

візуального порівняння, учні виконують їх різницево та кратне порівняння. Характер багатьох завдань орієнтує на дискусію, обмін думками, розвиток вміння передавати іншому важливу для навчального завдання інформацію. Учням пропонується розпізнавання однієї інформації, поданої в різній формі (текст, таблиця, діаграма). Завдання, які вимагають переведення уваги з тексту на зображення, сприяють розвитку вміння працювати з інформацією. Психологи стверджують, що для сучасних дітей використання у навчальному процесі малюнків, схем, таблиць діаграм сприяє розвитку вміння розуміти і утримувати інформацію, представлену в неявному вигляді.

Використання на уроках математики та інших предметів таблиць та діаграм якісно перетворює навчальний процес та робить його ефективним.

Література:

1. Державний стандарт початкової освіти. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/688-2019-п#Text> (Дата звернення 06. 11. 20)
2. Листопад Н.П. (2018). Математика: підруч. для 1 кл. Київ : Оріон. 144 с.
3. Листопад Н.П. (2019). Математика: підруч. для 2 кл. Київ : Оріон. 160 с.
4. Листопад Н.П. (2020). Математика: підручн. для 3 кл. (у 2-х ч.) : Ч.2 Київ : Оріон. 128 с.
5. Типова освітня програма для учнів 1–2 класів. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/programy-1-4-klas/2019/11/1-2-dodatki.pdf> (Дата звернення 09. 11. 20)
6. Типова освітня програма для учнів 3–4 класів. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/programy-1-4-klas/2019/11/3-4-dodatki.pdf> (Дата звернення 09. 11. 20)

АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ОСОБИСТІСНОГО РЕСУРСУ

Інна Мазоха

*кандидат психологічних наук, доцент
Ізмаїльський державний гуманітарний університет*

Соціально-економічні та духовні зміни, що відбуваються в Україні, сприяли утвердженню людини як найвищої соціальної цінності, максимальному розвитку її можливостей, задоволенню широких потреб, забезпеченню гармонізації міжособистісних відносин. Практична реалізація цих завдань значною мірою залежить від особистості, її здатності вільно орієнтуватися в соціальному просторі, розуміти характеристики розвитку та самореалізації. Важливість розвитку емоційних здібностей очевидна для практичних психологів.

Емоційний інтелект необхідний людині для її ефективної соціальної адаптації та успішної самореалізації.

Перша і найвідоміша модель ЕІ в науковій психології була розроблена Пітером Саловеєм та Джоном Майєром. Ці автори сформулювали теоретичну позицію щодо емоційного інтелекту, як важливого психологічного джерела особистості. Його розвиток з одного боку сприяє оптимальному функціонуванню людини, конструктивним та взаємопродуктивним міжособистісним стосункам, та з іншого – зменшує ризик різних форм руйнування особистості та соціальної дезадаптації, тобто є особистісним ресурсом.

В даний час зростає інтерес до вивчення емоційного інтелекту в зарубіжній та вітчизняній психології. Так, К. Роджерс, вважав, що ключова роль у продуктивній організації психотерапевтичної допомоги була взята з особистих установок практичного психолога, що передбачає його безумовне позитивне прийняття, емпатійне розуміння та конгруентність. У той же час безумовне позитивне прийняття створює основи ефективного спілкування, а своєрідний емоційний фон, емпатійне розуміння та конгруентність відповідають ефективності процесу спілкування та забезпечують його емоційним «живленням». Конгруентність визначається як розвинена здатність чітко розпізнавати та адекватно передавати у поведінці власні почуття та переживання, що, безумовно, вимагає наявності розвинених здібностей емоційного усвідомлення та самовираження [1].

Увага вчених до проблеми емоційного інтелекту, на думку Дж. Керролла, пов'язана з тим, що цей конструкт добре гармонує з ідеями повсякденної психології та розширює існуючі наукові уявлення про різноманітність людських здібностей, збагачуючи тим самим психологію. Поняття емоційного інтелекту теоретично відображає ідею єдності афективних та інтелектуальних процесів. З точки зору практики, цей конструкт був розроблений у зв'язку з вивченням успіху людини в різних сферах життя та діяльності. Перспективність та обґрунтованість використання концепції емоційного інтелекту показана багатьма роботами, проведеними в різних психологічних дисциплінах.

Емоційний інтелект розширює переважаючі наукові концепції щодо різних здібностей людини, збагачуючи тим самим повсякденну психологію. Це остаточний етап у розвитку теорії множинного інтелекту Гарднера. При розробці наукових моделей академічного інтелекту спроби поєднати ЕІ з поясненням емоційних явищ з точки зору процесів обробки інформації виявились досить продуктивними. У пострадянській психологічній науці поняття емоційного інтелекту вперше застосувала Г.Г. Гарськова [4]. В даний час вивчають емоційний інтелект такі вчені, як: О.І. Власов; С.П. Деревянко; Н.В. Ковриг; Д.В. Люсин [5]; М.А. Манойлов; Е.Л. Носенко [7]; А.С. Петровська; Г.В. Юсупов; та ін. У білоруській психології відомі дослідження ЕІ, проведені Т.П. Березовською, А.П. Лобановим, Є.А. Лобановим.

Проблема визначення емоційного інтелекту в багатозначності цього явища, яке кожен дослідник інтерпретує згідно зі своїм уявленням: - вміння розуміти і контролювати власні емоції [5]; - вміння контролювати емоційну поведінку та властивості [2]; - сукупність емоційних, комунікативних, регулятивних особистісних якостей, що забезпечують свідомість, прийняття і регулювання станів почуттів інших людей та їх самих, опосередковуючи рівень продуктивності, успішність міжособистісних взаємодій або особистісного розвитку [6]; - моторно-пізнавальні здібності, які включають емоційну чутливість, свідомість та здатність керувати емоціями, що дозволяють людині контролювати почуття психічного здоров'я, психічного спокою та високої якості особистого життя [3]; - вміння інтерпретувати емоції.

Також, деякі вчені вважають емоційний інтелект підструктурою соціального інтелекту. Однак існують й інші перспективи: емоційний інтелект вважається більш широким поняттям, а соціальний інтелект - одним із його аспектів. Можливо, такі ідеї пов'язані з тим, що в деяких дослідженнях здатність соціальної взаємодії базується на попередньому розвитку окремих структурних компонентів ЕІ. Так у дослідженнях Х. Вайзінгер, Д. Големан, Р.К. Купер, А. Саваф емоційний інтелект вважається фундаментальним фактором успіху людського життя; у працях С. Андерсон, Ф.П. Дін та Дж. Сіаррокі - як передумова психічного та фізичного здоров'я. Роль емоційного інтелекту як фактора продуктивної соціально-психологічної адаптації учнів вивчала С.П. Деревянко; як внутрішньоособистісний фактор ефективної соціалізації молоді Т.П. Шемякіна та С.А. Богомаз; емоційний інтелект вивчався як умова та фактор ефективної контрольної діяльності А. Петровською, І.А. Єгоровим, Т.А. Панковою [8]. У праці О.А. Айгунової емоційний інтелект вважається елементом особистого потенціалу математично обдарованих учнів-підлітків.

Загалом, вчені одноголосно визнають, що високий рівень емоційного інтелекту є передумовою просоціальної та іншої позитивної поведінки, а низький рівень розвитку пов'язаний з різними формами соціальної дезадаптації. Американські психологи Д.Р. Карузо, Дж. Мейєр та П. Саловей сформулювали теоретичне твердження, що емоційний інтелект можна вважати важливим психологічним джерелом особистості, розвиток якого, з одного боку, сприяє оптимальному функціонуванню людини, налагодженню конструктивних та взаємопродуктивних міжособистісних стосунків, а з іншого боку зменшує ризик появи різних форм руйнування особистості та соціальної дезадаптації.

Таким чином, емоційний інтелект - це сукупність розумових здібностей, що забезпечують виявлення, розуміння причин та управління власними емоціями та емоціями інших людей для успішного досягнення цілей та намірів діяльності (професійна діяльність, спілкування). Ця концепція має науковий статус і

відображає ідею діалектичної єдності афективних та інтелектуальних процесів у пізнанні та спілкуванні. Перспективи та обґрунтованість його використання підтверджуються багатьма працями, що виконуються в галузі загальної, соціальної, організаційної та клінічної психології.

Аналіз результатів досліджень Е.Л. Носенко, А.І. Чоботар [7], показує адаптаційні та захисні функції емоційного інтелекту від стресу. Також, аналіз результатів дослідження І.Н. Андрєєвої [1] підтверджує позицію емоційного інтелекту як фактора самореалізації особистості у професійній діяльності та дозволяє стверджувати, що емоційний інтелект можна вважати важливим елементом системи особистих ресурсів.

У сучасній психології зміст терміна «ресурси» є відносно різноманітним і розвивається як частина розвитку теорії психічного стресу. К. Муздибаєв визначає ресурси як засоби до існування, можливості для людей та суспільства; як життєві цінності, які формують реальний потенціал для можливості впоратися з несприятливими життєвими подіями. О. Сляднева, у свою чергу, визначає особистий ресурс як сукупність індивідуально-типологічних характеристик, стиль реагування в складних життєвих ситуаціях. У Н. Водоп'яновій подано таке визначення ресурсів: «Внутрішні та зовнішні змінні, що сприяють психологічній стійкості у стресових ситуаціях; це емоційні, мотиваційно-вольові, когнітивні та поведінкові конструкції, які допомагають при адаптації до стресу». Одним із способів реагувати на стресову ситуацію є механізм «збереження» ресурсів, з якого виникає така можливість отримувати, зберігати, поновлювати, збільшувати та перерозподілити ресурси відповідно до власних цілей. Завдяки такому розподілу ресурсів з'являється можливість пристосуватися до мінливих умов навколишнього середовища. Використання особистих ресурсів забезпечує розумове, соматичне та соціальне благополуччя людини і відповідно до орієнтації особистості, створює умови для подальшої самореалізації.

Розвинена емоційність сприяє ефективнішій орієнтації у світі та адаптації в суспільстві. Емоційна система вважається однією з головних регуляторних систем життя і діяльності. На думку К. Обуховського, поряд із загальною орієнтацією у світі важливою є й емоційна орієнтація. Вона проявляється у здатності безпосередньо вгадувати емоційні стани інших людей та розпізнавати їх емоційне відношення. Існує чітка залежність функціонування особистості від точності її орієнтації, в тому числі емоційної, що особливо важливо в період формування особистості. Також цікавою є думка про орієнтацію не лише в соціальному середовищі, що оточує людину, а й про орієнтацію у власному внутрішньому світі. На думку Є.Л. Яковлевої, усвідомлення власної індивідуальності базується на розумінні власних емоційних реакцій та станів, які вказують на ставлення людини до того, що відбувається.

Таким чином, емоційний інтелект - це сукупність розумових здібностей для виявлення, розуміння та контролю емоцій. Його часто трактують як підструктуру соціального інтелекту, але він відрізняється від нього тим, що включає глибокі емоції, важливі для особистісного (соціального) зростання [1]. Емоційний інтелект є одним з особистісних ресурсів особистості. Переживання емоцій, розуміння їх реального змісту і вибір адекватних ситуації емоційно-регулятивних стратегій сприяють ефективній діяльності особистості та її внутрішньому благополуччю.

Література

1. Андреева И. Н. (2011). Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополюк : ПГУ. 388 с.
2. Бреслав Г.М. (2004). Психология эмоций. М.: Смысл; Издат. центр «Академия». 544 с.
3. Власова О.І. (2005). Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: моногр. Київ: Видавничо-поліграф. центр «Київський університет». 308 с.
4. Гарскова Г.Г. (1999). Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию. *Ананьевские чтения: тез. науч.-практ. конф.*; редкол.: А.А. Крылов [идр.]. СПб.: Изд-во Санкт-Петербург. ун-та. С. 25-26.
5. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте. *Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования; подред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова.* М.: Ин-т психологии РАН, 2004. С. 29-36.
6. Манойлова М.А. (2004). Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и учащихся. Псков: ПГПИ. 140 с.
7. Носенко Э.Л. (2000). Формирование эмоционального интеллекта как фактора предупреждения стрессовых состояний у детей. *Наука і освіта.* Спец. вип. С. 190-192.
8. Панкова Т.А. (2010). Роль эмоционального интеллекта в эффективности деятельности руководителя. *Электронный ресурс. Психологические исследования: электрон, науч. журн.* № 2 (10). URL: <http://www.psystudy.ru> (дата обращения 15.03.2011)

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Любов Македонська

студентка IV курсу факультету української філології та соціальних наук
Ізмаїльський державний гуманітарний університет
Науковий керівник – доц. Мазоха І.С.

Дослідження процесу адаптації студентів в наші дні набуває все більшої актуальності у зв'язку зі зростанням навчальних закладів і підвищенням вимог до якості освіти. З позиції вузу, успішна адаптація студентів сприяє збереженню контингенту абітурієнтів, забезпечує