

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЛІНГВІСТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра педагогіки та методики викладання іноземних мов

Курсова робота з педагогіки на тему:
РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ
ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ УЧНІВ ДО НАВЧАННЯ

Студентки групи СЛ(укр)03-21
педагогічного факультету романо-
германської та української філології,
спеціальності 014 Середня освіта,
спеціалізації 014.01 Українська мова і
література, освітньої програми
Українська мова і література,
англійська мова, зарубіжна література
Лифар Катерини Дмитрівни

Науковий керівник –
доктор. пед. наук,
доцент Волярська О.С.

Кількість балів – _____
Національна шкала – _____
Оцінка ЄКТС – _____

Члени комісії:

_____	_____
(підпис)	(прізвище, ініціали)
_____	_____
(підпис)	(прізвище, ініціали)

Київ – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНО-ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧНІВ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ	5
1.1. Аналіз базових понять дослідження.....	5
1.2. Психо-фізіологічна основа емоційного інтелекту	8
1.3. Емоційний інтелект школярів різного віку	11
РОЗДІЛ II. РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ УЧНІВ	15
2.1. Умови розвитку емоційного інтелекту учнів в школі	15
2.2. Рекомендації з розвитку емоційного інтелекту учнів у шкільних умовах.....	18
ВИСНОВКИ	24
РЕЗЮМЕ	26
АБСТРАКТ.....	27
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	28

ВСТУП

Нині важко уявити що здобутих один раз знань вистачить аби стати хорошим спеціалістом у будь-якій галузі. Високоосвічена людина передусім характеризується постійним розвитком та навчанням. Саме закладене в шкільні роки позитивне ставлення до процесу опанування нових знань, умінь та навичок допомагатиме людині впродовж життя, адже цей процес викликатиме у неї позитивні емоції.

Саме під впливом нових загальносвітових тенденцій зміни відбувається зокрема і в українській освіті. Нові концептуальні засади передбачають не лише особистісний підхід до кожного учня, а й новий погляд на функції шкільної освіти. Так окрім забезпечення школярів тематичними знаннями, надважливою стала тема психологічного здоров'я та турбота про емоційний стан школярів. Визначено що саме такий підхід сприятиме максимальній зацікавленості дітей у навчальному процесі та самомотивації. З таким підходом тема емоційного інтелекту набуває все більшої актуальності в педагогічній діяльності українських викладачів, їй вивчали вітчизняні науковці О. Власова, Н. Коврига, Л.Виготський, С. Рубінштейн, Е. Носенко, С. Дерев'янка та ін, а також ця тема вже давно не нова для дослідників із закордону, нею займалися зокрема Дж. Мейер, П. Селовей, Р. Бар-Он, Г. Гарднер, Д. Карузо, Д. Гоулман, Р. Робертс тощо.

Актуальність дослідження полягає у аналізі з метою впровадження ґрунтовно нового підходу до виховання та навчання дітей. Коли важливість емоційної освіти виходить на один рівень з предметно-теоретичними знаннями, адже саме емоційна та психологічна стійкість сприяє кращому розвитку особистості.

Об'єкт дослідження: інтелектуально-емоційна сфера дітей шкільного віку.

Предмет дослідження: процес розвитку емоційного інтелекту учнів у шкільних умовах

Мета дослідження: теоретично проаналізувати процес розвитку емоційного інтелекту учнів у шкільних умовах.

Завдання дослідження:

1. Теоретично проаналізувати інтелектуально-емоційну сферу учнів в психолого-педагогічній теорії і практиці.
2. Охарактеризувати умови розвитку емоційного інтелекту учнів в школі.
3. Розробити рекомендації з розвитку емоційного інтелекту в учнів.

Методи дослідження: теоретичний аналіз психолого-педагогічних досліджень з опорою на знання особливостей психо-фізіологічного функціонування людини; вивчення різних джерел інформації: монографій, підручників, посібників, наукових робіт та інтернет-ресурсів.

Структура роботи. Робота містить 29 сторінок, 21 джерело, складається із вступу, двох розділів, висновків, списку використаної літератури.

РОЗДІЛ І.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНО-ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧНІВ В ПЕДАГОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

1.1. Аналіз базових понять дослідження

Емоційний інтелект як вид був визнаним предметом психологічних досліджень не так давно, лише на початку 90-х років минулого століття, і всього за кілька років почав популяризуватися в суспільстві [13]. Однак досі не існує єдиної ґрунтовної наукової думки щодо визначення суті поняття емоційного інтелекту.

Вперше сам термін запропонували дослідники П. Селові та Дж. Меєр у 1990 р. Під емоційним інтелектом вони розуміли «комплекс індивідуальних здатностей чи рис, які відповідають за те, наскільки вплив емоційних явищ виявиться конструктивним чи деструктивним для поведінки людини» [5, с. 6]. Науковці пропонували розглядати емоційний інтелект не як одичне явище, а як низку певних характеристик. Вони виділили п'ять категорій здібностей, що лежать в основі емоційного інтелекту: самосвідомість (усвідомлення власних емоцій), управління емоціями, самомотивація, емпатія (вміння розуміти емоції інших людей та співпереживати їм) та уміння будувати стосунки. Характерним є те що вправність у кожній з цих сфер закладена на генетичному рівні кожної людини, але пластичність нашого мозку водночас дозволяє покращити будь яку з цих здібностей [2; 5].

Популярності тема емоційного інтелекту набула завдяки американському науковцеві Д. Гоулману, який продовжив вивчення емоції та їх впливу на психологію людини. За своїм походженням слово інтелект є грецьким і означає «відчуття», «сприйняття», «розуміння», а поняття «емоція» Д. Гоулман визначав як «імпульс до дії, миттєвий план дії, що заклала в нас еволюція», адже саме по собі слово емоція походить від латинського *move* – рухатися, а додавання префікса *e-* створюю значення «рух на зовні». На його думку основою емоційного інтелекту є здатність

мотивувати себе і, незважаючи на труднощі, наполегливо йти до мети, вміння стримувати імпульсивні дії та відкладати задоволення, контролювати свій настрій і не дозволяти стражданням блокувати раціональне мислення, співпереживати і сподіватися.

Велику увагу в своєму дослідженні науковець приділив розвінчанню міфу щодо важливості та значущості рівня IQ у професійній діяльності людини. Д. Гоулман справся на дослідження Г. Гарднера.

Г. Гарднер стверджував, що вирішальне значення для досягнення успіху в житті має не один монолітний тип інтелекту, а скоріше широкий спектр інтелектів, в основі яких лежать сім ключових здібностей: вербальний та логіко-математичний інтелект, здатність до просторового мислення, кінетичні здібності, музичні обдарування, талант до міжособистісного спілкування, «внутрішньо психологічна» здатність. Д. Гоулман продовжуючи цю теорію пише: «хоча кожен з виділених складників емоційного інтелекту окремо досліджений досить добре, поки що не існує єдиного наково-грунтового визначення самого поняття, відповідно не існує і реального тесту на вимірювання рівня емоційного інтелекту» [2, с. 38].

Узагальнюючи відзначимо, що стає зрозуміло, що це поняття дуже молоде для науки і малодосліджене, науковці ще в пошуку його точного визначення і точнішої назви.

Сучасна дослідниця університету Делі, доктор філософії Радхіка Капур також стверджує, що емоційний інтелект стосується не однієї конкретної здатності, а цілої низки: розуміти, використовувати та управляти власними емоціями таким чином, щоб зменшити стрес, ефективно комунікувати та співпереживати, долати труднощі та уміло вирішувати конфлікти. Вона наголошує що концепція емоційного інтелекту важлива для людини, але водночас й дуже складна для розуміння.

Р. Капур пропонує виділити чотири домінантні складові емоційного інтелекту:

1. Самосвідомість – сприяє виділенню особистістю сприятливих та шкідливих факторів на життя, а отже допомагає ефективно виконувати роботу, отримуючи при цьому бажані результати;

2. Самоуправління – успішна та здорова людина повинна вміти контролювати сильні емоції, що можуть їй зашкодити, такі як гнів, стрес, тривога, розчарування та депресія;

3. Менеджмент стосунків – це низка навичок, а саме вміння вести ввічливу розмову та використовувати при цьому лише нормативну лексику, люб'язне ставлення до опонента, здатність допомагати та співпрацювати, добросердечність, щедрість, розважливність, вміння слухати з повагою, доброзичливість та привітний характер.

4. Соціальна обізнаність – дозволяє людині бути активно залученій до соціального життя, яке сприяє доброту суспільства, що в свою чергу забезпечує високоякісний стиль життя кожного його учасника [20].

Зазначені чотири ключові складові емоційного інтелекту своїм змістом детально обґрунтовують його значення та значущість для кожної людини. Спираючись на ці компоненти, дослідниця також наводить список навичок, якими відповідно має оволодіти людина задля покращення емоційного інтелекту,: комунікація, конструктивний підхід до вирішення ситуації, доброзичливе ставлення, готовність допомогти, співпраця, розвиток вмінь та навичок керувати гнівом, працювати в умовах стресу, позитивно мислити стосовно будь-яких аспектів життя, вирішувати проблеми різними шляхами та правильно розподіляти час [20].

За радянські часи одним з перших дослідників теми емоційного інтелекту став Л. Виготський, який вважав що емоції більш складні, ніж інстинкти і залежать від того, яким чином осмислюється та усвідомлюється ситуація. Продовжили цю концепцію О. Леонтьєв та С. Рубінштейн, вони стверджували що саме завдяки емоції людина надає подіям певного забарвлення, що в свою чергу сприяє кращому мисленневому процесу та запам'ятовуванню [8].

О. Тихомиров наголошував на евристичній функції емоцій, як одній з найважливіших. На думку науковця, емоції слугують каталізатором інтелектуального процесу, координують мисленнєву діяльність, забезпечують її гнучкість, перебудову та корекцію. Таким чином, можемо вважати, що сукупність усіх цих здатностей і була певним прототипом емоційного інтелекту в дослідженні О. Тихомирова [16].

С. Дерев'янка, Е. Носенко та Н. Коврига виділяли стресозахисну функцію як основну в емоційному інтелекті. На їх погляд, саме усвідомлення неприємних переживань, а не ігнорування, допомагає подолати їх ефективніше, адже саме аналіз дає можливість попередити повторне виникнення. Таким чином стресозахисна функції сприяє гармонізації життя людини і забезпечує позитивне ставлення як до себе, так і до оточуючих [18].

Дещо підсумовуючи погляди різних дослідників, відзначимо тенденцію не давати конкретне визначення поняттю, натомість науковці прагнуть зрозуміти з чого воно складається. На цьому етапі можемо пояснити емоційний інтелект як низку вмінь на навичок, більшість з яких лежить у соціальній сфері та допомагаю людині бути активним, корисним та успішним членом суспільства [7; 15].

1.2. Психо-фізіологічна основа емоційного інтелекту

Функціонування емоцій, що є основою емоційного інтелекту, є частиною сприйняття та складної роботи людського мозку і психіки в цілому.

Сприйняття — це психічний процес відображення предметів і явищ об'єктивної дійсності в цілому, в сукупності їх властивостей і ознак. Усі пізнавальні психічні процеси тісно взаємопов'язані, і сприйняття, наприклад, неможливе без пам'яті. Тому, протікаючи одночасно і злагоджено, вони непомітно взаємодіють один з одним і в результаті створюють єдину цілісну неперервну картину об'єктивного світу.

Психіка людини має здатність зберігати сліди переживань, результатів процесу відображення — з допомогою пам'яті. Це є основою її психічного

життя, пам'ять забезпечує єдність і цілісність особистості [1]. Однак перед тим як інформація закарбується в пам'ять для майбутнього подальшого відтворення, вона повинна надійти до мозку та обробитися ним.

Для організму первинно будь-яка інформація виступає подразненням, яке він сприймає, аналізує та готує на нього відповідь, що є необхідною умовою для виживання. Для цього він має спеціальні сенсорні системи, які забезпечують йому відчуття. Анатомічною основою сенсорних систем є аналізатори, тобто складні фізіологічні нервові механізми, функції яких полягають у сприйнятті подразнень, що надходять із зовнішнього та внутрішнього середовища організму, здійсненні аналізу й синтезу, формуванні відчуттів та уявлень. Будь-який подразник, який діє на рецептор, несе певний вид енергії: механічної, хімічної, електромагнітної, теплової тощо. Ця енергія перетворюється на нервовий імпульс – хвилю збудження, що виникає у нейронах і поширюється зі швидкістю від 0,5 до 100 м/с і більше. Рецептори нашого тіла сприймають інформацію із зовнішнього або внутрішнього середовища, перетворюють її в імпульси і передають по нервовим шляхам до нервових центрів. Центральні відділи аналізують цю інформацію і формують відповідь на подразнення, надсилаючи команди до робочих органів у вигляді впливів одного з двох видів: збуджувального або гальмівного.

Психічні процеси (сприймання, пам'ять, мислення, увага, емоції тощо) неможливо відділити один від одного, чітко обмеживши дію кожного з них. Вони постійно взаємопов'язані і переходять один в одного [1].

Д. Гоулман стверджував, що будь-які емоції є імпульсами до дії, тобто також проходять весь шлях як і усі інші подразники, що сприймаються органами чуття [2]. З фізіологічного погляду сприйняттям та керуванням емоцій займається мигдалеподібне тіло, яке розміщене всередині обох півкуль скроневої частки головного мозку.

У нейрології було прийнято вважати, що органи чуття передають інформацію у формі нервового імпульсу спочатку до таламусу, а звідти сигнали переходили до ділянок обробки нейрокортексу, де усі сигнали

об'єднуються і формується єдине розуміння подразника. Проте професор Нью-Йоркського університету Дж. Леду виявив що окрім численних нейронних рядів, що ведуть до кори головного мозку, існує менший відросток нейрону, що безпосередньо ведуть від таламуса до мигдалеподібного тіла [2]. Як помітив професор «цей ланцюг обходить кору головного мозку й у такий спосіб створює підкірковий механізм емоційного навчання», адже згідно класичної теорії, емоція виникає як відповідь на подразник, що передаються нервовим імпульсом через підкіркові провідні шляхи до таламус (головний розподільний щит мозку) і потім до нейрокортексу.

Продовживши свої дослідження емоцій, зокрема страху, Дж. Лену провів експеримент над щурами. Дослідник видалив у гризунів слухову коору головного мозку, а потім помістив їх у середовище зі звуковим подразником та електричним струмом. Дуже скоро щури почали боятися будь-якого звуку, хоч з анатомічного кута зору не могли його навіть розпізнавати. Гризуни навчилися реагувати на подразник за допомогою емоцій, їх мигдалеподібне тіло самостійно, без участі кори головного мозку, адже ділянка яка відповідала за розпізнавання звуків була видалена, ідентифікувало, запам'ятало та відреагувало на звук. Цей експеримент довів що емоційна система, тобто мигдалеподібне тіло, може діяти раніше та навіть незалежно від нейрокортексу. Такий висновок створюю нове розуміння емоційної реакції, яка фактично проявляється ще до нашого усвідомлення, водночас мигдалеподібне тіло стає сховищем первинних емоційних вражень та спогадів, про які ми ніколи нічого не знали напевно [2, с.56].

Окрім формування першочергового враження, позитивні й негативні емоції можуть спричинювати відповідні зміни в процесах збереження та повторної реакції на певну інформацію, змінюючи при цьому ставлення до навчання. Психічний стан безпосередньо впливає на засвоєння нової інформації. Коли людина перебуває в емоційному піднесенні, мозок виділяє ендорфіни – хімічні речовини, схожі на природні заспокійливі засоби. Вони в

свою чергу стимулюють виникнення потоків ацетилхоліну, який спричинює засвоєння нової інформації в різних частинах мозку [8].

Емоційний центр мозку безпосередньо пов'язаний із системою довготривалої пам'яті. Саме тому найлегше учні запам'ятовують інформацію з високим емоційним навантаженням.

У наступному підрозділі проаналізуємо емоційний інтелект школярів різного віку.

1.3. Емоційний інтелект школярів різного віку

Досліджуючи емоційний інтелект школярів, будемо спиратися на віковий поділ Л. Виготського, який виділяє молодший (7 – 11/12 років), підлітковий (11 – 15 років) та ранній юнацький (14/15 – 16/18 років) вік, які відповідно можемо співвіднести з 1 – 4, 5 – 9 та 10 – 11 класами школи [6].

Розвиток емоційного інтелекту учнів молодшої школи характеризується високим рівнем емоційного реагування, адже саме така модель поведінки до цього часу була основною в житті дитини і допомагала їй існувати. Психолог У. Джеймс та лікар К. Ланге довели, що емоційна сприйнятливність є зокрема і спадковою [5].

М. Шпак шляхом емпіричних дослідів довела що найбільш розвиненим компонентом емоційного інтелекту молодшого школяра є соціально-комунікативний, тобто дитина цього віку в основному використовує емоції для успішної взаємодії з оточуючими, водночас здатність усвідомлювати та ідентифікувати свої та чужі емоції є ще досить низькою – когнітивний компонент. На першому віковому етапі дитина лише набуває ключових компетентностей емоційного інтелекту, безперечно вона ще не усвідомлює що це таке. Молодший школяр здатен лише ідентифікувати базові емоції свої та оточуючих, йому важко описати що він відчуває словами, проте не складає труднощів виявити це, наприклад, в малюнках. Оскільки саме вміння правильно керувати своїми емоціями є основоположною компетентністю емоційного інтелекту, молодший шкільний вік є найоптимальнішим часом

його формування. На цьому етапі надважливою є якісна взаємодія викладачів та батьків, адже це по суті це представники двох соціальних груп: сім'ї та школи – в яких опиняється дитина, саме від їх плідної співпраці залежить початкова стадія розвитку емоційного інтелекту. Не менш важливими є і зовнішні чинники, такі як адаптована класна кімната – в спокійних теплих кольорах та з великою кількістю цікавих наочних матеріалів, інтерактивна форма проведення уроків [16; 18].

Підлітковий шкільний вік передусім характеризується кризою самоідентичності, одними з центральних новоутворень є інтелектуалізація дійсності та розвиток «Я-концепції», тобто усвідомлення себе як окремого суб'єкта соціума. Приблизно з переходом до середньої школи у дитини відбувається становлення емоційного самоусвідомлення, зокрема вона починає диференціювати та вчитися вербалізувати свої емоції. Водночас через гормональні зміни, підлітки часто не в силі впоратися зі своїми сильними емоціями та можуть бути дуже агресивними [6; 9; 17].

Задля ефективного проходження цього етапу розвитку дитині надважливо відчувати себе захищеною від різних видів насильства: фізичного, психічного та соціального. Наголошується на важливості правильного педагогічно впливу на підлітка. Викладач повинен усвідомлювати індивідуальність вияву емоцій кожного школяра, знаходити при цьому окремий підхід до кожної дитини та пропонувати їй кілька шляхів вирішення проблеми. Водночас цей вплив має бути не прямим та наказовим, а опосередкований, наприклад через колективну діяльність, адже підлітку не подобається коли на його життя хтось впливає [5].

Іншою фундаментальною особливістю середнього шкільного віку є бажання у спілкуванні та взаємодії з однолітками. Здатність до емпатія є новою навичкою, розвитку якої викладач має сприяти. У цьому можуть допомогти такі заходи як благодійні ярмарки та акції, шефство над дитячим будинком чи будинком престарілих, тобто залучити такі сфери де школяреві

буде не дуже важко проявити свою турботу і участь, але водночас він наочно спостерігатиме як він своїми діями допомагає іншим, більш слабшим [5].

Важливо щоб підліток опанував три ключові типи емпатії: 1) когнітивна емпатія – здатність зрозуміти, що відчуває конкретна людина в певній ситуації; 2) емоційна емпатія – здатність розділити ці почуття; 3) емпатична участь – здатність відчути чим я можу допомогти та зробити це [5; 6].

Отже, у підлітковому віці емоційний інтелект стає сполучною ланкою, що допомагає краще осмислити як особисті емоції, так і міжособистісні стосунки, гармонізуючи таким чином процеси внутрішньої та зовнішньої взаємодії [20].

Як визначили дослідниці Н. Токарева та А. Шамне, період юності є відносно невеликим проміжком часу між підлітковим віком та становленням вже дорослої особистості, але це також і період важливих змін у свідомості дитини. Перш за все спостерігається розвиток критичного мислення, а це означає що учень старших класів як ніколи раніше здатен усвідомлювати та аналізувати дійсність, виникає потреба в професійному та особистісному самовизначенні [6].

Як вже було зазначено вище, процес ідентифікації емоцій почався ще у підлітковому віці, але важливо відмітити що він продовжує тривати і юнаку все ще інколи не вдається це робити успішно. Водночас емпатію страшний школяр виявляє вже не лише до найближчого соціума, а й до подій, що відбуваються в його населеному пункті, країні, світі в цілому.

М. Шпак визначає, що в юнака інтелект функціонує як цілісна система: теоретичне мислення стає більш системним і продуктивним, збільшується осмисленість, а тому мовлення ускладняється за змістом, довільна увага стає більш продуктивною порівняно з мимовільною [17].

Саме в юнацькому періоді, на думку О. Лящ, найвиразніше проявляється гендерна різниця: дівчата розвиваються швидше і проявляють

більшу емпатію, натомість хлопці переважною більшістю менш схильні до емпатії і найактивніша фаза розвитку у них ще не настала [11].

По закінченню школи маємо справу вже майже з дорослою особистістю, адже саме в юнацькому віці починає виокремлюватися індивідуальний стиль емоційно-інтелектуальної діяльності, яка і буде в подальшому характеризувати людину.

Таким чином емоційну інтелектуальність варто вважати не вродженою характеристикою людини, а такою, що розвивається в процесі життєдіяльності, а тому розвиток емоційного інтелекту в онтогенезі можна схарактеризувати як ієрархічну послідовність. Виокремлюються такі рівні:

1. Психофізіологічний – емоційна чутливість;
2. Когнітивний – вияв емоцій відбувається лише під час певної діяльності (для молодших школярів – це спочатку гра, згодом провідною діяльністю стає навчання);
3. Соціопсихологічний – уміння ідентифікувати не лише власні, а й чужі емоції та проявляти емпатію, що становлять основу успішної міжособистісної комунікації, насамперед виявляється у підлітків;
4. Креативно-суб'єктивний – найсильніше розвивається у юнацькому віці і дозволяє спрогнозувати наслідки своєї поведінки, ще до моменту самої дії;
5. Екзистинційно-духовний – вершина розвитку емоційного інтелекту, що передбачає саморефлексію та високий рівень емпатії, що дозволяє не тільки усвідомити емоцій інших, а й проникнути у їх внутрішній світ, характерна вже на більш вищому рівні онтогенезу [17].

У першому підрозділі теоретично проаналізовано інтелектуально-емоційну сферу учнів в психолого-педагогічній теорії і практиці, здійснено аналіз базових понять в емоційному інтелекті, його значення та значущість, обґрунтовано специфіку емоційного інтелекту школярів різного віку.

РОЗДІЛ II

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ УЧНІВ

2.1. Умови розвитку емоційного інтелекту учнів в школі

Оскільки мозкові структури змінюються протягом усього життя людини, тому переважна більшість дослідників вважають, що емоційний інтелект – це здібність, котра також може постійно розвиватися. Виділяється три фактори, які на це впливають, : генотип батьків (40%), виховання в сім'ї (10%), соціальне середовище (50%). Таким чином, ефективність емоційного інтелекту учнів напряду залежить від створених вчителем педагогічно-психологічних умов у школі, як соціальному середовищі [8].

Зокрема виділяють 4 основні умов розвитку емоційного інтелекту:

1. атмосфера емоційного комфорту;
2. емоційність освітнього процесу;
3. партнерська взаємодія усіх учасників освітнього процесу;
4. емоційне спілкування в освітньому середовищі [4].

Відчуття емоційної комфортності передусім передбачає встановлення доброзичливих взаємин між учасниками освітнього процесу. Учені повинні відчувати себе вільними щодо виявлення різних емоцій і не боятися бути засудженим. Лише за таких умов діти ділитимуться своїми переживання та успіхами одне з одним, що сприятиме поглибленню особистого та колективного досвід щодо емоційних компетентностей. Не менш важливу роль відіграє вчитель, який ініціює обговорення важливих тем та допомагає знайти на них рішення. Протягом дня педагог повинен приділити бодай якусь увагу кожній дитини, похвалити її чи дати пораду як не варто вчиняти, за потреби вислухати та допомогти розібратися з актуальними питаннями [4].

Емоційність освітнього процесу ґрунтується на цікавому дидактичному матеріалі, інтерактивних формах і методах навчання, емоційно насиченій інформації підручників та використанні мультимедійних засобів навчання. Рекомендую створити затишний та комфортний інтер'єр класної кімнати: надати перевагу спокійним і пастельним кольорам, поставити живі рослини

та використовувати на стінах різні природні пейзажі. Не менш важливо врахувати і вікові особливості учнів [4; 8].

Період 1–4 класів вважають найбільш сенситивним для оволодіння учнями базовими навичками емоційного інтелекту, адже саме на цьому етапі завдяки гнучкості нервової системи відбувається активний розвиток емоційного становлення особистості. Варто використовувати матеріал, який навчатиме дітей розпізнавати базові емоції та реагувати на них обдуманно. Такими можуть бути відео матеріали або різноманітні ілюстрації, що демонструють виявлення різних емоцій, при цьому вивчення цього матеріалу повинно проходити у формі гри. [1; 2; 12].

Підлітковий вік передусім знаменується втратою сім'ї ролі основної соціальної групи, це місце займає колектив однолітків, тому важливо аби освітній процес відбувався з фокусом на взаємодію учнів: проведення різних колективних тренінгів, обговорень, суспільно корисної роботи тощо. Варто також згадати, що в цьому віці через гормональні змін діти відчувають багато нових емоцій, часто таких що суперечать одна одній, а тому підлітки можуть почуватися зніченими, розчарованими та навіть покинути. Основним завданням педагога є створити атмосферу взаєморозуміння у такому колективі [1; 10].

Учні 10–11 класів знаходяться на порозі переходу від дитячого світосприйняття до дорослого, їх знання дозволяє використовувати більш складний навчальний матеріал, який змушуватиме їх до більш глибокого аналізу та дослідження. У ракурсі уваги опиняються літературні твори, де герої демонструють різні емоційні стани, або для більшої наочності їх екранізації. Щоб інформація не видавалася учням вигаданою чи далекою від реальності можна використати приклади із життя відомих діячів і навіть власний досвід педагога. У цьому віці варто застосувати не лише художній матеріал, а й науковий. Водночас така література повинна бути наочною та написаною зрозумілою дітям мовою, тому що вивчення такої теоретичної інформації для них буде новим досвідом [1; 4].

Партнерська взаємодія усіх учасників освітнього процесу є важливою умовою оволодіння базовими компетентностями емоційного інтелекту, оскільки найефективніше цей процес відбувається саме під час міжособистісної комунікації. Така співпраця учнів покликана залучити весь дитячий колектив до вивчення та обговорення своїх та чужих емоцій, їх виявлення, здатності коректно реагувати тощо. Партнерська взаємодія, як процес, також сприяє розвитку емпатії усіх її учасників [12; 14; 10].

Вартою уваги тут є концепція створення окремих уроків з емоційної грамотності, адже такий досвід вже існує і він є позитивним. Наприклад, у своїй праці «Емоційний інтелект» Д. Гоулман описує випадок на одному з таких уроків у школі, де навчається діти з неблагополучних районів: хлопці 6 класу після проведення певних змагань, розпочали суперечку, яка стрімко набирала обертів. До них підійшла викладачка та виступивши посередником допомогла вирішити ситуацію. При цьому педагог не засудила їх і не виділила правильність когось одного, натомість вона використала це як приклад спроможності керувати емоціями в реальному житті для всього класу. Викладачка дала змогу учням отримати власний досвід і вирішити ситуацію самостійно, адже не зробила це особисто. Вона надала рівне право висловитися кожному, як виявилось конфлікт полягав лише в тому що хлопці зрозуміли одне одного неправильно, а за посередництво педагога змусило їх зупинитися і замислитися, таким чином конфлікт був швидко залагодженим, а хлопці вийшли з кабінету ведучи вже зовсім дружню розмову. Саме це і є яскравим прикладом емоційного спілкування в освітньому процесі, який вчить на прикладі ситуацій тут і зараз [2].

Як вже зазначалося, важливою передумовою для розвитку емоційного інтелекту учнів є вдало підібраний викладачем дидактичний матеріал, водночас не варто недооцінювати значущість самостійного вибору учня. Так, наприклад під час уроків літератури, пропонується надавати дітям список творів для прочитання на вибір, адже актуальний твір для одних може виявитися абсолютно не цікавим для інших. На цьому ґрунті, значущості

також набуває шкільна бібліотека, яка містить велику кількість різноманітної, цікавої та розвиваючої літератури, яку кожен учасник освітнього процесу може обрати самостійно. Доведено, що учні які частіше відвідували бібліотеку, ставали більш вправні в керування власними емоціями [4; 21].

Варто зауважити, що особливого значення у процесі створення сприятливих умов для формування емоційного інтелекту учнів має плідна взаємодія викладачів та батьків, адже саме ці дорослі мають найбільший вплив на виховання дитини.

Для підвищення рівня педагогічної культури батьків доцільно урізноманітнити форми батьківських зборів, запропонували спільно підготувати навчальні тренінги та педагогічні практикуми для ознайомлення з ефективними стратегіями вирішення проблемних ситуацій, «круглі столи» для обміну думками щодо нагальних проблем навчання й виховання дітей, висловлення зауважень і побажань, ділові ігри для формування позитивного досвіду вирішення конфліктних ситуацій, дискусії для знаходження компромісних варіантів розв'язання проблем. Важко передбачити можливості для неформального спілкування дітей, батьків, учителів (екскурсійні поїздки, важливі події, тематичні заходи, свята, облаштування, освітнього середовища тощо). Після спільного аналізу стану партнерської взаємодії необхідно визначати найуспішніші прийоми ефективного партнерства й узгодили наступні дії [4, с. 66].

Отже важливим завданням педагога є створити такі умови під час навчального та виховного процесу, щоб вмотивувати та зацікавити учнів до вивчення важливих тем, зокрема до дослідження своєї емоційної сфери.

2.2. Рекомендації з розвитку емоційного інтелекту учнів у шкільних умовах

Як вже було зазначено в попередніх розділах навички емоційного інтелекту перш за все реалізуються в міжособистісних стосунках, а тому і

формуватися вони повинні під час безпосередньої взаємодії учасників навчало-виховного процесу.

Основою емоційної грамотності є вміння ідентифікувати емоції, для цього перша за все потрібно давати дитині можливість висловити свої емоції при цьому в жодному разі неможна їх знецінювати або нехтувати ними, викладач повинен проявити терпіння та розуміння до учня. Наприклад, замість сердитися або ігнорувати, можна сказати: «Ти схвильований», «Я знаю, тобі важко закінчити гру й приготуватися до уроку, але вже час», «Напевно, ти хотів би, щоб я все робила за тебе, чи не так?», «Ти так засмутився через дощ?» тощо. Таким чином вчитель визнає емоцію учня, допомагає йому назвати її і пережити самотійно, при цьому перебуваючи поряд і підтримуючи учня [3].

Вираження доброзичливості на обличчі сприяє появі позитивних емоцій в учнів. Візуальний контакт виконує значну роль у встановленні емоційного зв'язку з дітьми. Вираз обличчя і погляд іноді набагато сильніше впливають на учнів ніж слово. Адже коли ми хочемо, щоб учень нас почув, зрозумів, ми завжди дивимося йому в очі. Важливими невербальними знаками в умовах розвитку емоційного інтелекту під час спілкування вчителем з учнями є не схрещені руки, поза обличчям до учнів, невелика дистанція. Все це створює ефект довіри [5; 8].

Водночас педагог повинен демонструвати різні моделі позитивної поведінки на власному прикладі, зокрема уважно слухати кожного учня та привчати інших дітей до культури спілкування, а саме вміння слухати та чути одне одного [2; 8].

Варто також зрозуміти що кожній людині, а особливо дитині, важливо відчувати емпатію до себе, а тому коли до учня ставляться з розуміння та добротою, він не свідомо відчуває прихильність до викладача, шкільного колективу і до навчання в цілому [2; 3].

Для того, щоб урок сприяв розвитку емоційного інтелекту, необхідно комбінувати різні методи та прийоми проведення уроків та виховних заходів:

- релаксаційні вправи для зняття психологічної напруги;
- завдання, що підвищують самооцінку учня, змушують його відчувати свою цінність та бути впевненим у собі;
- дискусії, рольові ігри;
- ігри та завдання, що сприяють покращенню міжособистісного спілкування та розвивають як вербальні так і невербальні засоби комунікації;
- вербалізація учнями свого емоційного стану та вміння використовувати та розпізнавати невербальну мову вираження емоцій;
- відтворення проблемних ситуацій, що передбачають самостійний пошук рішення [8].

Наведемо кілька вправ і технік, які можуть використовувати педагоги задля формування емоційного інтелекту учнів:

«Живі картинки» – діти під керівництвом учителя розглядають сюжетні ілюстрації, та намагаються усно пояснити емоційний стан персонажів. Потім учні імітують дії та емоції героїв, вчитель може спочатку показати зразок вираження емоцій.

«Який (яка) я» – учням пропонується описати свій емоційний стан за допомогою епітетів і порівнянь (без уживання термінів). Наприклад, я веселий та грайливий, як літній дощик, я задоволена, як котик на сонечку, я сумний, як осінній дощ тощо Ці дві вправи підійдуть для дітей молодшого шкільного віку, які лише вчаться ідентифікувати свої емоції.

«Як ти себе відчуваєш?» – діти стають в коло і дивлячись на сусіда зліва, намагається виявити, як той себе відчуває, а потім озвучують це. Учень, стан якої описується, слухає і підтверджує або спростовує розповідь, доповнює її. Така вправа окрім того що навчає дітей ідентифікувати емоції інших за невербальними ознаками, сприяє розвитку емпатії.

«Мікрофон» – діти говорять по черзі в уявний мікрофон, висловлюючи своє враження від ранкової зустрічі, залежно від віку учнів тема що

обговорюється може поглиблюватися. Ця вправа допомагає навчити учнів слухати, аналізувати, висловлювати власні міркування і при цьому враховувати думки інших.

«Написання колективного листа» – коли один з дітей в класі занедужав, педагог може запропонувати написати кожному учневі по кілька рядків зі словами підтримки та побажанням швидшого одужання хворому, таким чином в колективі розвивається емпатія [12].

«Намалюй за хвилину» – Учні отримують завдання за одну хвилину намалювати свій настрій, при цьому не малюючи нічого конкретного, тільки лінії, форми, різні кольори. Потім однокласники обмінюються малюнками і намагаються вгадати, який настрій зобразив сусід [5, с. 60].

«Міміка моя та іншого» – клас ділиться на кілька команд, потім учням показують фотографії однієї і тієї самої людини (важливо, щоб були запропоновані люди різного віку та статі) у різних емоційних станах. Завдання команд – визначити, яку емоцію переживає людина та пояснити, завдяки чому вони дійшли такої думки. Щоб полегшити спочатку процес викладач може надати перелік емоцій. Далі – один учасник від кожної команди намагається зобразити вгадану емоцію під музику. Така гра підійде для учнів середньої школи, які вже володіють знаннями про базові емоції, однак і їм спочатку може бути складно, тоді вчитель повинен допомогти командам [5, с. 61].

«Випробування» – у центрі класу ставиться стілець, на який сідають по черзі сідає один учень, інші ж діти говорять учаснику неприємні й образливі фрази. Завдання: ніяк не відповідати на почуте. У процесі обговорення підсумків важливо зробити акцент на таких моментах: чи легко було мовчати у відповідь? Які слова зачіпали найсильніше, який тон? Що допомагало стримуватися і не реагувати? Після цієї вправи бажано провести якусь рухливу гру з гумористичним відтінком. Таку вправу рекомендовано виконувати вже в 10 – 11 класах коли діти здатні чітко розмежовувати процес виконання вправи і власне ставлення одне до одного [5, с. 63].

«Форум-театр» – найчастіше метод представлений у формі сценічної вистави, яка пропонує до розгляду певну проблему. Ведучий перед початком вистави знайомить глядачів із проблемою, яка висвітлюватиметься. Після перегляду вистави ведучий опитує глядачів щоб з'ясувати чи зрозуміли вони проблему що висвітлювалася. Далі виставу пропонується подивитися ще раз і, в разі того, якщо у когось виникає корисна пропозиція, словом «СТОП» глядач зупиняє дійство, виходить на сцену, змінює актора і показує як, на його думку, слід поводитися і що говорити щоб змінити ситуацію на краще. Основним завданням форум-театру є розширення інформації та поглиблення навичок з вирішення певної проблеми з використанням досвіду інших людей та з підключенням можливостей власного емоційного інтелекту [5; 19].

«Тренінгова практика» – передбачає передусім активну участь учнів у процесі засвоєння матеріалу, а не його пасивне споглядання, сюди належать групові проекти, обговорення, творча колективна діяльність тощо. Активне дає можливість безпосередньо, на практиці спробувати й дослідити те, що раніше діти вивчали теоретичному рівні [5].

Кожна з цих методик покликана залучити дитину до послідовного процесу оволодіння емоційним інтелектом, в якому можемо виділити такі етапи:

1. Розвиток усвідомлення емоцій та вміння ними керувати;
2. Формування здатності усвідомлювати та оцінювати свої емоції та їхню інтенсивність, починаючи з базових станів, що допомагає сприймати навколишню дійсність під різним кутом зору;
3. Навчитися визначати джерело емоцій і ступінь інтенсивності емоції.
4. Розширення діапазону емоцій, щоб розрізняти, під час якого емоційного стан як ви себе відчуваєте, та як це можна покращити;
5. Відвідування тренінгів, які проводять спеціалісти в цій сфері та направлені на осмислення переживань власних та інших людей у процесі комунікації [5].

Для дитини школа є місцем здобуття знань, а тому в процесі освітньої діяльності, виконуючи свою першочергову роль, педагог повинен створити такі умови та обирати такі форми проведення уроків, щоб в учня сформувалася позитивне ставлення до процесу навчання. Емоційний інтелект є важливою складовою при цьому потрібно враховувати вікові особливості учнів та сферу їх інтересів.

ВИСНОВКИ

У процесі роботи над темою «Розвиток емоційного інтелекту як основи формування позитивного ставлення учнів до навчання» нами було зроблено такі висновки.

У процесі теоретичного аналізу основ поняття «емоційний інтелект», було визначено що під цим терміном передбачають оволодіння низкою здебільшого соціальних навичок, зокрема вміння самосвідомість, вміння керувати власними емоціями, самомотивація, менеджмент стосунків, емпатія тощо. Тобто емоційний інтелект – це набір таких здатностей, які допомагають керувати усіма інтелектами людині. Саме ці навички є основою компетенцій, визначених НУШ. Також вдалося з'ясувати що з психофізіологічного погляду емоції, емоційна реакція та емоційна пам'ять є швидшими ніж реакція сформована нейрокортексом, а тому як першочергові мають великий вплив на формування ставлення дітей до процесу навчання.

Охарактеризовано умови, що сприяють формуванню емоційного інтелекту учнів під час навчально-виховного процесу. Основними з них є доброзичлива атмосфера в освітньому середовищі, забезпечення цікавим та різноманітним дидактичним матеріалом, позитивний та креативний підхід до вирішення проблем та високо кваліфіковані працівники.

Розроблено теоретичні та практичні рекомендації для викладачів щодо розвитку емоційного інтелекту учнів, який у свою чергу сприятиме формуванню позитивного ставлення до навчання і розвиток успішної особистості, адже емоційний інтелект – це передусім не про високі бали, а про глибокі життєві знання та успішність

У класі де більшість учнів має високий рівень емоційного інтелекту: учні поважають ідеї одне одного, група працює з максимальною залученістю, відсутні негативні прояви поведінки, конфлікти швидко вирішуються, постійно розвивається потенціал учнів.

Таким чином, у результаті дослідження цієї теми, нами було досягнуто поставленої мети. Тобто теоретично обґрунтовано процес розвитку емоційного інтелекту учнів та його вплив на позитивне ставлення до навчання. Проте, ця тема має подальші перспективи дослідження, оскільки нами була висвітлена лише один з аспектів на які впливає емоційний інтелект, а саме ставлення учнів до навчання. В подальшому дослідженні цієї ж теми доцільно було б провести дослідження інших сфер впливу емоційної грамотності в житті дітей, а також підготовки висококваліфікованих викладачів.

РЕЗЮМЕ

В умовах сучасного суспільства, яке все більше починає цінувати людей з вмінням працювати у колективі, а тому перед школою постає завдання забезпечити учня не лише теоретичними знаннями, а й навчити його ефективно взаємодіяти в колективі, що зокрема і визначено у постулатах НУШ. Соціальна та навчально-вихована значущість питання зумовила вибір теми курсової роботи: «Розвиток емоційного інтелекту як основи формування позитивного ставлення учнів до навчання».

Курсова робота складається зі вступу, двох розділі (перший має 3 підрозділи, другий – два), висновків, резюме українською та англійською мовами, списку використаної літератури – 23 джерела: 20 українською мовою і 3 англійською. Загалом обсяг роботи складає 30 сторінок.

У першому розділі було теоретично проаналізовано поняття емоційного інтелекту у вітчизняних та зарубіжних дослідженнях, визначено його основні психо-фізіологічні засади функціонування емоцій, проаналізовано загальні та вікові особливості емоційної сфери учнів.

У другому розділі було досліджено педагогічні умови розвитку емоційного інтелекту учнів, надано теоретичні та практичні рекомендації щодо ефективного розвитку викладачами емоційного інтелекту учнів.

Ключові слова: емоційний інтелект, емоції, виховання, педагогіко-психологічні умови виховання, позитивне ставлення до навчання.

ABSTRACT

Today society begins to appreciate people's ability to work in a team more and more, so that one of the obligatory tasks of school is not only providing theoretical knowledge, but also teaching students to co-work effectively, this is also determined as one of postulate of NUS.

The term paper consists of the introduction, two parts (first has three units and the second one has two unites), conclusions, Ukrainian and English version of abstract, the list of the used literature – 23 resources: 20 on Ukrainian language and 3 English. The general number of pages is 36.

The first part of the work consists of theoretical analysis of the definition emotional intelligent in Ukrainian and foreign researches, determination of the main psychological and physiological principles of functioning of emotions, giving an analysis of general and age-related features of the students' emotional sphere.

The second part contains researches of the pedagogical conditions of development of the students' emotional intelligent. There are theoretical and practical recommendations of development emotional intelligent by teachers.

Key words: emotional intelligent, emotions, upbringing, pedagogy and psychological conditionals of upbringing, positive attitude to the education.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Загальна психологія. Теоретико-методологічні основи науки: Навч. посіб. Київ. 2019. 390 с.
2. Гоулман Д. Емоційний інтелект: пер. з англ. С. -Л. Гумецької. Харків: Віват, 2019. 519 с.
3. Готтман Дж., Деклер Дж. Емоційний інтелект у дитини: пер. з англ. Х. Шиналь. Харків: Віват, 2022. 272 с.
4. Нова українська школа: теорія і практика формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи: навчально-методичний посібник для вчителів молодшої школи. Тернопіль, Астон, 2020. 192 с.
5. Розвиток емоційного інтелекту в закладі загальної середньої освіти / автор-укладач Г. І. Савонова. Лисичанськ, 2021. 70 с.
6. Токарева Н. М., Шамне А. В. Вікова та педагогічна психологія: навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів]. Київ. 2017. 548 с. (167 – 245)
7. Журавльова Л. П. Емоційний інтелект як проблема психологічних досліджень. Наука і освіта. 2009. №1-2. С. 57 – 61. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/handle/123456789/13973>
8. Клименко А. О. Шляхи розвитку емоційного інтелекту учасників освітнього процесу. URL: <https://www.ukrlogos.in.ua/10.11232-2663-4139.15.30.html>
9. Коноплицька Ю. І., Ставицька О. Г. Особливості розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці. Психологія: реальність і перспективи: збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету. Вип. 11. Рівне. РДГУ. 2018. С. 70 – 75. URL: https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi11
10. Лящ О. П. Детермінанти та можливості формування емоційного інтелекту особистості. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. Випуск 1(46). 2015. С. 210 – 216. URL:

<https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/13269/Liasch.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

11. О. П. Системна детермінованість генези емоційного інтелекту в юнацькому віці. Теорія і практика сучасної психології. № 3. Т. 2. 2019. С. 48 – 53. URL: http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/3_2019/part_2/11.pdf

12. Підлужна Г. В., Худякова, І. В. Педагогічні умови розвитку емоційного інтелекту здобувачів початкової освіти (лінгвометодичний аспект). Імідж сучасного педагога. 2019. № 6 (189). С. 29 – 33. (2019). URL: <http://isp.poippo.pl.ua/article/view/184750>

13. Санько К. О. Феномен емоційного інтелекту в сучасній психології. Сучасна психологія: теорія і практика. Київ. 2015. С. 44 – 47. URL: <http://molodyvcheny.in.ua/files/conf/psy/07march2015/03.pdf>

14. Стасюк М. М. Психолого-педагогічні умови розвитку емоційного інтелекту у студентів ІТ-спеціальностей. Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Львів. 2020. URL: https://lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/02/dis_stasiuk.pdf

15. Стельмашук Ж., Ваколюка А. До проблеми розвитку емоційного інтелекту особистості. Інноватика у вихованні. 2019. Вип. 9. С. 259 – 265. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/inuv_2019_9_32

16. Шпак М. М. Вікові особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology. VI (68). Issue : 164. Budapest. 2018. С. 71 – 74 URL: <http://dspace.tnpu.edu.ua/handle/123456789/12286>

17. Шпак М. М. Психологічна концепція розвитку емоційного інтелекту особистості в онтогенезі. Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. 2020. Вип. 10. С. 125 – 134. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_012_2020_10_14

18. Шпак М. М. Функціональні особливості емоційного інтелекту особистості. Технології розвитку інтелекту. 2016. Т. 2 Вип. 3. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2016_2_3_11

19. Інтернет ресурс, URL: <http://gender-ua.org/forum-teatr>

20. Dr. Radhika Kapur Understanding the Meaning and Significance of Emotional Intelligence, URL: https://www.researchgate.net/publication/368291881_Understanding_the_Meaning_and_Significance_of_Emotional_Intelligence

21. Sajjad Ullah Jan, Mumtaz Ali Anwar. Emotional Intelligence, Library Use and Academic achievement of University Students, URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/24750158.2019.1572482>