошкільників «Обери потрібне обличчя» (автори методики – Т.Темпл, В.Амен, М.Доркі)

Ця методика складається з 14-ти малюнків (вони відрізняються для хлопчиків і дівчаток), що можуть певним чином ілюструвати звичне життя дитини дошкільного віку, до кожного з яких опитуваному пропонується на вибір дитяче обличчя (вони розташовуються під малюнком) з різним виразом емоцій. Дитина повинна запропонувати вставити одне з цих облич на

відповідний малюнок (сумне чи веселе, обравши бажане) – саме така інструкція дається дитині: поглянути на малюнок і вставити на нього обличчя. Варто звернути увагу також на те, що говорить дитина про малюнок чи свій вибір.

Методика передбачає як кількісний, так і якісний аналіз даних.

Вважається також, що особливо важливим значенням володіють малюнки № 2, 4, 6, 7, 11 та 14, які є найбільш значимими при діагностиці тривожності дитини.

У підсумку в методиці визначається ІТ – індекс тривожності – шляхом поділу кількості негативних виборів дитини на 14 (кількість малюнків) та множення результату на 100 %.

Розподіл тривожності респондентів відбувається так:

0-1 бал – ІТ – 0 -7,2 % - низький рівень тривожності;

2-5 балів – ІТ – 14,3 % - 35,7 % - середній рівень;

6-7 балів – ІТ – 42,9 % - 50 % - вище середнього рівень тривожності;

8 і більше балів – ІТ – 57,1 % і вище – відповідають високому рівню прояву тривожності.

Методика містить такі тематичні малюнки:

1. Гра з молодшими дітьми (однолітками).
2. Матір з немовлям та дитиною.
3. Об'єкт агресивного ставлення.
4. Процес одягання.
5. Гра дитини зі старшими дітьми / мамою.
6. Вкладання дитини спати на самоті / або дитина залишена гратися сама.
7. Вмивання дитини.
8. Отримання дитиною догани: мама сварить дитину.
9. Ігнорування дитина батьками.
10. Агресивний напад / суперництво.

11. Дитина збирає свої іграшки.
12. Ізоляція дитини іншими дітьми.
13. Дитина разом з батьками.
14. Дитина їсть / обідає на самоті.

Зазначимо, що малюнки діляться на нейтральні, позитивні для дитини та негативні для її сприйняття.

Методика-анкета Г.П.Лаврентєвої, Т.М. Титаренко

«Виявлення тривожності дитини»

Методика анкета Г.П.Лаврентєвої, Т.М. Титаренко «Виявлення тривожності дитини» призначена для діагностики рівня тривожності дитини шляхом спостереження за її поведінкою у процесі повсякденного спілкування з однолітками / однокласниками. У нашому випадку це спостереження проводилося нами та вихователем, а наші висновки уточнювалися його позицією щодо кожного досліджуваного. Методика складається з 20 питань, на які в процесі спостереження за дітьми потрібно дати ствердні чи заперечні відповіді. У результаті визначається рівень тривожності дошкільника, який він переживає, підсумовуючи отримані стверджувальні відповіді:

- 15-20 балів – високий рівень тривожності;
- 7-14 балів – середній рівень тривожності;
- До 7 балів – низький рівень тривожності.

Методика «Емоційний інтелект» Н.Холла

Методика «Емоційний інтелект» Н.Холла призначена для діагностики емоційного інтелекту респондента. Емоційний інтелект автор методики розуміє як здатність людини розуміти власні та чужі емоції, їх значення, вміти керувати ними, їх проявом.

Методика складається з 30-ти тверджень, поділених на 5 основних шкал методики:

1. Емоційна обізнаність (розуміння емоцій і їх значення).
2. Керування власними емоціями.
3. Самомотивація (довільне, усвідомлене керування власними емоціями).
4. Емпатія.
5. Розпізнавання емоцій іншої людини.

Досліджуваних просять виразити ступінь своєї згоди із запропонованими твердженнями методики за такими параметрами: категоричне ні – (-3 бали), в основному ні – (-2), частково ні – (-1); цілком так (+3 бали), в основному так (+2), частково так (+1 бал).

В результаті визначаються рівні прояву кожної шкали методики: до 7 балів – низький рівень показника, 8-13 балів – середній рівень показника; 14 балів та більше – високий рівень показника.

Також у підсумку за методикою визначається загальний показник емоційного інтелекту респондента та рівень його прояву у досліджуваного:

39 балів і менше – низький показник емоційного інтелекту;

46-69 балів – середній рівень показника;

70 балів і більше – високий рівень показника емоційного інтелекту.

Опитувальник емоційного інтелекту ЕМІн (автор – Д.В. Люсін)

Опитувальник емоційного інтелекту ЕМІн (автор – Д.В. Люсін) призначений для діагностики рівня та складових емоційного інтелекту особистості.

Опитувальник складається із 46 тверджень, які досліджуваного просять оцінити щодо відповідності його почуттям та поведінці за чотирма варіантами: «зовсім ні», «швидше так», «швидше ні», «цілком згодний».

Методика діагностує два основні показники: міжособистісний емоційний інтелект (МЕІ), що полягає в розумінні чужих переживань та

можливості керування ними, та внутрішньо особистісний емоційний інтелект (BEI) – це розуміння людиною власних емоцій та здатність управляти ними.

Кожен з показників складається з окремих показників.

Так, MEI складається з таких параметрів:

- 1) MP – розуміння емоцій іншої людини;
- 2) MY – керування емоціями іншого.

Показник BEI містить такі шкали:

- 1) BP – розуміння людиною своїх емоцій;
- 2) BU – управління людиною своїми емоціями та переживаннями;
- 3) BE – контроль людиною зовнішніх проявів своїх емоцій / експресивності.

Бали, отримані респондентом за кожною шкалою, підраховуються за ключем до методики, завдяки чому можна виявити також рівень прояву кожного з показників.

Також можна виявити рівні прояву двох основних показників за методикою та рівень розвитку загального показника емоційного інтелекту:

- 0-71 бал – дуже низький рівень;
- 72-78 балів – низький рівень;
- 79-92 балів – середній рівень;
- 93-104 бали – високий рівень;
- 105 балів і більше – дуже високий рівень показника.

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження

На першому етапі нашого дослідження ми використали тест для діагностики тривожності дошкільників «Обери потрібне обличчя» (автори методики – Т.Темпл, В.Амен, М.Доркі).

Ця методика складається з 14-ти малюнків, що можуть певним чином ілюструвати звичне життя дитини дошкільного віку, до кожного з яких опитуваному пропонується на вибір дитяче обличчя (вони розташовуються під малюнком) з різним виразом емоцій. Дитина повинна запропонувати вставити одне з цих облич на відповідний малюнок (сумне чи веселе, обравши бажане) – саме така інструкція дається дитині: поглянути на малюнок і вставити на нього обличчя.

У підсумку в методиці визначається ІТ – індекс тривожності – шляхом поділу кількості негативних виборів дитини на 14 (кількість малюнків) та множення результату на 100 %.

Розподіл тривожності респондентів відбувається так:

0-2 бал – ІТ – 0 -7,2 % - низький рівень тривожності;

2-5 балів – ІТ – 14,3 % - 35,7 % - середній рівень;

6-7 балів – ІТ – 42,9 % - 50 % - вище середнього рівень тривожності;

8 і більше балів – ІТ – 57,1 % і вище – відповідають високому рівню прояву тривожності.

Отримані за цією методикою дані представлені у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

**Результати досліджуваних за тестом для діагностики тривожності
дошкільників «Обери потрібне обличчя»
(автори методики – Т.Темпл, В.Амен, М.Доркі)**

<i>опитані</i>	<i>бали</i>	<i>ІТ</i>	<i>опитані</i>	<i>бали</i>	<i>ІТ</i>
1	10	71,43	25	5	35,71
2	8	57,14	26	8	57,14

3	8	57,14	27	10	71,43
4	8	57,14	28	8	57,14
5	9	64,28	29	8	57,14
6	9	64,28	30	2	14,28
7	7	50	31	1	7,14
8	7	50	32	7	50
9	7	50	33	8	57,14
10	6	42,85	34	5	35,71
11	6	42,85	35	5	35,71
12	4	28,57	36	6	42,85
13	7	50	37	6	42,85
14	7	50	38	7	50
15	3	21,43	39	5	35,71
16	5	35,71	40	7	50
17	9	64,28	41	2	14,28
18	4	28,57	42	6	42,85
19	9	64,28	43	5	35,71
20	2	14,28	44	3	21,43
21	10	71,43	45	3	21,43
22	4	28,57	46	10	71,43

23	4	28,57	47	9	64,28
24	9	64,28	Середній показник		45,29
Середній показник	хлопчики	5,45		38,926	
	дівчатка	7		49,99704	

*** Примітка. ІТ – індекс тривожності.

Початковий аналіз результатів, представлених у першій таблиці, дає нам можливість зазначити, що середній показник ІТ – індексу тривожності опитаних складає 45,29 %, що відповідає середньому / вище середнього рівню прояву показника тривожності в межах всієї вибірки і вважається статистичною нормою.

Порівняння середніх результатів хлопчиків і дівчаток засвідчує, що хлопчики, згідно цієї методики, менш тривожні, ніж дівчатка: середні 38,93 % балів та 49,99 % балів відповідно.

Подальший аналіз результатів ми будемо проводити за наступною короткою таблицею, в якій представлені рівні прояву показників тривожності респондентів за цією методикою.

Таблиця 2.2.

**Рівні прояву показника ІТ за методикою «Обери потрібне обличчя»
(автори методики – Т.Темпл, В.Амен, М.Доркі)**

Рівні показника тривожності	Кількість опитаних	У %
Середній	17	36,17
Вище середнього	13	27,66
Високий	17	36,17

Аналіз результатів, отриманих за методикою «Обери потрібне обличчя» Т.Темпл, В.Амена та М.Доркі, свідчить:

- низький рівень тривожності у даній вибірці виявився зовсім відсутнім;
- 17 дошкільників, що відповідає 36,17 % усієї вибірки, продемонстрували середній рівень тривожності;
- у 13-ти досліджуваних (27,66 % вибірки) рівень тривожності, яку вони переживають, вище середнього показника;
- у решти опитаних, це 17 дітей (36,17 % усіх опитаних), - високий рівень тривожності;
- отримані нами результати за цією методикою ми можемо пояснити так: діти переживають досить високий рівень тривожності (що можна пояснити об'єктивною життєвою ситуацією), що може проявлятися у хвилюванні, напруженні, стурбованості та нервуванні (дівчатка – легко плачуть), очікуванні, що щось погане може статися;
- наочно цей етап нашого дослідження ми представили нижче, на діаграмі:

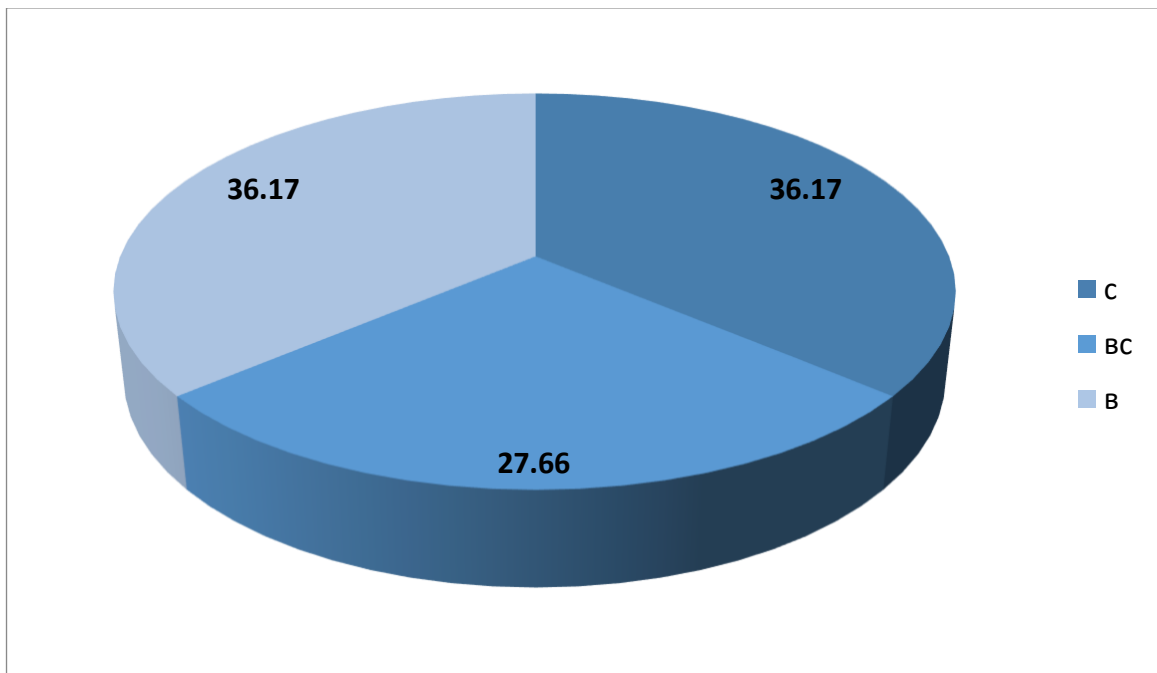


Рис.2.1. Рівні прояву показника ІТ за методикою «Обери потрібне обличчя» (автори методики – Т.Темпл, В.Амен, М.Доркі)

Джерело: складено автором самостійно.

Далі ми прагнули визначити, скільки саме негативних виборів (де діти вставляли в малюнок негативні обличчя) отримав від досліджуваних дошкільників кожен з 14-ти малюнків.

Підраховані нами результати ми представили у наступній таблиці:

Таблиця 2.3.

№	Ситуація на малюнку	Кількість негативних виборів дітей малюнка	У %
1	Гра з молодшими дітьми (однолітками).	7	14,89
2	Матір з немовлям та дитиною.	10	21,28
3	Об'єкт агресивного ставлення.	32	68,08
4	Процес одягання.	28	59,57
5	Гра дитини зі старшими дітьми / мамою.	25	56,81
6	Вкладання дитини спати на самоті / або дитина залишена гратися сама.	30	63,83
7	Вмивання дитини.	28	59,57
8	Отримання дитиною догани: мама сварить дитину.	27	57,44

9	Ігнорування дитина батьками.	29	61,7
10	Агресивний напад / суперництво.	33	70,21
11	Дитина збирає свої іграшки.	26	55,31
12	Ізоляція дитини іншими дітьми.	31	65,95
13	Дитина разом з батьками.	3	6,38
14	Дитина їсть / обідає на самоті.	15	31,91

Аналіз даних, представлених у цій таблиці, показав:

- порівняно частіше за решту малюнків, негативні обличчя досліджувані дошкільники прагнули вставити у малюнки: № 3: об'єкт агресивного ставлення – 68,08 % виборів; № 6 – дитина сама (грається чи спить) – 63,83 % виборів; № 9 – ігнорування дитини батьками – 61,7 % виборів; № 10 – агресивний напад – 70,21 % виборів; № 12 – ізоляція дитини однолітками – 65,95 % негативних виборів; варто зауважити, що лише чотири ситуації із перелічених тут: «об'єкт агресивно ставлення», агресивний напад або суперництво», «ізоляція дитини однолітками / іншими дітьми» та «ігнорування дитини батьками», - є за суттю негативними у методиці, а вибір дітьми ситуації «вкладання спати насамоті / гра дитини насамоті», яка вважається не негативною, а нейтральною, свідчить, що діти дуже тривожні, сприймаючи багато життєвих ситуації, навіть таких, які не несуть загрозу, як негативні; отже, найбільш негативно діти дошкільного віку сприймають

ситуації прояву агресії чи наявності агресора поряд та різні типи ізоляції, як батьками, так і однолітками;

- навпаки, значно менше від інших малюнків, респонденти вставляють негативні вирази обличчя на малюнках: № 1 – гра дитини з молодшими дітьми чи однолітками – 14,89 % (емоційно позитивна ситуація); № 2 – мати з немовлям поруч з дитиною – 21,28 % (нейтральна ситуація) та № 13 – дитина з батьками / в родині – 6,38 % (емоційно позитивна ситуація); додамо, що ці малюнки насправді є дуже позитивними і це закономірно, що на них рідше за інші з'являлися негативні зображення обличчя;

- решту малюнків діти обирали для заповнення негативним зображенням обличчя дещо менше, порівняно з найбільш частими виборами: від 31,91 % до 59,57 %; зазначимо також, що не всі із ситуацій, зображених на цих малюнках були негативними; тобто, дитина не дуже любить ні вмиватися сама, ні їсти насамоті, ні збирати сама свої іграшки, ні гратися зі старшими дітьми, а ситуацію, коли хтось із батьків її сварить, не схильна сприймати серйозно (мама все одно любить її);

- наочно ми проілюстрували даний етап свого емпіричного дослідження на такій діаграмі:

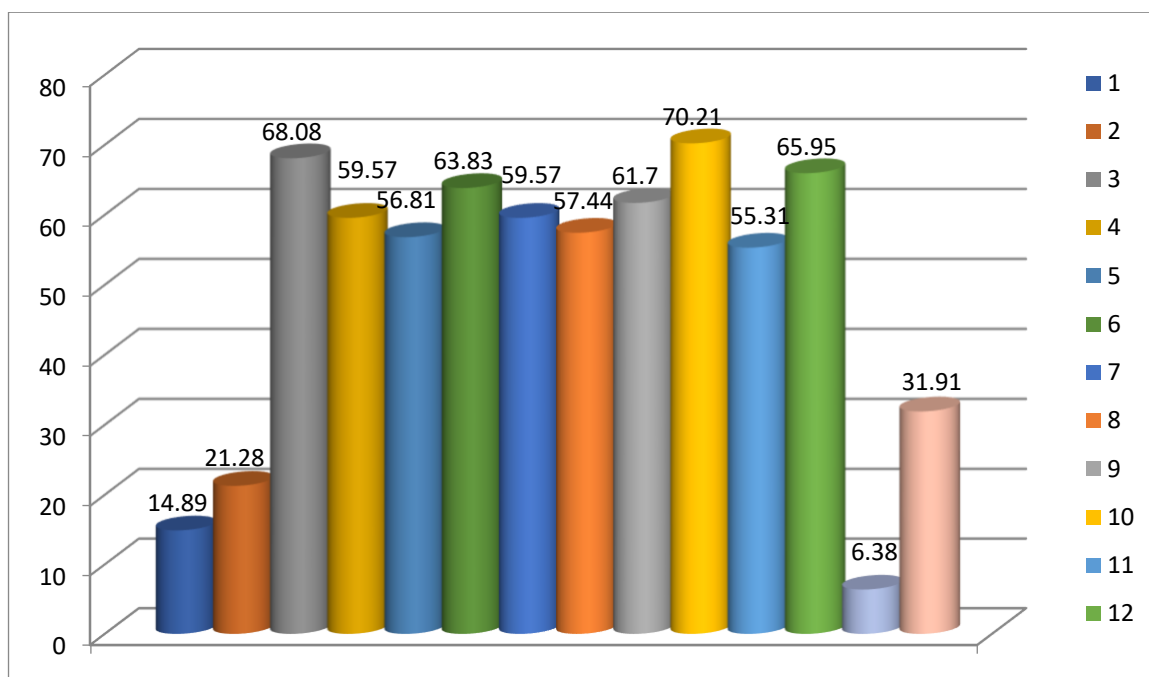


Рис.2.2. Негативні вибори опитуваних (у %)

Джерело: складено автором самостійно.

В подальшому дослідженні ми порівняли відповіді хлопчиків і дівчаток за 14-ма малюнками методики.

Результат цього порівняння ми представили у наступній таблиці.

Таблиця 2.4

№	Ситуація на малюнку	Кількість негативних виборів дітьми малюнка, у %	
		хлопчики	дівчатка
1	Гра з молодшими дітьми (однолітками).	30	11,11
2	Матір з немовлям та дитиною.	20	11,11
3	Об'єкт агресивного ставлення.	80	59,25
4	Процес одягання.	50	62,96

5	Гра дитини зі старшими дітьми / мамою.	40	51,85
6	Вкладання дитини спати на самоті / або дитина залишена гратися сама.	60	62,96
7	Вмивання дитини.	70	40,74
8	Отримання дитиною догани: мама сварить дитину.	30	51,85
9	Ігнорування дитини батьками.	40	62,96
10	Агресивний напад / суперництво.	70	62,96
11	Дитина збирає свої іграшки.	50	51,85
12	Ізоляція дитини іншими дітьми.	50	70,37
13	Дитина разом з батьками.	20	11,11
14	Дитина їсть / обідає на самоті.	40	22,22

Аналіз цієї таблиці дає нам можливість узагальнити:

- у хлопчиків: найбільш негативне сприйняття дітьми життєвих повсякденних ситуацій стосується таких ситуацій, як: «об'єкт агресивного ставлення» - 80 % негативних відповідей; «вмивання дитини» та «агресивний напад / суперництво» - по 70 % негативних виборів;

- у дівчаток: найбільш негативно досліджувані сприймають такі життєві ситуації: «ізоляція дитини іншими дітьми» - 70,37 % негативних виборів; «одягання дитини», «вкладання дитини спати на самоті / або дитина залишена

гратися сама», «ігнорування дитини батьками», «агресивний напад чи суперництво» - усі ситуації – по 62,96 % виборів;

•порівняння результатів хлопчиків і дівчаток приводить нас до висновків: дівчатка значно більше повсякденних ситуацій, що трапляються з ними в житті, схильні вважати стресовими та такими, що викликають переживання тривоги; найсильніше, порівняно з іншими, відрізняються вибори хлопчиків і дівчаток у таких ситуаціях (вони відзначені виділенням у таблиці): 1) об'єкт агресивного ставлення, 2) вмивання дитини, 3) отримання дитиною догани: мама сварить дитину, 4) ігнорування дитини батьками, 5) ізоляція дитини іншими дітьми; причому хлопчики більше, ніж дівчатка, не люблять вмиватися та не люблять почуватися об'єктом агресивного ставлення, тоді як у дівчаток більшу, ніж у хлопчиків тривогу викликають інші перелічені вище ситуації.

Другою нами була використана методика анкета Г.П.Лаврентєвої, Т.М. Титаренко «Виявлення тривожності дитини» призначена для діагностики рівня тривожності дитини шляхом спостереження за її поведінкою у процесі повсякденного спілкування з однолітками / одногрупниками. Зазначимо, що у нашому випадку це спостереження проводилося нами та вихователем, а наші висновки уточнювалися його позицією щодо кожного досліджуваного. Методика складається з 20 питань, на які в процесі спостереження за дітьми потрібно дати ствердні чи заперечні відповіді. У результаті визначається рівень тривожності дошкільника, який він переживає, підсумовуючи отримані стверджувальні відповіді:

15-20 балів – високий рівень тривожності;

7-14 балів – середній рівень тривожності;

До 7 балів – низький рівень тривожності.

Отримані за цією методикою результати занесені нами до наступної таблиці.

Таблиця 2.5.

**Результати досліджуваних за методикою Г.П.Лаврентєвої,
Т.М. Титаренко «Виявлення тривожності дитини»**

<i>опитані</i>	бали	<i>опитані</i>	бали
1	18	25	5
2	14	26	15
3	14	27	18
4	16	28	15
5	17	29	13
6	16	30	5
7	15	31	5
8	9	32	11
9	8	33	16
10	13	34	13
11	6	35	4
12	12	36	8
13	12	37	7
14	11	38	10
15	9	39	6
16	5	40	15
17	17	41	3
18	3	42	14
19	15	43	4
20	6	44	8

21	17	45	7
22	11	46	18
23	10	47	16
24	16	Середній показник	11,19
Середні показники		Хлопчики	12,05
		Дівчатка	10,5556

За результатами, представленими у цій таблиці, можна зазначити, що середній показник тривожності респондентів по досліджуваній вибірці складає 11,19 балів, що відповідає середньому рівню цього показника.

Порівняння результатів середніх за цією методикою показує, що хлопчики виявилися дещо більш тривожними, ніж дівчатка (12,05 балів та 10,56 балів відповідно), хоча різниця не є досить суттєвою.

Подальший аналіз ми продовжили за наступною таблицею, де представлені рівні прояву показника тривожності дітей.

Таблиця 2.6

**Рівні прояву тривожності досліджуваних за методикою
Г.П.Лаврентєвої, Т.М. Титаренко «Виявлення тривожності дитини»**

Рівні показника тривожності	Кількість опитаних	У %
Низький	13	27,66
Середній	18	38,29
Високий	16	34,04

Аналіз даних цієї таблиці за методикою Г.П.Лаврентевої, Т.М. Титаренко «Виявлення тривожності дитини» дозволяє нам прийти до таких узагальнюючих їх результатів:

- у більшості досліджуваних дошкільників виявлено середній рівень переживання тривожності: це 18 дітей, що складає 38,29 % вибірки;
- ще у 34,04 % опитаних діагностовано високий рівень тривожності особистості;
- у решти, 27,66 % усієї вибірки, - низький рівень тривожності;
- тобто, майже три чверті дітей старшого дошкільного віку досліджуваної нами вибірки досить тривожні, неспокійні, дуже хвилюються, особливо у ситуації невизначеності, схильні до імпульсивних, непродуманих реакцій, бояться несподіваних, невизначених ситуацій і таких, які, на їх думку, можуть завершитися негативними наслідками для них;
- наочно результати цього етапу дослідження ми представили на такій діаграмі:

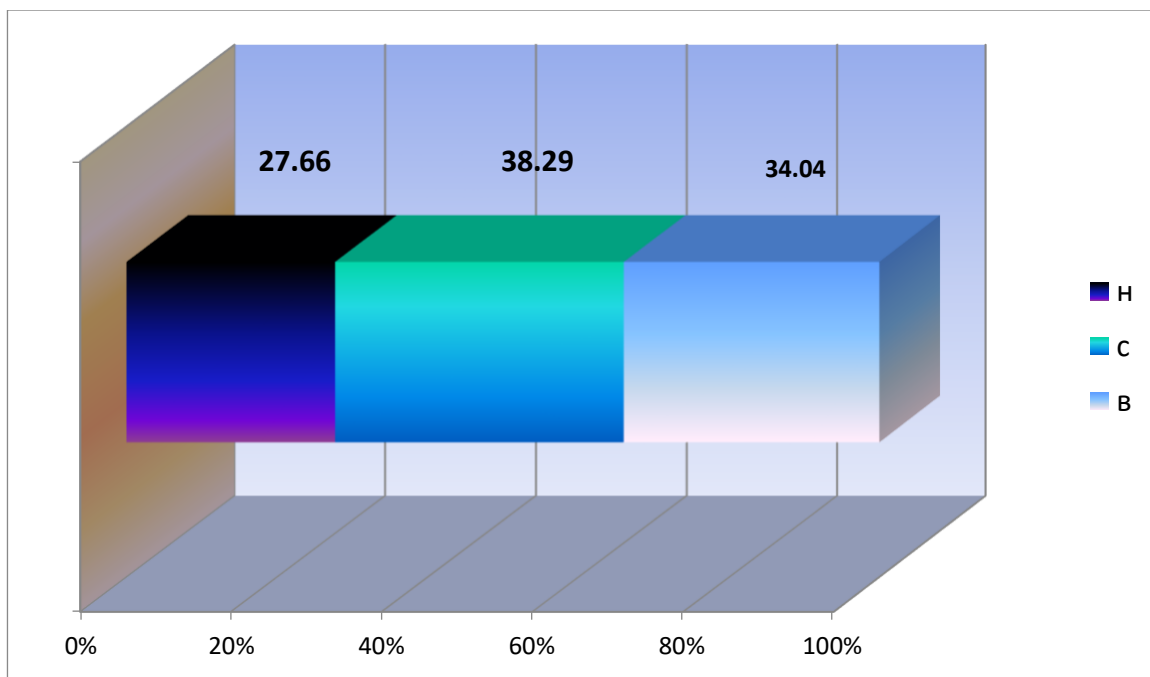


Рис. 2.3. Рівні прояву тривожності респондентів за методикою Г.П.Лаврентевої, Т.М. Титаренко «Виявлення тривожності дитини»

Джерело: складено автором самостійно.

Наступною нами була використана методика «Емоційний інтелект» Н.Холла призначена для діагностики емоційного інтелекту респондента. Емоційний інтелект автор методики розуміє як здатність людини розуміти власні та чужі емоції, їх значення, вміти керувати ними, їх проявом.

Методика складається з 5 основних шкал методики:

1. Емоційна обізнаність (розуміння емоцій і їх значення).
2. Керування власними емоціями.
3. Самомотивація (довільне, усвідомлене керування власними емоціями).
4. Емпатія.
5. Розпізнавання емоцій іншої людини.

У результаті визначаються рівні прояву кожної шкали методики: до 7 балів – низький рівень показника, 8-13 балів – середній рівень показника; 14 балів та більше – високий рівень показника.

Також у підсумку за методикою визначається загальний показник емоційного інтелекту респондента та рівень його прояву у досліджуваного:

39 балів і менше – низький показник емоційного інтелекту;

46-69 балів – середній рівень показника;

70 балів і більше – високий рівень показника емоційного інтелекту.

Отримані за цією методикою результати представлені нами у такій таблиці:

Таблиця 2.7.

Результати респондентів за методикою Н.Холла

<i>опитані</i>	1	2	3	4	5	EI	<i>опитані</i>	1	2	3	4	5	EI
1	7	5	8	4	7	31	25	16	14	14	14	12	70
2	15	12	12	10	12	61	26	15	14	10	11	11	61
3	14	14	13	12	11	64	27	13	13	10	10	10	56

4	6	6	8	6	6	32	28	8	8	8	5	9	38
5	13	13	11	9	10	56	29	14	15	14	13	12	68
6	13	13	10	8	11	55	30	13	11	11	11	12	59
7	9	8	8	7	7	39	31	14	12	12	8	7	53
8	14	14	14	13	13	68	32	15	14	14	12	10	65
9	14	13	13	12	14	66	33	6	6	6	8	9	35
10	11	7	8	8	8	42	34	13	9	9	7	10	48
11	6	13	14	14	13	69	35	14	13	12	13	14	66
12	14	9	9	8	10	50	36	16	13	14	13	12	68
13	15	13	13	12	14	67	37	16	13	13	14	13	69
14	14	13	14	10	14	65	38	15	14	13	11	11	64
15	14	10	8	9	9	50	39	15	14	15	10	14	68
16	16	14	15	11	11	67	40	7	8	9	6	8	38
17	7	6	7	5	8	33	41	13	13	12	14	14	66
18	12	12	12	14	14	64	42	10	8	9	10	8	45
19	14	11	11	10	13	59	43	13	12	13	14	13	65
20	14	12	12	10	12	60	44	13	10	9	9	11	52
21	14	13	12	9	10	58	45	12	10	9	8	12	51
22	12	9	10	8	8	47	46	14	12	13	10	9	58
23	12	10	10	7	9	48	47	5	5	8	8	7	35
24	14	10	12	10	14	60	Середній показник	12, 42	11, 08	11, 08	9,8 9	10, 76	55, 5

Середні показники	Хлопчики	10, 35	8,4 5	8,9	7,6	8,8 5	44, 3
	Дівчатка	13, 96	13, 03	12, 7	11, 59	12, 18	63, 81

Примітка. 1, 2, 3, 4, 5, EI вгорі таблиці відповідають показникам / шкалам емоційного інтелекту (EI), описаним вище.

Аналіз результатів, представлених у цій таблиці, свідчить, що, згідно середніх показників, серед складових емоційного інтелекту у досліджуваній вибірці переважає шкала емоційної обізнаності (розуміння емоцій та їх значення), де середня найбільша – 12,42 балів; найменшим є прояв у респондентів емпатії – середня – 9,89 балів; середні показники решти шкал близькі за значенням. Причому в усіх випадках середні показники шкал – в межах середнього рівня прояву показника.

Середній показник загального показника емоційного інтелекту складає 55,51 балів, що також відповідає середньому рівню прояву цього показника. Тобто, можемо припустити, що емоційний інтелект досліджуваних і його складові у вибірці розвинені на середньому рівні.

Порівняння середніх по вибірці результатів хлопчиків і дівчаток показує, що за всіма середніми показниками емоційний інтелект дівчаток розвинений дещо ліпше у дівчаток, ніж у хлопчиків, як видно з цієї таблиці. Особливо суттєва відмінність існує між такими показниками емоційного інтелекту, як керування власними емоціями (середні показники – 8,45 балів у хлопчиків та 13,03 балів у дівчаток) та емпатія (7,6 та 11,59 балів відповідно) та загальним його показником (44,3 бали – у хлопчиків і 63,81 балів – у дівчаток).

Подальший аналіз наших даних за цією методикою ми будемо аналізувати за наступною таблицею.

Таблиця 2.8.

Рівні прояву показників за методикою діагностики

емоційного інтелекту

рівні	показники											
	1		2		3		4		5		EI	
	к-ть	у %	к-ть	у %	к-ть	у %	к-ть	у %	к-ть	у %	к-ть	у %
Низький	6	12,77	6	12,77	2	4,25	8	17,02	4	8,51	8	17,02
Середній	16	34,04	32	68,08	36	76,59	33	70,21	35	74,46	38	80,85
Високий	25	56,81	9	29,45	9	29,45	6	12,77	8	17,02	1	2,13

Аналіз даних, представлених у таблиці, свідчить:

- емоційна обізнаність (розуміння дітьми емоцій і їх значення) у досліджуваній вибірці розвинута найкраще, оскільки за цим показником найбільше респондентів з високим рівнем прояву показника – 56,81 %; тобто діти дошкільного віку вчаться розуміти свої емоції, що саме вони переживають; і тільки у 12,77 % досліджуваних цей показник знаходиться на низькому рівні прояву;

- керування власними емоціями у вибірці розвинене переважно на середньому рівні – у 68,08 % вибірки; ще у 29,45 % опитаних – високий рівень прояву цього показника, у решти досліджуваних – низький; тобто досліджувані дошкільники ліпше розуміють свої емоції, ніж можуть керувати ними;

- показник самомотивації (це довільне, усвідомлене керування власними емоціями) також проявляється переважно на середньому рівні, причому у трьох чвертей опитаних, у 76,59 % вибірки, ще у 29,45 % опитаних – високий рівень прояву цього показника, у решти, 4,25 % респондентів – на низькому рівні;

- емпатія у досліджуваній вибірці розвинена дещо менше, порівняно з рештою показників емоційного інтелекту: тут порівняно менше дошкільників з високими показниками емпатії та більше дітей з низькими показниками емпатії, тоді, як і за рештою показників методики, за показником емпатії домінуючим виявляється середній рівень цього показника; тобто досліджувані в середньому можуть проявити емпатію, проте проявляють її недостатньо;

- показник розпізнавання емоцій іншої людини у вибірці також у більшості дошкільників проявляється на середньому рівні, у 74,46 %, ще у 17,02 % дітей – високий, а у 8,51 % опитаних – низький рівень прояву цього показника; тобто діти дошкільного віку в середньому здатні розуміти, які емоції насправді переживає інша людина;

- емоційний інтелект в цілому в основній кількості дошкільників представлений середнім рівнем прояву, він виявлений у 80,85 % усієї вибірки; тоді як на другій позиції тут низькі показники емоційного інтелекту – у 17,02 % дітей, і тільки в одній дитині дошкільного віку (2,13 %) діагностовано високий рівень розвитку емоційного інтелекту; вважаємо такий результат в цілому достовірним статистично, оскільки найбільша частина досліджуваної вибірки показали середній рівень розвитку емоційного інтелекту;

- наочно ми представили даний етап емпіричного дослідження на таких двох діаграмах (зазначимо, що для кращого унаочнення ми представили загальні результати за цією методикою (загальний показник емоційного інтелекту) на окремій діаграмі):

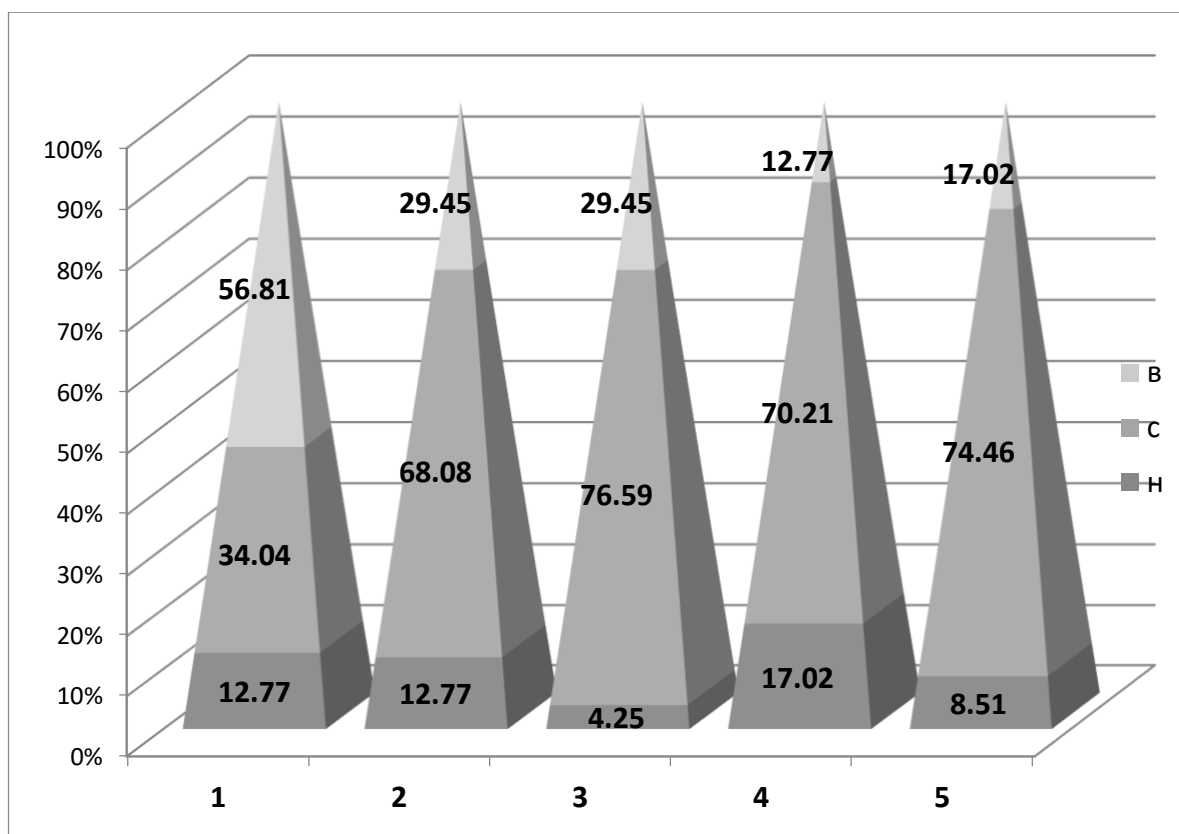


Рис.2.4. Рівні прояву показників розвитку емоційного інтелекту дошкільників за методикою Н.Холла

Джерело: складено автором самостійно.

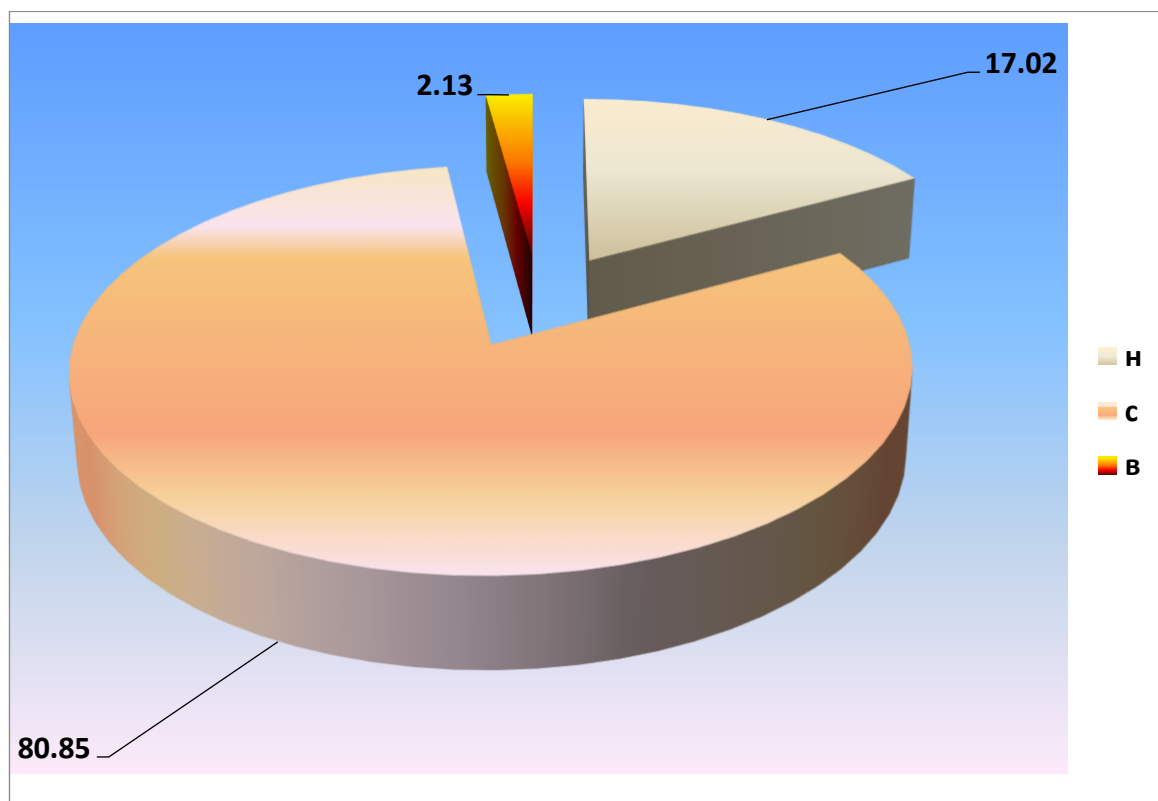


Рис.2.5. Рівні розвитку показника емоційного інтелекту (загального показника) у вибірці за методикою Н.Холла

Джерело: складено автором самостійно.

Останньою методикою, яку ми використали в емпіричному дослідженні, став опитувальник емоційного інтелекту ЕМІн (автор – Д.В. Люсін) призначений для діагностики рівня та складових емоційного інтелекту особистості.

Досліджуваного просять оцінити твердження методики щодо відповідності його почуттям та поведінці за чотирма варіантами: «зовсім ні», «швидше так», «швидше ні», «цілком згодний».

Методика діагностує два основні показники: міжособистісний емоційний інтелект (МІ), що полягає в розумінні чужих переживань та можливості керування ними, та внутрішньо особистісний емоційний інтелект (ВІ) – це розуміння людиною власних емоцій та здатність управляти ними.

Кожен з показників складається з окремих показників.

Бали, отримані респондентом за кожною шкалою, підраховуються за ключем до методики, завдяки чому можна виявити також рівень прояву кожного з показників.

Також можна виявити рівні прояву двох основних показників за методикою та рівень розвитку загального показника емоційного інтелекту:

0-71 бал – дуже низький рівень;

72-78 балів – низький рівень;

79-92 балів – середній рівень;

93-104 бали – високий рівень;

105 балів і більше – дуже високий рівень показника.

Таблиця 2.9.

**Результати опитувальника емоційного інтелекту ЕмІн
(за Д.В. Люсіним)**

<i>Опи- тані</i>	MP	MY	ME I	BP	B Y	BE	BE I	EI	<i>Опи- тані</i>	MP	MY	ME I	BP	B Y	BE	B EI	EI
1	10	7	17	12	11	10	33	50	25	20	20	40	22	15	9	46	86
2	21	15	36	21	13	10	44	80	26	20	15	35	20	10	14	44	79
3	20	13	33	25	12	10	47	80	27	15	12	27	20	16	13	49	76
4	12	10	22	14	15	13	42	64	28	12	11	23	15	15	12	42	65
5	16	12	28	19	18	12	49	77	29	23	14	37	20	10	13	43	80
6	16	13	29	18	18	14	50	78	30	15	13	28	24	13	10	47	75
7	12	11	23	16	14	12	42	65	31	14	13	27	23	15	10	48	75
8	18	21	39	22	12	9	43	82	32	20	16	36	25	11	11	47	81
9	20	20	40	21	13	8	42	82	33	12	10	22	14	14	13	41	63
10	12	10	22	18	17	13	48	70	34	15	13	28	18	14	10	42	70
11	22	16	38	21	15	10	46	84	35	22	21	43	21	16	8	45	88
12	14	12	26	20	15	9	44	70	36	23	17	40	20	15	9	44	84
13	22	17	39	18	8	15	41	80	37	23	15	38	22	16	8	46	84
14	19	17	36	22	13	10	45	81	38	20	16	36	24	12	10	46	82
15	13	12	25	20	17	10	47	72	39	22	15	37	22	14	11	47	84
16	18	22	40	21	16	9	46	86	40	13	11	24	17	15	12	44	68
17	10	8	18	15	12	10	37	55	41	25	16	41	20	15	14	49	90
18	27	20	47	20	14	9	43	90	42	13	12	25	18	15	10	43	68
19	17	13	30	20	18	10	48	78	43	22	20	42	22	16	7	45	87
20	15	12	27	23	12	11	46	73	44	14	12	26	20	16	11	47	72
21	15	11	26	21	17	13	51	77	45	15	10	25	25	12	10	47	72
22	14	12	26	20	16	9	45	71	46	14	13	27	20	15	13	48	75

23	13	13	26	19	17	9	45	71	47	12	10	22	13	15	12	40	62
24									Серед ня	16,9	13,9	30,9	19,7	14		44	
	17	14	31	18	17	14	49	78		5	5	2	7	,3 6	10,8 3	,9 5	75,7 5
Опи- тані	MP	MY	ME I	BP	B Y	BE	BE I	EI	Опи- тані	MP	MY	ME I	BP	B Y	BE	B EI	EI
Середні показники				хлопчики		13	11,1	24,1	18,2	14,5	10,8	43,5	67,5 5				
				дівчатка		19,8 9	16,0 7	35,9 6	20,9 2	14,2 5	10,8 5	46,03	81,8 1				

МР – розуміння емоцій іншої людини; МУ – керування емоціями іншого; ВР – розуміння людиною своїх емоцій; ВУ – управління людиною своїми емоціями та переживаннями; ВЕ – контроль людиною зовнішніх проявів своїх емоцій / експресивності.

Аналіз результатів за методикою Д.В. Люсіна показує, що, за середніми показниками, більше, порівняно з рештою показників, у досліджуваній вибірці представлені такі показники емоційного інтелекту, як розуміння дитиною своїх емоцій – середня – 19,77 балів (це відповідає середньому рівню прояву показника), та розуміння емоцій іншої людини – середня – 16,95 балів (це відповідає низькому рівню показника); проте зазначимо, що власні переживання діти розуміють ліпше, ніж емоційні переживання інших людей.

Менше, порівняно з іншими показниками, у вибірці проявляється така складова емоційного інтелекту, як контроль людиною зовнішніх проявів своїх емоцій / експресивності, де середня найменша – 10,83 балів, проте цей показник відповідає середньому рівню його прояву.

Міжособистісний емоційний інтелект (МЕІ), за середнім показником по вибірці, складає 30,92 балів (це низький рівень прояву показника), а внутрішньо особистісний емоційний інтелект – 44,95 балів (це середній рівень, прояву показника), тобто себе діти старшого дошкільного віку, свої емоції, розуміють краще, ніж чужі.

Середня загального показника емоційного інтелекту за цією методикою становить 75,75 балів, що відповідає низькому рівню прояву цього показника.

Порівняння показників дівчаток і хлопчиків за цієї методикою свідчить, що суттєва різниця між показниками хлопчиків і дівчат помітна за показниками розуміння емоцій іншої людини (13 балів – середній показник хлопчиків та 19,89 балів – середня у дівчат); керування емоціями іншої людини (11,1 балів та 16,7 балів відповідно); показником міжособистісного емоційного інтелекту (24,1 балів та 35,96 балів) та загальним показником розвитку емоційного інтелекту (67,55 балів та 81,81 балів відповідно); тут різниця між середніми показниками досить значна. Тоді як незначна, значно менша різниця між хлопчиками та дівчатками помітна між такими середніми показниками: розуміння людиною власних емоцій (18,2 бали – середня хлопчиків і 20,92 балів – дівчаток), управління своїми емоціями (14,5 балів та 14,25 балів відповідно), контроль експресивності (10,8 балів та 10,85 балів) та загальним показником внутрішнього емоційного інтелекту (43,5 балів та 46,03 балів). Тут різниця знаходиться в межах трьох балів.

Подальший аналіз отриманих за методикою результатів ми проводитимемо за наступною методикою.

Таблиця 2.10

**Рівні прояву показників емоційного інтелекту
за методикою ЕмІн (Д.В. Люсін)**

рівні	показники															
	МР		МУ		МЕІ		ВР		ВУ		ВЕ		ВЕІ		ЕІ	
	к-ть	%	к-ть	%	к-ть	%	к-ть	%	к-ть	%	к-ть	%	к-ть	%	к-ть	%
дн	30	63,83	29	61,7	28	59,57	2	4,25	1	2,13	-	-	1	2,13	14	29,78

ДВ	В	С	Н
-	1	4	12
-	2,13	8,51	25,53
-	1	6	11
-	2,13	12,77	23,4
-	1	7	11
-	2,13	14,89	23,4
-	13	27	5
-	27,66	57,44	10,63
3	12	21	10
6,38	25,53	44,68	21,28
-	12	23	12
-	25,53	48,93	25,53
-	10	35	1
-	21,28	74,46	2,13
-	-	20	13
-	-	42,55	27,66

МР – розуміння емоцій іншої людини; МУ – керування емоціями іншого; ВР – розуміння людиною своїх емоцій; ВУ – управління людиною своїми емоціями та переживаннями; ВЕ – контроль людиною зовнішніх проявів своїх емоцій / експресивності.

Аналіз даних, представлених у цій таблиці, дає можливість нам зробити такі основні висновки:

- показник розуміння емоцій іншої людини у переважної більшості респондентів розвинений на дуже низькому рівні прояву, це у 30 досліджуваних, що відповідає 63,83 % вибірки;
- показник керування емоціями іншої людини також у більшості опитаних проявляється на середньому рівні розвитку цього показника, у 61,7 % усієї вибірки;
- міжособистісний емоційний інтелект загалом у досліджуваній вибірці також розвинений переважно на дуже низькому (у 59,57 %) та низькому (в 23,4 % вибірки) рівнях прояву;
- показник розуміння людиною своїх емоцій у досліджуваній вибірці розвинений дещо краще, у 57,44 % респондентів – на середньому, ще у 27,66 % досліджуваних – на високому рівні, що знову свідчить про те, що діти дошкільного віку ліпше розуміють свої емоції, ніж емоції та почуття інших людей;

- показник управління людиною своїми емоціями та переживаннями також у досліджуваній вибірці розвинений дещо краще, проте, дещо менше, ніж попередній показник: у 44,68 % вибірки – на середньому рівні, у 25,53 % - на високому, а у 6,38 % - на дуже високому рівні прояву; проте, свої емоції діти розуміють набагато краще, ніж вміють керувати ними (не можуть приховати від інших і не намагаються це зробити);

- показник «контроль людиною зовнішніх проявів своїх емоцій / експресивності» у досліджуваній вибірці розвинений дещо ліпше від решти показників, оскільки дуже низький рівень показника тут відсутній; у 48,93 % опитаних (майже половини вибірки) – середній рівень прояву показника, ще у 25,53 % - високий показник, у решти досліджуваних – низький рівень прояву цього показника;

- показник «внутрішньо особистісний емоційний інтелект» розвинутий у досліджуваній вибірці, на нашу думку, достатньо, у 74,46 % - на середньому рівні, ще у 21,28 % - на високому; тобто більшість респондентів мають достатній рівень розвитку внутрішньо особистісного емоційного інтелекту;

- загальний показник розвитку емоційного інтелекту дошкільників у дещо більшої частини досліджуваної вибірки відповідає середньому рівню – у 42,55 %, решта дошкільників з цим показником поділилися між низьким (27,66 %) і дуже низьким рівнями прояву показника (29,78 %); тобто за цією методикою емоційний інтелект досліджуваних дошкільників розвинений недостатньо;

- наочно ми відобразили результати цього етапу дослідження на такій діаграмі:

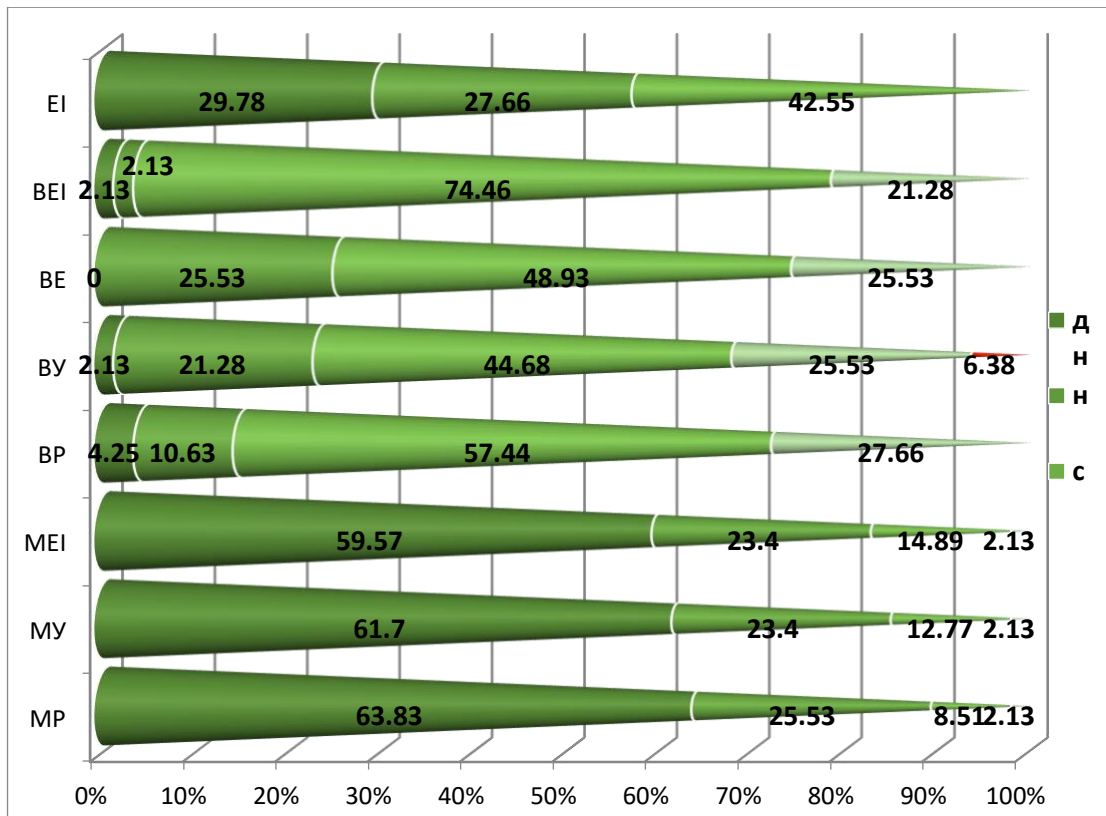


Рис.2.6. Рівні розвитку емоційного інтелекту досліджуваних за методикою ЕМІн

Джерело: складено автором самостійно.

Для перевірки гіпотези цієї роботи, досягнення її мети та реалізації завдань ми провели комп'ютерний статистичний аналіз результатів нашого дослідження. Кореляційний аналіз за Ч.Пірсоном дозволив нами виявити статистично значимі (при $p \leq 0,05$) кореляційні зв'язки між показниками методик. Проаналізуємо їх.

Отже, нас цікавлять зв'язки показника тривожності за обома методиками з іншими показниками.

Ми виявили, що:

- тривожність (методика Г.П.Лаврентевої, Т.М. Титаренко) корелює з показниками: емоційної обізнаності ($r = -0,38$), керування своїми емоціями ($r = -0,43$), мотивування себе ($r = -0,50$), емпатії ($r = -0,61$), розпізнавання емоцій, які переживають інші люди ($r = -0,54$), сумарним показником розвитку

емоційного інтелекту за методикою Н. Холла ($r = - 0,57$), а також з показниками розуміння емоцій інших людей ($r = - 0,57$), керування чужими емоціями ($r = - 0,64$), розвитком міжособистісного емоційного інтелекту ($r = - 0,64$), розуміння опитаним своїх емоцій ($r = - 0,59$), керування власними емоціями ($r = 0,55$), контролю експресивності ($r = 0,63$) (методика Д.В. Люсіна);

- тривожність за методикою Т.Темпла, В.Амена, М.Доркі кореляційним зв'язком пов'язана з показниками: розуміння своїх емоцій ($r = - 0,45$), контролю експресивності ($r = 0,40$) та розвитком власного емоційного інтелекту особистості ($r = 0,32$);

- зазначимо також, що ці кореляційні зв'язки переважно середнього рівня, тобто це кореляція середньої сили;

- отже тривожність особистості пов'язана з розвитком її емоційного інтелекту та його складових переважно негативно, тобто надмірна тривожність часто заважає розвитку та прояву емоційного інтелекту людини, причому частіше – міжособистісного емоційного інтелекту, виключення є керування досліджуваними своїми емоціями та їх проявом і розвиток їх власного (зорієнтованого на них самих інтелекту), що в цілому підтверджує гіпотезу цієї магістерської роботи.

ВИСНОВКИ

Динамічність перебігу процесів емоційного інтелекту та різноманіття впливу яке на нього чинить сучасне середовища – зумовлюють актуальність даної наукової роботи та виконання поставлених в її межах завдань.

Аналізуючи теоретичні відомості, дослідження, підходи та різноманітні трактування поняття «емоційний інтелект», нами зроблено висновки щодо значимості впливу даного явища на професійну успішність, психологічне благополуччя і інтеграцію людини в соціум. Наявність високого рівня емоційного інтелекту у сучасному світі прийнято розглядати як одну з незамінних складових майбутнього успіху людини, тому для багатьох провідних компаній міжнародного рівня наявність даної здатності стає буквально вимогою.

Емоційний інтелект впливає на цілий перелік важливих елементів соціального життя людини, до числа яких входять: гнучкість мислення та соціальна адаптивність, здатність до самопізнання та рефлексії, контроль поведінкових аспектів та багато інших [14]. Проаналізовані нами дослідження підтверджують позитивний вплив розвиненого емоційного інтелекту не лише на прикладі дорослих, а й дітей в тому числі. Зазначається, що діти, чий емоційний інтелект цілеспрямовано покращувався завдяки застосуванню підходів обраних авторами цих досліджень, демонстрували суттєві покращення шкільної успішності і загального психоемоційного стану та емоційної зрілості. Окрім того, раннє дитинство вважається науковцями сензитивним періодом розвитку емоційної сфери та пов'язаних з нею компонентів (зокрема майбутніх патернів соціальної поведінки та емоційного реагування), що в свою чергу означає можливість здійснення формуючого і розвиваючого впливу і на емоційний інтелект дитини.

Вже з дитинства він забезпечує особу низкою важливих переваг, які суттєво вплинуть на формування особистості і ставатимуть в нагоді протягом

всього її життя. Дитина з високим рівнем емоційного інтелекту значно простіше ладнає з однолітками та адаптується до шкільного та подальшого життя [2], демонструючи кращі показники успішності. Незалежно від того, на якому рівні знаходиться емоційний інтелект дитини в даний конкретний момент, його розвиток дозволить отримати низку важливих переваг, серед яких позитивний вплив на мотиваційну сферу, ефективність комунікації, співпраці, емпатію та здатність до формування соціальних зв'язків, а також покращення загального психологічного стану та стресостійкості [38].

Оптимальний розвиваючий вплив на емоційний інтелект дитини можливий при застосуванні комплексного, системного підходу починаючи з раннього віку і протягом всього навчального періоду у школі. Покращувати емоційний інтелект в дитячому віці можна завдяки зовнішньому впливу (навчання, виховання, освіта, тренінгові програми, тощо) компетентних дорослих (батьків і вчителів) та взаємодії з однолітками.

В межах сім'ї емоційний інтелект дитини розвивається шляхом цілеспрямованого позитивного впливу батьків шляхом позитивного підкріплення, підтримки та навчання дитини розпізнавати і розуміти емоції, правильно виражати їх в контексті конкретної ситуації та керувати ними. В залежності від особистісних характеристик дитини, зокрема темпераменту, стратегія взаємодії може змінюватись чи потребувати коректування, тому такий підхід вважається доволі вимогливим саме до дорослих, адже вимагає від них не лише володіння доволі широким набором вмінь та компетентності в питаннях емоційної сфери, а й здатності розпізнати ефективність здійсненої роботи та в разі необхідності адаптувати свої методи під особливості конкретної дитини.

Аналогічні вимоги стосуються і вчителів які, співпрацюючи з батьками, повинні створювати сприятливий для розвитку емоційного інтелекту психологічний клімат, а також інтегрувати найбільш ефективні розвиваючі програми в освітній процес та міжособистісну взаємодію учнів.

Впроваджуючи групові інтерактивні завдання чи використовуючи методи обговорення та аналізу емоцій і ситуацій з подальшим пошуком оптимальних сценаріїв поведінки, вчитель здатен суттєво вплинути на формування і розвиток емоційного інтелекту школярів, адже така взаємодія дає їм змогу в достатній мірі проявляти емпатію, співпрацювати та на практиці застосовувати отримані навички емоційної компетентності.

Результати проведеного нами емпіричного дослідження дозволяють зробити такі основні висновки:

- за методикою «Обери потрібне обличчя» Т.Темпл, В.Амена та М.Доркі: низький рівень тривожності у даній вибірці виявився зовсім відсутнім; 36,17 % дошкільників, продемонстрували середній рівень тривожності; у 27,66 % вибірки рівень тривожності, яку вони переживають, вище середнього показника; у решти опитаних, це 36,17 % усіх опитаних, - високий рівень тривожності;

- порівняно частіше за решту малюнків, негативні обличчя досліджувані дошкільники прагнули вставити у малюнки: № 3: об'єкт агресивного ставлення – 68,08 % виборів; № 6 – дитина сама (грається чи спить) – 63,83 % виборів; № 9 – ігнорування дитини батьками – 61,7 % виборів; № 10 – агресивний напад – 70,21 % виборів; № 12 – ізоляція дитини однолітками – 65,95 % негативних виборів;

- навпаки, значно менше від інших малюнків, респонденти вставляють негативні вирази обличчя на малюнках: № 1 – гра дитини з молодшими дітьми чи однолітками – 14,89 % (емоційно позитивна ситуація); № 2 – мати з немовлям поруч з дитиною – 21,28 % (нейтральна ситуація) та № 13 – дитина з батьками / в родині – 6,38 % (емоційно позитивна ситуація);

- за методикою Г.П.Лаврентєвої, Т.М. Титаренко «Виявлення тривожності дитини»: у більшості досліджуваних дошкільників виявлено середній рівень переживання тривожності: це 38,29 % вибірки; ще у 34,04 %

опитаних діагностовано високий рівень тривожності особистості; у решти, 27,66 % усієї вибірки, - низький рівень тривожності;

- за методикою Н.Холла: емоційна обізнаність (розуміння дітьми емоцій і їх значення) у досліджуваній вибірці розвинута найкраще, оскільки за цим показником найбільше респондентів з високим рівнем прояву показника – 56,81 %; і тільки у 12,77 % досліджуваних цей показник знаходиться на низькому рівні прояву;

- керування власними емоціями у вибірці розвинене переважно на середньому рівні – у 68,08 % вибірки; ще у 29,45 % опитаних – високий рівень прояву цього показника, у решти досліджуваних – низький;

- показник самомотивації (це довільне, усвідомлене керування власними емоціями) також проявляється переважно на середньому рівні, причому у трьох чвертей опитаних, у 76,59 % вибірки, ще у 29,45 % опитаних – високий рівень прояву цього показника, у решти, 4,25 % респондентів – на низькому рівні;

- емпатія у досліджуваній вибірці розвинена дещо менше, порівняно з рештою показників емоційного інтелекту;

- показник розпізнавання емоцій іншої людини у вибірці також у більшості дошкільників проявляється на середньому рівні, у 74,46 %, ще у 17,02 % дітей – високий, а у 8,51 % опитаних – низький рівень прояву цього показника;

- емоційний інтелект в цілому в основній кількості дошкільників представлений середнім рівнем прояву, він виявлений у 80,85 % усієї вибірки; тоді як на другій позиції тут низькі показники емоційного інтелекту – у 17,02 % дітей, і тільки в одній дитині дошкільного віку (2,13 %) діагностовано високий рівень розвитку емоційного інтелекту;

- за методикою ЕмІн: показник розуміння емоцій іншої людини у переважній більшості респондентів розвинений на дуже низькому рівні прояву, це у 63,83 % вибірки;

- показник керування емоціями іншої людини також у більшості опитаних проявляється на середньому рівні розвитку цього показника, у 61,7 % усієї вибірки;

- міжособистісний емоційний інтелект загалом у досліджуваній вибірці також розвинений переважно на дуже низькому (у 59,57 %) та низькому (в 23,4 % вибірки) рівнях прояву;

- показник розуміння людиною своїх емоцій у досліджуваній вибірці розвинений дещо краще, у 57,44 % респондентів – на середньому, ще у 27,66 % досліджуваних – на високому рівні, що знову свідчить про те, що діти дошкільного віку ліпше розуміють свої емоції, ніж емоції та почуття інших людей;

- показник управління людиною своїми емоціями та переживаннями також у досліджуваній вибірці розвинений дещо краще, проте, дещо менше, ніж попередній показник: у 44,68 % вибірки – на середньому рівні, у 25,53 % - на високому, а у 6,38 % - на дуже високому рівні прояву;

- показник «контроль людиною зовнішніх проявів своїх емоцій / експресивності» у досліджуваній вибірці розвинений дещо ліпше від решти показників, оскільки дуже низький рівень показника тут відсутній; у 48,93 % опитаних (майже половини вибірки) – середній рівень прояву показника, ще у 25,53 % - високий показник, у решти досліджуваних – низький рівень прояву цього показника;

- показник «внутрішньо особистісний емоційний інтелект» розвинутий у досліджуваній вибірці, на нашу думку, достатньо, у 74,46 % - на середньому рівні прояву цього показника, ще у 21,28 % - на високому рівні;

- загальний показник розвитку емоційного інтелекту дошкільників у дещо більшої частини досліджуваної вибірки відповідає середньому рівню – у 42,55 %, решта дошкільників з цим показником поділилися між низьким (27,66 %) і дуже низьким рівнями прояву показника (29,78 %); тобто за цією

методикою емоційний інтелект досліджуваних дошкільників розвинений недостатньо;

- проведений нами кореляційний аналіз (за Ч.Пірсоном) за комп'ютерною програмою та за отриманими у дослідженні результатами дозволяє нам зробити висновок, що тривожність особистості у старшому дошкільному віці пов'язана з розвитком її емоційного інтелекту та його складових переважно негативно, тобто надмірна тривожність часто заважає розвитку та прояву емоційного інтелекту людини, причому частіше – міжособистісного емоційного інтелекту, виключення є керування досліджуваними своїми емоціями та їх проявом і розвиток їх власного (зорієнтованого на них самих інтелекту), що в цілому підтверджує гіпотезу цієї магістерської роботи.

СПИСТОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Андрєєва І. М. Емоційна креативність та її відмінності від емоційного інтелекту. *Вісник Чернігівського держ. пед. ун-ту ім. Т.Г. Шевченка.. Серія: Психологічні науки.* №41 Т. 1. Чернігів, 2006. – С. 13 – 15.
2. Божок О.О. Емоційна культура студентів як ціннісна складова становлення їх особистості. *Вісник Чернігівського держ. пед. ун-ту ім. Т.Г. Шевченка. Серія: Психологічні науки: зб. наук. праць: у 3-х т.* Чернігів, 2005. № 31. Т. 1. С. 36 – 40.
3. Брекett М.А., Рейес М.Р., Ріверс С.Е., Елбертсон Н.А. Емоційний клімат, приналежність вчителя та поведінка учнів. *Журнал педагогічної психології*, №46. С. 27—36.
4. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: монографія. Київ: ВПЦ «Київський університет», 2005. 308 с.
5. Вовченко О. А. Вплив емоційного інтелекту на процеси самоідентифікації підлітків з порушеннями розумового розвитку. *Наука і освіта.* Одеса, 2020. №2. С. 14–21.
6. Головаха Є. І. Психологія людських взаємовідносин. Київ, 1989. 189 с.
7. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Київ: Либідь, 1997. 376 с
8. Дерев'янка С. П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах. *Соціальна психологія.* Київ, 2008. № 1(27). С. 96 – 104.
9. Дерев'янка С. П. Взаємодія емоцій та перцептивно-когнітивних функцій в процесі соціально-психологічної адаптації особистості. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України; за ред. С.Д. Максименка.* Т. № 7. Київ, 2006. С. 148 – 156.

10. Дерев'янка С. П. Складові емоційного інтелекту та їх значення в процесі соціально-психологічної адаптації студентів. *Вісник Чернігівського держ. пед. ун-ту ім. Т.Г. Шевченка. Серія: Психологічні науки*. 2006. №. 41. Т.1. С. 87 – 89.
11. Додонов Б. І. В світі емоцій. Київ, 1987. – 142 с.
12. Зелюк В. В. Формування емоційного інтелекту в контексті педагогіки А.С. Макаренка. *Витоки педагогічної майстерності. Серія: Педагогічні науки*. 2012. №9. С. 84–87.
13. Калошин В. Ф. Емоційний інтелект – головний показник ефективності використання людських ресурсів. *Практична психологія та соціальна робота*. 2008. № 4. С. 54 – 63.
14. Карпенко Є.В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Острог, 2020. 35 с.
15. Кисельова О. А. Особливості психологічної проникливості у осіб з різною емоційною диспозицією: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 1999. 20 с.
16. Коврига Н. В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Дніпропетровський національний ун-т. Дніпропетровськ, 2003. 20с.
17. Ленгле А. Емоції та екзистенція. Харків, 2007. 332 с.
18. Марченко А. О. Поняття емоційного інтелекту: теоретико-психологічні підходи, дефініції і структура. *Питання психології. Вісник Національного університету оборони України*. 2011. Вип. 1. № 20. С. 172–175.
19. Носенко Е. Л. «Емоційна розумність» як детермінанта успішної життєдіяльності людини і шляхи її операціоналізації. *Вісник Дніпропетровського ун-ту. Педагогіка і психологія*. 2000. №6. С. 3 – 7.
20. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія. Київ: Вища школа, 2003. 126 с.

21. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. 2004. № 4. С. 95 – 109.
22. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як форма прояву важливої складової особистісного потенціалу – рефлексивної свідомості. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2012. № 18. С. 116–122.
23. Пашко Т. А. Психологічні засади формування емоційної культури сучасної молоді. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*; за ред. С.Д. Максименка. №9. Ч. 1. Київ, 2007. С. 322 – 327.
24. Приймаченко О. М. Образ стану емоційно-освіченої людини як умова розвитку емоційного інтелекту. *Вісник Чернігівського держ. пед. ун-ту ім. Т.Г. Шевченка*. Чернігів: ЧДПУ, 2006. № 41. Т. 2. С. 96 – 99
25. Рибалка В. В. Психологічна культура особистості як результат і умова творчої діяльності професіонала. *Освіта України*. 2004. № 100.
26. Собченко О. М. Здібності у структурі емоційного інтелекту як фактор формування особистості. *Наука. Релігія. Суспільство*. 2010. С. 84–87.
27. Філіппова І. Емоційний інтелект як засіб успішної самореалізації. *Соціальна психологія*. 2007. № 4. С. 68 – 79.
28. Чебикін О. Я. Емоційний інтелект, його пізнавально-мисленнєві ознаки та функції. *Наука і освіта*. Одеса, 2020. № 1. С. 19–28.
29. Черножук Ю. Г. Індивідуальні відмінності емоційності у співвідношенні з особливостями інтелекту: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Південноукраїнський держ. пед. ун-т ім. К.Д. Ушинського. Одеса, 2006. 22 с.
30. Al-Elaimat A., Adheisat M., Alomyan H. The relationship between parenting styles and emotional intelligence of kindergarten children. *Early Child Development and Care*. №. 4. 2020. P. 478- 488.
31. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. № 18. P. 13– 25.

32. Danciu E. L. Methods of developing children's emotional intelligence. *Procedia Social and Behavioral Sciences* № 5. 2010. P. 227–233.
33. Ellis A. The revised ABC's of rational-emotive therapy (RET). *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. 1991. № 9(3). P. 139-172.
34. Fernández-Aráoz C. Ignore emotional intelligence at your own risk. URL: <https://hbr.org/2014/10/ignore-emotional-intelligence-at-you-own-risk>
35. Firestone L. Why we need to teach kids emotional intelligence: It's the most important skill we can pass on. 2016. URL: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/compassion-matters/201603/why-we-need-teach-kids-emotional-intelligence>
36. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice. N.Y.:Basic Books, 1993. p.488
37. Goleman D., Emotional Intelligence: The 10th Anniversary Edition. New York: Bantam Dell, 2006. 544 p.
38. How emotional intelligence helps students. URL: <https://gradelearning.com/emotionalintelligence-for-kids/>
39. Mayer J. D., Caruso D.R., Salovey P. The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*. 2016. № 8. P. 1–11.
40. Motamedi F. Developing an emotional intelligence program training and study its effectiveness on emotional intelligence of adolescents with emotional and behavioral problems that living in single parent families. *Journal of Education and Learning*; №. 6. 2017. P. 101-110.
41. Owenz M. How to strengthen your child's emotional intelligence. URL: <https://www.gottman.com/blog/strengthen-childsemoational-intelligence/>
42. Ruler and Emotional Intelligence: Overview for families. URL: <http://ps199pta.org/wpcontent/uploads/2016/01/RULER-Handout.pdf>
43. Seventy-one percent of employers say they value emotional intelligence over IQ, According to careerbuilder Survey. URL: <https://press.careerbuilder.com/2011->

08-18-Seventy-One-Percent-of-Employers-Say-They-Value-Emotional-Intelligence-Over-IQ-According-to-CareerBuilder-Survey

44. Ten traits of a perfect boss, according to research by Google/ URL: <https://www.businessinsider.com/the-best-bosses-do-these-things-according-to-google-2019-6>

45. Thompkins Sh. Emotional intelligence and leadership effectiveness: bringing out the best. 2023. URL: <https://www.ccl.org/articles/leading-effectively-articles/emotional-intelligence-and-leadership-effectiveness/>

46. Wechsler D. Non-intellective factors in general intellect. *Reprinted in Journal of Abnormal Social Psychology*. 1943. № 38. P. 101 – 103.