

### Список використаних джерел:

1. Замелюк М., Магдисюк Л., Ольхова Н. Арт-терапія як засіб творчої самореалізації особистості. *Психологія: реальність і перспективи: збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету* / упоряд.: Р. В. Павелків, Н. В. Корчакова. Рівне: РДГУ, 2018. Вип. 10. С. 50–57.
2. Карпенко Н. Психологічний зміст і структура творчого потенціалу особистості. *Науковий вісник*. 2014. № 1. С. 190–201.
3. Магдисюк Л., Федоренко Р., Замелюк М. Казкотерапія в психологічному консультуванні дітей та дорослих: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. III–IV рівнів акредитації. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2019. 150 с.
4. Davies D., Jindal-Snape D., Digby R., Howe A., Collier C., Hay P. The roles and development of teachers' needs in promoting creativity: a systematic review of the literature. *Learning and pedagogical education*. 2014. 41, P. 34–41.
5. Laloux F. *Reinventing Organizations: A Guide to Creating Organizations Inspired by the Next Stage in Human Consciousness*, Nelson Parker. 2014.
6. Reynolds Thompson M. *Reclaiming the Wild Soul: How Earth's Landscapes Restore Us to Wholeness*. *The Cloud Press*, Ashland, Oregon. 2014.

## ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

*Прокоф'єва О. О.*

*Мостова Т. О.*

За останні кілька років умови для міжособистісного спілкування зазнають великих змін. З появою і поширенням смартфонів, планшетів та інших технічних засобів, молодь все частіше спілкується за допомогою соціальних мереж, не спостерігаючи обличчя співрозмовника і не чуючи його інтонації.

Втрачається контакт «віч-на-віч». Ми бачимо, як змінюється спосіб міжособистісного спілкування, емоційна складова. Спілкування стає все більш опосередковано знаками і символами. Каналом передачі в даному випадку виступають технічні пристрої. Це спотворює зміст промови, а також глибину переживань, які ми намагаємося передати при діалозі. У підсумку – ми отримуємо новий вид емоційної сфери. Саме тому наразі вивчення особливостей розвитку емоційного інтелекту засобами практичної психології у підлітковому віці є вкрай важливим.

Концептуальні положення щодо емоційного інтелекту та виявлення певних закономірностей становлення емоційної сфери висвітлені в наукових дослідженнях таких авторів як Г. Бреслав, О. Запорожець, Я. Неверович, О. Кульчицької, Є. Носенко, І. Аршава, Е. Носенко, А. Ольшаннікової, Е. Хомської, О. Яковлевої та інших, роботи О. Асмолова, Г. Крайг, І. Кона, Д. Ельконіна, які пов'язані з ви-

значенням факторів розвитку особистості, актуалізують проблему поглибленого пізнання емоційної сфери; О. Чебикіна, А. Маурера, Дж. Мюррея, в роботах яких викладені загальні уявлення щодо формування емоційного інтелекту.

Рівень емоційного інтелекту підліткового віку необхідно розглядати не в якості виділеного елемента в структурі періодизації, а в першу чергу як показник динамічного розвитку, тому що без вивчення умов формування дитини в онтогенезі, неможливе виявлення психологічних особливостей [2]. Фундаментальні ідеї закладені в діяльнісному підході, який розглядає формування індивідуальності як динамічного процесу, важливий потік якого – це врегулювання особистих протиріч, що відбуваються всередині, крім цього, зміна типу активності, що є формуванням первинної зміни установок на категорію потреб.

При вивченні даного вікового періоду вченими було встановлено наступне: значуща для підліткового віку активність – це усвідомлення правил і рамок взаємодій, які максимально яскраво виражаються в соціально схвалюваної діяльності та оточенні.

Емоційний інтелект (далі – ЕІ) виражається у здатності розуміти власний емоційний стан і стан оточуючих, а також аналізувати, які дії необхідно зробити в тій чи іншій ситуації і що за цим може послідувати. Це розумне управління емоціями для гармонізації своїх стосунків з іншими людьми і досягнення намічених цілей [1].

Проблема детермінації емоційного розвитку один з ключових аспектів розкриття природи емоційної сфери особистості. Теоретичний аналіз вказує на те, що поняття «детермінанта» в психологічній науці використовується в різних значеннях – з одного боку, як чинник, що зумовлює появу якісних змін певного явища (С. Кучин, Ж. Гурвіч та ін.), а з іншого як причину прояву певного явища (А. Петровський, М. Третьак, Р. Безус, М. Ярошевський та ін.). Проблема детермінації ґрунтується на уявленні про існування причинно-наслідкового зв'язку між певними явищами. Таким чином, детермінантами емоційного розвитку є комплекс зовнішніх і внутрішніх чинників, що зумовлюють появу якісно нових та удосконалення існуючих характеристик емоційної сфери.

У якості детермінант представляють систему факторів, які задають специфіку поведінки і беруть участь у її формуванні. Але детермінанти є не просто причинами, вплив яких приводить до певних наслідків. До них прийнято відносити такі спонукальні впливи, які визначають певний тип поведінки при їхній сукупній взаємодії, припускаючи при цьому деяку імовірнісну варіативність поведінки. Розглянемо фактори формування емоційного інтелекту. І. Андреева виділяє біологічні та соціальні фактори формування емоційного інтелекту [2]. В якості соціальних передумов емоційного інтелекту розглядається синтонія, яка закономірно змінюються раціоналізацією, це ступінь розвитку самосвідомості дитини, впевне-

ність в емоційній компетентності, емоційно благополучні відносини між батьками, андрогінність, зовнішній локус контролю, релігійність.

Таким чином, в основі біологічних передумов для розвитку здібностей EQ лежать вроджені відмінності, що стосуються функціональної асиметрії мозку і властивостей темпераменту. Соціальні передумови емоційного інтелекту складаються насамперед у сімейному оточенні. Вони визначаються характером стосунків між подружжям, їх увагою до внутрішнього життя дитини і такою стратегією виховання, яка передбачає формування адекватної самооцінки і позитивного образу Я, розвиток самоконтролю і здатність до зваженого аналізу емоційної інформації; відсутність жорсткої установки на відповідність поведінки дитини вимогам гендерної ролі.

Увага дослідників до емоційного інтелекту як сукупності ментальних здібностей до розуміння власних емоцій і емоцій інших людей і до управління емоційною сферою [4], обумовлена тим, що він є передумовою просоціальної та іншої позитивної поведінки, і його розвиток оптимізує міжособистісні взаємодії. Високий EI сприяє теплим відносинам батьків до дітей і емоційно благополучним сімейним стосункам. У той же час, EI негативно корелює з проблемами в поведінці, такими як агресивні прояви, жорстокість, хуліганство та вживання наркотиків та антисоціальна поведінка [3].

Розвиток EI є важливим фактором адаптації в соціальному оточенні. Згідно з результатами емпіричного дослідження О. Власової, «емоційно обдаровані» підлітки легко уживаються в колективі, часто набувають статус лідера, добре адаптуються до нових умов, сприяють поліпшенню соціально-психологічного клімату спільноти [4].

З приводу можливості розвитку EI в психології існують дві відмінних одна від одної думки. Ряд вчених (наприклад, Дж. Мейер) дотримуються позиції, що підвищити рівень EI практично неможливо, оскільки це відносно стійка здатність. У той же час емоційні знання – вид інформації, якою емоційний інтелект оперує, – відносно легко набуваються, в тому числі і в процесі навчання. Їх опоненти (зокрема, Д. Гоулман) вважають, що емоційний інтелект можна і потрібно розвивати.

Останньої точки зору дотримується і Т. Березовська, результати емпіричного дослідження якої вказують на можливість розвитку EI шляхом спеціально організованого навчання і виховання. В її дослідженні встановлено, що навчання сценічної діяльності сприяє розширенню емоційної компетентності підлітків в цілому, і, зокрема, у хлопців – розвитку здатності розпізнавати емоції інших людей і емпатії, у дівчат – розвитку довільності в управлінні емоційною сферою [5]. Можна припустити, що навчання в школі з театральним ухилом уможливорює розвиток андрогенних психологічних характеристик у осіб обох статей, що, сприяє підвищенню EI.

Прихильники розвитку ЕІ стверджують, що в школі необхідно проводити спеціальне навчання, спрямоване на розвиток емоційної компетентності. Подібна «емоційна освіта» може здійснюватися як через пряме навчання, так і через створення певного психологічного клімату, залучення підлітків, вчителів та батьків до спільної діяльності.

Аналізуючи біологічні передумови ЕІ можна віднести рівень емоційного інтелекту батьків, правопівкульний тип мислення, спадкові задатки емоційної сприйнятливості, властивості темпераменту, особливості переробки інформації. Рівень ЕІ батьків (генетичний компонент ЕІ) пов'язаний в першу чергу зі статтю. У дослідженнях Д. Гуастелло і С. Гуастелло була виявлена значна кореляція між рівнем ЕІ дітей і їхніх матерів, в той час як між рівнем ЕІ дитини і їх батька така кореляція була відсутня. На підставі отриманих результатів було висунуто припущення, що відносини «батько-син» пов'язані з низьким рівнем емоційного інтелекту та поведінки [2].

До соціальних передумов ЕІ можна віднести синтонію, раціоналізацію, ступінь розвитку самосвідомості дитини, впевненість у своїй емоційній компетентності, рівень освіти батьків і сімейний дохід, емоційно благополучні стосунки між батьками, андрогінність, зовнішній локус контролю і релігійність.

Також, найважливішою передумовою розвитку ЕІ, і зокрема, такого його компонента, як розпізнавання емоцій інших людей, є синтонія, що визначається Я. Мазуркевичем як інстинктивне співзвуччя з оточенням. Синтонічна особистість мимоволі переживає емоції, що збігаються з емоціями людей, з якими вона перебуває в безпосередньому контакті [5]. Синтонічність розглядається як інстинкт, реакція типу безумовного емоційного рефлексу вродженого механізму вивільнення або як набута реакція.

На ранніх стадіях розвитку особистості формуються також і механізми саморегуляції. На особистісному рівні саморегуляція здійснюється за трьома векторами: смислового, особистісних утворень і психічних станів. Саморегуляція психічних станів пов'язана безпосередньо з самоконтролем. Вся система особистісної саморегуляції базується на рівні розвиненості самосвідомості [4]. Іншими словами, рівень розвитку самосвідомості виступає в якості передумови управління власними емоціями.

Згідно дослідження Є. Іванової основним предиктором формування високого рівня ЕІ є те, як оцінює і сприймає підліток сімейну ситуацію та своє місце в ній. Такі характеристики сім'ї, як низька самооцінка членів родини; опосередковане, нечітке спілкування; жорсткі, безапеляційні правила; соціальні зв'язки, які здійснюються з позиції страху, звинувачень або підлецування будуть заважати розвитку ЕІ в підлітка, що зростає в такій сім'ї. І, навпаки, якщо сім'я має такі ознаки як висока самооцінка членів родини; пряме, відверте, конкретне спілкування; гнучкі

правила, які відповідають обставинам; відкриті, повні довіри соціальні зв'язки – це буде сприяти розвитку ЕІ підлітка. Високий рівень особистісної тривожності заважає підлітку відчути внутрішній стан і ті емоції, що він відчуває, а, отже, і виявити ЕІ [4].

Отже, розвиток ЕІ є важливим фактором адаптації, оптимізації міжособистісної взаємодії, просоціальної і іншої позитивної поведінки. З підвищенням ЕІ пов'язано зниження деструктивних тенденцій в поведінці людей. Проблема можливості розвитку емоційного інтелекту знаходиться в центрі наукових дискусій. Наразі важливою є «емоційна освіта», яка повинна базуватися на знанні біологічних і соціальних передумов ЕІ. Аналіз результатів досліджень показує, що в основі біологічних передумов для розвитку здібностей ЕІ лежать вроджені відмінності, що стосуються функціональної асиметрії мозку і властивостей темпераменту. Соціальні передумови ЕІ складаються насамперед у найближчому сімейному оточенні. Вони визначаються характером відносин між подружжям, їх увагою до внутрішнього життя дитини і такою стратегією виховання, яка передбачає формування адекватної самооцінки і позитивного образу Я, розвиток самоконтролю і здатності до зваженого аналізу емоційної інформації, відсутність жорсткої установки на відповідність поведінки дитини вимогам його гендерної ролі.

#### **Список використаних джерел:**

1. Дерев'янка С. П. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 Черніг. держ. пед. ун-т ім. Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2009. 327 с.
2. Власова О. І., Березюк М. А. Теоретико-методичні засади дослідження емоційного інтелекту як інтраіндивідуальної властивості особистості Матеріали IV міжнародної науково-практичної конференції. «Соціально-психологічні проблеми трансформації сучасного суспільства» Луганськ, 2004. С. 177–185.
3. Нікіфорова Л. Б. Структура та функції емоційної структури особистості Гуманітарні науки. Науково-практичний журнал. 2007. № 2(14). С. 150–154.
4. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія. Київ: Вища школа, 2003. 126 с.
5. Четверик-Бурчак А. Г. Механізми впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 Одеса, 2015. 187 с.