

of their own actions. We have increased the level of adaptability, that is, young teachers have become more confident, respond adequately to external circumstances and act in accordance with them. That is, do not look confused in unexpected situations.

Keywords: adaptation, socialization, training, activity, communication, abilities, homeostasis.

Отримано: 10.06.2019

УДК 159.926

І.В. Данилюк, Т.П. Клімаш

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

І.В. Данилюк, Т.П. Клімаш. Розвиток емоційного інтелекту. Стаття є дослідженням специфіки онтогенетичного розвитку емоційного інтелекту. Автором акцентована увага на особливостях розвитку емоційного інтелекту на різних етапах. Визначені основні критерії розвитку емоційного інтелекту та визначено подальші перспективи для наукових досліджень. Сутність емоційного інтелекту розкрито в здібності особистості розуміти власні ставлення, що репрезентуються в емоціях, та управляти емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу та синтезу

Ключові слова: мовлення, інтелект, емоційний інтелект, онтогенез, розвиток.

И.В. Данилюк, Т.П. Климаш. Развитие эмоционального интеллекта. Статья является исследованием специфики онтогенетического развития эмоционального интеллекта. Автором акцентировано внимание на особенностях развития эмоционального интеллекта на разных этапах. Определены основные критерии развития эмоционального интеллекта и определены дальнейшие перспективы для научных исследований. Сущность эмоционального интеллекта раскрыто в способности личности понимать собственные отношения, представляются в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе интеллектуального анализа и синтеза.

Ключевые слова: речь, интеллект, эмоциональный интеллект, онтогенез, развитие.

Постановка проблеми дослідження. Життя сучасної людини через велику нестабільність сьогодення, наповнюється необхідністю вирішення безлічі проблем, які часом здійснюють негативний вплив на її емоційну сферу, що вимагає від особи не тільки використання внутрішніх ресурсів, а й самоконтролю та саморегуляції, які доповнюють склад емоційного інтелекту. Все це сприятиме оновленню психічного здоров'я людини. Концепція емоційного інтелекту має велике значення в житті людини, особливо на стадії активного вікового розвитку та соціальної адаптації. Проблема дослідження емоційного інтелекту стає все більш актуальною на сучасному етапі розвитку психології. Це обумовлено специфікою даного

феномена, який є надзвичайно важливою практичною якістю, природа якого не вивчена в повній мірі. Розгляд особливостей формування емоційного інтелекту дозволяє оптимізувати цей процес та простежити успішність його протікання в розрізі онтогенетичних змін.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наразі наукові пошуки в сфері психології емоцій не тільки не призвели до кристалізації єдиного розуміння змісту емоційного інтелекту, але й розходяться у назві зазначеного феномену. Адже крім терміну "емоційний інтелект" (р. Бар-Он, Д. Гоулман, Дж. Мейер, П. Селовеї та ін.) поширені також "емоційна грамотність" (К. Штайнер), "емоційна компетентність" (К. Саарні), "міжособистісний" і "внутрішньо особистісний" інтелекти (Г. Гарднер), "соціальний інтелект" (Е. Торндайк, Дж. Гілфорд). К. Штайнер називає емоційну грамотність "емоційним інтелектом, сфокусованим на любові". Решта ж учених здебільшого сходяться на думці, що емоційний інтелект) передбачає вміння ідентифікувати та усвідомлювати як власні емоції, так і емоції партнера та спрямовувати їх у конструктивне русло. При цьому дослідження емоційного інтелекту ґрунтуються здебільшого на ідеї про те, що емоції потребують контролю з боку розуму, без якого вони загрожують успішному функціонуванню особистості (Г. Г. Гарська, Д. Гоулман, Дж. Мейер, Е. Л. Носенко, П. Селовеї та ін.).

Виділення невиділених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття. Беручи до уваги, що онтогенетичні зміни – це одна з головних проблем як в аспекті особистого, так і суспільного зростання, нами було прийнято рішення дослідити особливості розвитку емоційного інтелекту в процесі онтогенезу.

Мета дослідження – проаналізувати особливості розвитку емоційного інтелекту.

Виклад основного матеріалу. Емоційний інтелект знаходиться в основі емоційної саморегуляції, а високий рівень емоційного інтелекту дає можливість розуміти власні емоції та емоції інших людей, керувати емоційною сферою. Емоційний інтелект допомагає приймати рішення на основі відображення і осмислення емоцій, які мають для особистості певний зміст. Емоційний інтелект складається з вміння свідомо керувати емоціями, розуміти емоції, асимілювати емоції в мислення, розрізняти та виражати емоції. Тобто спостерігається пряма залежність перебігу стресових реакцій від емоційного сприйняття, емоційної регуляції, емоційного пізнання.

Досліджуючи проблему розвитку емоційного інтелекту особистості в онтогенезі, спираємося на наукові принципи системності, розвитку та детермінізму. Принцип системності нівелює дихотомію "інтелект – емоційний інтелект" та експлікує емоційний інтелект як інтегральний конструкт у структурі інтелектуальної та емоційно-вольової сфер особистості. Принцип розвитку дозволяє аналізувати динаміку розвитку емоційного інтелекту і його прояви в

різні вікові періоди. Принцип детермінізму дає можливість простежити причинно-наслідкові зв'язки у процесі розвитку емоційного інтелекту [7].

За Д. Гоулменом, емоційний інтелект – це здатність усвідомлювати власні почуття, почуття інших людей, мотивувати самого себе та інших, управляти емоціями як наодинці з самим собою, так і стосовно інших. Згідно з концепцією Д. Гоулмена, емоційний інтелект вираховується як сума показників семи здібностей: самоусвідомлення, самомотивування, стійкість до фрустрації, контроль за імпульсами, регуляція настрою, емпатія, оптимізм [13].

Згідно з уявленнями авторів оригінальної концепції емоційного інтелекту Дж. Мейєра, П. Селовея, Д. Карузо, емоційний інтелект – це група ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій і емоцій оточуючих. Емоційний інтелект розглядається як підструктура соціального інтелекту, яка включає здатність спостерігати власні емоції і емоції інших людей, розрізняти їх і використовувати цю інформацію для управління мисленням і діями [16, с. 774].

Авторами була запропонована чотирьох компонентна, ієрархічна модель емоційного інтелекту:

1. Сприйняття, ідентифікація емоцій, їх вираження (здатність сприймати, визначати емоції, помічати факт наявності емоції; здатність диференціювати істинні і помилкові вирази емоцій);

2. Фасилітація мислення (здатність викликати певну емоцію, контролювати її);

3. Розуміння емоцій (здатність розуміти емоції, зв'язки між емоціями, переходи від однієї емоції до іншої, причини виникнення тієї чи іншої емоції, аналіз емоцій, здатність класифікувати емоції, інтерпретувати їх значення);

4. Управління емоціями (здатність контролювати емоційні стани, вміння знижувати інтенсивність негативних емоцій) [7, с. 775]. Важливо відзначити, що кожен компонент стосується як власних емоцій, так і емоцій інших людей.

Проаналізувавши модель емоційного інтелекту Дж. Мейєра, П. Селовея і Д. Карузо можна зробити висновок, що вона являє собою моделі здібностей, оскільки автори трактують емоційний інтелект як когнітивну здатність.

Усвідомлення власних емоцій, управління ними, вміння ставити себе на місце іншого і приймати його почуття, демонструвати дружнє ставлення до людей при роботі з ними – це основа кращого розуміння світу, засіб самопізнання, саморозвитку, успішної самореалізації [9, с. 100-103].

Доцільним є визначення біологічних передумов розвитку емоційного інтелекту: рівень емоційного інтелекту батьків – чим вищий рівень емоційного інтелекту в батьків і сімейний дохід, тим вищі показники емоційного інтелекту у дітей. Відповідно до теорії Д. Гоулмана, кар'єрні та матеріальні успіхи є зазвичай наслідком високого емоційного інтелекту; правопівкульний тип мислення – права півкуля відповідає за творчість,

яву, креативність, цілісне сприйняття, інтуїцію, швидкий висновок, загальне враження, емпатію. Таким чином, домінування правої півкулі виступає передумовою розвитку емоційного інтелекту; особливості темпераменту – розумова активність екстравертів більше спрямована на зовнішній світ, ніж на самих себе, тобто вони більш здатні до формування адекватної емоційної відповіді на дії й почуття інших людей.

До соціальних передумов емоційного інтелекту відносять: синтонію, яка змінюється раціоналізацією; рівень розвитку самосвідомості дитини; впевненість у своїй емоційній компетентності; рівень освіти батьків і сімейний дохід; емоційно стабільні стосунки між батьками; "винагороджуючу соціалізацію емоцій" у сімейному вихованні; тендерні особливості виховання; андрогінність; емоційну компетентність; зовнішній локус контролю; релігійність [1, с. 201].

Дискусійним є питання сензитивного періоду розвитку емоційного інтелекту. Більшість дослідників схиляються до думки, що цим періодом є дитинство. Емоційний досвід дитини, який вона здобуває в сім'ї та школі, формує її емоційні схеми, роблячи її компетентною або некомпетентною – на основі емоційного інтелекту. Д. Гулман відзначає, що дитинство і підлітковий вік є "вікнами можливостей" для формування емоційних звичок, які впливають на життя людини [4, с. 38].

І.В. Опанасюк підкреслює, що у старшому шкільному віці створюються умови для свідомого розвитку емоційного інтелекту, який характеризується високою сенситивністю, гнучкістю психічних процесів і підвищеним інтересом до сфери внутрішнього "Я" [9, с. 8].

У розвитку емоційної сфери дитини дошкільного віку важливу роль відіграє сім'я. Позитивна психологічна атмосфера в родині, яка оточує дитину з перших днів її життя, суттєво впливає закладає основу формування компонентів емоційного інтелекту, яке буде тривати протягом наступних років життя [3, с. 41-44].

Перед тим, як організувати систему роботи з розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку, необхідно визначити на якому рівні знаходиться емоційно-почуттєва сфера малюка. Апелювання до психології та психодіагностики показує, що вчені розробили комплекс діагностичних процедур для вивчення й оцінки емоційної сфери особистості: спостереження, анкетування вихователів, бесіда з батьками, "Кінетичний малюнок сім'ї", колірний діагностичний тест М. Люшера, експертні оцінки вихователів; бесіда, діагностичні методики "Секрет" і "Подарунок" (розроблені Т. Репіною, модифіковані Т. Антоною), проєктивні методики "Визначення емоцій за фотографіями", "Розпізнавання почуттів" тощо.

Використання й обробка названих діагностичних процедур є процесом тривалим і складним, який повинен здійснювати передусім практичний

психолог закладу дошкільної освіти. Проте вихователь, що спілкується безпосередньо з дітьми протягом усього часу їх перебування в дитячому садку, також повинен проводити елементи дослідження за їхньою поведінкою.

К. Е. Ізард визначає, як і більшість психологів, що новизна оточення активізує емоції зацікавленості, яка підкріплює дослідницьку активність особи. Активне пізнання оточення й успішне пристосування знижують рівень збудження й активізують емоцію радості, водночас велика кількість складного матеріалу, недоступного до асиміляції, може викликати переляк, печаль. За твердженням науковця, спроби пристосування людини до нового мінливого оточення лежать в основі тісних стосунків між афектом і пізнавальними процесами. Таке визначення можна взяти до уваги стосовно адаптації молодій людині до нових умов навчального закладу і подальшої реалізації себе в професійній діяльності та пристосування до специфічних умов [11].

Маловивченою є проблема розвитку та формування емоційного інтелекту у підлітковому віці. Саме в цей період спостерігаються істотні зміни в інтелектуальній, емоційно-вольовій, мотиваційній, ціннісно-смісловій і поведінковій сферах особистості, які потребують компетентного психологічного супроводу. Слід також враховувати появу основних новоутворень у підлітковому віці: почуття дорослості, прагнення до самоствердження та самовдосконалення, розвиток теоретичного рефлексивного мислення, оволодіння процесом утворення понять, формування ідеалу особистості, розвиток самосвідомості. Все це треба брати до уваги, конструюючи програми розвитку емоційного інтелекту.

Л. М. Вахрушева визначає, що у юнацькому віці та в період ранньої зрілості емоційний інтелект характеризується низьким рівнем розвитку його показників, меншою внутрішньою збалансованістю і різноманітністю стратегій емоційної саморегуляції у порівнянні з дорослими. Таким чином, незрілість емоційної сфери дитини безпосередньо пов'язана з рівнем її емоційного інтелекту. Вчена пише про те, що розвиток емоційного інтелекту протікає гетерохронно і проходить стадії росту та спаду показників. Зокрема, нею була встановлена нерівномірна динаміка за параметром "регуляція емоцій інших людей": 16-17-річні і 22-23-річні демонструють вищу здатність до регуляції емоцій інших людей, ніж 18-21-річні. Важливим параметром емоційного інтелекту, як зазначає Л. М. Вахрушева, є збалансованість, рівномірність розвитку його показників, пов'язаних із соціометричним статусом і стилем міжособистісної комунікації [10].

До позавікових особливостей розвитку емоційного інтелекту відносять тендерні – незалежно від віку рівень розвитку емоційного інтелекту у дівчат і жінок вищий, ніж у хлопців і чоловіків. Так, Ю. В. Давидова емпірично встановила статеві-рольові відмінності емоційного інтелекту та його ознак у підлітковому віці: у дівчат більш високий рівень розвитку емоційного інтелекту, у зв'язку з тим, що показники емоційного інтелекту, які репрезентують фактор

"розуміння емоцій" (емоційна обізнаність, емпатія, розпізнавання емоцій інших людей) у них вищі, ніж у хлопчиків. Вчена доводить, що інтелект у підлітковому віці є стійкою гетерогенною категорією, функціями якої є забезпечення успішності діяльності, оптимізація і гармонізація процесів внутрішньо-особистісної і міжособистісної взаємодії [5, с. 15].

Розвиток емоційного інтелекту має кількісний і якісний характер: в онтогенетичному вимірі зростає здатність особистості розпізнавати емоції інших людей і розуміти складні відтінки власних емоційних переживань, тобто зростає рівень її емоційного інтелекту.

Сучасне "технологізоване" життя негативно відображається саме на емоційній сфері. У сучасної людини зовнішнє благополуччя (сприятливий комунікативний статус) досить часто супроводжується неблагополуччям внутрішнім (соціальна фрустрованість, занижка афіліативність), що призводить до зниження адаптаційних можливостей особистості в умовах змінливого соціально-психологічного середовища. Зауважимо, що існують різні точки зору щодо можливостей розвитку емоційного інтелекту. Низка вчених (Дж. Майер, П. Саловей) вважають, що підвищити рівень емоційного інтелекту неможливо, оскільки це відносно стійка властивість людини.

Не зважаючи на дієвість цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту, про що зазначається в літературі [10, с. 35], дослідниками наводяться також критичні зауваження щодо організації системного тренінгового впливу: недостатня операціоналізація поняття "емоційний інтелект" внаслідок відсутності чітких критеріїв вимірювання ефективності програм розвитку емоційного інтелекту, обмеженість впливу системи тренінгів на розвиток емоційної сфери в цілому.

Поряд із тим, у літературі вже представлено результати досліджень, які засвідчують продуктивність цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту [8, с. 21] шляхом організації зовнішнього (тренінгового) впливу. Якщо емоційний інтелект, як стверджують автори, справді можна розвивати, то необхідно, на нашу думку, впроваджувати у сферу освіти психолого-педагогічні технології цілеспрямованого формування емоційної компетентності як учнів, так і їх вчителів і батьків, проводити систематично просвітницьку та тренінгову роботу з ними. Також важливо впроваджувати практику проведення тренінгів, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту, і в структурі органів внутрішніх справ з метою вдосконалення навиків у співробітників по визначенню емоційного стану злочинця, передбаченні його можливих дій, підвищення самоконтролю та здібності до саморегуляції власного емоційного фону, а також вміння визначити які саме емоції переповнюють і знайти причину їх виникнення й спосіб її усунення (у випадку, якщо емоції негативні).

Якщо емоційний інтелект можна розвивати, то необхідно, на нашу думку, впроваджувати у сферу освіти психолого-педагогічні технології

цілеспрямованого формування емоційної компетентності як учнів, так і їх вчителів і батьків, проводити систематично просвітницьку та тренінгову роботу з ними. Це пов'язано з тим, що сучасна школа націлена переважно на розвиток академічних здібностей учнів, на інтелектуальну сферу особистості (формування знань, умінь і навичок), тоді як емоційному розвитку школярів не приділяється належна увага, хоча, як відомо, одним із елементів змісту освіти є формування емоційно-ціннісного ставлення людини до себе, до інших людей, до навколишньої дійсності. Наслідки емоційної неосвіченості виявляються сьогодні у значному збільшенні міжособистісних конфліктів, зростанні випадків депресії, жорстокості, насильства. Тому, як справедливо зазначає І. М. Андрєєва, розвиток емоційного інтелекту може розглядатися як фактор підвищення психологічної культури суспільства в цілому [2, с. 85].

Спеціальні навчальні програми суттєво підвищують рівень емоційної компетентності дітей. Особливе значення та актуальність роботи з розширення емоційного інтелекту набуває в дошкільному та молодшому шкільному віці, оскільки саме в ці періоди йде активне емоційне становлення дітей: їх самосвідомості, здатності до рефлексії та децентрації (вміння стати на позицію партнера, враховувати його потреби і почуття). Розвивати емоційний інтелект доцільно і у підлітків, які відрізняються високою сенситивністю і гнучкістю всіх психічних процесів, а також глибоким інтересом до сфери свого внутрішнього світу. Наразі особливо популярні програми, тренінги та коучінг для дорослих з метою вдосконалення і застосування емоційного інтелекту в професійній діяльності спеціаліста [7].

Діти, які розуміють емоції, більш чуйні, соціально адаптовані, їх частіше обирає група. Для розвитку емоційного інтелекту людині необхідна певна частка об'єктивності, адже вміння поставити себе на місце іншої людини і відчуті її переживання – це вже не суб'єктивний погляд на ситуацію. Подібні вміння допомагають розвинути в дитині дорослого, а також приймати вірні рішення і успішно орієнтуватися в сучасному світі. Поступаючи з урахуванням норм моральності, дитина відчуває переживання інших людей (перед тим як давати оцінку їх вчинкам), в результаті чого вона з кожної життєвої ситуації отримує так звану емоційну інформацію [3].

Одним із можливих варіантів розвитку емоційного інтелекту в роботі практичного психолога може бути тренінг. Очевидно, що розробка і використання програм тренінгу емоційного інтелекту повинні базуватися на принципах наукової обґрунтованості, системності, врахування вікових та індивідуальних особливостей учасників. Необхідним є вироблення механізмів оцінки ефективності подібних програм. Всі учасники навчального процесу (школярі, вчителі, батьки, адміністрація) повинні усвідомлювати значимість розвитку емоційної компетентності та створити умови, які сприяють вирішенню широкого кола соціальних проблем учнів. Необхідно культивувати практичне

застосування набутих умінь у повсякденному житті. Проблемою залишається підготовка кваліфікованого штату учителів і психологів [2]

Найбільш продуктивними методами розвитку емоційного інтелекту є гра, арт-терапія, психогімнастика, поведінкова терапія, дискусійні методи [6, с. 79], моделювання, програвання ролей, зворотній зв'язок, демонстрації, проектування [14] та інші.

Стосовно комплектування груп з метою розвитку емоційного інтелекту, то вони повинні відповідати загальним рекомендаціям формування тренінгових груп (щодо гомогенності / гетерогенності, відсутності психічних розладів, добровільної участі, кількісного складу групи). На думку С. П. Дерев'янка, додатковою умовою комплектування груп є не включення до тренінгової групи учасників з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту і його компонентів. Це обумовлено тим, що посилений розвиток здатності до розуміння емоцій інших людей може стимулювати значне підвищення відчуття, що сприяє прояву депресивного і песимістичного фону в настрої, особливо в напружених ситуаціях міжособистісного спілкування [14]. Також, надмірно розвинена здатність до управління емоціями посилює маніпулятивне ставлення до оточуючих.

Висновки. Таким чином, емоційний інтелект є головною складовою в досягненні максимального відчуття щастя та успішної самореалізації. Емоційний інтелект є незамінним чинником, що активізує і підносить розумову вправність; тобто, коли людина визнає свої почуття і керується ними в конструктивний спосіб, то це збільшує інтелектуальні сили особистості. Підвищити рівень емоційного інтелекту цілком можливо, проте не за допомогою традиційних програм навчання, спрямованих на ту частину мозку, яка керує раціональними ідеями.

Перспективу подальшого дослідження вбачаємо у вивченні психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту підлітків, впровадженні програми, що слугуватиме розвитку емоційного інтелекту та покращенню міжособистісних стосунків учнів. Можна визначити необхідність спрямування нашого дослідження на визначення чинників становлення емоційного інтелекту особистості у навчальній і суспільній діяльності в умовах навчання шляхом проведення діагностики емоційного інтелекту груп різних курсів. Відповідно до результатів діагностики розробити програму емоційної та соціальної адаптації до нових умов навчання і життєдіяльності.

Список використаних джерел

1. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии: монография. Новополюк: ПГУ, 2011. 388 с.
2. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. 2016. № 3. С. 78-86.

3. Голюк О. А. Ціннісні орієнтації батьків як основа забезпечення гармонійного буття дитини у сім'ї / О. А. Голюк // Імідж сучасного педагога. 2015. № 6 (155). С. 41-44.

4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / пер. с англ. А. П. Исаевой. М.: АСТ; Владимир: ВКТ, 2009. 478 с.

5. Давыдова Ю. В. Эмоциональный интеллект: существенные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте: автореф. дисс. канд. психол. наук: 19.00.01. М., 2011. 20 с.

6. Деревянко С. П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах / С. П. Деревянко // Психологический журнал. 2018. №2. С. 79-84

7. Коврига Н. В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01. К., 2003. 23 с.

8. Опанасюк І. В. Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту старшокласників засобами арт-терапії: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07. К., 2017. 20 с.

9. Поплужный В. Л. Роль и развитие интеллектуальных чувств в познавательной деятельности личности: дис... канд. психол. наук: 731 / В. Л. Поплужный. К., 1969. 263 с.

10. Филатова О. Эмоциональный интеллект как показатель целостного развития личности // Персонал, № 5, 2000. – 243 с.

11. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory // R. Bar-On, J. D. A. Parker (eds.). Handbook of emotional intelligence. San Francisco: Jossey-Bass, 2017. – P. 363-388.

12. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice / H. Gardner. – New York: Basic Books, 2017. – 304 p.

13. Goleman D. Emotional intelligence / D. Goleman. – New York: Bantam Books, 2015. – 352 p.

14. Goleman D. Working with emotional intelligence / D. Goleman. – N. Y.: Bantam Books, 2018. – 383 p.

15. Ludmyla Lubczak. Psychologiczno-pedagogiczna pomoc rodzinie w rozwoju sfery emocjonalnej dziecka w wieku przedszkolnym // Rodzina wspolczesna: portret interdyscyplinarny / pod redakcja naukowa Grazyny Szabelskiej, Galiny Tarasenko. – Bydgoszcz: Wydawnictwo Kujawsko-Pomorskiej Szkoy Wyzszej w Bydgoszczy, 2014, S. 420-434.

16. Mayer J. D., Di Paolo M., Salovey P. Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence // Journal of Personality Assessment. 2018. Vol. 54, №3, 4. P. 772-781.

Spisok vykorystanykh dzherel

1. Andreeva I. N. Emotsionalnyiye intellekt kak fenomen sovremennoy psihologii: monografiya. Novopolotsk: PGU, 2011. 388 s.

2. Andreeva I. N. Emotsionalnyiy intellekt: issledovaniya fenomena / I. N. Andreeva // Voprosy psihologii. 2016. # 3. S. 78-86.

3. Golyuk O. A. Tsinnlnl orlentatsiyi batlv yak osnova zabezpechennya garmonynogo buttya ditini u sm'yi / O. A. Golyuk // Imldzh suchasnogo pedagoga. – 2015. – # 6 (155) – S. 41-44.

4. Goulman D. Emotsionalnyiy intellekt / per. s angl. A. P. Isaevoy. M.: ACT; Vladimir: VKT, 2009. 478 s.

5. Davyidova Yu. V. Emotsionalnyiy intellekt: suschnostnyie priznaki, struktura i osobennosti proyavleniya v podrozkovom vozraste: avtoref. diss. kand. psihol. nauk: 19.00.01. M., 2011. 20 s.

6. Derevyanko S. P. Razvitie emotsionalnogo intellekta v treningovyih gruppah / S. P. Derevyanko // Psihologicheskiy zhurnal. 2018. #2. S. 79-84

7. Kovriga N. V. Stresozahisna ta adaptivna funktsiyi emotsynogo intelektu: avtoref. dis.... kand. psihol. nauk: 19.00.01. K., 2003. 23 s.

8. Opanasyuk I. V. Psihologichni osoblivosti rozvitku emotsynogo intelektu starshoklasnikiv zasobami art-terapiyi: avtoref. dis.... kand. psihol. nauk: 19.00.07. K., 2017. 20 s.

9. Popluzhnyi V. L. Rol i razvitie intellektualnyih chuvstv v poznavatelnoy deyatelnosti lichnosti: dis.... kand. psihol. nauk: 731 / V. L. Popluzhnyi. K., 1969. 263 s.

10. Filatova O. Emotsionalniy intellekt kak pokazatel tselostnogo razvitiya lichnosti // Personal, # 5, 2000. – 243 s.

11. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory // R. Bar-On, J. D. A. Parker (eds.). Handbook of emotional intelligence. San Francisco: Jossey-Bass, 2017. – P. 363-388.

12. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice / H. Gardner. – New York: Basic Books, 2017. – 304 p.

13. Goleman D. Emotional intelligence / D. Goleman. – New York: Bantam Books, 2015. – 352 r.

14. Goleman D. Working with emotional intelligence / D. Goleman. – N. Y.: Bantam Books, 2018. – 383 p.

15. Ludmyla Lubczak. Psychologiczno-pedagogiczna pomoc rodzinie w rozwoju sfery emocjonalnej dziecka w wieku przedszkolnym // Rodzina wspolczesna: portret interdyscyplinarny / pod redakcja naukowa Grazyny Szabelskiej, Galiny Tarasenko. – Bydgoszcz: Wydawnictwo Kujawsko-Pomorskiej Szkoły Wyzszej w Bydgoszczy, 2014, S. 420-434.

16. Mayer J. D., Di Paolo M., Salovey P. Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence // Journal of Personality Assessment. 2018. Vol. 54, №3, 4. P. 772-781.

I.V. Danyljuk, T.P. Klimash. The question of emotional intelligence. The article is a study of the specific ontogenetic development of emotional intelligence. The

author focuses on the peculiarities of the development of emotional intelligence at different stages. The main criteria for the development of emotional intelligence have been identified and further prospects for scientific research have been identified. The essence of emotional intelligence is revealed in the ability of the individual to understand their own attitudes, which are represented in emotions, and to manage the emotional sphere on the basis of intellectual analysis and synthesis.

Keywords: speech, intelligence, emotional intelligence, ontogeny, development.

Отримано: 10.06.2019

УДК 159.922.6

О.О. Горова

ORCID ID 0000-0001-9022-3432

ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

О.О. Горова. *Психологічна адаптація студентів до навчання у закладі вищої освіти.* Психологічна адаптація юнаків до студентського життя є однією із ключових проблем у психології юнацтва. Вступ до закладу вищої освіти, як один із основних етапів особистісного та професійного самовизначення, пов'язаний з низкою труднощів. Йдеться про встановлення системи стосунків з одногрупниками та викладачами, вибір продуктивних стратегій засвоєння професійних знань, умінь і навичок, особистісний розвиток у навчальній діяльності, які відповідають трьом основним рівням адаптації – соціальному, діяльнісному та суб'єктному.

У статті аналізуються основні психологічні чинники успішної адаптації юнаків до навчання у закладі вищої освіти з позицій транзактного аналізу Е. Берна та соціогенетичного підходу Е. Еріксона. Основними ресурсами адаптації вважаються его-ідентичність, використання продуктивних его-станів та вироблення адекватної життєвої позиції. У статті також описано загальну структуру та результати впровадження програми успішної адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти.

Ключові слова: юнацький вік, адаптація, его-ідентичність, его-стани, життєва позиція.

Е.А. Горовая. *Психологическая адаптация студентов к обучению в заведении высшего образования.* Психологическая адаптация юношей к студенческой жизни является одной из ключевых проблем в психологии юношества. Поступление в вуз, как один из основных этапов личностного и профессионального самоопределения, связан с рядом трудностей. Речь идет об установлении системы отношений с одногруппниками и преподавателями, выборе продуктивных стратегий усвоения профессиональных знаний, умений и навыков, личностном развитии в учебной деятельности, соответствующих трем основным уровням адаптации – социальному, деятельностному и субъектному.

В статье анализируются основные факторы успешной адаптации юношей к учебе в вузе с позиций транзакционного анализа Э. Берна и социогенетического подхода Э. Эриксона. Основными ресурсами адаптации считаются эго-идентичность, использование продуктивных эго-состояний и выработка адекватной жизненной позиции. В статье также описаны об-