

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ
Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ
Завідувач кафедри
К.с.н., доцентка Герасименко Ю.С.
(підпис) «12 грудня» 2025 р.
(дата)



**«РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО
ВІКУ В ЗАКЛАДІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ»**

**Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня «магістр»**

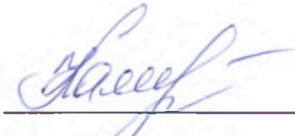
Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 Психологія

Освітньо-професійна програма «Психологія»

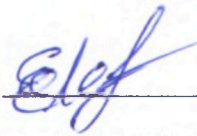
Здобувачка вищої освіти
групи ПС-23-14-зМ

КАСПРІВ Марія Анатоліївна


(підпис)

Науковий керівник:
кандидат педагогічних наук,
доцент

ЛЕЩЕНКО Олена Геннадіївна


(підпис)

Біла Церква 2025

Протокол аналізу звіту подібності

Заявляю, що я ознайомився (-лась) з Повним звітом подібності, який був згенерований Системою виявлення і запобігання щодо роботи:

Автор: Каспрів Марія Анатоліївна, група ПС-23-14-ЗМ

Назва: Розвиток емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в закладі дошкільної освіти

Керівник: Хомчук Олена Павлівна

Підрозділ: кафедра педагогіки, психології та менеджменту

Коефіцієнт подібності 1:3.3%

Мікропробіли: 163

Заміна букв: 0

Інтервали: 0

Після аналізу Звіту подібності констатую наступне:

☒ Запозичення, виявлені в роботі є законними і не є плагіатом. Рівень подібності не перевищує допустимої межі. Таким чином робота незалежна і приймається.

☐ Запозичення не є плагіатом, але перевищено граничне значення рівня подібностей. Таким чином робота повертається на доопрацювання.

☐ Виявлено запозичення і плагіат або навмисні текстові спотворення (маніпуляції), як передбачувані спроби укриття плагіату, які роблять роботу невідповідною вимогам законодавства (Ст. 26. ЗУ Про фахову передвищу освіту, пункт 3.1, Ст. 42. ЗУ Про освіту) та вимог НАЗЯВО (Критерій 5), а також кодексу етики і процедур. Таким чином робота не приймається.

Висновок: *Кваліфікація роботи Каспрів М.А. на високому рівні оригінальності, відсутності плагіату, наявності результатів власних досліджень. Використання джерел, перекладів, цитат авторів є доречним і не вимагає змін.*

Дата *06.05.2025р.*

Відповідальний за антиплагіатну технічну експертизу у Білоцерківському інституті неперервної професійної освіти
ДЗВО «Університет менеджменту освіти»
НАПН України:

Підпис



БЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

Рівень вищої освіти магістр

Спеціальність 053 Психологія, освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

к.ек.н., доцентка Герасименко Ю.С.

«03» січня 2025 року



ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧЕВІ ОСВІТИ

Каспрів Марії Анатоліївні

1. Тема роботи Розвиток емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в закладі дошкільної освіти

керівник роботи Лещенко Олена Геннадіївна, к.пед.н., доцент.

затверджені наказом БІНПО від «03» січня 2025 року № 01-06/03

2. Строк подання здобувачем освіти роботи «02» травня 2025 р.

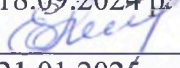
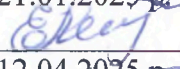
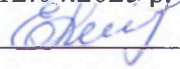
3. Вихідні дані до роботи: аналіз психолого-педагогічної літератури, емпіричне дослідження під час проходження переддипломної практики.

4. Перелік питань, які потрібно розробити:

Кваліфікаційна робота магістрантки складається з основної частини і додаткової. Основна частина містить такі структурні елементи: вступ, сутність (3 розділи – теоретичний, методичний, експериментальний), загальні висновки, список використаних джерел, додатки. РОЗДІЛ 1. Теоретичні та методологічні засади розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку – складається з 3 підрозділів: 1.1. Психологічні особливості розвитку дітей дошкільного віку; 1.2. Поняття емоційного інтелекту в психологічній науці; 1.3. Структура та основні компоненти емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку. РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку – складається з 3 підрозділів: 2.1. Методологія та організація емпіричного дослідження; 2.2. Аналіз рівня розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку; 2.3. Вплив освітнього середовища на розвиток емоційного інтелекту. РОЗДІЛ 3. Програма розвитку

емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в закладі дошкільної освіти – складається з 3 підрозділів: 3.1. Принципи та структура програми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку; 3.2. Методика реалізації програми розвитку емоційного інтелекту в освітньому середовищі закладу дошкільної освіти; 3.3. Оцінка ефективності програми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

5. Консультанти розділів роботи

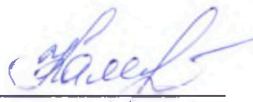
Розділ	Прізвище, ініціали та посада Консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1	Лещенко О.Г., доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту БІНПО	18.09.2024 р. 	18.09.2024 р.
2	Лещенко О.Г., доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту БІНПО	21.01.2025 р. 	21.01.2025 р.
3	Лещенко О.Г., доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту БІНПО	12.04.2025 р. 	12.04.2025 р.

6. Дата видачі завдання 18.09.2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Узгодження теми, складання змісту	Грудень	Виконано
2	Вивчення літературних джерел	Грудень	Виконано
3	Збирання матеріалу	Грудень	Виконано
4	Обробка матеріалу	Лютий	Виконано
5	Виконання розділу 1	Лютий	Виконано
6	Виконання розділу 2	Лютий	Виконано
7	Виконання розділу 3	Березень	Виконано
8	Формулювання висновків	Березень	Виконано
9	Оформлення роботи, одержання відгуку та рецензії перевірка на плагіат.	Квітень	Виконано
10	Подання роботи на кафедру	Квітень	Виконано

Студент


(підпис)

Марія КАСПРІВ

Керівник роботи


(підпис)

Олена ЛЕЩЕНКО

ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ» НАПН УКРАЇНИ
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

В І Д Г У К

керівника на кваліфікаційну роботу магістра

Каспрів Марії Анатоліївни

Тема кваліфікаційної роботи:

**«Розвиток емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в
закладі дошкільної освіти»**

Загальна характеристика кваліфікаційної роботи. Представлена робота виконана у повній відповідності із завданням і строками виконання, передбаченими календарним планом-графіком, за структурою включає вступ, три розділи, висновки, список використаних джерел, додатки. Ілюстративний матеріал містить 7 таблиць і 12 рисунків, які відповідають напряду дослідження.

Тема розкрита у логічній послідовності, проведено детальний аналіз наукових досліджень з проблематики та висвітлені результати експерименту. Магістерська кваліфікаційна робота виконана самостійно; здійснено апробацію. Проаналізована достатня кількість джерел, проте є деякі недоліки в оформленні списку використаних джерел, в тексті зустрічаються стилістичні огріхи, граматичні та пунктуаційні помилки.

Висновки презентують розв'язання завдань дослідження. Вони ґрунтуються на аналізі значного фактичного матеріалу щодо *розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку*. Результати роботи можна використовувати у практиці роботи психологічних служб закладів дошкільної освіти для роботи з дітьми дошкільного віку. Робота в цілому відповідає поставленим завданням, вказані зауваження не впливають суттєво на загальну позитивну оцінку роботи.

Робота пройшла перевірку на академічну доброчесність: рівень оригінальності становить 96,7%, рівень плагіату становить 3,3%, що відповідає вимогам ЗВО.

Висновки, оцінка кваліфікаційної роботи магістра та пропозиції.

Авторка виявила вміння самостійно аналізувати теоретичний матеріал, проводити констатувальний та формувальний експеримент, узагальнювати отримані результати, розробляти практично значущі рекомендації.

У цілому кваліфікаційна робота здобувача вищої освіти М.А. Каспрів заслуговує на оцінку «відмінно», а її авторка – на присвоєння їй ступеня вищої освіти «магістр».

Керівник кваліфікаційної роботи магістра –
Кандидат педагогічних наук, доцент, доцент
кафедри педагогіки, психології та менеджменту
Білоцерківського інституту неперервної
професійної освіти

Олена ЛЕЩЕНКО

дата «14» травня 2025 р.

РЕФЕРАТ

Магістерська робота: 115 сторінок, 7 таблиць, 12 рисунків, 72 літературних джерела.

Об'єкт дослідження – процес розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти.

Мета дослідження – обґрунтувати теоретичні та методичні засади розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в закладі дошкільної освіти й розробити та перевірити ефективність програми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в закладі дошкільної освіти.

Основні методи дослідження: теоретичні методи – аналіз, синтез, класифікація, систематизація, конкретизація, наукова абстракція, наукове узагальнення та групування (при визначенні сутності, особливостей, класифікації, наслідків тощо); емпіричні – опитувально-діагностичні (спостереження, бесіди, опитування, тестування, анкетування); статистичні – методи математичної статистики (первинна обробка даних, розрахунок елементарних статистик) з метою одержання характеристики кількісно-якісних результатів дослідження; порівняльного аналізу (при зіставленні показників у динаміці та аналізі рядів динаміки); графічний (для наочного представлення отриманих результатів дослідження) та інші.

Основний науковий результат роботи полягає у наступному: результати проведеного дослідження мають прикладне значення для психологів, вихователів, методистів, а також педагогічних працівників, що реалізують освітню діяльність у закладах дошкільної освіти. На основі отриманих емпіричних даних була розроблена та апробована програма розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку, яка включає комплекс психолого-педагогічних прийомів, інтерактивних вправ, спрямованих на формування емоційної чутливості, емпатії, рефлексивності та саморегуляції.

Ключові слова: емоційний інтелект, рівень розвитку емоційного інтелекту, діти дошкільного віку, освітнє середовище закладу дошкільної освіти, програма розвитку.

ABSTRACT

Master's Thesis: 116 pages, 7 tables, 12 figures, 72 literary sources.

The aim of the research is to substantiate the theoretical and methodological foundations for the development of emotional intelligence in preschool children within preschool educational institutions, as well as to design and evaluate the effectiveness of a program for developing emotional intelligence in preschool-aged children in such institutions.

The object of the research is the process of developing emotional intelligence in preschool children within the context of a preschool educational institution.

The subject of the research is the psychological conditions, methods, and tools for the formation of emotional intelligence in preschool children within the educational environment of a preschool institution.

Main research methods. At various stages of the study, the following methods were widely used: Theoretical methods – analysis, synthesis, classification, systematization, concretization, scientific abstraction, scientific generalization, and grouping (for identifying the essence, features, classifications, consequences, etc.); Empirical methods – survey-diagnostic methods (observation, interviews, questionnaires, testing, surveys); Statistical methods – methods of mathematical statistics (primary data processing, calculation of elementary statistics) to obtain quantitative and qualitative characteristics of research results; Comparative analysis (for comparing indicators in dynamics and analyzing time series); Graphical methods (for visual representation of the obtained research results), among others.

The main scientific result of the thesis is as follows: The results of the conducted research have practical value for psychologists, educators, methodologists, and pedagogical staff engaged in educational activities in preschool institutions. Based on the obtained empirical data, a program for developing emotional intelligence in older preschool children was developed and tested. This program includes a set of psychological and pedagogical techniques, interactive exercises, and tools aimed at fostering emotional sensitivity, empathy, reflexivity, and self-regulation.

Keywords: emotional intelligence, level of emotional intelligence development, preschool children, educational environment of a preschool institution, development program.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	10
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	15
1.1. Психологічні особливості розвитку дітей дошкільного віку.....	15
1.2. Поняття емоційного інтелекту в психологічній науці.....	24
1.3. Структура та основні компоненти емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.....	35
Висновки до розділу 1.....	40
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	42
2.1. Методологія та організація емпіричного дослідження.....	42
2.2. Аналіз рівня розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.....	46
2.3. Вплив освітнього середовища на розвиток емоційного інтелекту.....	63
Висновки до розділу 2.....	72
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В ЗАКЛАДІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ.....	74
3.1. Принципи та структура програми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.....	74
3.2. Методика реалізації програми розвитку емоційного інтелекту в освітньому середовищі закладу дошкільної освіти.....	80
3.3. Оцінка ефективності програми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.....	86
Висновки до розділу 3.....	99
ВИСНОВКИ.....	100
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	104
ДОДАТКИ	113

ВСТУП

Актуальність теми. Розвиток емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку є пріоритетним напрямом сучасної психології дитинства та дошкільної освіти, що обумовлюється зростаючими вимогами до емоційної зрілості, комунікативної компетентності й психологічної готовності дитини до життя в соціумі. Сьогодні, в умовах динамічних суспільних змін, невизначеності й високої емоційної насиченості дитячого середовища, здатність дитини розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, а також адекватно реагувати на емоційний стан інших – стає важливою основою не лише для успішної соціалізації, а й для збереження психічного здоров'я, формування адаптивної поведінки та позитивної самооцінки.

Особливої актуальності набуває проблема формування емоційного інтелекту в умовах закладу дошкільної освіти, оскільки саме в цьому віці закладаються базові елементи емоційної сфери, відбувається становлення самосвідомості, розвиваються навички співпереживання та співпраці. Як свідчать сучасні дослідження, діти з розвиненим емоційним інтелектом краще встановлюють контакти з однолітками, успішніше долають конфліктні ситуації, виявляють емпатію, краще контролюють свої емоції, що сприяє позитивній поведінці та психологічному благополуччю в колективі.

Науково-теоретичні засади вивчення емоційного інтелекту було закладено у працях таких дослідників, як Д. Гоулман, Дж. Майєр, Р. Бар-Он, П. Саловей, які розробили концепцію емоційного інтелекту як цілісної системи здібностей до розпізнавання, розуміння та регуляції емоцій. У вітчизняній психології важливий внесок у розробку проблеми зробили М. Андрусенко, Л. Балла, І. Бех, О. Барнич, Л. Гладун, А. Голота, І. Дубровіна, Т. Дуткевич, І. Жаркова, С. Ладивір, Е. Носенко, Т. Піроженко, М. Шпак, які досліджували взаємозв'язок емоційного розвитку з особистісним становленням, формуванням поведінки та соціальної компетентності дитини.

Попри наявність численних наукових досліджень, проблема розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в контексті практичної реалізації в закладах освіти залишається недостатньо опрацьованою. Особливо актуальним є поглиблене вивчення впливу освітнього середовища, стилю педагогічної взаємодії, а також змісту програм, спрямованих на формування емоційної чутливості, рефлексії та здатності до саморегуляції. У цьому контексті постає потреба в розробці ефективних психолого-педагогічних методів і засобів, які сприяли б усвідомленому опрацюванню емоційного досвіду дитини. Дослідження особливостей становлення емоційного інтелекту у дошкільників є своєчасним і соціально значущим, адже не лише розширює наукове уявлення про механізми емоційного розвитку, а й сприяє створенню цілісної системи підтримки емоційної компетентності як ключового компонента особистісного становлення.

Об'єкт дослідження – процес розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти.

Предмет дослідження – психологічні умови, методи та засоби формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в освітньому середовищі закладу дошкільної освіти.

Мета дослідження – обґрунтувати теоретичні та методичні засади розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в закладі дошкільної освіти й розробити та перевірити ефективність програми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в закладі дошкільної освіти.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати психологічні особливості розвитку дітей дошкільного віку та визначити роль емоцій у цьому періоді.
2. Уточнити зміст поняття «емоційний інтелект» у психологічній науці та виокремити його основні компоненти.
3. Оцінити рівень розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку на основі емпіричного дослідження.

4. Визначити роль освітнього середовища закладу дошкільної освіти у формуванні емоційного інтелекту дітей.

5. Розробити та апробувати програму розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку в освітньому процесі закладу дошкільної освіти.

6. Оцінити ефективність розробленої програми та сформулювати практичні рекомендації для педагогів і батьків щодо сприяння розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених в роботі завдань використовувалися наступні методи: теоретичні методи – аналіз, синтез, класифікація, систематизація, конкретизація, наукова абстракція, наукове узагальнення та групування (при визначенні сутності, особливостей, класифікації, наслідків тощо); емпіричні – опитувально-діагностичні (спостереження, бесіди, опитування, тестування, анкетування); статистичні – методи математичної статистики (первинна обробка даних, розрахунок елементарних статистик) з метою одержання характеристики кількісно-якісних результатів дослідження; порівняльного аналізу (при зіставленні показників у динаміці та аналізі рядів динаміки); графічний (для наочного представлення отриманих результатів дослідження) та інші.

Експериментальна база дослідження. Емпіричне дослідження розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку здійснювалося на базі дошкільного навчального закладу «Дзвіночок» смт Чабани, Київської області, Фастівського району. У дослідницькому процесі взяли участь 42 вихованця віком від 5 до 6 років, що відвідують дві різновікові групи: «Віночок» (у середньому 22 дитини) та «Веселка» (у середньому 20 дітей). Усі діти виховуються в стабільних соціальних умовах, мають типовий рівень психоемоційного розвитку та систематично залучені до освітнього процесу в закладі. Організація дослідження здійснювалась із дотриманням етичних норм та принципів добровільної участі. Батьки учасників дослідження надали письмову інформовану згоду, а адміністрація закладу – офіційний дозвіл на проведення дослідницької роботи.

Практичне значення одержаних результатів. Результати проведеного дослідження мають прикладне значення для психологів, вихователів, методистів, а також педагогічних працівників, що реалізують освітню діяльність у закладах дошкільної освіти. На основі отриманих емпіричних даних була розроблена та апробована програма розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку, яка включає комплекс психолого-педагогічних прийомів, інтерактивних вправ і засобів, спрямованих на формування емоційної чутливості, емпатії, рефлексивності та саморегуляції.

Впровадження програми в освітній процес КЗ «Чабанівський заклад дошкільної освіти «Дзвіночок»» підтвердило її ефективність: спостерігалось зростання рівня сформованості емоційних реакцій, здатності до розпізнавання та вербалізації емоцій, покращення соціальної взаємодії дітей у групі. Запропоновані методичні розробки можуть бути адаптовані для використання у практиці інших закладів дошкільної освіти з метою посилення емоційного розвитку дітей, профілактики дезадаптаційних проявів та створення сприятливого психологічного клімату в дитячому колективі.

Апробація дослідження була проведена шляхом публікації основних тез в матеріалах третьої Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції «Соціально-освітні домінанти професійної підготовки сучасного компетентного фахівця» від 16 травня 2024 року.

Наукова новизна дослідження полягає в комплексному вивченні умов розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в межах освітнього середовища закладу дошкільної освіти. Уперше розроблено та апробовано програму, спрямовану на формування емоційної чутливості, емпатії та саморегуляції у старших дошкільників. Робота поглиблює уявлення про вплив педагогічної взаємодії на емоційний розвиток дітей і має виразну практичну спрямованість.

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних

висновків та рекомендацій, а також списку використаних джерел й додатків. Робота містить 7 таблиць, 12 рисунків та 5 додатків викладених на 8 сторінках друкованого тексту. Основна частина кваліфікаційної роботи (без бібліографії та додатків) викладена на 90 сторінках. У додатках представлено опис психодіагностичних методик, застосованих для дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку, а саме: проєктивної методики «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» (М. А. Нгуен), проєктивної методики «Три бажання» (М. А. Нгуен) та методики «Що – чому – як» (М. А. Нгуен), а також зміст корекційного заняття для дітей старшого дошкільного віку та тренінг для вихователів «Емоційний інтелект у роботі педагога: шлях до гармонії». Список використаних джерел включає 72 найменування (з них – 12 англійською мовою).

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Психологічні особливості розвитку дітей дошкільного віку

Дошкільний вік є надзвичайно важливим етапом у психічному становленні дитини, який закладає фундамент для її подальшого розвитку, навчання та соціалізації. Це період інтенсивних змін у всіх сферах – пізнавальній, мовленнєвій, емоційно-вольовій, соціальній та особистісній. На цьому етапі дитина активно пізнає навколишній світ, засвоює нові моделі поведінки, розширює спектр емоційних переживань та починає усвідомлювати себе як окрему особистість [3].

Характерною рисою дошкільного віку є тісний зв'язок розвитку з провідною діяльністю – грою, в якій дитина відображає суспільні відносини, засвоює соціальні ролі та норми. Крім того, значну роль відіграє спілкування з дорослими й однолітками, що формує базу для розвитку моральних якостей, емпатії, здатності до співпраці та саморегуляції [4, с. 38].

З точки зору вікової періодизації, дошкільний вік охоплює проміжок від трьох до семи років і поділяється на кілька підетапів відповідно до провідних психофізіологічних змін та особливостей особистісного становлення:

1) молодший дошкільний вік (3-4 роки) – період активного засвоєння мовлення, розвитку сенсомоторної координації, емоційної прив'язаності до дорослого;

2) середній дошкільний вік (4-5 років) – етап становлення пізнавальної діяльності, розвитку довільної поведінки, інтересу до навчання, уяви;

3) старший дошкільний вік (5-7 років) – період якісного зростання всіх психічних процесів, формування готовності до навчання в школі, розвитку самосвідомості, моральної поведінки та навичок самооцінювання [17, с. 9].

У табл. 1.1 представлено порівняльну характеристику психологічного розвитку дітей на кожному з етапів дошкільного віку.

Таблиця 1.1

**Порівняльна характеристика психологічного розвитку дітей
дошкільного віку**

Ознаки розвитку	3-4 роки (молодший вік)	4-5 років (середній вік)	5-7 років (старший вік)
Мовлення	Формуються прості фрази та речення; діти активно повторюють почуте, збагачують словниковий запас за рахунок ігор	Зростає довжина речень, діти починають описувати предмети й події, використовують прикметники, займенники	Мовлення стає змістовним і логічним, з'являється послідовне переказування та пояснення подій
Мислення	Мислення наочно-дійове: дитина вирішує задачі через дії з предметами; мислить ситуативно	Виникає наочно-образне мислення; з'являється елементарна логіка	Мислення стає словесно-логічним, гнучким і довільним; дитина може аналізувати
Пам'ять та увага	Переважає мимовільна пам'ять і увага; дитина запам'ятовує яскраве, значуще	Зростає обсяг пам'яті, з'являється довільне запам'ятовування за вказівкою дорослого	Розвинені мнемічні стратегії; дитина здатна довше зосереджуватись
Уява	Переважає емоційно насичена уява, тісно пов'язана з грою; дитина активно фантазує	Уява збагачується за змістом і стає більш реалістичною; розширюється сюжетно-рольова гра	Формується довільна творча уява; дитина створює нові образи, комбінує елементи, мислить образно
Емоційна сфера	Емоції яскраві, швидкоплинні; домінує емоційна реакція на ситуацію; можливі різкі зміни настрою	Дитина починає розуміти і виражати емоції інших; з'являється емпатія, бажання допомагати, турбота про близьких	Емоційний самоконтроль розвинений; дитина здатна стримувати імпульси, розуміє причини емоцій
Соціальна поведінка	Спілкування з однолітками епізодичне, переважають індивідуальні ігри; орієнтація на дорослого	Зростає потреба у спільній діяльності; дитина вчиться ділитись, домовлятися, дотримуватись правил гри	Повноцінна участь у колективній діяльності; формуються навички співпраці, рольова поведінка, моральні уявлення
Самосвідомість	Себе дитина пізнає через тіло і дії; відсутня рефлексія; часто говорить про себе в третій особі	Починає формуватись образ «Я»; дитина ідентифікує себе з дорослими або персонажами	Розвинена самооцінка, здатність оцінювати вчинки, виникає інтерес до власного світу

Джерело: сформовано автором на основі даних [16, с. 54; 52, с. 135]

У дошкільному віці мовлення є не просто засобом комунікації – воно виступає основою психічного розвитку, формує мислення, регулює поведінку та сприяє соціальній взаємодії. Саме мовлення забезпечує дитині можливість узагальнювати досвід, усвідомлювати себе й інших, а також формувати перші уявлення про світ. На думку О. Білоус, мовленнєвий розвиток дитини виступає системоутворюючим чинником, що опосередковує весь психічний розвиток, зокрема когнітивну сферу, емоційно-вольові процеси та становлення самосвідомості [4, с. 41].

У молодшому дошкільному віці (3-4 роки) мовлення лише починає активно формуватись: дитина засвоює базовий лексичний запас, починає поєднувати слова у прості речення, використовує інтонацію для вираження емоцій. У середньому дошкільному віці (4-5 років) лексика стрімко збагачується, мовлення стає більш зв'язним, з'являються складніші синтаксичні конструкції, дитина починає розповідати про минулі події або планувати майбутні. Нарешті, у старшому дошкільному віці (5-7 років) дитина вже здатна підтримувати розгорнутий діалог, користується монологічним мовленням для опису, пояснення, аргументації, демонструє ознаки мовленнєвої креативності.

І. Мельник акцентує на тому, що розвиток мовлення має прямий зв'язок з рівнем інтелектуального дозрівання дитини: що багатше мовлення – то глибше мислення, складніші логічні операції, точніші емоційні реакції [37, с. 75]. Тому розвиток мовлення не можна розглядати ізольовано – це центральна складова загального психічного становлення, що взаємодіє з усіма іншими сферами розвитку: пізнанням, емоціями, самосвідомістю та соціалізацією.

Розвиток мислення в дошкільному віці є одним із ключових процесів, що визначають інтелектуальний потенціал дитини та готують її до майбутньої навчальної діяльності. У ранньому дошкільному віці (3-4 роки) провідним є наочно-дійовий тип мислення, який базується на безпосередній практичній взаємодії з предметами. Дитина пізнає світ через дії: маніпулюючи іграшками, складаючи, розбираючи, перебудовуючи – вона

розуміє властивості об'єктів, причинно-наслідкові зв'язки між ними. Це мислення ситуативне, конкретне, воно тісно пов'язане з фізичним досвідом.

Як зазначає Ю. Александров, у середньому дошкільному віці (4-5 років) відбувається якісний зсув: починає домінувати наочно-образне мислення, яке дає змогу дитині створювати уявлення про предмети без необхідності фізичної дії з ними [1, с. 119]. Це проявляється у здатності розв'язувати прості задачі «в умі», будувати уявні конструкції, фантазувати. Такий тип мислення суттєво збагачує гру та мовленнєву активність дитини.

У старшому дошкільному віці (5-7 років) формуються перші логічні операції – порівняння, класифікація, узагальнення, аналіз, синтез. Як стверджує Т. Дуткевич, саме на цьому етапі мислення стає більш довільним, гнучким, менш залежним від безпосередньо сприйманого [17, с. 217]. Діти починають усвідомлювати причинно-наслідкові зв'язки, робити елементарні умовиводи, виявляти закономірності. Це дозволяє їм виконувати прості інтелектуальні завдання, розв'язувати навчальні задачі, планувати послідовність дій.

У дошкільному віці розвиток пам'яті та уваги проходить кілька важливих етапів, що є основою для формування пізнавальної діяльності дитини. У молодшому дошкільному віці (3-4 роки) ці психічні процеси мають переважно мимовільний характер. Дитина запам'ятовує яскраві, емоційно насичені події, враження або об'єкти без свідомого наміру. Як зазначає І. Мельник, на цьому етапі запам'ятовування тісно пов'язане з особистісною значущістю інформації – те, що викликає сильні емоції або стосується самої дитини, закарбовується краще [37, с. 68].

За Н. Теслик та П. Сахно, середній дошкільний вік (4-5 років) ознаменовується появою перших ознак довільної уваги та пам'яті: дитина поступово вчиться свідомо зосереджуватись на об'єкті, затримувати увагу, виконувати завдання з пам'яттю на прохання дорослого [7, с. 74]. У цьому віці зростає інтерес до ігор, які потребують запам'ятовування правил,

черговості дій, логічного продовження, що сприяє розвитку мнемічних процесів.

У старшому дошкільному віці (5-7 років) пам'ять і увага досягають нового рівня організації: формується здатність до довільного запам'ятовування, пригадування й утримання в пам'яті заданої інформації протягом тривалого часу. Дитина починає користуватись простими мнемічними прийомами, такими як повторення, візуалізація, групування матеріалу. За словами В. Поліщука, саме в цей період активізується розвиток логічної пам'яті – здатності запам'ятовувати зміст на основі смислових зв'язків [47, с. 153].

Щодо уваги, то вона поступово набуває таких якостей, як стійкість, обсяг, переключення, що особливо важливо для майбутнього навчання у школі. В старшому дошкільному віці дитина здатна виконувати завдання, що вимагають тривалої концентрації, дотримання інструкцій, контролю за власною діяльністю.

Уява є важливою пізнавальною функцією, що інтенсивно розвивається у дошкільному віці й відіграє провідну роль у становленні творчості, емоційної сфери та соціальних навичок дитини. Вона дозволяє дитині не лише уявляти неіснуюче, а й моделювати нову реальність, створювати образи, що виходять за межі безпосереднього досвіду. У молодшому дошкільному віці (3-4 роки) уява носить ігровий, емоційно забарвлений характер і тісно пов'язана з впливом дорослого. Дитина відтворює побачене або почуте у вигляді простих образів, часто не відрізняючи вигадане від реального [44, с. 129].

На думку Т. Дуткевич, уява у цьому віці ще залежна від зовнішніх подразників, проте вже з середнього дошкільного віку (4-5 років) вона починає ускладнюватися: образи стають не лише яскравішими, а й логічно пов'язаними, сюжетними. У грі, яка є провідною діяльністю дошкільника, дитина активно використовує уяву для створення ролей, розвитку сценаріїв, вираження емоцій. Як стверджує дослідниця, до старшого дошкільного віку

(5-7 років) уява набуває творчого та цілеспрямованого характеру, з'являється здатність довільно конструювати нові образи, змінювати вже існуючі, поєднувати різні елементи в єдину композицію [17, с. 183].

Уява у старшого дошкільника є не лише джерелом гри, а й чинником розвитку мислення, мовлення, емоційного самовираження. Вона стає інструментом внутрішнього планування дій, дозволяє передбачати результати, прогнозувати поведінку інших, створює умови для емпатії та морального саморозвитку. Як зазначають Н. Токарева та А. Шамне, уява виступає психологічною основою майбутньої здатності до навчання, мислення, інженерної творчості, тобто формує універсальні здібності [53, с. 114].

Розвиток емоційної сфери в дошкільному віці є надзвичайно важливим, оскільки саме в цей період формуються основи емоційного інтелекту, що впливає на подальше соціальне функціонування дитини, її здатність до саморегуляції, співпереживання та морального розвитку. У молодшому дошкільному віці (3-4 роки) емоції мають здебільшого імпульсивний, яскраво виражений і нестійкий характер. Як зазначає А. Голота, емоційні реакції дитини цього віку виникають швидко, часто несподівано і мають вибуховий характер, адже ще відсутні навички контролю емоційних проявів [10, с. 19].

Поступово, з віком, під впливом соціального оточення, гри, спілкування з дорослими та однолітками, дитина починає усвідомлювати власні почуття, диференціювати їх, вчиться виражати емоції більш адекватно ситуації. У середньому дошкільному віці (4-5 років) з'являються перші прояви емпатії – здатності розуміти емоційний стан іншого, співпереживати. Цей етап є критичним для розвитку моральних почуттів, адже саме через гру та приклад дорослих дитина навчається тому, що добре, а що погано, які вчинки приємні, а які завдають болю.

У старшому дошкільному віці (5-7 років) емоційна сфера значно збагачується та ускладнюється. Формується здатність до емоційної саморегуляції – вміння стримувати імпульсивні реакції, керувати власним

емоційним станом, розуміти й прогнозувати емоційні наслідки своїх дій. Як підкреслює І. Ушакова, у цьому віці дитина вже здатна проявляти стриманість, турботу, щире співчуття, а також брати на себе відповідальність за емоційний комфорт іншого [54, с. 84]. Крім того, емоційний розвиток у цей період тісно пов'язаний із формуванням самооцінки: дитина починає переживати емоції гордості або сорому, радість від успіху чи прикрість через невдачу. Ці почуття мають важливе значення для мотивації, становлення внутрішніх етичних норм і розвитку особистісної автономії.

Соціальна поведінка дітей дошкільного віку є важливою складовою їхнього особистісного становлення, оскільки саме в цей період відбувається інтенсивна адаптація до соціального світу – через взаємодію з дорослими, однолітками та участь у спільній діяльності. У молодшому дошкільному віці (3-4 роки) головною фігурою для дитини є дорослий: вона орієнтується на його схвалення або несхвалення, наслідує поведінку, діє відповідно до вказівок. На цьому етапі соціальна поведінка має переважно ситуативний характер, дитина ще не завжди здатна дотримуватися соціальних норм без нагадування або контролю з боку дорослого [18, с. 56].

Як підкреслює Р. Зозуляк-Случик, у середньому дошкільному віці (4-5 років) провідним фактором соціалізації стає взаємодія з ровесниками. Саме у цьому віці з'являється потреба у спілкуванні з іншими дітьми, виникають перші дружби, зростає інтерес до спільної гри, в якій дитина починає засвоювати соціальні ролі, норми поведінки, вчиться домовлятися, розподіляти ролі, узгоджувати дії [20, с. 107]. Ці ігри є справжньою лабораторією соціальних відносин, у якій формуються перші навички колективної поведінки.

У старшому дошкільному віці (5-7 років) соціальна поведінка стає більш усвідомленою та регульованою. Дитина здатна самотійно дотримуватись правил, проявляти ініціативу в організації спільної діяльності, брати на себе відповідальність за результат, допомагати іншим, виявляти турботу. За твердженням В. Кутішенка, у цьому віці спостерігається поява

соціальної рефлексії – дитина починає задумуватись над тим, як її сприймають інші, намагається відповідати очікуванням [29, с. 92].

Соціальна поведінка тісно пов'язана із розвитком моральних уявлень: поняття справедливості, доброзичливості, взаємодопомоги. Успішна соціалізація дитини залежить від підтримки позитивного мікроклімату в родині та в дитячому колективі, а також від активної участі дорослих у формуванні навичок конструктивної взаємодії.

Формування самосвідомості є одним із ключових напрямів психічного розвитку дитини дошкільного віку, адже саме в цей період закладається уявлення про себе як про окрему, унікальну особистість. Процес становлення «Я-образу» складний і багатоплановий, він охоплює поступове усвідомлення власного тіла, здібностей, бажань, емоцій, а також свого місця у системі соціальних відносин. Як зазначають Н. Пихтіна та О. Пісоцький, самосвідомість у дитини виникає спершу як елементарне віддзеркалення себе у діях – дитина починає розуміти, що вона є суб'єктом дії: «це я намалював», «це я сказав» [46, с. 99].

У молодшому дошкільному віці (3-4 роки) домінує зовнішній рівень самосвідомості, коли дитина ототожнює себе з власними діями, зовнішнім виглядом, впізнає себе у дзеркалі, вказує на власні речі. Це перші кроки у формуванні «Я-концепції». Згодом, у середньому дошкільному віці (4-5 років), самосвідомість розширюється: дитина починає виокремлювати себе не лише через дії, а й через переживання, відчуття, стосунки з іншими. Формується образ «Я», в якому відображаються оцінки та реакції дорослих. Як підкреслює Р. Павелків, саме в цей період виникає емоційне ставлення до себе, з'являється бажання бути хорошим, відповідати очікуванням дорослих [43, с. 212].

У старшому дошкільному віці (5-7 років) відбувається якісний стрибок у розвитку самосвідомості дитини. Вона починає не лише усвідомлювати свої дії, а й розмірковувати над їхніми мотивами, наслідками, тобто формує уявлення про причинно-наслідкові зв'язки у власній поведінці. Дитина

поступово опановує навички самоаналізу, замислюється над тим, чому вона так вчинила, що відчувала в той момент, як це сприймуть інші. Це вже не просто емоційне відгукування на події, а перші прояви внутрішнього діалогу та рефлексії.

З'являється здатність оцінювати себе – дитина починає вживати оцінні судження: «я добре це зробив», «я молодець», або навпаки – «мені не вдалося», «я помилився». Такі висловлювання свідчать про формування самоповаги та переживання успіху чи невдачі як особистісно значущих подій. Як зазначають І. Петухова, О. Льовкіна, Р. Калениченко, формування самосвідомості тісно пов'язане з розвитком самооцінки – ще нестійкої, часто залежної від думки дорослих, емоційно забарвленої, але вже здатної впливати на поведінку дитини, її мотивацію та ставлення до себе [49, с. 88].

У цей період надзвичайно важливо, щоб дорослі (батьки, вихователі) давали дитині зворотний зв'язок, який підтримує, а не принижує, формує позитивний образ «Я», водночас сприяючи адекватному сприйняттю себе. Саме в старшому дошкільному віці закладаються перші уявлення про внутрішні якості особистості: доброту, відповідальність, чесність, що згодом визначатимуть поведінкові стандарти дитини у соціумі.

Прагнення до самоствердження, що виникає в цей період, проявляється у бажанні бути кращим, досягати успіху, отримувати визнання. Дитина вже не лише копіює поведінку дорослого, а й шукає способи проявити себе, довести власну значущість [51, с. 147].

Таким чином, психологічний розвиток дітей дошкільного віку є складним, багатовекторним процесом, що охоплює всі ключові сфери психіки – пізнавальну, емоційно-вольову, мовленнєву, соціальну та особистісну. Впродовж цього періоду відбувається перехід від мимовільної до довільної поведінки, формуються засади самосвідомості, уяви, моральності, здатності до навчання й соціальної взаємодії. Кожен етап дошкільного віку має свої особливості, які взаємопов'язані з домінуючою діяльністю (грою), стилем спілкування з дорослими та особливостями міжособистісних стосунків. Усе

це створює міцний фундамент для гармонійного розвитку особистості дитини, її готовності до шкільного навчання та подальшої соціалізації. Педагогічна та психологічна підтримка на кожному з етапів розвитку є визначальною умовою повноцінного розкриття потенціалу дошкільника.

1.2. Поняття емоційного інтелекту в психологічній науці

Сучасне уявлення про розвиток особистості дедалі частіше виходить за рамки традиційного акценту на когнітивних здібностях, визнаючи важливість емоційної сфери як невід'ємної складової гармонійного розвитку. Здатність розуміти та регулювати власні емоції, ефективно взаємодіяти з іншими людьми та адаптуватися до складних соціальних ситуацій стала предметом активного наукового інтересу. Саме в цьому контексті виникла концепція емоційного інтелекту, яка об'єднує когнітивні, емоційні та поведінкові механізми, забезпечуючи людині можливість досягати емоційного благополуччя, будувати стійкі міжособистісні стосунки та успішно інтегруватися у соціальний простір.

Витоки ідеї про інтеграцію емоцій та раціональності сягають часів античності. Арістотель, один із найвпливовіших мислителів того часу, наголошував на тому, що успіх і щастя людини залежать від гармонійного поєднання емоцій і раціональних суджень. Він підкреслював важливість усвідомлення своїх почуттів та їхнього впливу на прийняття рішень, вбачаючи в цьому фундамент для побудови збалансованого і морально орієнтованого життя. Упродовж століть ця ідея розвивалася у працях філософів і психологів, поступово набуваючи нових акцентів, аж поки в середині XX століття не почала формуватися як самостійна концепція [50, с. 37].

Термін «емоційний інтелект» (англ. «emotional intelligence») уперше був введений у науковий обіг у 1990 році американськими психологами Дж. Д. Майєром та П. Саловейєм. У своєму визначенні автори розглядали емоційний інтелект як здатність точно сприймати, інтерпретувати та

виражати емоції, розуміти їхній зміст і значення, регулювати власні емоційні реакції, а також ефективно використовувати емоційні знання у процесі мислення, прийняття рішень і міжособистісної взаємодії. Вони підкреслювали, що емоції не є антиподом раціональності, а, навпаки, відіграють важливу роль у когнітивних процесах і можуть слугувати ресурсом для розв'язання складних життєвих ситуацій [68, с. 504].

Розроблена ними модель здібностей емоційного інтелекту стала фундаментом для подальших емпіричних і теоретичних досліджень у цій сфері. Вона передбачає чотири ключові компоненти:

1. Сприйняття емоцій – здатність точно розпізнавати емоції у себе та інших, зокрема в невербальних сигналах, як-от міміка, інтонація, жести.
2. Використання емоцій – уміння залучати емоційні стани для підтримки мислення, уваги, пам'яті, прийняття рішень.
3. Розуміння емоцій – усвідомлення причин виникнення емоцій, їхніх відтінків і можливих наслідків.
4. Управління емоціями – здатність регулювати емоційні реакції, заспокоювати себе чи стимулювати, а також впливати на емоційний стан інших осіб у соціальній взаємодії.

Модель здібностей стала базисом для подальших наукових досліджень, акцентуючи на когнітивній природі ЕІ та його важливості у соціальній взаємодії [68, с. 505].

У 1995 році завдяки публікації книги американського психолога і наукового журналіста Д. Гоулмана «Емоційний інтелект: Чому він може бути важливішим за IQ?» поняття емоційного інтелекту набуло глобальної популярності й вийшло далеко за межі академічного середовища. Автор зумів донести складні наукові концепції у доступній формі до широкої аудиторії, водночас суттєво розширивши початкові уявлення про структуру емоційного інтелекту. На відміну від когнітивно зорієнтованої моделі здібностей Дж. Д. Майєра та П. Саловея, Д. Гоулман запропонував змішану модель

емоційного інтелекту, яка включає як емоційно-когнітивні процеси, так і особистісні якості та поведінкові навички.

Його концепція охоплює п'ять основних компонентів:

1. Самосвідомість – здатність усвідомлювати власні емоції, їхню динаміку та вплив на поведінку.
2. Саморегуляція – контроль над імпульсами, вміння стримувати негативні реакції, управляти стресом та зберігати емоційну стабільність.
3. Мотивація – внутрішній драйв до досягнення цілей, наполегливість, орієнтація на результат навіть у складних обставинах.
4. Емпатія – здатність розуміти почуття, емоційні стани та потреби інших, що є основою для розвитку чутливості в соціальних контактах.
5. Соціальні навички – ефективна комунікація, вміння будувати стосунки, співпрацювати, переконувати, вирішувати конфлікти та впливати на інших [12, с. 47] (рис. 1.1).



Рис. 1.1. Компоненти емоційного інтелекту за Д. Гоулманом

Джерело: сформовано автором на основі даних [12, с. 47]

Д. Гоулман наголошував, що сформованість ключових компонентів емоційного інтелекту є основою гармонійного особистісного розвитку. На його думку, саме ці складові забезпечують здатність людини ефективно справлятися з викликами повсякденного життя, будувати конструктивні стосунки з іншими, ухвалювати виважені рішення та зберігати внутрішню стійкість у складних ситуаціях. Д. Гоулман підкреслював, що емоційний інтелект є не лише фактором міжособистісного успіху, а й важливою умовою професійної реалізації: він впливає на здатність працювати в команді, лідерський потенціал, управління конфліктами, мотивацію до розвитку і самовдосконалення.

Його підхід став поштовхом до перегляду традиційного уявлення про інтелектуальні здібності як головний чинник життєвих досягнень. Д. Гоулман переконливо доводив, що високий IQ сам по собі не гарантує успіху, якщо людині бракує емоційної гнучкості, здатності до саморефлексії, емпатії та конструктивної комунікації. Саме тому емоційний інтелект, на його переконання, не лише не поступається за важливістю раціональному інтелекту, а в низці життєвих і професійних ситуацій може мати навіть більшу прогностичну цінність для досягнення успіху [12, с. 49].

У 1997 році ізраїльський психолог Р. Бар-Он, один із провідних теоретиків у сфері дослідження емоційного інтелекту, запропонував власну концептуальну модель, яка суттєво розширила уявлення про природу емоційної компетентності. Він розглядав емоційний інтелект як сукупність некогнітивних здібностей, особистісних рис та міжособистісних навичок, що забезпечують ефективну адаптацію людини до вимог середовища, стресових впливів і соціальної взаємодії. На думку Р. Бар-Она, емоційний інтелект відіграє центральну роль у досягненні психологічного благополуччя, життєвої рівноваги та особистісного зростання, а не лише в успішній соціалізації.

Модель Бар-Она отримала назву моделі емоційно-соціального інтелекту (EQ-i) і стала основою для створення одного з перших науково обґрунтованих

психометричних інструментів – Emotional Quotient Inventory. У межах цієї моделі вчений виокремив п'ять ключових блоків, які включають 15 взаємопов'язаних складових. Основні компоненти моделі охоплюють:

1. Внутрішньоособистісні навички (самоусвідомлення, самоповага, емоційна самосвідомість, незалежність, самореалізація).
2. Міжособистісні навички (емпатія, соціальна відповідальність).
3. Адаптивність (гнучкість, вирішення проблем, реалістичне мислення).
4. Управління стресом (толерантність до стресу, контроль імпульсів).
5. Загальний настрій (оптимізм, задоволеність життям) [61].

Модель Бар-Она має міждисциплінарний характер і тісно пов'язана з позитивною психологією. Вона акцентує не лише на регуляції емоцій, а й на їхньому значенні для самореалізації, адаптації, стійкості до стресу та формування позитивного ставлення до життя. Завдяки цьому підходу концепція емоційного інтелекту була впроваджена в практику психологічного консультування, освіти, менеджменту та психотерапії як інструмент розвитку життєвих компетентностей [61]. Компоненти моделі Бар-Она узагальнено представлено в табл. 1.2.

Таблиця 1.2

Ключові компоненти моделі емоційно-соціального інтелекту Р. Бар-Она

Компонент	Зміст
Внутрішньоособистісний інтелект	Здатність розуміти власні емоції, аналізувати їхнє походження та вплив на поведінку; включає розвиток самоусвідомлення, що дозволяє людині оцінювати свої сильні та слабкі сторони, формувати адекватну самооцінку; охоплює навички самовираження, що сприяють ефективному спілкуванню та досягненню особистісних цілей.
Міжособистісний інтелект	Уміння будувати ефективні соціальні взаємини, співчувати іншим і розуміти їхні емоції.
Адаптивність	Здатність пристосовуватися до змін, приймати обґрунтовані рішення навіть у невизначених умовах; включає навички творчого мислення та проблемного аналізу.
Регуляція стресу	Здатність контролювати свої емоційні реакції в складних

	ситуаціях, підтримувати рівновагу та уникати деструктивного впливу стресу.
Загальний емоційний стан	Формування позитивного ставлення до життя та збереження емоційної стабільності навіть у стресових ситуаціях; сприяє оптимізму, життєстійкості та впевненості у власних силах для досягнення цілей.

Джерело: сформовано автором на основі даних [61]

Р. Бар-Он розробив опитувальник EQ-i (Emotional Quotient Inventory), який використовується для вимірювання рівня емоційного інтелекту. Методика спрямована на оцінку рівня розвитку кожного компонента, що дозволяє виявити сильні та слабкі сторони емоційного функціонування. Особливістю моделі є її фокус на практичній спрямованості – визначення способів використання ЕІ для підвищення ефективності та психоемоційного благополуччя [61].

У 2001 році британські дослідники К. В. Петридес і А. Фергнем представили диспозиційну (рисава) модель емоційного інтелекту, яка істотно відрізняється від попередніх когнітивних і змішаних підходів. ЦентRALЬНОЮ ІДЕЄЮ ЦІЄЇ МОДЕЛІ Є ТРАКТУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК МНОЖИННОЇ ДИСПОЗИЦІЙНОЇ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСОБИСТОСТІ, що відображає сталі індивідуальні відмінності у сприйнятті, обробці, розумінні та регуляції емоційної інформації. За цією концепцією, емоційний інтелект не є суто здатністю, а скоріше – інтегрованою системою особистісних рис, які визначають емоційний стиль людини, її реакції у соціальній взаємодії, здатність до адаптації та психоемоційної саморегуляції.

Особливостями диспозиційної моделі є такі ключові положення:

1. Емоційний інтелект трактується як комбінація стабільних особистісних характеристик, зокрема доброзичливості, відкритості до досвіду, самосвідомості, емоційної саморегуляції, стресостійкості та впевненості у міжособистісних контактах.

2. Рівень вираженості емоційного інтелекту може змінюватися залежно від соціокультурного контексту, ситуаційної динаміки та особистісної історії, що робить цю модель гнучкою й релевантною до різноманітних середовищ.

3. Унікальний інструмент оцінки – TEIQue (Trait Emotional Intelligence Questionnaire). Цей опитувальник є валідованим психометричним інструментом, що дозволяє кількісно оцінити рівень диспозиційного емоційного інтелекту. Він існує в кількох версіях: повна форма (для детального аналізу), скорочена (для швидкої оцінки) та спеціальні модифікації для дітей та підлітків [69].

Цей підхід акцентує увагу на суб'єктивності емоційного досвіду, його залежності від особистісних структур, а не лише від ситуаційного впливу. Завдяки цьому диспозиційна модель знайшла широке застосування в психологічному консультуванні, профорієнтації, а також у педагогічній практиці, особливо при роботі з емоційно нестійкими дітьми та підлітками.

Незважаючи на численні переваги класичних моделей емоційного інтелекту, кожна з них має свої недоліки, що обмежують їх універсальність або застосовність. У табл. 1.3 представлено порівняння основних класичних моделей емоційного інтелекту.

Таблиця 1.3

Переваги та недоліки класичних моделей емоційного інтелекту

Модель	Переваги	Недоліки
Модель здібностей (Дж. Д. Майер, П. Селовей), 1990 р. [68, с. 506]	Наукова обґрунтованість та чітка структура; акцент на когнітивній природі EI, що дозволяє його точно вимірювати; використання MSCEIT, який має високу валідність.	Обмеження лише когнітивними аспектами, ігнорування поведінкових та мотиваційних чинників; складність у застосуванні моделі в реальних практичних умовах.
Змішана модель (Д. Гоулман), 1995 р. [12, с. 50]	Інтеграція когнітивних, поведінкових і мотиваційних складових; практична орієнтація, особливо в менеджменті та лідерстві; висока популярність завдяки простоті пояснення.	Суб'єктивність оцінки через використання опитувальників; критика за відсутність чітких меж між EI та загальними особистісними характеристиками.

Модель Р. Бар-Она, 1997 р. [61]	Акцент на емоційному благополуччі та адаптивності; опитувальник EQ-і легко застосовувати у практичній психології; врахування соціальних і стресових факторів.	Висока суб'єктивність результатів через самозвіти; модель менш поширена в науковій спільноті через акцент на практичному використанні.
Диспозиційна модель (К. В. Петридес, А. Фергнем), 2001 р. [69]	Підкреслює індивідуальні відмінності та враховує контекстуальність проявів ЕІ; використовує TEIQue, який має кілька адаптованих версій, що дозволяє враховувати вік та особливості; зручність у використанні для діагностики в різних соціальних групах.	Висока суб'єктивність результатів через самозвіти; критика через недостатню валідність методики та обмеження застосування у вузьких теоретичних дослідженнях.

Джерело: сформовано автором на основі узагальнення джерел

Таким чином, модель здібностей Дж. Д. Майєра та П. Саловея забезпечує глибоке розуміння когнітивної природи емоційного інтелекту, акцентуючи увагу на здатності до розпізнавання, розуміння і регуляції емоцій. Водночас її обмеження полягає в тому, що вона залишає поза увагою поведінкові аспекти та мотиваційні чинники, які мають суттєве значення для реальної соціальної взаємодії. Змішана модель Д. Гоулмана, яка внесла значний внесок у популяризацію концепції емоційного інтелекту та її впровадження у практичну діяльність, зазнає критики за розмитість меж між емоційним інтелектом і загальними рисами особистості, такими як наполегливість чи оптимізм. Модель Р. Бар-Она є цінною з огляду на її орієнтацію на емоційно-соціальну адаптацію та психологічне благополуччя, однак значною мірою залежить від суб'єктивної самооцінки особистості, що може впливати на об'єктивність результатів. Диспозиційна модель емоційного інтелекту К. В. Петридеса і А. Фергнема має важливу перевагу в урахуванні індивідуальних стилів емоційного функціонування та контекстуальних змін, але й вона стикається з проблемою суб'єктивності вимірювання, що потребує особливо ретельного інтерпретування отриманих даних. Отже, вибір моделі емоційного інтелекту залежить насамперед від цілей дослідження, специфіки завдань практичного застосування та

контексту, в якому планується оцінка ЕІ, що вимагає зваженого підходу до вибору інструментарію й методології.

У вітчизняній науці поняття «емоційний інтелект» отримало різнобічне й багатогранне трактування, що базується на різних теоретичних підходах, емпіричних дослідженнях і прикладних розробках. Дослідники розглядають емоційний інтелект як комплексну особистісну характеристику, яка включає емоційні, когнітивні та соціальні компоненти. Загальні підходи до розуміння природи емоційного інтелекту відображені в наукових роботах О. Бабяк, О. Лящ, Л. Ракітянської, О. Лелюх-Степанчук, Л. Журавльова, Є. Карпенка, С. Марчук, О. Мельника, І. Опанасюк, С. Челало, Т. Цюпенко, Л. Колісник, які аналізували феномен емоційного інтелекту в контексті розвитку особистості, життєздійснення та психологічної адаптації (табл. 1.4).

Таблиця 1.4

Визначення поняття «емоційний інтелект» у вітчизняній психологічній науці

Автори	Визначення поняття
Т. Цюпенко	Здатність адекватно сприймати, усвідомлювати, виражати й регулювати емоції у власній поведінці та у взаємодії з іншими людьми [55, с. 110].
Л. Ракітянська	Системна якість особистості, що інтегрує емоційне, когнітивне та поведінкове функціонування в контексті життєздійснення [50, с. 37].
О. Лелюх-Степанчук	Психологічний феномен, що охоплює емоційну чутливість, розуміння емоційного змісту взаємодії та ефективну регуляцію емоцій [31, с. 90].
Є. Карпенко	Особистісний ресурс, що забезпечує внутрішню гармонію, психологічну стійкість і здатність адаптуватися до змін середовища [21, с. 23].
С. Марчук	Інтегративна характеристика, яка поєднує емоційно-чуттєві здібності з когнітивною рефлексією і формує базу для ефективної поведінки в соціумі [36, с. 20].
Г. Меттьюз, М. Зейднер, Р. Д. Робертс	Здатність розуміти власні емоції й емоції інших людей, використовувати це розуміння для розвитку комунікативних навичок і саморегуляції [67, с. 31].
І. Опанасюк	Комплекс здібностей особистості, що дозволяють осмислювати емоційні стани, управляти ними та адаптувати поведінку відповідно до вимог соціального середовища [42, с. 56].

С. Челало	Інтегральна властивість особистості, що відображає здатність усвідомлювати власні й чужі емоційні стани, регулювати емоційні реакції, співпереживати та ефективно взаємодіяти у соціальному середовищі [56, с. 92].
Л. Журавльова	Здатність особистості здійснювати свідоме управління емоційними проявами, адекватно виражати емоції та інтегрувати їх у процеси пізнання й спілкування [19, с. 58].

Специфіка розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку була предметом окремого дослідження таких науковців, як І. Худякова, Г. Брославська, Т. Дрига, Р. Шпіца, Г. Підлужна, Н. Коваль, Л. Клевака, О. Гришко, В. Заїка, Г. Полисаєва, І. Чекановська, О. Волік, К. Кобякова, О. Борисенко, С. Міліщук, І. Грицюк, О. Гладун, І. Жаркова, В. Купчишина, І. Шпак. Їхні праці поглиблюють розуміння механізмів емоційного розвитку, ролі емоційного інтелекту в соціальній адаптації дітей, а також розкривають педагогічні умови й психолого-педагогічні засоби стимулювання емоційної сфери в дошкільному дитинстві (табл. 1.5).

Таблиця 1.5

Визначення поняття «емоційний інтелект дітей дошкільного віку»

Автор	Визначення поняття
Н. Волік	Інтегральна особистісна характеристика, що відображає здатність дитини розпізнавати, розуміти й адекватно регулювати власні та чужі емоції, сприяючи розвитку самосвідомості, емоційної стабільності та успішній соціалізації в умовах освітнього середовища дошкільного закладу [8, с. 26].
О. Березіна	Емоційний інтелект у дітей дошкільного віку проявляється через формування емоційної обізнаності, здатності до емоційної експресії й саморегуляції, що забезпечує конструктивну взаємодію з однолітками і дорослими й виступає передумовою психологічного благополуччя [5].
К. Борисенко, С. Бадер	Сукупність умінь розпізнавати власні та чужі емоційні стани, усвідомлювати причини емоційних переживань та здійснювати регуляцію емоційної поведінки в процесі взаємодії з соціальним оточенням [6, с. 48].
А. Голота	Система навичок емоційної саморегуляції, співпереживання, розуміння емоційного контексту подій і поведінки інших, що забезпечує розвиток моральної чутливості та комунікативної компетентності [10, с. 19].

Л. Клевака, О. Гришко, В. Заїка	Інтегративне утворення, що включає здатність розпізнавати, виражати, розуміти та регулювати емоційні стани у різних видах діяльності, забезпечуючи ефективну соціальну адаптацію та емоційне благополуччя дитини [23].
І. Грицюк, С. Міліщук	Рівень розвитку емоційної компетентності, що включає усвідомлення власних емоцій, розуміння почуттів інших, регуляцію емоційних реакцій і використання емоційних знань для оптимальної соціальної взаємодії [13, с. 30].
Л. Гладун, І. Жаркова	Емоційний інтелект дітей старшого дошкільного віку формується у процесі театралізованої діяльності та проявляється у здатності свідомо виражати емоції, розуміти емоційний зміст власної та чужої поведінки, керувати емоційними станами у творчій взаємодії [9, с. 10].
О. Передерій	Комплекс емоційних і соціальних навичок, що дозволяють дитині ефективно орієнтуватися в емоційному світі, налагоджувати позитивні взаємини й забезпечують гармонійне входження у соціальне середовище [45, с. 142].

Отже, у вітчизняній психологічній науці емоційний інтелект дітей дошкільного віку трактується як багатовимірна інтегративна характеристика особистості, яка об'єднує емоційно-когнітивні процеси, соціальні навички, емпатійні здібності та здатність до свідомої саморегуляції емоційної поведінки. Вчені наголошують, що емоційний інтелект дошкільника виявляється не лише у вмінні розпізнавати й розуміти власні й чужі емоції, а й у здатності усвідомлено керувати емоційними реакціями, регулювати поведінку відповідно до соціальних норм, налагоджувати гармонійні стосунки з оточенням і конструктивно долати фрустраційні ситуації.

Дошкільний вік є критичним періодом для становлення емоційної компетентності, що згодом істотно впливає на подальший особистісний розвиток дитини. Результати численних емпіричних досліджень свідчать, що сформований емоційний інтелект позитивно корелює з академічною успішністю, соціальною адаптацією, розвитком моральної чутливості, стресостійкості й становленням позитивного Я-образу. Від рівня розвитку емоційної компетентності залежить здатність дитини ефективно взаємодіяти у соціумі, будувати конструктивні міжособистісні стосунки та підтримувати емоційний баланс у складних життєвих обставинах [22, с. 51].

Л.Процел підкреслює, що становлення емоційного інтелекту є динамічним процесом, тісно пов'язаним із загальним психічним розвитком дитини, індивідуальними особливостями її темпераменту й характеру, стилем сімейного виховання та якістю впливу освітнього середовища. Науковиця акцентує увагу на тому, що цілеспрямована підтримка дорослих є необхідною умовою ефективного розвитку емоційної сфери дошкільника. Створення психологічно комфортного, емоційно насиченого середовища в закладі дошкільної освіти, використання ігрових, театралізованих, художніх, музичних та інтерактивних форм діяльності істотно сприяють розвитку у дітей здатності до співпереживання і розуміння емоційних станів інших [48, с. 103].

Отже, узагальнення наукових підходів дозволяє стверджувати, що емоційний інтелект є інтегративною характеристикою особистості, яка об'єднує емоційно-когнітивні, соціальні та поведінкові механізми. Його становлення в дошкільному віці є важливою передумовою формування особистісної зрілості, психологічної стійкості та соціальної компетентності, що зумовлює необхідність цілеспрямованого педагогічного супроводу розвитку емоційної сфери дітей у системі дошкільної освіти.

1.3. Структура та основні компоненти емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку

У сучасних наукових дослідженнях структура емоційного інтелекту дітей дошкільного віку розглядається як багатовимірна система, що інтегрує емоційно-когнітивні процеси, соціальні навички та поведінкові механізми, кожен з яких виконує специфічну функцію у формуванні емоційної компетентності особистості. Як підкреслює Н. Волік, компоненти емоційного інтелекту не існують ізольовано один від одного: вони перебувають у постійній взаємодії, взаємно збагачуючись у процесі емоційного досвіду

дитини, її комунікації з дорослими та ровесниками, залучення до ігрової, пізнавальної і творчої діяльності [8, с. 47].

Розвиток емоційного інтелекту у дошкільному віці є динамічним і багатогранним процесом, який супроводжується якісними змінами в емоційній сфері, соціальній поведінці та когнітивній активності дитини. З огляду на результати численних емпіричних і теоретичних досліджень, можна виокремити низку ключових компонентів емоційного інтелекту дошкільника, кожен із яких забезпечує певний аспект емоційного, соціального та особистісного функціонування дитини (рис. 1.2).

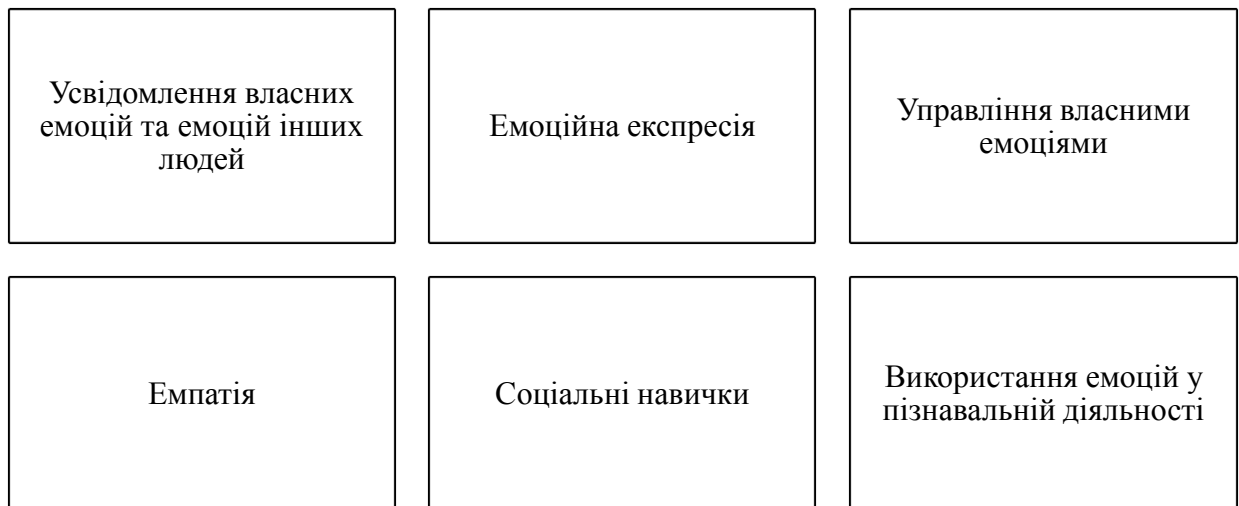


Рис. 1.2. Компоненти емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку

Джерело: сформовано автором на основі даних [59, с. 23; 72, с. 152]

За О. Березіною, усвідомлення власних емоцій є базовим компонентом емоційного інтелекту, який передбачає здатність дитини ідентифікувати власні емоційні стани, розпізнавати їх у різних ситуаціях, вербалізувати переживання й розуміти причини їх виникнення [5, с. 68]. У дошкільному віці цей процес має поетапний характер: спочатку дитина вчиться розрізняти базові емоції, такі як радість, страх, сум, гнів, а згодом оволодіває тоншими нюансами почуттів – тривогою, захопленням, співчуттям. Як підкреслює А. Голота, формування усвідомлення емоцій нерозривно пов'язане з розвитком мовлення та самосвідомості: чим ширший словниковий запас і чим глибше уявлення про себе як суб'єкта емоцій, тим точніше дитина здатна

ідентифікувати та описувати свої почуття [10, с. 20]. Важливу роль у цьому процесі відіграють підтримка дорослих, їхнє емоційно чуйне реагування та надання зразків емоційної саморефлексії.

На думку К. Борисенко і С. Бадер, уміння розпізнавати емоційні стани інших людей є ключовою передумовою розвитку емпатії у дітей дошкільного віку [6, с. 50]. Цей компонент передбачає уважне спостереження за невербальними проявами емоцій – мімікою, жестами, інтонацією голосу – і співвіднесення їх із відповідними емоційними станами. Як зазначає С. Дерев'янка, здатність правильно інтерпретувати емоції інших людей формує підґрунтя для морального розвитку дитини, сприяє формуванню навичок конструктивної взаємодії, співпереживання та співпраці [14, с. 26]. У дошкільному віці діти поступово навчаються «читати» емоційні сигнали оточуючих, що має вирішальне значення для їхньої соціальної адаптації, побудови гармонійних стосунків і запобігання конфліктам у колективі.

На думку Н. Волік, важливою складовою емоційного інтелекту дошкільника є здатність адекватно та різноманітно виражати власні емоції відповідно до соціального контексту та ситуаційних вимог [8, с. 50]. Емоційна експресія передбачає не лише безпосереднє виявлення почуттів, а й уміння регулювати їхню інтенсивність, обирати доречні способи вираження в залежності від умов взаємодії. У дошкільному віці діти активно навчаються демонструвати свої емоції через вербальні засоби (слова, інтонацію), невербальні прояви (міміку, жести, пози), а також через образотворчу діяльність, музику і театралізовані ігри.

За твердженням В. Купчишиної, саме театралізована діяльність є одним із найефективніших засобів розвитку емоційної експресії у дітей [28, с. 70]. Вона створює умови для спонтанного самовираження, дає можливість пережити різноманітні емоційні стани в безпечній ігровій формі, розвиває здатність розуміти та передавати складні емоційні нюанси через образи персонажів. Завдяки участі в іграх-драматизаціях дошкільники вчаться контролювати свої емоції, передавати їх у відповідній формі, що сприяє не

лише розвитку емоційної сфери, а й зміцненню комунікативних та соціальних навичок.

Як наголошує Дж. Готтман, здатність до саморегуляції емоційних станів є одним із ключових і критичних компонентів емоційного інтелекту, який активно формується саме у дошкільному віці [11, с. 144]. Управління емоціями включає вміння впливати на власний емоційний стан: заспокоювати себе у випадку сильного збудження, зменшувати прояви негативних емоцій, знаходити конструктивні способи вираження почуттів. У дошкільному віці ця навичка починає розвиватися поступово і спирається на підтримку дорослих, моделювання поведінкових зразків та включення дитини у спеціально організовані емоційно-розвивальні ситуації.

Як зазначає А. Чернявська, діти вчаться застосовувати прості прийоми емоційної самодопомоги, зокрема глибоке дихання, звернення до дорослого за підтримкою, використання заспокійливих слів або улюблених об'єктів-комфортерів [57, с. 137]. Особливо важливим у цьому процесі є розвиток довільної уваги та здатності до переключення, що дозволяє дитині відволіктися від фрустраційної ситуації та повернути собі емоційний баланс. Поступово дошкільники опановують базові стратегії емоційної регуляції: приглушення імпульсивних реакцій, використання внутрішнього мовлення для самозаспокоєння, пошук альтернативних способів вираження почуттів. Таким чином, управління емоціями у дошкільному віці є процесом, який поєднує емоційний досвід, когнітивну рефлексію та соціальне навчання через приклад дорослих і моделювання емоційно значущих ситуацій.

Емпатійність розглядається дослідниками як одна з центральних складових емоційного інтелекту дошкільника. За висновками І. Грицюк і С. Мілішук, емпатія проявляється у здатності дитини розуміти почуття інших, співпереживати їхнім емоційним станам, пропонувати допомогу, виявляти турботу й уважність [13, с. 33]. У дошкільному віці емпатія має свої вікові особливості: спочатку це емоційне співпереживання на основі імітації емоцій інших, а згодом – усвідомлене розуміння чужого емоційного досвіду.

Як зазначає О. Березіна, формування емпатійних здібностей у дітей здійснюється через різноманітні канали соціалізації: у процесі сюжетно-рольових ігор, спільної діяльності, обговорення емоційних ситуацій, що виникають у повсякденному житті чи в художніх творах [5, с. 69]. Особливу роль у розвитку емпатії відіграє казка, адже саме в казкових історіях дитина вчиться емоційно ототожнювати себе з персонажами, розпізнавати моральну цінність їхніх вчинків і співпереживати їхнім радощам чи бідам [70].

Емпатія є фундаментом для подальшого розвитку соціальної компетентності, моральних почуттів і готовності до конструктивної взаємодії з іншими людьми. Уміння поставити себе на місце іншого, розуміти мотиви його поведінки та підтримувати емоційний контакт є одними з важливих умов успішної адаптації дитини до соціального середовища.

Соціальні навички є невід'ємною складовою структури емоційного інтелекту дошкільника, адже саме через ефективну взаємодію з оточенням дитина вчиться адаптуватися до норм і правил соціального життя. За визначенням Н. Компанець, соціальні компетентності охоплюють здатність ефективно взаємодіяти в групі, встановлювати та підтримувати дружні стосунки, дотримуватися правил колективної діяльності, вирішувати конфлікти мирним шляхом, виявляти ініціативу у спільній діяльності й проявляти відповідальність за спільний результат [26, с. 14].

У дошкільному віці розвиток соціальних навичок тісно переплітається з розвитком мовлення, моральної свідомості та навичок емоційної саморегуляції. Як підкреслює В. Лазаренко, саме здатність до вербального висловлення своїх почуттів, потреб і намірів є основою ефективного соціального спілкування [30, с. 281]. Завдяки розвитку мовлення дитина вчиться узгоджувати власні дії з діями інших, домовлятися, пояснювати свої бажання, висловлювати співчуття чи незгоду у прийнятний спосіб.

На думку Х. Моріна, формування соціальних навичок у дошкільника також пов'язане із засвоєнням моральних норм і правил поведінки у групі: справедливості, взаємодопомоги, доброзичливості [39, с. 42]. Навчання дітей

правилам спільної гри, черговості, колективного прийняття рішень, толерантного ставлення до інших сприяє розвитку соціальної рефлексії – здатності оцінювати свою поведінку в контексті взаємодії з іншими. Таким чином, соціальні навички є важливим індикатором рівня емоційної зрілості дошкільника та виступають базою для подальшої успішної соціалізації.

Як підкреслює дослідниця К. Кобякова, емоційна залученість у різні види діяльності є важливим чинником розвитку дошкільника, адже вона сприяє не лише підвищенню інтересу до навчання, а й формуванню стійкої внутрішньої мотивації, розвитку креативності та самовираження [24, с. 36]. Завдяки активній емоційній включеності діти з легкістю занурюються в ігрову, художню та пізнавальну діяльність, що створює передумови для глибшого засвоєння знань, розвитку гнучкого мислення та уяви. Дослідники зазначають, що діти, які емоційно залучені до гри, творчості чи пізнавальних завдань, демонструють вищий рівень когнітивної активності, навчальної готовності та здатності до саморегуляції.

Таким чином, структура емоційного інтелекту дошкільника охоплює інтеграцію емоційного усвідомлення, саморегуляції, емпатії, емоційної експресії та соціальної адаптації, що забезпечує ефективну взаємодію дитини із соціальним середовищем та створює основу для її подальшого особистісного розвитку.

Висновки до розділу 1

У першому розділі було здійснено теоретичний аналіз проблеми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку. У межах дослідження розглянуто психологічні особливості розвитку дітей цього вікового періоду, проаналізовано основні підходи до визначення поняття «емоційний інтелект» у зарубіжній та вітчизняній психологічній науці, а також висвітлено структуру і компоненти емоційного інтелекту в дошкільному віці.

З'ясовано психологічні особливості розвитку дітей дошкільного віку. Визначено, що цей період характеризується інтенсивним розвитком пізнавальної сфери, мовлення, емоційно-вольових процесів, соціальної поведінки та самосвідомості. Проаналізовано, як на різних етапах дошкільного віку відбувається становлення мислення, пам'яті, уваги, емоційної регуляції та соціальних навичок. Підкреслено особливу роль гри та спілкування з дорослими і ровесниками у психічному розвитку дитини.

Розглянуто поняття емоційного інтелекту в психологічній науці. Проаналізовано класичні моделі емоційного інтелекту (Дж. Д. Майєра і П. Саловея, Д. Гоулмана, Р. Бар-Она, К. В. Петридеса і А. Фергнєма), виокремлено їхні сильні сторони та обмеження. Досліджено особливості розуміння емоційного інтелекту у вітчизняній науці, підкреслено його багатовимірність, що поєднує емоційно-когнітивні, соціальні та поведінкові механізми. Наголошено на значенні емоційного інтелекту для гармонійного розвитку особистості дитини.

Визначено основні компоненти структури емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. Розглянуто такі ключові складові, як усвідомлення власних і чужих емоцій, емоційна експресія, управління емоціями, емпатія, соціальні навички та емоційна залученість у діяльність. Підкреслено, що розвиток кожного з компонентів є динамічним процесом, який відбувається у контексті соціальної взаємодії, мовленнєвого розвитку, гри та творчої активності, забезпечуючи формування емоційної компетентності дошкільника.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Методологія та організація емпіричного дослідження

Емоційний інтелект у дошкільному віці є ключовою характеристикою, яка визначає здатність дитини розпізнавати, виражати й регулювати власні емоційні стани, розуміти почуття інших і конструктивно взаємодіяти в соціальному середовищі. Розвиток емоційного інтелекту в цей період має вирішальне значення для становлення моральної чутливості, емоційної саморегуляції, емпатії та соціальної компетентності дитини. Вивчення рівня розвитку емоційного інтелекту дозволяє своєчасно виявити сильні сторони та можливі труднощі емоційного розвитку дитини, а також розробити цілеспрямовані педагогічні стратегії для його стимулювання [4, с. 45].

Емпіричне дослідження емоційного інтелекту спрямоване на виявлення рівня сформованості основних його компонентів у дітей дошкільного віку, аналіз їхньої взаємодії та визначення чинників, що сприяють або гальмують розвиток емоційної компетентності. Такий підхід дозволяє обґрунтувати ефективні шляхи психолого-педагогічної підтримки емоційного розвитку на етапі дошкільного дитинства.

Метою нашого дослідження стало вивчення рівня розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку та визначення специфіки прояву його основних компонентів у контексті соціальної взаємодії й особистісного розвитку.

У рамках реалізації поставленої мети було визначено такі завдання дослідження:

1. Провести кількісну та якісну оцінку рівня розвитку емоційного інтелекту у дітей 5-6 років.

2. Проаналізувати сформованість основних компонентів емоційного інтелекту: усвідомлення власних емоцій, розпізнавання емоцій інших, емоційної експресії, саморегуляції емоцій, емпатії та соціальних навичок.

3. Виявити особливості розвитку емоційного інтелекту у дітей залежно від їхньої залученості до різних видів діяльності.

4. На основі отриманих результатів розробити педагогічні рекомендації щодо оптимізації процесу розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Емпіричне дослідження розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку здійснювалося на базі дошкільного навчального закладу «Дзвіночок» смт Чабани, Київської області, Фастівського району. У дослідженні взяли участь на різних етапах 42 дитини старшого дошкільного віку (5-6 років), які відвідують дві різновікові групи: «Віночок» (у середньому 22 дитини) та «Веселка» (у середньому 20 дітей).

Усі учасники дослідження виховуються у сприятливому соціальному середовищі, мають типовий рівень психофізичного та емоційного розвитку, систематично залучені до освітнього процесу, що забезпечило репрезентативність вибірки для аналізу особливостей формування емоційного інтелекту в умовах нормативного розвитку.

З метою дотримання етичних стандартів психологічного дослідження було отримано усвідомлену письмову згоду від батьків (законних представників) дітей на участь у дослідженні, а також офіційний дозвіл адміністрації закладу дошкільної освіти. Усі дослідницькі процедури відповідали вимогам Конвенції ООН про права дитини, гарантували добровільність участі, забезпечення конфіденційності отриманих даних і психологічну безпеку учасників [60, с. 26].

Дослідження проводилося у звичних для дітей умовах групових приміщень у режимі індивідуальної та підгрупової роботи. Використовувались інтерактивні методики, ігрові вправи та проєктивні завдання, що сприяло створенню невимушеної атмосфери, зниженню рівня

ситуативної тривожності й забезпеченню щирості емоційних проявів дітей під час виконання завдань.

Для комплексної оцінки розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку було використано три психодіагностичні методики, адаптовані до їх вікових особливостей. Вибір інструментарію зумовлювався необхідністю охопити ключові аспекти емоційної орієнтації, емоційної чутливості та готовності враховувати емоційні стани інших людей. Узагальнена характеристика використовуваного діагностичного інструментарію наведена у табл. 2.1.

Таблиця 2.1

Діагностичний інструментарій дослідження

№	Методика	Мета та опис
1	Проективна методика «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» (М. А. Нгуєн) (Додаток А)	Методика спрямована на виявлення емоційної орієнтації дитини – на світ речей або світ людей. Дітям пропонується домальовувати геометричні фігури, надаючи їм смислового значення. Оцінювання здійснюється за типом зображення: предмети, обличчя чи людина у русі. Рівень розвитку емоційного інтелекту визначається за кількістю балів: низький (0 балів), середній (1-2 бали), високий (3-6 балів).
2	Проективна методика «Три бажання» (М. А. Нгуєн) (Додаток Б)	Методика виявляє емоційну спрямованість бажань дитини – на себе чи на інших. Діти малюють свої три бажання, що, за інструкцією, можуть бути виконані «золотою рибкою». Оцінювання здійснюється за характером бажань: для себе (1 бал), для інших (2 бали). Рівень розвитку емоційного інтелекту класифікується як низький (0-3 бали), середній (4 бали), високий (5-6 балів). Після малювання проводиться бесіда для уточнення змісту бажань.
3	Методика «Що – чому – як?» (М. А. Нгуєн) (Додаток В)	Методика спрямована на виявлення здатності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, співпереживати та приймати конструктивні рішення у складних соціальних ситуаціях. Дітям зачитуються оповідання із запитаннями, що передбачають визначення причин поведінки персонажів та можливих варіантів вирішення конфліктної ситуації. Оцінювання здійснюється за трьома критеріями (0-2 бали за кожним), що дозволяє визначити рівень розвитку емоційного інтелекту: низький (0-2 бали), середній (3-4 бали), високий (5-6 балів).

Джерело: сформовано автором на основі даних [15, с. 25; 58, с. 202]

Кожна із застосованих психодіагностичних методик дала змогу виявити специфічні аспекти емоційного інтелекту дітей дошкільного віку, що в сукупності дозволило сформувати цілісну, об'єктивну та надійну картину рівня їхнього емоційного розвитку. Методики були підбрані таким чином, щоб охопити як проєктивний, так і усвідомлений рівні емоційної діяльності, враховуючи вікові та психологічні особливості дітей.

У процесі емпіричного дослідження кожна методика застосовувалась окремо, з урахуванням часових обмежень дитячої уваги, емоційного стану респондентів та принципів доброзичливої взаємодії. Результати фіксувалися у відповідних протоколах спостереження, що забезпечувало можливість подальшого детального кількісного й якісного аналізу емоційних проявів дітей. Для кожної методики було визначено чіткі критерії оцінювання результатів, які дозволяли класифікувати рівень розвитку емоційного інтелекту як низький, середній або високий залежно від кількісних показників (балів, характеру малюнків або відповідей).

Крім загальної оцінки розвитку емоційного інтелекту, проводився аналіз специфіки емоційної орієнтації дітей, їхньої здатності до співпереживання та соціальної чутливості, що дозволило комплексно охарактеризувати емоційно-соціальну компетентність дошкільників. Для обробки результатів використовувалися елементи кількісного аналізу: підрахунок абсолютних та відносних показників, побудова узагальнювальних таблиць і графічних візуалізацій, що забезпечило наочність і підвищило об'єктивність інтерпретації результатів.

Важливою перевагою обраного інструментарію є його різноплановість: застосування проєктивних і ситуативних методик у невимушеній атмосфері дозволило мінімізувати вплив соціально бажаних відповідей та забезпечити більш автентичне виявлення реального рівня емоційного розвитку дітей. Це дало змогу не лише якісно описати отримані результати, а й визначити напрями для подальшого цілеспрямованого психолого-педагогічного супроводу емоційного розвитку дошкільників.

2.2. Аналіз рівня розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку

У межах емпіричного дослідження розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку було застосовано комплекс психодіагностичних методик, адаптованих з урахуванням вікових та психологічних особливостей старших дошкільників. Використання саме таких інструментів дозволяє отримати валідну та надійну інформацію про емоційно-соціальну сферу дитини, її здатність розпізнавати й розуміти емоції, а також про рівень сформованості емпатії та навичок саморегуляції. Комплексний підхід до вивчення розвитку емоційного інтелекту дозволяє виявити не лише окремі його компоненти, а й особливості їхньої інтеграції у поведінкових і соціальних проявах дошкільників.

Перший етап емпіричного дослідження передбачав застосування проєктивної методики «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» (М. А. Нгуєн). Мета цієї методики полягала у виявленні емоційної орієнтації дитини: переважного спрямування на предметний світ або на світ людей і їхніх емоційних станів.

Процедура дослідження передбачала, що дитині пропонувався аркуш паперу із зображеннями геометричних фігур, до яких потрібно було домалювати будь-які деталі, надаючи фігурам смислового наповнення. Час на виконання завдання становив 15 хвилин. Аналіз результатів здійснювався за типом створених малюнків: наявність предметних зображень, людських облич або цілісних фігур людей з емоційним вираженням і рухом. Відповідно до критеріїв оцінювання, зафіксованих у методиці, рівень розвитку емоційного інтелекту класифікувався як низький (0 балів), середній (1-2 бали) або високий (3-6 балів).

Аналіз результатів дослідження за методикою «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» (М. А. Нгуєн) дозволив отримати важливу

емпіричну інформацію щодо особливостей розвитку емоційного інтелекту у старших дошкільників.

Участь у діагностичній процедурі взяли 39 дітей: 20 вихованців старшої групи «Віночок» та 19 вихованців старшої групи «Веселка». Дослідження проводилося в індивідуальній формі у комфортній для дітей обстановці, що сприяло зниженню ситуативної тривожності й забезпеченню достовірності отриманих результатів.

Відповідно до критеріїв оцінювання, зафіксованих у методиці, результати розподілилися наступним чином:

1. Низький рівень розвитку емоційного інтелекту виявлено у 4 дітей (2 дитини з групи «Віночок» та 2 дитини з групи «Веселка»), що становить 10% загальної вибірки. Діти цієї категорії не проявили вираженої емоційної орієнтації у своїх малюнках: їхні домальовування були переважно пов'язані з предметами або абстрактними фігурами без ознак персоніфікації чи емоційного забарвлення. Такий результат свідчить про обмежений рівень розвитку емоційної чутливості, недостатню здатність до розпізнавання та відтворення емоційних станів інших людей. Відсутність емоційної експресії у малюнках також може свідчити про слабкий розвиток уяви, недостатню сформованість навичок емоційного самовираження та обмежений досвід емоційної взаємодії в соціальному середовищі. Подібні прояви вказують на потребу в спеціально організованих вправах, спрямованих на розвиток емоційного сприйняття та творчої активності дітей.

2. Середній рівень розвитку емоційного інтелекту продемонстрували 11 дітей (5 дітей у групі «Віночок» та 6 дітей у групі «Веселка»), що становить 29% вибірки. У малюнках цієї категорії переважали зображення людських облич без чітко вираженої емоційної експресії або окремі деталі, що натякали на можливу емоційну взаємодію, проте без глибокого відтворення емоційних станів. Такі результати свідчать про те, що у цих дітей уже сформувалися базові навички емоційного сприйняття і персоніфікації образів, однак рівень їхньої емоційної рефлексії ще недостатній для повноцінної інтеграції

емоційних переживань у художню діяльність. Спостерігалися окремі спроби передати емоційний контекст через вираз облич або характер руху, проте цілісність емоційних сюжетів часто залишалася недооформленою. Це вказує на необхідність подальшої педагогічної підтримки у розвитку здатності дітей не лише розпізнавати власні та чужі емоції, але й творчо виражати їх у різних видах діяльності.

3. Високий рівень розвитку емоційного інтелекту було зафіксовано у 24 дітей (13 дітей з групи «Віночок» та 11 дітей з групи «Веселка»), що становить 61% загальної кількості учасників. Ці діти у своїх малюнках активно домальовували людські постаті, обличчя із чітко вираженими емоціями, сцени взаємодії між персонажами, елементи руху й життєвих ситуацій, що відображали емоційні стани. Їхні роботи свідчать про добре сформовану здатність до емоційної експресії, розуміння емоцій інших людей, а також про високий рівень емоційної чутливості та здатність співпереживати. Ці діти продемонстрували розвиток не лише емоційної сфери, але й соціально-комунікативних компетентностей, що свідчить про гармонійний особистісний розвиток.

Проілюструємо отримані дані графічно на рис. 2.1.

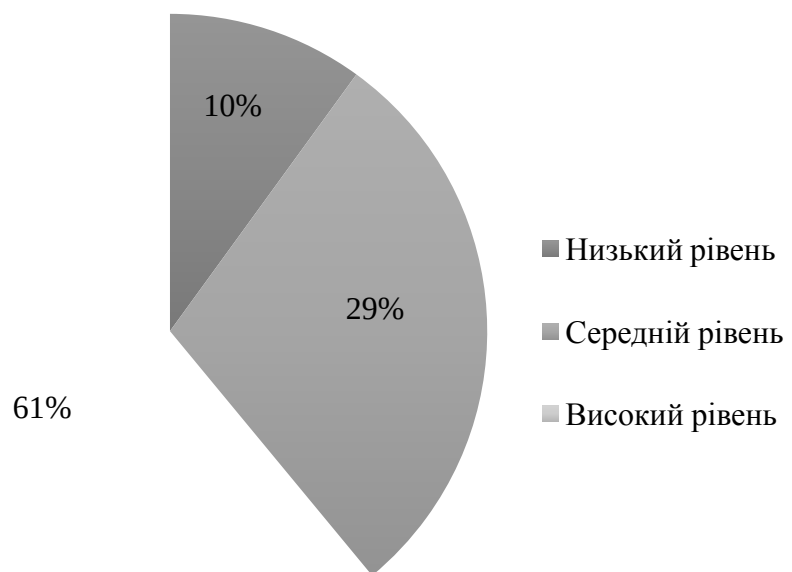


Рис. 2.1. Розподіл дітей за рівнями розвитку емоційного інтелекту за методикою «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», у %

Джерело: сформовано автором

Таким чином, за результатами проведеної методики, можна констатувати, що більшість обстежених дітей мають середній або високий рівень розвитку емоційного інтелекту. Це свідчить про успішність процесів емоційного соціалізування в умовах дошкільного закладу, де створено сприятливе середовище для розвитку емоційних компетентностей. Разом із тим виявлена частка дітей з низьким рівнем емоційного інтелекту підкреслює необхідність індивідуалізації підходів у вихованні та розвитку, а також цілеспрямованої роботи з формування емоційної сфери дошкільників, зокрема через використання спеціально розроблених психолого-педагогічних технологій.

Другий етап емпіричного дослідження передбачав застосування проєктивної методики «Три бажання» (М. А. Нгуєн). Основною метою цієї методики було виявлення емоційної орієнтації дитини – на себе або на інших людей – шляхом аналізу змісту трьох бажань, які дитина мала намалювати, уявляючи, що їх може здійснити «золота рибка». Методика дозволяє діагностувати такі важливі аспекти емоційного інтелекту, як емпатійність, альтруїстична спрямованість, усвідомлення власних та чужих емоційних потреб.

Процедура проведення полягала у тому, що кожній дитині пропонувалося виконати малюнок, у якому відобразити три свої бажання. Після завершення малювання проводилася індивідуальна бесіда для уточнення змісту бажань та їхнього емоційного спрямування.

Оцінювання здійснювалося за критеріями: бажання для себе (1 бал) або бажання для інших людей (2 бали). На основі суми балів визначався рівень розвитку емоційного інтелекту: низький (0-3 бали), середній (4 бали) або високий (5-6 балів).

Участь у методиці «Три бажання» взяли 42 дитини: 22 вихованці старшої групи «Віночок» та 20 вихованців старшої групи «Веселка». Діагностичний процес проводився у комфортній, невимушеній атмосфері, що забезпечило щирість висловлених бажань та дозволило отримати автентичні результати.

Розподіл результатів виявив такі особливості:

1. Низький рівень розвитку емоційного інтелекту був зафіксований у 5 дітей (2 дитини з групи «Віночок» та 3 дитини з групи «Веселка»), що становить 12% загальної вибірки. У відповідях цих дітей домінували бажання, спрямовані виключно на задоволення власних потреб, отримання матеріальних благ або особистого комфорту, без проявів орієнтації на потреби та емоційний стан інших людей. Відсутність у змісті бажань елементів турботи, підтримки чи взаємодопомоги свідчить про недостатній рівень розвитку емпатійних здібностей і слабку соціально-емоційну орієнтацію. Такий результат вказує на те, що у цих дітей ще не сформована здатність розпізнавати й враховувати емоції інших у контексті взаємодії, що у майбутньому може ускладнити процеси соціалізації. Подібні прояви потребують цілеспрямованого педагогічного втручання, спрямованого на розвиток емоційної чутливості, співпереживання та навичок соціальної взаємодії. Ефективними заходами у цьому випадку можуть стати використання ігор на розвиток емпатії, обговорення моральних дилем, інтеграція казок із сильними емоційними сюжетами та створення ситуацій емоційної підтримки у повсякденному житті групи. Така систематична робота дозволить поступово розширити емоційний досвід дитини, сформувати в неї ціннісне ставлення до емоцій інших людей та зміцнити базу для гармонійного соціального розвитку.

2. Середній рівень розвитку емоційного інтелекту виявлено у 20 дітей (9 дітей із групи «Віночок» та 11 дітей із групи «Веселка»), що становить 47% загальної вибірки. У малюнках дітей цієї категорії спостерігалось поєднання бажань, орієнтованих як на власні потреби, так і на потреби

інших. Переважно діти висловлювали бажання, пов'язані з особистими прагненнями – отримати подарунок, здійснити мрію або покращити власний добробут, однак поряд із цим фіксувалися і спроби виявити турботу про близьких людей: батьків, братів, сестер, друзів, вихователів. Таке поєднання свідчить про поступовий розвиток соціально-емоційної компетентності, а саме – усвідомлення цінності емоційного благополуччя не лише власного, а й оточуючих. Проте результати цієї групи також вказують на те, що емоційна спрямованість дітей ще не набула стійкого альтруїстичного характеру й залишається у стадії формування. Бажання для інших часто були менш виразними або епізодичними, що свідчить про недостатню інтеграцію емпатійних установок у систему особистісних цінностей дитини. Тому діти цієї категорії потребують цілеспрямованого педагогічного супроводу, спрямованого на посилення емоційної рефлексії, розвиток емпатії, формування стійкої готовності до емоційної підтримки інших у різних життєвих ситуаціях. Рекомендовано використовувати інтерактивні методи навчання, ігрові ситуації морального вибору, казкотерапію та обговорення емоційних станів персонажів для поглиблення розуміння емоційної взаємодії й зміцнення соціально орієнтованої мотивації.

3. Високий рівень розвитку емоційного інтелекту було зафіксовано у 17 дітей (11 дітей з групи «Віночок» та 6 дітей з групи «Веселка»), що становить 41% загальної вибірки. Малюнки дітей цієї категорії виразно демонстрували бажання, орієнтовані насамперед на добробут інших людей: батьків, братів і сестер, друзів, вихователів, а також на допомогу тим, хто потребує підтримки. Бажання дітей супроводжувалися чітким розумінням емоційних станів інших осіб, проявами співпереживання, турботи та прагнення викликати позитивні емоції в оточуючих. Часто у відповідях відзначалася не лише готовність допомогти, а й усвідомлення конкретних потреб близьких людей, що вказує на високий рівень розвитку емоційної рефлексії. Такі результати свідчать про сформовану емоційну чутливість, здатність до глибокої емпатії та високий потенціал для побудови гармонійних соціальних взаємин. Діти з таким

рівнем емоційного інтелекту, як правило, проявляють готовність до конструктивної співпраці, вміють враховувати емоційні потреби групи, демонструють здатність до взаємопідтримки та емоційної стійкості. В подальшому розвитку вони мають сприятливі передумови для формування навичок соціальної компетентності, моральної чуйності й відповідальної міжособистісної поведінки.

Отримані дані проілюстровано на рис. 2.2.

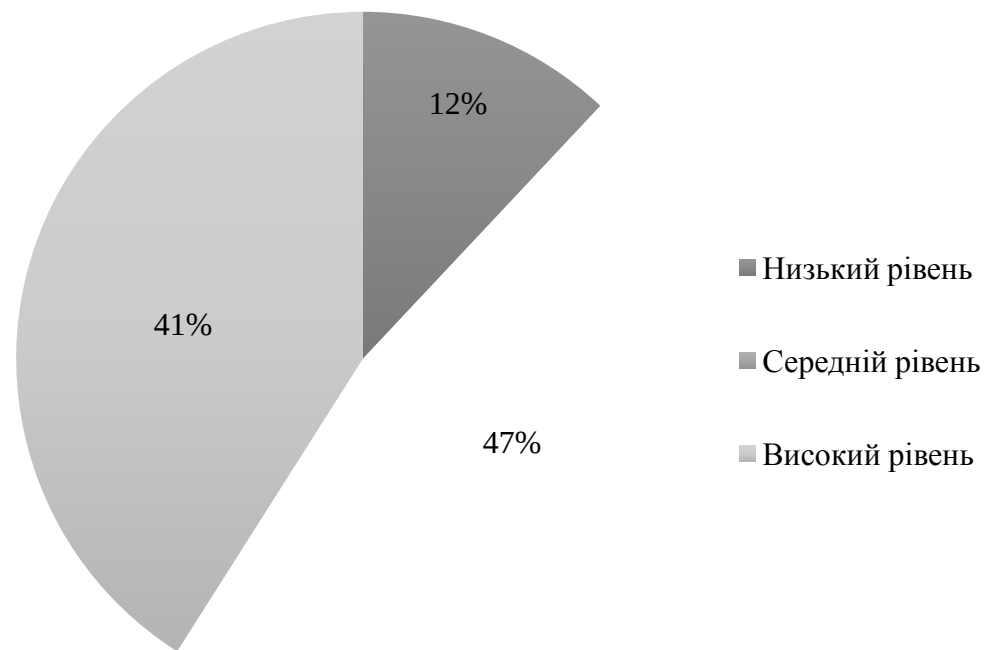


Рис. 2.2. Розподіл дітей за рівнями розвитку емоційного інтелекту за методикою «Три бажання», у %

Джерело: сформовано автором

Таким чином, аналіз результатів за методикою «Три бажання» засвідчує, що близько половини дітей мають середній рівень розвитку емоційного інтелекту, що є свідченням активного процесу формування емоційно-соціальної зрілості. Значна частина вихованців демонструє високий рівень емоційного розвитку, що вказує на ефективність освітньо-виховного середовища у формуванні емпатійності та соціальної чутливості. Однак наявність дітей із низьким рівнем емоційного інтелекту потребує посиленої

індивідуалізації педагогічного впливу та впровадження спеціальних програм, спрямованих на розвиток емоційної сфери дошкільників.

Третій етап емпіричного дослідження передбачав застосування методики «Що – чому – як?» (М. А. Нгуєн), спрямованої на виявлення ступеня сформованості у дітей дошкільного віку здатності до емпатії, емоційного розуміння ситуацій та прийняття конструктивних рішень у контексті міжособистісної взаємодії. Методика базується на аналізі реакцій дітей на емоційно забарвлені соціальні ситуації, що дає змогу оцінити рівень їхнього емоційного інтелекту не лише через власні переживання, а й через здатність зрозуміти емоційні стани інших людей і діяти відповідно до цих розумінь.

Процедура дослідження полягала в тому, що дітям зачитувалися короткі розповіді про складні емоційно-соціальні ситуації, після чого ставилися питання, спрямовані на виявлення їхнього розуміння причин поведінки персонажів, оцінки емоційного стану інших та визначення можливих способів вирішення конфлікту. Оцінювання відповідей здійснювалося за бальною шкалою, де враховувалася глибина розуміння ситуації, рівень емпатії та конструктивність пропонованого рішення.

Участь у методиці «Що – чому – як?» взяли 41 дитина: 21 вихованець старшої групи «Віночок» та 20 вихованців старшої групи «Веселка». Дослідження проводилося в індивідуальному форматі, що дозволяло забезпечити високу достовірність та автентичність відповідей дітей.

Результати розподілилися наступним чином:

1. Низький рівень розвитку емоційного інтелекту виявлено у 6 дітей (3 дитини з групи «Віночок» та 3 дитини з групи «Веселка»), що становить 15% вибірки. Діти цієї групи у своїх відповідях демонстрували обмежену здатність до розуміння емоційних станів інших людей, часто не могли запропонувати конструктивне вирішення ситуації або висловлювали реакції, орієнтовані на уникнення проблеми або застосування примітивних, імпульсивних способів взаємодії (наприклад, ігнорування або агресивну

відповідь). Їхні уявлення про емоційні переживання інших були поверховими, ситуативними й не завжди узгодженими із моральними нормами співжиття. Виявлений рівень розвитку емоційного інтелекту вказує на необхідність посиленої психолого-педагогічної підтримки, спрямованої на розвиток здатності до емоційної рефлексії, співпереживання та розуміння соціальних норм взаємодії. Рекомендовано залучати таких дітей до спеціально організованих тренінгів з розвитку емпатії, сюжетно-рольових ігор, інсценізацій ситуацій морального вибору та обговорення емоційних станів персонажів у художніх творах.

2. Середній рівень розвитку емоційного інтелекту продемонстрували 20 дітей (10 дітей із групи «Віночок» та 10 дітей із групи «Веселка»), що становить 49% вибірки. Відповіді цієї групи дошкільнят засвідчили про наявність базових навичок розуміння емоційних станів інших, однак у багатьох випадках рішення були недостатньо глибокими або мали ситуативний характер. Діти здебільшого правильно ідентифікували емоційний стан персонажа, але не завжди могли запропонувати ефективний спосіб допомоги або підтримки. Часто їхні рішення базувалися на простих моральних правилах (наприклад, «не можна ображати», «треба допомогти»), проте не враховували складних емоційних нюансів ситуації. Це свідчить про те, що у дітей цієї групи відбувається активне формування емоційно-соціальної компетентності, проте цей процес потребує подальшої педагогічної підтримки та цілеспрямованої роботи. Доцільно використовувати інтерактивні методи навчання, обговорення ситуацій морального вибору, ігри на розвиток емоційної обізнаності, а також навичок ефективного вирішення конфліктів із урахуванням почуттів інших людей.

3. Високий рівень розвитку емоційного інтелекту було зафіксовано у 14 дітей (8 дітей із групи «Віночок» та 6 дітей із групи «Веселка»), що становить 34% загальної кількості учасників. Діти цієї категорії демонстрували глибоке розуміння емоційних станів інших, здатність співпереживати, логічно пояснювати поведінку персонажів та пропонувати конструктивні способи

розв'язання складних соціальних ситуацій. Вони не тільки визначали емоції інших людей, а й аргументували свої відповіді з урахуванням контексту ситуації, виявляли готовність до емоційної підтримки й активного включення у взаємодію. Такі діти здатні розглядати проблему з позиції іншого, що свідчить про високий рівень розвитку емпатії, емоційної рефлексії та соціальної зрілості. В подальшому вони мають великі потенційні можливості для успішної адаптації до шкільного середовища, конструктивної комунікації й побудови позитивних міжособистісних відносин.

Отримані результати подано графічно на рис. 2.3.

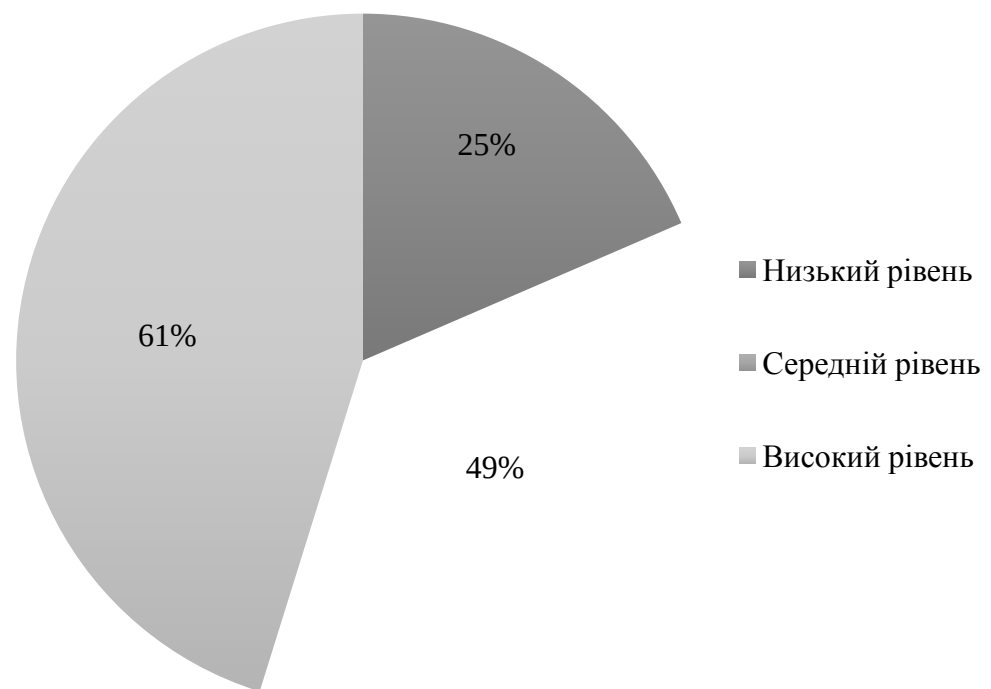


Рис. 2.3. Розподіл дітей за рівнями розвитку емоційного інтелекту за методикою «Що – чому – як?», у %

Джерело: сформовано автором

Таким чином, аналіз результатів за методикою «Що – чому – як?» дозволяє констатувати, що переважна більшість дітей мають середній або високий рівень розвитку емоційного інтелекту. Це свідчить про позитивну динаміку формування вміння розуміти емоційні переживання інших людей і відповідним чином діяти в соціальних ситуаціях. Разом із тим виявлена

частка дітей із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту підкреслює необхідність подальшого удосконалення психолого-педагогічної роботи, спрямованої на розвиток емоційної чутливості, здатності до співпереживання та емоційної регуляції поведінки дошкільників.

З метою комплексного узагальнення отриманих результатів було здійснено порівняльний аналіз рівнів розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку за даними трьох методик: «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», «Три бажання» та «Що – чому – як?». Такий підхід дозволяє глибше зрозуміти особливості емоційної сфери дошкільників, виявити тенденції формування їхньої здатності до розпізнавання, усвідомлення та регуляції емоцій у різних контекстах діяльності.

Аналіз результатів у розрізі кожної методики та групи дітей дає змогу встановити загальні закономірності та специфічні відмінності у рівні розвитку емоційного інтелекту, що, своєю чергою, є підґрунтям для формування висновків і рекомендацій щодо подальшого психолого-педагогічного супроводу дітей (рис. 2.4).

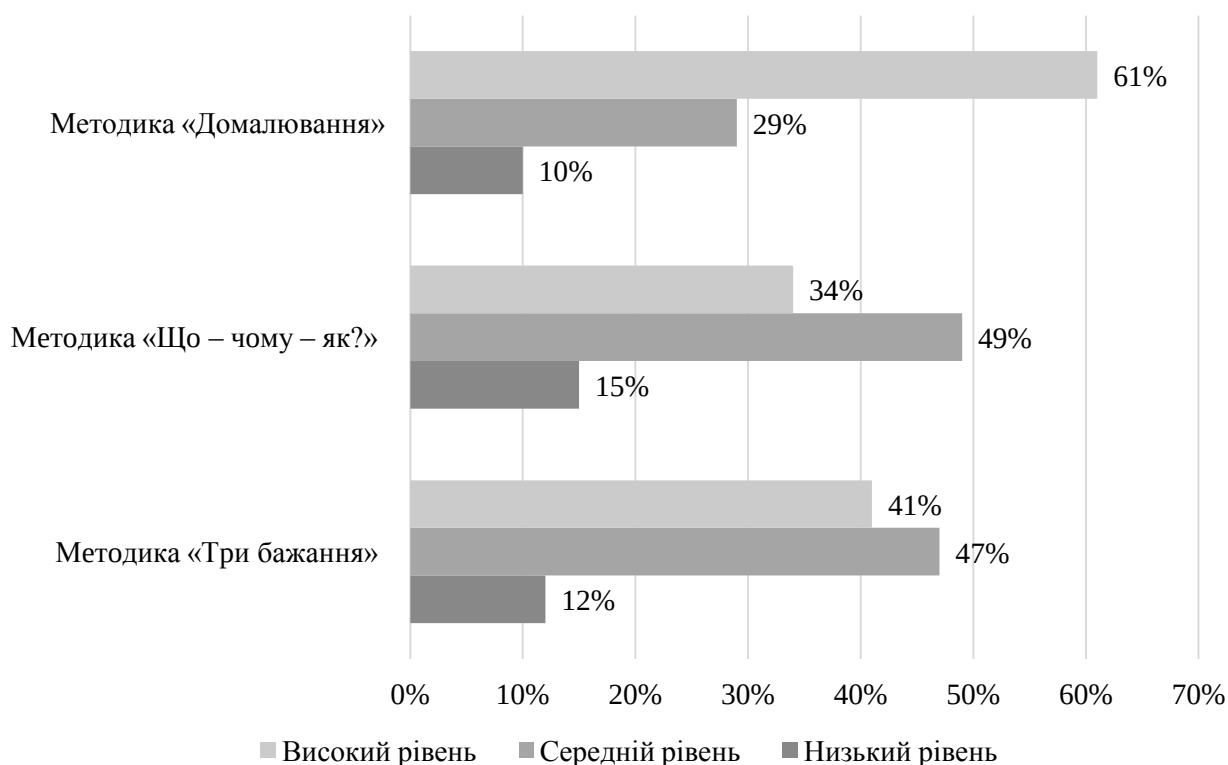


Рис. 2.4. Порівняння результатів методик дослідження рівнів розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку, у %

Джерело: сформовано автором

За результатами застосування методики «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», високий рівень розвитку емоційного інтелекту продемонстрували 61% дітей, що свідчить про здатність більшості учасників ефективно сприймати, інтерпретувати та виражати емоційні стани через художньо-образні засоби. Такий результат є закономірним для дошкільного віку, адже малювання виступає природною формою самовираження для дітей і є одним із найбільш доступних способів передавання власних почуттів, емоційних переживань та взаємодії зі світом людей.

Особливо показовим є те, що у групі «Віночок» було виявлено більше дітей із високим рівнем розвитку емоційного інтелекту (13 дітей), що свідчить про сформованішу емоційно-чуттєву сферу, більшу відкритість до творчого самовираження, а також про потенційно вищий рівень емоційної

стабільності й комунікативної готовності цієї групи до подальших етапів соціалізації.

Водночас наявність 10% дітей із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту вказує на певні труднощі у сфері емоційного сприйняття та комунікації. У малюнках таких дітей переважали предметні або абстрактні зображення без ознак персоніфікації чи емоційної експресії. Це може бути індикатором обмеженого емоційного досвіду, недостатньої сформованості навичок розпізнавання емоційних станів інших людей або ознакою певної емоційної замкненості та труднощів у міжособистісній взаємодії. Такі прояви потребують посиленої уваги педагогів і психологів, спрямованої на розвиток емоційної чутливості, розширення емоційного словника дитини та створення умов для безпечного й вільного емоційного самовираження через творчі види діяльності.

За результатами застосування методики «Три бажання» середній рівень розвитку емоційного інтелекту продемонстрували 47% дітей, що свідчить про загальну здатність більшості учасників усвідомлювати свої емоційні потреби та частково орієнтуватися на емоції інших людей. Проте при цьому у дітей ще спостерігаються певні труднощі із глибинним аналізом емоційних станів та їх чітким і усвідомленим вербалізуванням. Такі особливості характерні для етапу активного формування емоційно-рефлексивних навичок у дошкільному віці.

У групі «Веселка» виявлено більшу кількість дітей із середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту (11 дітей), що може свідчити про потребу в додатковій педагогічній підтримці процесу розвитку емпатії та емоційного самовираження. Натомість у групі «Віночок» спостерігається перевага дітей із високим рівнем емоційного інтелекту (11 дітей проти 6 у групі «Веселка»), що вказує на більш сформовану емоційну рефлексію й готовність до розуміння емоційних потреб інших.

Бажання дітей у цій методиці часто відображали глибинні емоційні прагнення: потребу в любові, турботі, прийнятті, підтримці з боку близьких

людей. Такі результати є важливим індикатором того, що дошкільники вже вміють виражати через символічні образи свої емоційно-соціальні запити. Разом із тим, низький рівень розвитку емоційного інтелекту, зафіксований у 12% дітей, вказує на обмежену здатність до усвідомлення власних емоційних прагнень або на труднощі в їх символічному представленні через творчі образи бажань. Це може бути пов'язано з недостатньою розвиненістю емоційного словника, труднощами у внутрішній рефлексії чи обмеженим досвідом емоційної взаємодії в реальному соціальному середовищі. Такі діти потребують спеціально організованої психолого-педагогічної підтримки, спрямованої на розвиток емоційної чутливості, розширення емоційної уяви, формування здатності до емпатії через ігрові та арттерапевтичні методики. Системна робота у цьому напрямі сприятиме глибшому усвідомленню дітьми своїх внутрішніх переживань і допоможе їм навчитися адекватно виражати свої емоційні потреби в різних життєвих ситуаціях.

За результатами застосування методики «Що – чому – як?» найбільший відсоток дітей – 49%, продемонстрували середній рівень розвитку емоційного інтелекту. Це свідчить про те, що більшість дошкільників уже мають базові навички емоційного розуміння соціальних ситуацій, однак їм притаманні певні труднощі в глибокому усвідомленні причинно-наслідкових зв'язків між подіями та емоційними переживаннями. Така особливість є закономірною для дошкільного віку, коли емоційно-когнітивні процеси ще перебувають на етапі активного становлення і потребують цілеспрямованого розвитку.

Особливу увагу привертає той факт, що у групі «Веселка» виявлено більший відсоток дітей із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту (15%), що вказує на необхідність посиленої психолого-педагогічної підтримки для формування у дітей цієї групи навичок емоційної рефлексії, розпізнавання емоцій інших людей та конструктивного вирішення міжособистісних ситуацій. Робота з цими дітьми має включати ігрові тренінги емоційної грамотності, обговорення емоційних ситуацій і вправи на розвиток співпереживання та морального аналізу поведінки персонажів.

Водночас високий рівень розвитку емоційного інтелекту продемонструвала третина дітей (34%), що є позитивним показником для старшого дошкільного віку. Особливо слід відзначити групу «Віночок», де кількість дітей із високим рівнем розвитку виявилася більшою (8 дітей), що свідчить про сформованість здатності до глибокого емоційного розуміння складних соціальних ситуацій, вміння враховувати почуття інших людей та проявляти емпатію. Діти цієї групи продемонстрували розвинену емоційну рефлексію, логічне мислення щодо емоційних зв'язків і готовність до конструктивної соціальної взаємодії.

У свою чергу, діти з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту часто надавали поверхневі відповіді, уникали роздумів над емоційними аспектами ситуацій або демонстрували реакції, що свідчать про слабе розуміння почуттів інших. Це підкреслює важливість цілеспрямованої корекційної роботи для розвитку в них здатності до емоційного співпереживання, саморегуляції та усвідомленого морального вибору в міжособистісних стосунках.

Комплексний аналіз результатів за цією методикою підтверджує, що розвиток емоційного інтелекту в дошкільному віці має динамічний характер і потребує постійної психолого-педагогічної підтримки через інтерактивні, проєктивні та рефлексивні форми роботи.

У процесі узагальнення результатів емпіричного дослідження розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку було здійснено порівняння рівнів емоційного розвитку учасників двох груп – «Віночок» та «Веселка». Проведений аналіз дозволяє виявити певні тенденції та відмінності у формуванні емоційно-соціальної компетентності дітей залежно від групового середовища, особливостей виховної роботи та, можливо, індивідуальних характеристик учасників.

За результатами всіх трьох методик («Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», «Три бажання», «Що – чому – як?») група «Віночок» демонструє відносно вищі показники розвитку емоційного інтелекту.

Зокрема, у цій групі спостерігається стабільна перевага дітей із високим рівнем емоційного розвитку:

1. За методикою «Домальовування» виявлено 13 дітей із високим рівнем, що свідчить про добре сформовану здатність виражати й інтерпретувати емоції через творчість.

2. За методикою «Три бажання» 11 дітей із високим рівнем продемонстрували глибоку емоційну орієнтацію на добробут інших.

3. За методикою «Що – чому – як?» 8 дітей із високим рівнем показали сформовану здатність розуміти емоційні переживання та логічно аналізувати соціальні ситуації.

Такі результати можуть свідчити про більш емоційно збагачене середовище у групі «Віночок», де діти мають більше можливостей для розвитку емоційної чутливості, співпереживання та соціальної рефлексії. Сприятлива емоційна атмосфера у групі, доброзичливі стосунки між вихователями і дітьми, активне використання інтерактивних методів навчання сприяють формуванню в дітей вищого рівня емоційної компетентності, що позитивно позначається на загальній соціальній зрілості.

У групі «Веселка» спостерігається відносно більша кількість дітей із середнім або низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту, особливо за методикою «Що – чому – як?»:

1. Більший відсоток дітей із середнім рівнем розвитку за методикою «Три бажання» (11 дітей) свідчить про те, що емоційна сфера цих вихованців ще перебуває у процесі активного становлення.

2. Наявність 15% дітей із низьким рівнем розвитку за методикою «Що – чому – як?» вказує на певні труднощі у розумінні причинно-наслідкових зв'язків між подіями та емоційними реакціями, а також у навичках емоційного аналізу соціальних ситуацій.

Такі результати можуть бути зумовлені низкою чинників: особливостями виховної програми, менш систематичною роботою з емоційною рефлексією або відмінностями у загальній соціально-емоційній

атмосфері групи. Можливо, у щоденній освітньо-виховній практиці недостатньо уваги приділяється обговоренню емоцій, моральних дилем, аналізу переживань персонажів казок чи реальних ситуацій.

Таким чином, підсумовуючи результати емпіричного дослідження розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку, можна зробити висновок, що переважна більшість обстежених дітей має середній або високий рівень сформованості емоційно-соціальної сфери. Отримані дані засвідчили, що дошкільники в цілому здатні розпізнавати, усвідомлювати та творчо виражати власні й чужі емоції, проявляти елементи емпатії та соціальної чуйності. Особливо це яскраво виявляється за результатами методик «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» та «Три бажання», які демонструють високу емоційну активність та орієнтацію дітей на взаємодію з іншими. Водночас встановлено наявність певної частки дітей із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту, що вказує на потребу у спеціально організованій психолого-педагогічній роботі, спрямованій на розвиток емоційної рефлексії, емоційної грамотності, навичок співпереживання та розуміння соціальних ситуацій.

Порівняльний аналіз результатів двох груп («Віночок» і «Веселка») показав, що група «Віночок» демонструє вищий рівень розвитку емоційного інтелекту, а група «Веселка» потребує посиленої уваги до розвитку навичок емоційної рефлексії, аналізу емоційних переживань і соціально-морального виховання. Отримані результати свідчать про важливість раннього розвитку емоційного інтелекту як основи для подальшої успішної соціалізації, формування гармонійних міжособистісних відносин та здатності до емоційного саморегулювання в майбутньому навчальному середовищі.

2.3. Вплив освітнього середовища на розвиток емоційного інтелекту

Освітнє середовище є одним із найважливіших чинників, що визначає якість і динаміку розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку. У системі дошкільної освіти саме середовище виступає не лише фоном, а й активним агентом формування емоційно-соціальної компетентності, оскільки воно задає рамки міжособистісної взаємодії, визначає домінуючі цінності, моделює ситуації емоційного вибору та створює можливості для розвитку рефлексивної діяльності дитини.

Емоційний інтелект у дошкільному віці формується у тісній взаємодії із соціальними практиками, які дитина освоює у своєму найближчому оточенні. Згідно з поглядами сучасних дослідників (П. Саловей, Дж. Майер, Д. Гоулман), ключовими компонентами емоційного інтелекту є усвідомлення власних емоцій, здатність розпізнавати емоції інших, емоційна саморегуляція, емпатія та навички конструктивної соціальної взаємодії. Всі ці аспекти інтенсивно розвиваються в умовах середовища, яке стимулює емоційне самовираження, підтримує прояви емпатії та формує емоційно-позитивний клімат.

Аналіз результатів емпіричного дослідження переконливо засвідчив, що діти, які виховуються у сприятливому емоційному середовищі старшої групи «Віночок», продемонстрували стабільно вищі показники розвитку емоційного інтелекту за всіма використаними методиками діагностики. Високий рівень сформованості таких компонентів, як емоційна експресія, емпатія, розуміння емоцій інших людей і здатність до конструктивної взаємодії, виявляється систематично в різних видах діяльності дітей цієї групи. Отримані дані дають вагомі підстави стверджувати, що якісне освітнє середовище, яке характеризується емоційною безпекою, відкритістю, підтримкою самовираження та активним розвитком соціально-емоційних навичок, має безпосередній і потужний позитивний вплив на емоційний розвиток

дошкільників. Саме у такому середовищі дитина отримує можливість повноцінно розкривати свій емоційний потенціал, навчатися розпізнавати і регулювати свої почуття, будувати довірливі стосунки з іншими та формувати навички емоційної зрілості, необхідні для подальшої успішної соціалізації та адаптації до шкільного життя.

Ключові умови, що визначають ефективність освітнього середовища для розвитку емоційного інтелекту, подано на рис. 2.5.

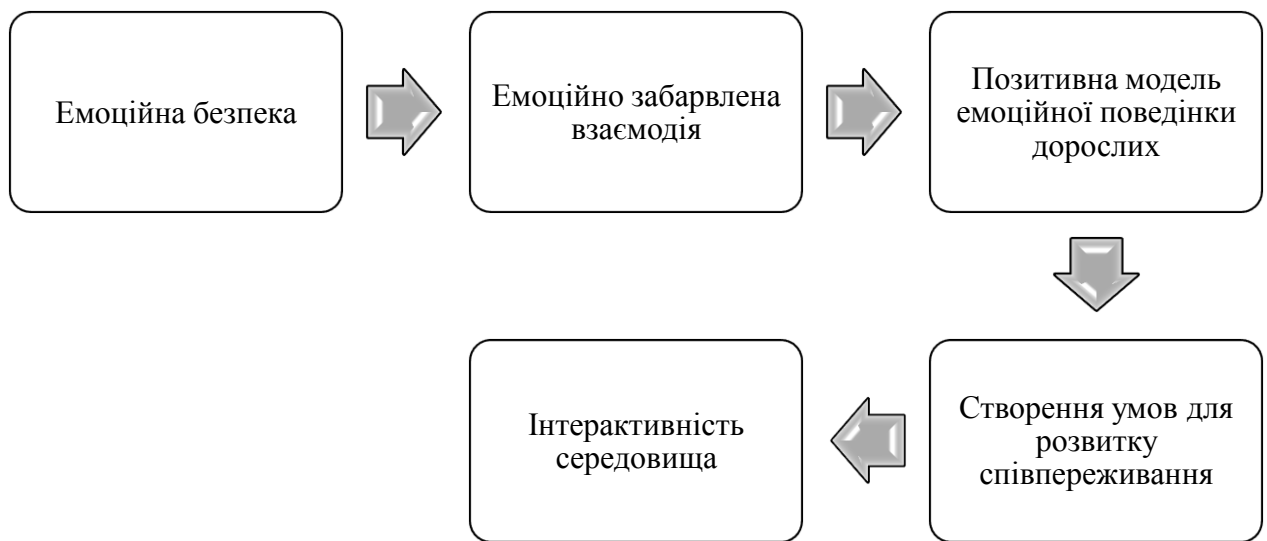


Рис. 2.5. Основні характеристики ефективного освітнього середовища для розвитку емоційного інтелекту

Джерело: сформовано автором на основі даних [38, с. 130; 57, с. 137]

По-перше, однією з базових характеристик ефективного освітнього середовища для розвитку емоційного інтелекту є забезпечення емоційної безпеки кожної дитини. Емоційна безпека означає створення такого середовища, у якому дитина не боїться бути собою, виражати свої почуття, відкрито говорити про власні переживання та емоційні стани. Це середовище має бути повністю вільним від проявів страху, критики, приниження, фізичної або психологічної агресії. Діти повинні відчувати, що будь-яка їхня емоція (радість, сум, образа, страх чи злість) є нормальною і прийнятною, і що дорослі готові підтримати їх у переживанні будь-якого емоційного стану.

Атмосфера емоційної безпеки сприяє формуванню довіри між дітьми і вихователями, дозволяє дитині вільно досліджувати світ своїх почуттів, навчає емоційній рефлексії та формує основу для розвитку навичок саморегуляції. В таких умовах дитина поступово вчиться розпізнавати свої емоції, називати їх словами, аналізувати причини свого емоційного стану та знаходити адекватні способи емоційного самовираження. Брак емоційної безпеки, навпаки, може призводити до емоційної замкненості, тривожності, агресивних реакцій або придушення почуттів.

Створення емоційно безпечного середовища вимагає від педагогів високого рівня емоційної компетентності: уміння бути емпатійними, приймаючими, послідовними у своїй поведінці та уважними до емоційних потреб кожної дитини. Важливо, щоб вихователь не лише демонстрував розуміння і прийняття емоцій дітей, а й допомагав їм усвідомлювати та опрацьовувати свої емоції через бесіди, ігри, творчі завдання й інші форми діяльності. Регулярне вербалізування емоцій («Я бачу, що ти засмутився», «Тобі зараз весело, бо ти отримав подарунок») допомагає дитині краще орієнтуватися у власних почуттях і почуттях інших.

Отже, емоційна безпека виступає фундаментом для подальшого розвитку всіх компонентів емоційного інтелекту в дошкільному віці: самосвідомості, емпатії, саморегуляції й ефективної соціальної взаємодії.

По-друге, емоційно забарвлена взаємодія є однією з ключових характеристик ефективного освітнього середовища для розвитку емоційного інтелекту у дошкільників. Таке середовище відзначається насиченістю емоційними стимулами, що природно інтегруються у повсякденне життя дитини. Вихователі свідомо створюють умови для того, щоб діти не лише отримували знання, а й переживали різноманітні емоції в освітньому процесі.

У процесі емоційно забарвленої взаємодії педагоги активно використовують невербальні засоби комунікації: міміку, інтонацію голосу, жести, зміну темпу й ритму мовлення. Такі невербальні елементи не лише підсилюють змістовність спілкування, а й дають дітям можливість вчитися

розпізнавати емоційні відтінки в поведінці інших, що є основою розвитку емоційної чутливості та емпатії.

Особливу роль відіграють спеціально організовані обговорення емоційного змісту творів мистецтва, зокрема казок, оповідань, мультфільмів, під час яких вихователь ставить дітям питання типу: «Як почувався герой у цій ситуації?», «Чому йому стало сумно/радісно?», «Що б ти зробив на його місці?». Такі бесіди сприяють розвитку емоційної рефлексії, допомагають дітям усвідомлювати причинно-наслідкові зв'язки між подіями і емоційними переживаннями, формують навички розуміння та аналізу емоцій інших людей.

Ефективною формою роботи є також ігри на розпізнавання та вираження емоційних станів: «Знайди емоцію», «Вгадай за мімікою», «Покажи емоцію тілом», «Емоційний театр». В ігровій формі діти вчаться не лише розпізнавати емоції за зовнішніми ознаками, а й ідентифікувати власні почуття, знаходити способи їх вираження та регуляції відповідно до соціальних норм.

Таким чином, емоційно забарвлена взаємодія у дошкільному середовищі виконує подвійну функцію: з одного боку, вона створює позитивний емоційний фон, що стимулює пізнавальну активність і розвиток внутрішньої мотивації до взаємодії, а з іншого – є потужним механізмом формування емоційної обізнаності, емпатії та саморегуляції, які є базовими складовими емоційного інтелекту.

По-третє, позитивна модель емоційної поведінки дорослих є одним із визначальних чинників ефективного формування емоційного інтелекту у дошкільників. Діти на цьому віковому етапі активно засвоюють соціальні ролі, норми і моделі поведінки переважно через механізми спостереження, імітації та ідентифікації з авторитетними дорослими. Саме вихователь, як значущий інший, виступає живим прикладом того, як можна реагувати на власні емоції та емоції оточуючих у соціально прийнятний спосіб.

Ефективний педагог демонструє виважену емоційну поведінку у щоденній взаємодії з дітьми: уміння спокійно реагувати на конфліктні ситуації, конструктивно виражати невдоволення чи незгоду, відкрито проявляти позитивні емоції (радість, захоплення, вдячність), а також емпатійно підтримувати дитину у переживанні складних почуттів, таких як смуток, образа чи страх. При цьому важливо, щоб дорослий вербалізував свої емоційні стани та причини їх виникнення («Я зараз засмутився, бо було порушено домовленість», «Мені дуже приємно бачити, як ти допомагаєш товаришу»).

Такі моделі поведінки дозволяють дітям не лише інтуїтивно копіювати соціально схвалювані реакції, а й поступово усвідомлювати складність емоційного життя, вчитися аналізувати власні почуття, будувати адекватні стратегії саморегуляції. Через спостереження за дорослим діти отримують цінні уроки про допустимі форми вираження емоцій, про способи подолання емоційної напруги, про важливість врахування емоційних станів інших людей у процесі взаємодії.

Особливо важливо, щоб вихователь залишався послідовним у своїй емоційній поведінці, уникаючи суперечливих сигналів (наприклад, зовнішньо усміхаючись, але демонструючи напруженість у голосі). Діти дуже чутливі до таких дисонансів і на несвідомому рівні засвоюють емоційну нещирість або суперечливість, що може негативно позначитися на формуванні емоційної компетентності.

Отже, позитивна модель емоційної поведінки дорослого є не лише важливим педагогічним інструментом, а й потужним ресурсом для розвитку в дітей саморефлексії, емпатії, навичок соціальної взаємодії та емоційного самоконтролю, що становлять ядро емоційного інтелекту.

По-четверте, важливою умовою для розвитку емоційного інтелекту є цілеспрямоване формування здатності до співпереживання. Емпатія, як здатність розпізнавати емоційні стани інших людей, розуміти їхні переживання і виявляти до них турботливе ставлення, не виникає спонтанно

– вона потребує систематичного педагогічного формування через спеціально організовані види діяльності.

У контексті освітнього процесу важливо цілеспрямовано впроваджувати вправи, ігри та завдання, які розвивають емоційне співпереживання. Це можуть бути сюжетно-рольові ігри, де діти беруть на себе ролі персонажів, які переживають різні емоційні стани; вправи на емоційне впізнавання, коли потрібно вгадати емоцію за мімікою, інтонацією або тілесною позою; обговорення казок і оповідань із акцентом на аналіз почуттів героїв («Як ти думаєш, що відчував цей герой у такій ситуації?», «Що могло допомогти йому почуватись краще?»).

Надзвичайно ефективними є вправи, що передбачають допомогу одне одному у вирішенні невеликих побутових ситуацій (наприклад, підтримка друга, який засмутився через програш у грі, допомога молодшому товаришу у складному завданні). Такі моменти не лише формують навички емпатії на практиці, а й закладають основи моральної свідомості, виховують почуття відповідальності за емоційний стан іншої людини.

Особливу увагу слід приділяти формуванню у дітей розуміння, що допомога та підтримка інших є важливою частиною дружби, колективної гри, спільної діяльності. Активне використання методів казкотерапії, інсценізацій емоційних історій, створення «карток емоцій» для аналізу різних ситуацій допомагає дітям не лише впізнавати емоції, а й навчатися адекватно реагувати на них – словами підтримки, жестом допомоги, проявом турботи.

Розвиток співпереживання має бути системною частиною освітньо-виховного процесу, інтегрованою у всі види діяльності – ігрову, комунікативну, пізнавальну та художньо-творчу. Тільки через постійне включення дітей у емоційно насичені взаємодії, де вони можуть реально проявити емпатію, формується справжня емоційна чутливість, що є основою для гармонійних соціальних відносин і високого рівня емоційного інтелекту в подальшому житті.

По-п'яте, одним із ключових чинників ефективного освітнього середовища для розвитку емоційного інтелекту є його інтерактивність, тобто можливість активної взаємодії дитини з іншими дітьми, дорослими та навколишнім середовищем. Інтерактивне середовище стимулює не лише когнітивний, а й емоційний розвиток, оскільки постійна взаємодія з оточенням вимагає від дитини вміння розуміти емоції інших, адекватно виражати власні почуття, координувати свої дії відповідно до соціальних норм та очікувань.

Ефективне інтерактивне середовище передбачає організацію різноманітних форм спільної діяльності, де емоційна взаємодія є необхідним і природним компонентом. Зокрема, йдеться про залучення дітей до колективних творчих проєктів, де важливими є координація дій, обговорення ідей, підтримка одне одного у творчому процесі. Такі види діяльності формують у дітей навички емоційної взаємодії, співпраці, здатності враховувати почуття інших членів групи.

Особливе значення має використання сюжетно-рольових ігор, які дозволяють дітям моделювати різноманітні соціальні ситуації, приміряти на себе різні ролі, переживати різноманітні емоційні стани та вчитися шукати конструктивні шляхи їхнього вираження й розв'язання. Через рольову гру дитина вчиться співпереживати персонажам, розуміти емоційні реакції інших, регулювати власні емоції відповідно до прийнятих соціальних норм.

Важливо, щоб дорослі активно залучали дітей до інтерактивних форм спілкування: ініціювали спільні обговорення, підтримували прагнення дітей до співпраці, заохочували до обміну думками та емоційними переживаннями. Інтерактивні методи (ігри на розвиток емоційної чутливості, обговорення моральних дилем, спільні творчі завдання) створюють ситуації, у яких дитина вчиться не лише висловлювати власну думку чи емоцію, а й уважно слухати інших, помічати й враховувати їхній емоційний стан.

Таким чином, інтерактивність середовища сприяє формуванню в дітей активної позиції у взаємодії, розвитку здатності до емоційної рефлексії,

емпатії, саморегуляції та конструктивного вирішення соціально-емоційних ситуацій. Активне включення дошкільників у різноманітні форми емоційно забарвленої взаємодії є необхідною умовою для становлення гармонійного емоційного розвитку й високого рівня емоційного інтелекту.

Дослідження показали, що діти групи «Віночок» демонстрували більш розвинену емоційну рефлексію, здатність до емпатії та вищий рівень емоційного самовираження саме завдяки тому, що вихователі систематично створювали ситуації емоційного вибору, заохочували вербалізацію почуттів, підтримували ініціативу дитини у вираженні своїх емоцій та почуттів інших людей.

Навпаки, у групі «Веселка» рівень розвитку емоційного інтелекту виявився нижчим, що свідчить про недостатню інтеграцію у виховний процес цілеспрямованих методик емоційного виховання. Можна припустити, що у цій групі менш активно використовуються обговорення емоційних ситуацій, вправи на розвиток співпереживання, рольові ігри, які формують навички емоційної регуляції.

На основі проведеного аналізу можна окреслити кілька основних напрямів оптимізації освітнього середовища для розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку:

- 1) інтеграція теми емоцій у всі сфери діяльності – обговорення емоцій у процесі читання, малювання, конструювання, ігор, занять із фізичного виховання, що сприяє системному формуванню емоційної компетентності;
- 2) запровадження регулярних занять із емоційної грамотності – проведення ігор на розпізнавання емоцій, вправ на розвиток емпатії, організація бесід про почуття з урахуванням вікових особливостей дітей;
- 3) використання казкотерапії – аналіз емоційних переживань героїв казок, обговорення моральних дилем та створення альтернативних емоційних фіналів для поглиблення розуміння емоційних станів і розвитку моральної рефлексії;

4) організація сюжетно-рольових ігор з емоційним навантаженням – моделювання ситуацій співпраці, допомоги, проявів емпатії та морального вибору для розвитку навичок соціальної взаємодії та емоційної чуйності;

5) формування в дорослих (вихователів, батьків) навичок емоційного коучингу – навчання дорослих ефективно реагуванню на емоційні прояви дітей, вмінню підтримувати їхню емоційну рефлексію та сприяти розвитку емоційної компетентності в щоденній взаємодії.

Окремо варто звернути увагу на роль фізичного середовища дошкільного закладу у розвитку емоційного інтелекту. Дослідження доводять, що наявність емоційно забарвлених куточків (куточок емоцій, зона релаксації, «куток дружби») сприяє саморегуляції дітей, навчає їх усвідомлювати свої емоційні стани й шукати способи їх конструктивного вираження.

Крім того, надзвичайно важливо забезпечити системність у роботі з формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку – спорадичні заходи чи окремі проєкти, навіть дуже вдалі, не забезпечують стійкого ефекту без регулярного емоційного супроводу дитини у повсякденній діяльності. Тільки цілісна й безперервна робота дозволяє закласти глибокі основи емоційної компетентності та сформувати стійкі навички емоційного саморегулювання, емпатії та соціальної чутливості. Тому важливо, щоб педагогічний колектив діяв узгоджено, спираючись на єдину концепцію емоційного виховання, яка передбачає системний підхід і включає такі ключові напрями: постійний емоційний діалог з дітьми; використання емоційно забарвлених запитань (Наприклад: «Як ти сьогодні відчуваєшся?»; «Що тебе сьогодні порадувало/засмутило?»); підтримку позитивної емоційної атмосфери у групі через спільні ігри, свята, творчі проєкти; педагогічне спостереження за емоційною динамікою дитини з фіксацією позитивних змін.

Підсумовуючи, можна зазначити, що освітнє середовище є критично важливим чинником розвитку емоційного інтелекту у дошкільному віці. Якісне середовище має бути емоційно безпечним, стимулюючим,

інтерактивним і морально забарвленим. Саме у таких умовах діти отримують можливість розвинути ключові емоційні навички, які в подальшому забезпечать їм успішну соціалізацію, адаптацію у шкільному середовищі та становлення гармонійної особистості. Ефективна організація освітнього середовища з акцентом на розвиток емоційного інтелекту дозволяє не тільки сприяти індивідуальному зростанню кожної дитини, а й створює передумови для формування емоційно зрілої, морально стійкої і соціально компетентної молодшої генерації.

Висновки до розділу 2

У другому розділі було проведено емпіричне дослідження розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

З'ясовано, що емоційний інтелект у старшому дошкільному віці є багатовимірною характеристикою, яка включає здатність розпізнавати, усвідомлювати та регулювати власні й чужі емоційні стани, проявляти емпатію і будувати конструктивні моделі соціальної взаємодії. Проведене емпіричне дослідження засвідчило наявність у більшості дітей середнього та високого рівнів розвитку емоційного інтелекту, що свідчить про активний процес формування емоційно-соціальної компетентності у даному віковому періоді.

Проаналізовано результати застосування трьох психодіагностичних методик («Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», «Три бажання», «Що – чому – як?»). За всіма методиками встановлено домінування середнього та високого рівнів розвитку емоційного інтелекту у дітей, при цьому виявлено окрему частку дошкільників із низьким рівнем сформованості емоційної сфери, що вказує на необхідність цілеспрямованої психолого-педагогічної підтримки. Встановлено, що діти групи «Віночок» продемонстрували вищі показники розвитку емоційного інтелекту за всіма

критеріями, що свідчить про позитивний вплив сприятливого емоційного середовища на формування емоційно-соціальних компетентностей дітей.

Визначено, що ефективне освітнє середовище має забезпечувати емоційну безпеку, сприяти емоційно забарвленій взаємодії, забезпечувати наявність позитивних моделей емоційної поведінки дорослих, формувати здатність до співпереживання та підтримувати активну інтерактивність у соціальній взаємодії дітей. Окреслено основні напрями оптимізації освітнього середовища для розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку. Підкреслено важливість інтеграції емоційної тематики у всі види діяльності, запровадження занять з емоційної грамотності, використання казкотерапії, організації сюжетно-рольових ігор та розвитку навичок емоційного коучингу.

РОЗДІЛ 3

ПРОГРАМА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В ЗАКЛАДІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

3.1. Принципи та структура програми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку

Розвиток емоційного інтелекту у дошкільному віці є однією з пріоритетних умов гармонійного особистісного становлення дитини, забезпечуючи їй емоційну саморегуляцію, емпатію, соціальну чутливість і здатність до конструктивної взаємодії з оточенням. Саме у дошкільному періоді закладаються базові елементи емоційної компетентності, які визначають успішність подальшої адаптації дитини до соціальних вимог і навчального середовища [64, с. 27].

Результати емпіричного дослідження показали, що хоча більшість дітей мають середній або високий рівень розвитку емоційного інтелекту, існує певна частка дошкільників, які потребують цілеспрямованої підтримки у цій сфері. З огляду на це виникла потреба розробити комплекс заходів, спрямованих на стимулювання емоційного розвитку як у дітей, так і у дорослих, які їх виховують та навчають.

Метою програми розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку та педагогів є створення умов для формування емоційної компетентності дітей шляхом розвитку навичок розпізнавання, висловлення та регуляції емоцій, а також підвищення рівня емоційної грамотності педагогів як основних агентів емоційного виховання.

У межах програми передбачається реалізація двох взаємопов'язаних заходів: корекційного заняття для дітей старшого дошкільного віку групи «Віночок» та тренінгу для вихователів дошкільного закладу. Обидва напрями спрямовані на забезпечення системного підходу до розвитку емоційного інтелекту через інтеграцію освітніх і психолого-педагогічних практик.

Завдання програми розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку та педагогів

1. Розвивати в дітей старшого дошкільного віку навички розпізнавання базових емоцій – сприяти формуванню здатності ідентифікувати основні емоційні стани (радість, сум, страх, злість, здивування, спокій) як у себе, так і в інших людей, навчати дітей вербалізувати власні переживання доступними віковими словами та знаходити прийнятні способи їхнього конструктивного вираження й саморегуляції у соціальній взаємодії.

2. Формувати в дітей емпатійність та здатність до емоційної підтримки ровесників – розвивати здатність емоційно співпереживати почуттям інших, проявляти турботу, підтримку та розуміння у різних життєвих ситуаціях, використовуючи для цього інтерактивні ігри, сюжетно-рольові вправи, обговорення емоційних сюжетів та моделювання ситуацій морального вибору.

3. Підвищити рівень обізнаності педагогів щодо сутності емоційного інтелекту – забезпечити засвоєння теоретичних знань про емоційний інтелект як ключову складову особистісного розвитку дитини, поглибити розуміння його ролі у формуванні соціальної компетентності, емоційної стійкості та загальної успішності взаємодії в дитячому середовищі.

4. Навчити вихователів базових технік розвитку емоційного інтелекту у себе та дітей – сформувати практичні вміння педагогів розпізнавати та регулювати власні емоційні стани, застосовувати методи розвитку емоційної компетентності у дітей у процесі щоденної освітньо-виховної роботи через ігрові вправи, емоційні діалоги, рефлексивні бесіди й ситуації морального вибору.

5. Створити емоційно підтримувальне освітнє середовище у групі – впровадити систему регулярних заходів, спрямованих на розвиток емоційної культури дітей і педагогів, забезпечити емоційну безпеку, позитивний емоційний клімат, можливість відкритого емоційного самовираження та

підтримки в процесі спільної діяльності, сприяючи таким чином гармонійному розвитку емоційного інтелекту у дошкільному колективі.

Цільова група програми – діти старшого дошкільного віку групи «Віночок» дошкільного навчального закладу «Дзвіночок» смт Чабани Фастівського району Київської області та вихователі, що працюють із даними дітьми. Загалом до участі було залучено 22 дитини віком 5-6 років і 4 вихователі, що забезпечує можливість аналізу ефективності програми в умовах реального освітнього процесу.

Реалізація програми передбачає дотримання базових принципів психологічної підтримки розвитку емоційного інтелекту: принципу емоційної безпеки, принципу інтеграції емоційної й когнітивної сфер, принципу активного залучення дитини до емоційно забарвленої взаємодії та принципу особистісної орієнтації вихователя (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

**Принципи реалізації програми розвитку емоційного інтелекту у дітей
старшого дошкільного віку та педагогів**

Принципи	Характеристика
Принцип емоційної безпеки	Створення підтримувального, відкритого мікроклімату, у якому кожна дитина може вільно виражати свої емоції без страху осуду чи критики. Забезпечення психологічного комфорту сприяє формуванню довіри, розвитку емоційної саморегуляції та впевненості у власних емоційних переживаннях.
Принцип інтеграції емоційної й когнітивної сфер	Забезпечення єдності розвитку емоційного і пізнавального компонентів у межах навчальної і виховної діяльності. Під час кожного заняття емоційне забарвлення підтримує пізнавальну активність, а пізнавальні завдання стимулюють емоційну рефлексію.
Принцип активного залучення дитини до емоційно забарвленої взаємодії	Організація освітнього процесу таким чином, щоб дитина активно брала участь у створенні емоційного контексту взаємодії через ігри, творчі проєкти, емоційні вправи та рефлексивні бесіди. Це формує в дітей навички емоційного самовираження, співпереживання та конструктивної комунікації.
Принцип особистісної орієнтації	Акцент на індивідуальність кожної дитини у процесі емоційного розвитку, увага до її особистих переживань, стилю емоційного реагування, рівня розвитку емпатії. Вихователь виступає

вихователя	прикладом емоційно зрілої особистості, що підтримує та супроводжує процес становлення емоційної компетентності дітей.
------------	---

Джерело: сформовано автором на основі джерел [62, с. 181]

Програма розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку та педагогів реалізується у формі цілеспрямованих тематичних розвивально-корекційних заходів, згрупованих у чотири функціональні блоки. Кожен блок виконує автономну психолого-педагогічну функцію, водночас інтегруючись у загальну логіку формування емоційної компетентності у дітей та підвищення емоційної обізнаності у педагогів (рис. 3.1):

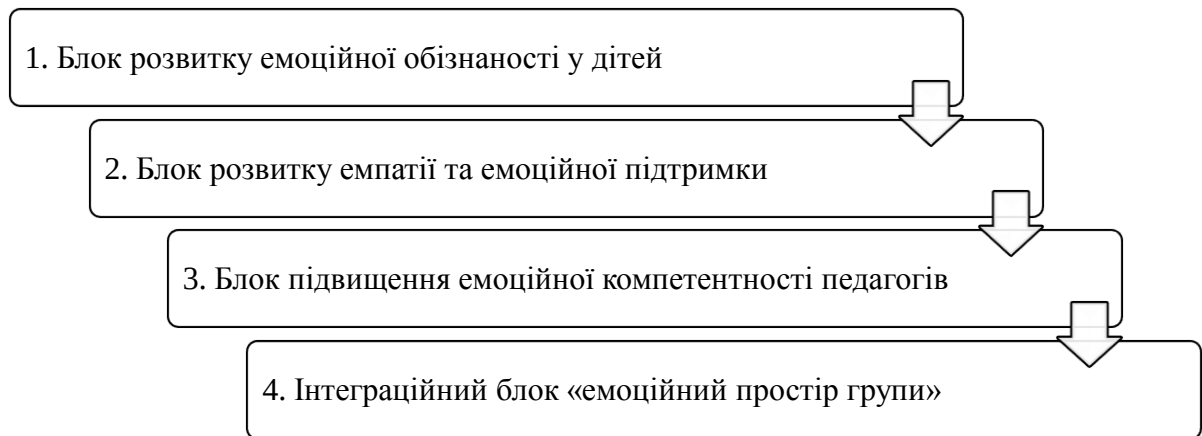


Рис. 3.1. Структура програми розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку та педагогів

Джерело: сформовано автором на основі джерел [62, с. 182]

1. Блок розвитку емоційної обізнаності у дітей – має на меті формування базових навичок розпізнавання, розуміння й вербалізації емоційних станів. У межах блоку реалізуються ігрові завдання, спрямовані на розпізнавання емоцій за мімікою, голосом, ситуацією, а також на пошук адекватних способів вираження власних почуттів через малювання, рухові ігри, мовлення.

2. Блок розвитку емпатії та емоційної підтримки – має на меті цілеспрямоване формування у дітей старшого дошкільного віку здатності розпізнавати емоційні стани інших людей, розуміти їхні переживання та

виявляти готовність до надання емоційної підтримки в різних життєвих ситуаціях. В основі блоку лежить використання сюжетно-рольових ігор, у яких діти моделюють ситуації взаємодії з ровесниками й дорослими, аналізують поведінку героїв і шукають шляхи допомоги та підтримки. Активно застосовуються вправи на віддзеркалення емоцій, що допомагають дітям краще усвідомлювати емоційний стан іншої людини через вербальні та невербальні засоби. Моделювання ситуацій морального вибору сприяє розвитку етичної чутливості й формуванню внутрішніх установок на доброзичливість, співчуття та відповідальність за емоційне благополуччя оточуючих. Під час тренувальних вправ діти набувають конкретних навичок емоційної підтримки – вмінь висловити співчуття, запропонувати допомогу, підбадьорити товариша у складній емоційній ситуації.

3. Блок підвищення емоційної компетентності педагогів – спрямований на формування у вихователів цілісного уявлення про сутність емоційного інтелекту, його роль у становленні особистості дошкільника та у власному професійному розвитку. Реалізація блоку передбачає проведення тренінгових занять, які включають короткі теоретичні міні-лекції про компоненти емоційного інтелекту (самоусвідомлення, саморегуляція, мотивація, емпатія, соціальні навички), інтерактивні вправи на розвиток навичок розпізнавання власних і чужих емоцій, техніки саморегуляції, стратегії конструктивного реагування на складні емоційні прояви дітей. Значна увага приділяється опануванню педагогами методів емоційного коучингу, зокрема способам підтримки емоційної рефлексії у дітей та розвитку їхньої емоційної грамотності в контексті повсякденної взаємодії у групі.

4. Інтеграційний блок «емоційний простір групи» – має на меті системне формування в освітньому середовищі атмосфери емоційної безпеки, підтримки та довіри, яка забезпечує сприятливі умови для розвитку емоційного інтелекту дітей. Реалізація блоку включає впровадження регулярних емоційно-розвивальних практик у щоденний режим групи: використання казкотерапії для обговорення емоційних станів персонажів,

проведення тематичних бесід про почуття, організацію рефлексивних кіл (обговорення емоцій дня), введення ритуалів «доброго ранку» та «теплого прощання», створення «емоційних куточків». Інтеграція емоційної тематики в повсякденне життя групи сприяє природному розвитку у дітей здатності розпізнавати, усвідомлювати та регулювати свої емоційні стани, а також формуванню емпатійності, чуйності й навичок конструктивної взаємодії.

Очікувані результати впровадження програми розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку та педагогів:

1. Підвищення рівня емоційної обізнаності дітей і педагогів – діти отримають базові знання про різні емоційні стани, навчатися розпізнавати й називати власні емоції та емоції інших людей; педагоги поглиблюють розуміння природи емоцій, механізмів їх прояву та значення емоційної компетентності у взаємодії з вихованцями.

2. Розвиток навичок саморегуляції та емпатії у дітей старшого дошкільного віку – діти оволодіють початковими стратегіями керування власними емоціями (зокрема техніками глибокого дихання, вербалізації почуттів) та розвинуть здатність до співпереживання, що сприятиме формуванню навичок соціальної взаємодії й підтримки ровесників.

3. Формування в педагогів умінь емоційного коучингу та створення сприятливого емоційного мікроклімату в освітньому середовищі – вихователі набудуть практичних навичок розпізнавання, адекватного реагування та розвитку емоційних станів дітей через щоденну взаємодію; опанують техніки вербалізації емоцій, емоційного віддзеркалення й емпатичної підтримки, що дозволить ефективно моделювати позитивні емоційні практики у групі.

4. Посилення ефективності освітнього процесу за рахунок оптимізації емоційної взаємодії у групі – створення емоційно безпечного, довірливого середовища сприятиме підвищенню активності, мотивації та емоційної стійкості дітей у різних видах діяльності; педагогічний колектив забезпечить більш ефективне розв'язання конфліктів, стимулюючи розвиток соціальної компетентності й гармонійної міжособистісної взаємодії серед вихованців.

Таким чином, програма розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку та педагогів є важливим інструментом формування емоційної компетентності як основи соціальної адаптації, психологічного благополуччя і гармонійного особистісного розвитку дошкільників.

3.2. Методика реалізації програми розвитку емоційного інтелекту в освітньому середовищі закладу дошкільної освіти

Методика реалізації програми розвитку емоційного інтелекту була створена з урахуванням психологічних та вікових особливостей дітей 5-6 років, а також професійних потреб вихователів закладу дошкільної освіти. Вона базується на принципах гуманістичної педагогіки, особистісно орієнтованого підходу, інтеграції емоційної і когнітивної сфер, що забезпечує цілісність емоційного виховання.

Реалізація програми здійснювалася у групі «Віночок» дошкільного закладу освіти «Дзвіночок» смт Чабани Фастівського району Київської області й охоплювала 22 дитини та 4 вихователів.

Програма впроваджувалася через послідовне проходження трьох основних етапів, кожен з яких мав власні цілі, завдання, змістове наповнення та методичні особливості реалізації, відповідаючи логіці розвитку емоційної компетентності дошкільників та підвищенню емоційної грамотності педагогів (рис. 3.2).

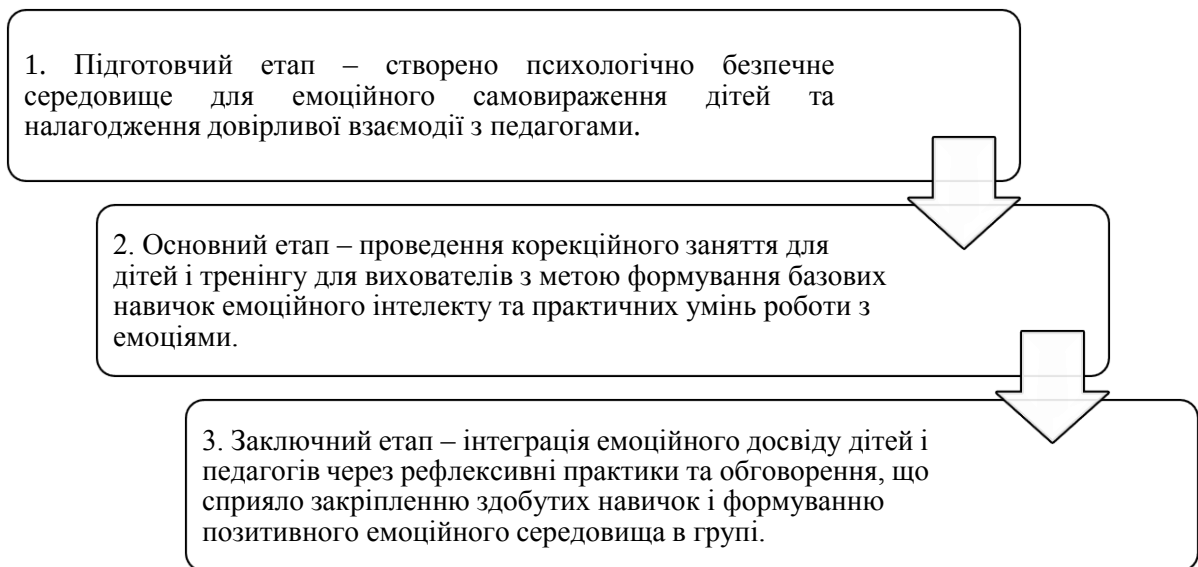


Рис. 3.2. Етапи реалізації програми розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку та педагогів

Джерело: сформовано автором

На підготовчому етапі реалізації програми головним завданням було створення психологічно безпечного, емоційно підтримувального середовища для дітей старшого дошкільного віку та педагогів. Особлива увага приділялася налагодженню довірливого емоційного контакту, формуванню атмосфери відкритості, безумовного прийняття та взаємної підтримки, що є базовими умовами для ефективного розвитку емоційного інтелекту.

Для дітей цей етап включав проведення адаптаційних ігор, спрямованих на зняття напруження, активізацію емоційної взаємодії та підготовку до роботи з емоціями. Значну роль відігравало знайомство з ігровим персонажем «Маленький Емоційко», який уособлював світ емоцій, викликав інтерес і довіру у дітей та виступав провідником у подальших емоційних практиках. Було запроваджено спеціальні вправи на емоційне самовираження, що дозволяли дітям у безпечній формі навчитися говорити про свої почуття, розпізнавати власні емоції та емоції інших учасників групи.

Для педагогів у межах підготовчого етапу проводилася коротка діагностична зустріч, під час якої оцінювався початковий рівень їх обізнаності з поняттям емоційного інтелекту, його структурними компонентами та практичними аспектами розвитку у дітей. Також

визначалися очікування вихователів від участі у тренінгу, що дозволило адаптувати подальший зміст роботи відповідно до реальних потреб педагогічного колективу.

Методичний супровід підготовчого етапу включав: вправи на емоційне налаштування, спрямовані на гармонізацію емоційного стану учасників перед основними заходами; символічні ритуали привітання і прощання, що закладали ритм і позитивний емоційний фон кожної зустрічі; обговорення емоцій дня у форматі коротких рефлексій, які сприяли розвитку навичок емоційної самосвідомості, відкритості у спілкуванні та співпереживанні.

На підготовчому етапі здійснювалось створення психологічно безпечного середовища для дітей та вихователів. Основна увага приділялась налагодженню довірливого емоційного контакту, формуванню атмосфери відкритості, прийняття та взаємної підтримки. Для дітей підготовчий етап передбачав проведення адаптаційних ігор, вправ на емоційне самовираження, знайомство з ігровим персонажем «Маленький Емоційко», що символізував світ емоцій. Для педагогів проводилася коротка діагностична зустріч для визначення початкового рівня їх обізнаності з темою емоційного інтелекту та виявлення очікувань від участі у тренінгу. Застосовувалися вправи на емоційне налаштування, символічні ритуали привітання і прощання, обговорення емоцій дня, які закладали основу для подальшого розвитку емоційної компетентності.

Основний етап – це центральна складова програми, яка передбачала реалізацію двох взаємопов'язаних заходів, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту у дітей та педагогів: проведення корекційного заняття для дітей «Мандрівка у світ емоцій» та тренінгу для вихователів «Емоційний інтелект у роботі педагога: шлях до гармонії». Обидві активності були тісно інтегровані між собою за змістом і методами, що забезпечувало комплексний вплив на формування емоційної компетентності всіх учасників освітнього процесу.

Структура основного етапу включала:

1. Корекційне заняття для дітей, основною метою якого було навчити дітей старшого дошкільного віку розпізнавати, висловлювати та регулювати базові емоції. Заняття мало чітко вибудовану структуру (вступ, основна частина, рефлексія) і реалізовувалося у формі сюжетної подорожі по «емоційних станціях» – «Острів радості», «Гора злості» та «Озеро суму». У процесі подорожі діти залучалися до інтерактивних ігор, вправ на емоційне самовираження, використовували картки із зображенням емоцій, слухали відповідні музичні супроводи та взаємодіяли із символічним персонажем «Маленький Емоційко». Такий підхід забезпечував глибоке емоційне залучення дітей, формував базові навички розпізнавання й вербалізації емоцій, розвивав здатність до саморегуляції у безпечному, підтримувальному середовищі. Детальний опис корекційного заняття подано у додатку Д.

2. Тренінг для вихователів, завданням якого було поглибити знання педагогів про концепцію емоційного інтелекту, ознайомити їх з його основними компонентами (самоусвідомлення, саморегуляція, мотивація, емпатія, соціальні навички) та сформувані практичні навички розвитку емоційної компетентності як у себе, так і у дітей. Структура тренінгу включала дві взаємопов'язані частини: теоретичну (міні-лекції з поясненням ключових понять емоційного інтелекту) та практичну (інтерактивні вправи: «Кольори емоцій», «Емпатичне дзеркало», «Рішення емоційних задач»). Під час виконання вправ педагоги навчалися розпізнавати власні емоції, розвивати навички емпатійного слухання та аналізувати педагогічні ситуації з емоційного супроводу дітей. Особливу увагу було приділено формуванню умінь саморегуляції, розвитку емпатії та опануванню базових технік емоційного коучингу для використання в повсякденній освітній практиці. Детальний опис тренінгу подано у додатку Е.

Заключний етап був спрямований на інтеграцію набутого досвіду, закріплення сформованих емоційних навичок та осмислення результатів участі у програмі. Завданням цього етапу було не лише підбиття підсумків

реалізованих заходів, а й створення позитивної емоційної основи для подальшого розвитку емоційного інтелекту в освітньому середовищі.

Для дітей було організовано підсумкову рефлексивну бесіду, під час якої кожна дитина мала можливість у вільній формі висловити свої враження від участі у «емоційній подорожі», розповісти про свої переживання, згадати найбільш запам'яталися емоційні моменти та оцінити власні досягнення у розпізнаванні та регуляції емоційних станів. Особлива увага приділялася формуванню у дітей почуття гордості за власний прогрес, зміцненню позитивної самооцінки та підтриманню впевненості у власних емоційних можливостях. Використовувалися прийоми візуалізації досягнень (наприклад, «дерево емоційних відкриттів», на якому кожна дитина розміщувала символічний листочок зі своїм здобутком), що сприяло закріпленню емоційного досвіду через образну діяльність.

Педагогічний колектив взяв участь у рефлексивному обговоренні ефективності тренінгу, обмінювався власними враженнями, аналізував, які знання й практики виявилися найбільш корисними для подальшої роботи з дітьми. Обговорення проходило у форматі відкритого діалогу, що сприяло формуванню атмосфери взаємопідтримки серед педагогів та стимулювало до подальшого професійного зростання. Учасники відзначали важливість розвинутого емоційного інтелекту для якісної взаємодії з дошкільниками, підкреслюючи необхідність подальшої роботи над власною емоційною компетентністю.

Також були вироблені рекомендації щодо подальшого розвитку емоційного середовища у групі, серед яких: регулярне використання емоційних казок, впровадження рефлексивних кіл обговорення почуттів, щотижневе проведення міні-занять із розвитку емоційної грамотності, організація творчих проєктів на емоційну тематику. Особливу увагу запропоновано приділяти створенню емоційно безпечного простору, де кожна дитина відчуватиме себе почутою, підтриманою та прийнятою у своїх емоційних проявах.

У межах усіх етапів впровадження програми розвитку емоційного інтелекту було використано комплексний методичний інструментарій, спрямований на активізацію емоційного досвіду дітей та підвищення емоційної компетентності педагогів. Методики добиралися з урахуванням вікових та психологічних особливостей учасників програми, а також принципів діяльнісного, ігрового й особистісно орієнтованого підходу.

До основних методів і форм роботи належали:

1. Сюжетно-рольові ігри, що передбачали моделювання різноманітних емоційних ситуацій і сприяли розвитку в дітей здатності проживати та усвідомлювати різні емоційні стани в безпечних умовах гри.

2. Вправи на розпізнавання емоцій із використанням карток, міміки, інтонації голосу, що допомагали формувати у дітей навички емоційної ідентифікації та вербалізації власних почуттів.

3. Арттерапевтичні техніки, зокрема малювання емоційних образів і створення «емоційних карт», які сприяли творчому самовираженню, розкриттю внутрішніх емоційних переживань і розвитку емоційної рефлексії.

4. Дихальні вправи для саморегуляції, спрямовані на зниження рівня психоемоційного напруження, розвиток здатності контролювати власний емоційний стан через тілесно-сенсорні техніки (наприклад, вправа «Дуй на гору»).

5. Рефлексивні кола («Емоція дня», «Що я відчуваю?»), що забезпечували регулярне обговорення емоційних переживань і сприяли розвитку навичок емоційної саморефлексії, відкритого обміну почуттями.

6. Групові обговорення та емоційні діалоги, які стимулювали розвиток комунікативної емпатії, здатності слухати й підтримувати один одного у вираженні емоцій.

7. Тренінгові інтерактивні вправи для педагогів, спрямовані на розвиток навичок розпізнавання, розуміння й регулювання власних емоцій, а також на засвоєння ефективних методів розвитку емоційного інтелекту у дітей [66].

Особливістю застосованої методики стало поєднання індивідуальної та групової роботи, що дозволяло врахувати індивідуальні емоційні потреби кожної дитини й стимулювати розвиток емоційної взаємодії у колективі. Велике значення надавалося ігровим прийомам як основному засобу залучення дошкільників до активної емоційної практики, забезпечуючи природне й ненав'язливе формування базових навичок емоційної компетентності. Завдяки використанню різних методичних підходів було досягнуто комплексного розвитку емоційної сфери учасників програми.

Таким чином, методика реалізації програми розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку та педагогів забезпечила цілісну, багаторівневу підтримку емоційного розвитку всіх учасників освітнього процесу. Використання інтегративних, практико-орієнтованих методів сприяло формуванню емоційної компетентності як базового ресурсу для гармонійного особистісного та соціального становлення дітей.

3.3. Оцінка ефективності програми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку

Після впровадження програми розвитку емоційного інтелекту в освітньому середовищі старшої групи «Віночок» дошкільного навчального закладу «Дзвіночок» було проведено повторне емпіричне обстеження рівня сформованості емоційного інтелекту дітей. Метою даного етапу дослідження стало визначення динаміки змін у розвитку емоційної компетентності дошкільників і оцінка ефективності запропонованої програми.

Повторна діагностика здійснювалася за тими самими психодіагностичними методиками, що були застосовані на етапі констатувального експерименту: «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», «Три бажання» та «Що – чому – як?» (адаптація М. А. Нгуен). Це забезпечило достовірність порівняння результатів до і після реалізації програми.

Результати аналізу показали суттєве покращення рівня розвитку емоційного інтелекту дітей старшої групи «Віночок» у всіх досліджуваних аспектах.

За методикою «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» результати свідчать про істотне покращення рівня розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку.

На констатувальному етапі дослідження високий рівень розвитку емоційного інтелекту продемонстрували 13 дітей, що становило 59% від загальної кількості учасників групи «Віночок». Після впровадження програми розвитку емоційного інтелекту цей показник зріс до 18 дітей, або 82%, що свідчить про суттєве покращення емоційної чутливості, здатності до розпізнавання, інтерпретації та творчого самовираження емоційних станів. Така позитивна динаміка відображає ефективність системного підходу до формування емоційної компетентності через використання ігрових, арттерапевтичних і рефлексивних методів. Значне зростання частки дітей із високим рівнем розвитку емоційного інтелекту підтверджує, що інтеграція емоційно-забарвлених практик у освітній процес сприяє гармонійному розвитку особистості, посиленню соціально-комунікативних навичок та формуванню позитивного емоційного середовища у групі.

Частка дітей із середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту знизилася з 5 осіб (23%) до 3 осіб (14%). Така позитивна динаміка свідчить про те, що частина вихованців, які на констатувальному етапі демонстрували лише базові навички емоційного сприйняття без глибокого емоційного самовираження, після реалізації програми змогли суттєво підвищити свій рівень розвитку. Підвищення показників відображає успішність інтеграції методів розвитку емоційної експресії, емоційної рефлексії та творчого самовираження у навчально-виховний процес. Діти стали активніше використовувати емоційно забарвлені образи, краще розпізнавати й передавати емоційні стани в художній діяльності, що свідчить про розширення емоційного словника, підвищення рівня емоційної

усвідомленості та формування глибших навичок саморегуляції й соціальної взаємодії.

Особливо показовим є те, що серед учасників не залишилося дітей із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту: якщо на початку дослідження таких було 2 особи (9%), то після впровадження програми у цій категорії не було зафіксовано жодної дитини. Повне зникнення групи дітей із низьким рівнем розвитку свідчить про високу ефективність застосованого комплексу інтерактивних методик, зокрема сюжетно-рольових ігор, арттерапевтичних вправ і технік рефлексивного самовираження. Завдяки системній роботі над розвитком емоційного сприйняття, розширенням емоційного словника, формуванням навичок саморегуляції та емпатійної взаємодії, діти змогли подолати початкові труднощі у розпізнаванні, вербалізації та вираженні емоційних станів. Це свідчить про те, що створення емоційно безпечного середовища, цілеспрямована психолого-педагогічна підтримка та залучення дітей до емоційно забарвленої взаємодії є важливими умовами гармонійного розвитку емоційного інтелекту у дошкільному віці.

Проілюструємо отримані дані графічно на рис. 3.3.

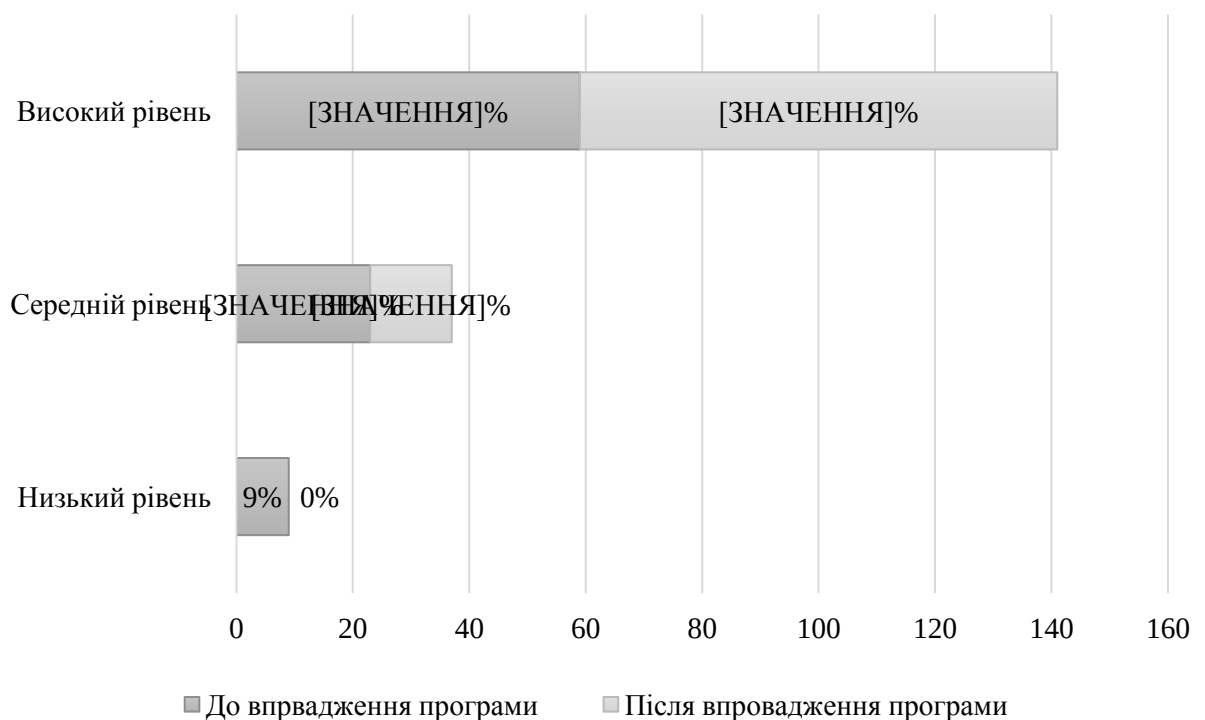


Рис. 3.3. Динаміка рівнів розвитку емоційного інтелекту дітей групи «Віночок» за результатами методики «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» до і після впровадження програми
Джерело: сформовано автором

Таким чином, результати методики «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» підтверджують, що програма позитивно вплинула на розвиток здатності дітей розпізнавати та виражати емоції через образотворчі засоби, сприяючи підвищенню емоційної компетентності та творчої активності у старшому дошкільному віці.

За методикою «Три бажання» результати свідчать також про позитивну динаміку розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку групи «Віночок» після впровадження програми.

На констатувальному етапі дослідження високий рівень розвитку емоційного інтелекту продемонстрували 11 дітей, що становило 50% від загальної кількості учасників групи. Після реалізації програми розвитку емоційного інтелекту кількість дітей із високим рівнем суттєво зросла і склала 16 осіб, або 73%. Така позитивна динаміка свідчить про значне підвищення емоційної зрілості дітей: вони виявили кращу здатність розуміти емоційні потреби інших, співпереживати, виявляти турботу та будувати бажання, спрямовані не лише на себе, а й на оточуючих. Результати засвідчують, що діти стали активніше проявляти емоційну рефлексію, орієнтуватися на соціально значущі цінності, що є показником формування стійких емпатійних установок та морально-етичної відповідальності у сфері емоційної взаємодії. Збільшення частки вихованців із високим рівнем розвитку емоційного інтелекту є підтвердженням ефективності інтеграції в освітній процес ігрових, проєктивних та рефлексивних методик, які дозволяли дітям у безпечній, творчій формі осмислювати власні емоційні прагнення, відкривати внутрішній емоційний світ та навчатися враховувати почуття інших. Це вказує на те, що системна психолого-педагогічна

підтримка, спрямована на розвиток емоційної сфери, здатна суттєво вплинути на особистісний і соціальний розвиток старших дошкільників, формуючи базу для подальшої успішної адаптації у соціумі.

Частка дітей із середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту знизилася з 9 осіб (41%) до 6 осіб (27%). Така динаміка свідчить про позитивні зрушення у структурі емоційної сфери вихованців: значна частина дітей, які на констатувальному етапі демонстрували переважно особистісно орієнтовані бажання, пов'язані із власними потребами та прагненнями, після реалізації програми змогли перейти до більш складних форм емоційного переживання, орієнтованих на добробут інших. Це вказує на зростання рівня емоційної рефлексії, усвідомлення емоційних станів оточуючих та поступовий розвиток здатності ставити потреби інших поряд або навіть вище за власні. Після проходження програми діти продемонстрували глибше розуміння цінності емоційної підтримки, проявили готовність до співпереживання, емпатійного реагування на емоційні потреби близьких та прагнення допомагати їм у складних ситуаціях. Такий результат свідчить про активний розвиток альтруїстичних установок, емоційної зрілості та соціальної компетентності, що є надзвичайно важливими характеристиками для успішної адаптації дитини в соціальному середовищі та формування гармонійних міжособистісних стосунків.

Особливо показовим є повне зникнення групи дітей із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту. Якщо на початку дослідження таких було 2 особи (9% від загальної кількості учасників групи «Віночок»), то після реалізації програми у цій категорії не було зафіксовано жодної дитини. Така позитивна динаміка свідчить про високу ефективність упровадженого комплексу педагогічних стратегій, які цілеспрямовано стимулювали розвиток емоційної чутливості, саморефлексії та емпатії у дітей. До основних чинників успіху можна віднести систематичне обговорення емоційних тем, що дозволяло дітям усвідомлювати й вербалізувати власні переживання; створення ситуацій морального вибору, які активізували здатність до

емпатійного мислення; а також використання ігрових і арттерапевтичних методик у безпечному й підтримувальному емоційному середовищі. Все це сприяло зниженню тривожності, підвищенню впевненості у власних емоційних реакціях та формуванню внутрішньої готовності до емоційної взаємодії.

Крім того, за результатами аналізу малюнків та індивідуальних бесід із дітьми, було зафіксоване суттєве зростання кількості бажань, орієнтованих на емоційні потреби інших людей – батьків, друзів, вихователів. Це свідчить про те, що у дітей поступово формується альтруїстична мотивація, здатність до емоційного співпереживання, бажання допомагати та підтримувати інших. Така трансформація у змісті дитячих бажань відображає важливі якісні зміни у розвитку емоційної зрілості: зростання рівня емпатійності, посилення соціальної відповідальності та моральної чутливості в емоційній взаємодії. Результати свідчать про те, що діти почали краще розуміти значення емоційної підтримки у стосунках із оточенням, що є фундаментальною передумовою для подальшого гармонійного соціального розвитку.

Отримані дані проілюстровано на рис. 3.4.

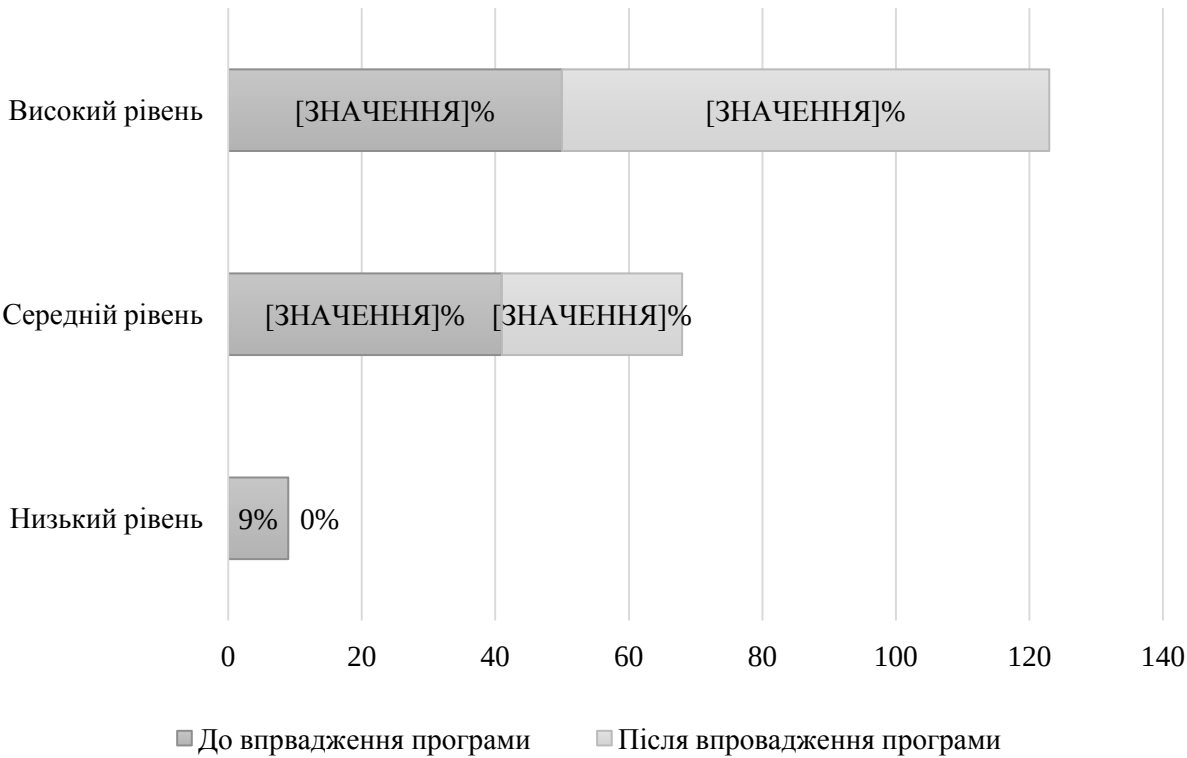


Рис. 3.4. Динаміка рівнів розвитку емоційного інтелекту дітей групи «Віночок» за результатами методики «Три бажання» до і після впровадження програми

Джерело: сформовано автором

Таким чином, результати методики «Три бажання» підтверджують ефективність програми у стимулюванні розвитку емпатії, емоційної чутливості та соціально-орієнтованого емоційного самовираження у дітей старшого дошкільного віку.

За методикою «Що – чому – як?» результати також свідчать про позитивну динаміку розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку групи «Віночок» після реалізації програми.

На констатувальному етапі дослідження високий рівень розвитку емоційного інтелекту продемонстрували 8 дітей, що становило 36% від загальної кількості учасників групи. Після впровадження програми цей показник зріс до 13 дітей, або 59%, що свідчить про суттєве покращення здатності дошкільників розуміти емоційні переживання інших людей, усвідомлювати причинно-наслідкові зв'язки у соціальних ситуаціях та пропонувати конструктивні рішення на основі емоційної рефлексії. Діти стали краще орієнтуватися в емоційно забарвлених контекстах, демонстрували глибше розуміння поведінки персонажів у складних ситуаціях та виявляли готовність діяти, враховуючи почуття інших людей. Зростання частки дітей із високим рівнем розвитку емоційного інтелекту свідчить про ефективність системного підходу до розвитку емпатії, емоційної обізнаності й навичок соціальної взаємодії, реалізованого у межах програми.

Середній рівень розвитку емоційного інтелекту зафіксовано у 9 дітей (41%) після проходження програми, що дещо нижче порівняно з показником на констатувальному етапі (10 дітей, або 45%). Така динаміка є позитивною, оскільки свідчить про те, що частина вихованців, які раніше перебували на середньому рівні розвитку, змогли перейти на вищий рівень емоційної

зрілості. Діти з середнім рівнем розвитку демонстрували базові навички розпізнавання емоційних станів інших, але вже більш усвідомлено аналізували соціальні ситуації й висловлювали бажання допомогти персонажам у складних обставинах. Спостерігалось зростання здатності до емпатійного мислення, кращого розуміння причин поведінки інших та прагнення запропонувати конструктивні способи вирішення емоційних конфліктів.

Особливо показовим є повне зникнення групи дітей із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту. Якщо на констатувальному етапі низький рівень розвитку було виявлено у 3 дітей (14%), то після впровадження програми не було зафіксовано жодного учасника з таким рівнем. Це свідчить про значний прогрес у розвитку базових емоційних і соціально-когнітивних компетентностей у вихованців. Ефективність програми обумовлювалася використанням інтерактивних методик аналізу соціальних ситуацій, практик розвитку емпатії через обговорення моральних дилем, ігор на рольове проживання емоційних станів персонажів, а також створенням емоційно безпечного середовища для вільного вираження почуттів. Під впливом цілеспрямованої психолого-педагогічної підтримки діти навчилися не лише розпізнавати емоції інших, а й знаходити конструктивні способи допомоги, що є важливим показником формування соціальної компетентності та моральної чутливості у старшому дошкільному віці.

Отримані результати за методикою «Що – чому – як?» наведено на рис. 3.5.

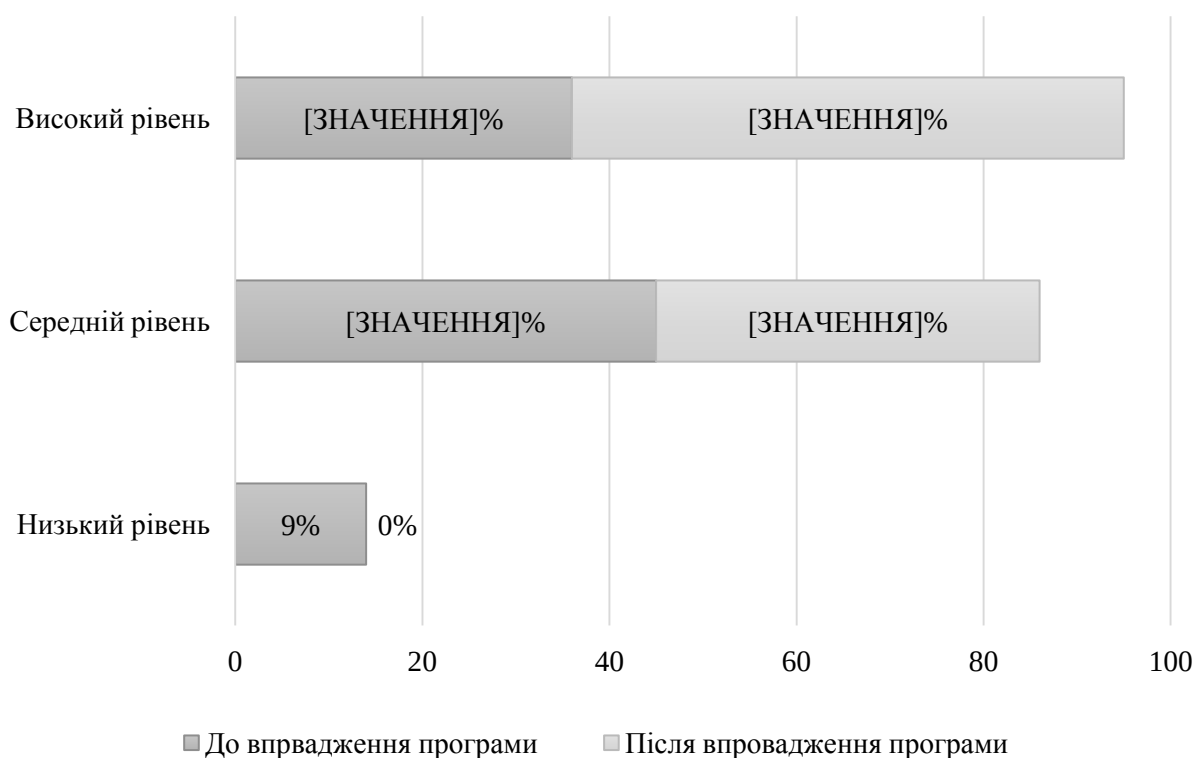


Рис. 3.5. Динаміка рівнів розвитку емоційного інтелекту дітей групи «Віночок» за результатами методики «Що – чому – як?» до і після впровадження програми

Джерело: сформовано автором

Отже, аналіз результатів за методикою «Що – чому – як?» підтверджує високу ефективність впровадженої програми у розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку. Зокрема, спостерігалось істотне покращення здатності вихованців до глибшого розуміння емоційних станів інших людей, усвідомлення емоційних причин поведінки та передбачення можливих наслідків власних і чужих емоційних реакцій. Діти продемонстрували зростання рівня емпатійного мислення, що виявлялося у більшій здатності співпереживати, підтримувати оточуючих і конструктивно реагувати у соціально значущих ситуаціях. Результати також засвідчили покращення навичок конструктивної соціальної взаємодії, зокрема через вміння розв'язувати конфлікти мирним шляхом, шукати компроміси та будувати емоційно насичені позитивні взаємини з однолітками й дорослими.

З метою комплексного узагальнення отриманих результатів було здійснено порівняльний аналіз рівнів розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку за даними трьох методик: «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», «Три бажання» та «Що – чому – як?». Такий підхід дозволив глибше зрозуміти особливості емоційної сфери дошкільників, виявити тенденції формування їхньої здатності до розпізнавання, усвідомлення та регуляції емоцій у різних контекстах діяльності.

Аналіз результатів у розрізі кожної методики та групи дітей дозволив встановити загальні закономірності та специфічні відмінності у рівні розвитку емоційного інтелекту, що, своєю чергою, стало підґрунтям для формування висновків і рекомендацій щодо подальшого психолого-педагогічного супроводу дітей.

За результатами застосування методики «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», високий рівень розвитку емоційного інтелекту продемонстрували 82% дітей, що свідчить про здатність більшості учасників ефективно сприймати, інтерпретувати та творчо виражати емоційні стани через художньо-образні засоби. Малювання виявилось природним інструментом емоційного самовираження для дошкільників, що дозволяє фіксувати як власні почуття, так і емоційне ставлення до навколишнього світу. Відзначено значне розширення емоційного словника дітей та зростання глибини емоційної рефлексії у творчих роботах.

Аналіз результатів методики «Три бажання» показав, що після впровадження програми 73% дітей продемонстрували високий рівень емоційної зрілості. Це свідчить про те, що діти стали краще усвідомлювати як власні емоційні потреби, так і потреби оточуючих. Значна частина бажань дітей орієнтувалася на добробут інших, що є важливим показником розвитку емпатії, альтруїзму та соціальної відповідальності. Зменшення частки дітей із середнім і низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту свідчить про

успішне формування у дітей здатності співвідносити власні бажання з емоційними станами оточення.

За результатами методики «Що – чому – як?» високий рівень розвитку емоційного інтелекту продемонстрували 59% дітей, що свідчить про зростання у них здатності до глибшого розуміння причинно-наслідкових зв'язків між подіями та емоційними станами людей. Діти стали краще орієнтуватися в емоційно забарвлених ситуаціях, демонстрували прагнення враховувати почуття інших у процесі прийняття рішень, що є важливим показником формування емоційної рефлексії та конструктивної соціальної взаємодії.

Загалом, порівняльний аналіз результатів трьох методик дозволяє стверджувати про позитивну динаміку розвитку емоційного інтелекту дітей у всіх досліджуваних аспектах: здатності розпізнавати та виражати емоції, усвідомлювати власні й чужі емоційні стани, будувати бажання, орієнтовані на соціальну взаємодію, та конструктивно діяти у складних емоційних ситуаціях.

Таким чином, отримані результати свідчать про істотне підвищення рівня емоційної компетентності учасників експериментальної групи, що знайшло відображення у кращому розпізнаванні власних та чужих емоцій, підвищенні рівня емпатії, розвитку навичок емоційного самовираження та саморегуляції. Діти стали впевненіше висловлювати свої емоційні переживання, краще розуміти почуття інших та демонструвати готовність до емоційної підтримки однолітків.

Позитивна динаміка розвитку емоційного інтелекту також підтверджується якісними спостереженнями за поведінкою дітей у процесі групової взаємодії: спостерігалось зменшення кількості конфліктних ситуацій, підвищення рівня емоційної включеності у спільні ігри, зростання взаємної підтримки й співпереживання серед вихованців. Діти проявляли більше ініціативи у допомозі іншим, активніше обговорювали емоційні теми у бесідах та творчих заняттях.

Таким чином, результати оцінки ефективності програми дозволяють зробити висновок, що реалізована система заходів позитивно вплинула на розвиток емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку. Запропонована програма може бути рекомендована для подальшого широкого використання в практиці дошкільної освіти як ефективний інструмент формування емоційної компетентності дітей, підвищення їхньої готовності до шкільного навчання та загального гармонійного розвитку особистості.

Серед практичних рекомендацій щодо впровадження програми розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку можна виокремити такі основні напрями:

- систематичне включення до освітнього процесу ігрових, сюжетно-рольових та арттерапевтичних вправ, спрямованих на розвиток емоційної чутливості, вміння усвідомлювати, розпізнавати й творчо виражати власні та чужі емоції, що сприяє гармонійному емоційному та особистісному розвитку дітей;

- організація тематичних бесід, обговорення казкових і реальних життєвих ситуацій, створення моральних дилем і ситуацій морального вибору, які активізують процес емоційної рефлексії, формують емпатійність, морально-етичні орієнтації та соціальну відповідальність вихованців;

- забезпечення у групі атмосфери емоційної безпеки та довіри, де кожна дитина має можливість вільно висловлювати свої емоції, бути почутою й прийнятою без осуду, що сприяє розвитку позитивної самооцінки, емоційної відкритості та впевненості у власних переживаннях;

- проведення спеціально організованих тренінгових занять і практикумів, спрямованих на розвиток навичок саморегуляції емоційних станів, управління емоційною поведінкою, стресостійкості, уміння конструктивно розв'язувати конфлікти та налагоджувати співробітництво з ровесниками [13, с. 34];

- активне залучення батьків до процесу розвитку емоційного інтелекту дітей шляхом проведення інформаційних кампаній, інтерактивних лекцій,

майстер-класів і спільних творчих заходів, що сприятиме формуванню єдиного виховного простору «дитсадок – родина» та забезпеченню узгодженості емоційно-виховних впливів;

- підвищення професійної компетентності педагогічних працівників через організацію систематичних курсів підвищення кваліфікації, тренінгів, вебінарів, методичних семінарів і майстер-класів, спрямованих на оволодіння сучасними технологіями розвитку емоційного інтелекту, застосування методів емоційного коучингу, фасилітації емоційної рефлексії та використання арттерапевтичних підходів у роботі з дітьми;

- впровадження щоденних ритуалів емоційного налаштування групи (наприклад, ранкові емоційні кола, обговорення «емоції дня», символічні прощання), що сприяє формуванню навичок емоційного самоспостереження, усвідомлення та конструктивного проживання емоційних станів;

- організація творчих проєктів на емоційну тематику (створення емоційних казок, альбомів почуттів, колективних малюнків настрою), що стимулюють розвиток емоційної уяви, соціальної емпатії та колективної емоційної відповідальності серед дітей;

- створення у групах спеціальних емоційних куточків або сенсорних зон для саморегуляції, де діти можуть за потреби емоційно розвантажуватися, заспокоюватися або рефлексувати над власним емоційним станом у комфортному середовищі [6, с. 52].

Запровадження вищезазначених напрямів дозволить системно і цілеспрямовано формувати у дітей старшого дошкільного віку навички емоційної усвідомленості, саморегуляції, емпатії та ефективної емоційної взаємодії, що є фундаментально важливим для їхньої подальшої успішної адаптації в шкільному середовищі та соціумі в цілому. Їх реалізація також сприятиме зміцненню психологічного благополуччя дітей, підвищенню їхньої мотивації до навчання та формуванню основ моральної чутливості.

Висновки до розділу 3

У третьому розділі було розроблено, реалізовано та оцінено ефективність програми розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти.

З'ясовано, що програма, побудована на принципах емоційної безпеки, інтеграції емоційної та когнітивної сфер, активного залучення дітей до емоційно забарвленої взаємодії та особистісної орієнтації вихователя, сприяє всебічному розвитку емоційної компетентності дошкільників. Структура програми, яка охоплювала блоки розвитку емоційної обізнаності, емпатії, емоційної компетентності педагогів та формування емоційного простору групи, забезпечила комплексний вплив на емоційний розвиток дітей і підвищення професійної майстерності педагогів.

Проведена емпірична оцінка результатів реалізації програми показала істотне підвищення рівня розвитку емоційного інтелекту дітей за всіма застосованими методиками («Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», «Три бажання», «Що – чому – як?»). Спостерігалось зростання частки дітей із високим рівнем розвитку емоційного інтелекту, зменшення кількості дітей із середнім рівнем, а також повне зникнення випадків низького рівня розвитку емоційної сфери.

Отримані результати підтвердили, що реалізація програми сприяла розвитку в дітей навичок розпізнавання та вербалізації емоцій, саморегуляції емоційних станів, розвитку емпатії та альтруїстичних установок. У процесі групової взаємодії було зафіксовано підвищення рівня емоційної включеності, зниження конфліктності, зростання взаємної підтримки та співпереживання. Встановлено, що впровадження комплексних програм розвитку емоційного інтелекту позитивно впливає не лише на особистісний розвиток дітей, а й на створення емоційно сприятливого середовища в освітньому закладі, підвищуючи якість педагогічної взаємодії та загальний рівень психологічного комфорту.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі магістра було всебічно проаналізовано теоретичні засади, психологічні особливості та емпіричні аспекти розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти. Проведене дослідження дало змогу обґрунтувати ефективні напрями і психолого-педагогічні засоби стимулювання емоційної компетентності у дошкільників. Отримані результати стали основою для формулювання науково обґрунтованих висновків:

1. Дошкільний вік є ключовим етапом психічного розвитку дитини, протягом якого закладаються фундаментальні компоненти її емоційної, когнітивної та соціальної сфери. У цей період інтенсивно розвиваються мовлення, мислення, пам'ять, уява, емоційна саморегуляція, здатність до емпатії та соціальної взаємодії. Особливого значення набуває формування здатності розпізнавати власні емоції, виражати їх адекватно до ситуації та враховувати емоційний стан інших. Провідною діяльністю дошкільника залишається гра, яка є могутнім засобом емоційного розвитку, оскільки у грі дитина не лише освоює соціальні ролі, а й вчиться емоційно усвідомлювати себе та навколишній світ.

2. Поняття емоційного інтелекту в психологічній науці розглядається як інтегральна характеристика особистості, що включає здатність до усвідомлення, розуміння, регуляції власних та чужих емоцій, а також ефективної емоційної взаємодії у соціальному середовищі. Аналіз сучасних теоретичних підходів (Дж. Майєра, П. Саловея, Д. Гоулмана, Р. Бар-Она, К. Петридеса) дозволив окреслити основні компоненти емоційного інтелекту, серед яких: самосвідомість емоцій, саморегуляція, емпатія, мотивація та соціальні навички. У вітчизняній науці емоційний інтелект дошкільника визначається як комплексна особистісна здатність, що формується на основі емоційно-когнітивної діяльності, моральних почуттів і взаємодії, стаючи запорукою успішної соціалізації та психологічного благополуччя дитини.

3. У процесі проведення емпіричного дослідження розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку було використано три психодіагностичні методики: «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», «Три бажання» та «Що – чому – як?», які дозволили комплексно оцінити сформованість основних компонентів емоційного інтелекту: усвідомлення власних емоцій, розпізнавання емоцій інших, емоційної експресії, саморегуляції, емпатії та соціальних навичок. Дослідження охопило 42 дитини віком 5–6 років із груп «Віночок» і «Веселка» закладу дошкільної освіти «Дзвіночок» смт Чабани, Київської області. Аналіз результатів показав, що більшість дітей мають середній або високий рівень розвитку емоційного інтелекту, що свідчить про ефективність освітнього процесу та позитивний емоційний клімат у закладі. Зокрема, за методикою «Домальовування» високий рівень було виявлено у 61% дітей, за методикою «Три бажання» – у 41%, а за методикою «Що – чому – як?» — у 34%. Водночас було виявлено і певну частку дітей із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту (від 10% до 15% залежно від методики), що вказує на необхідність індивідуалізованої підтримки у розвитку емоційної сфери. Діти групи «Віночок» демонстрували стабільно вищі результати порівняно з групою «Веселка», що вказує на вплив якості освітнього середовища на розвиток емоційного інтелекту.

5. Аналіз емпіричних результатів дослідження засвідчив, що освітнє середовище закладу дошкільної освіти відіграє ключову роль у формуванні емоційного інтелекту дітей. Високий рівень розвитку емоційної чутливості, емпатії та соціальної компетентності у дітей групи «Віночок» свідчить про сприятливий вплив емоційно безпечного, інтерактивного, морально орієнтованого освітнього середовища. Ефективне освітнє середовище визначалося кількома факторами: створенням атмосфери емоційної безпеки, активним залученням дітей до емоційно забарвленої взаємодії, наявністю позитивних моделей емоційної поведінки з боку педагогів, систематичним розвитком навичок співпереживання та організацією інтерактивної взаємодії

в групі. Саме такі умови забезпечують розвиток базових компонентів емоційного інтелекту, сприяють формуванню навичок саморефлексії, емоційної саморегуляції та ефективної соціальної взаємодії. У групі «Веселка» зафіксовано відносно нижчі показники розвитку емоційного інтелекту, що свідчить про недостатню інтеграцію спеціалізованих методик емоційного виховання у виховний процес. Це підкреслює важливість цілеспрямованого підходу до організації емоційно сприятливого середовища, яке має бути системно зорієнтоване на розвиток емоційної компетентності дітей.

5. У межах кваліфікаційної роботи було розроблено та апробовано програму розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку в освітньому процесі закладу дошкільної освіти. Метою програми стало формування емоційної компетентності дітей та підвищення емоційної грамотності педагогів. Основними завданнями були розвиток у дітей навичок розпізнавання та регуляції емоцій, формування емпатії, а також навчання педагогів ефективним технікам емоційного коучингу. Програма реалізовувалась через два взаємопов'язані заходи (корекційне заняття з дітьми та тренінг з педагогами) і базувалася на принципах емоційної безпеки, інтеграції емоційної та когнітивної сфер, активного залучення дітей до взаємодії та особистісної орієнтації вихователя. Застосовані методи (ігрові, арттерапевтичні, рефлексивні та дихальні практики) сприяли створенню емоційно підтримувального середовища та розвитку емоційної сфери дітей.

6. Ефективність програми розвитку емоційного інтелекту була оцінена за допомогою повторного емпіричного обстеження дітей старшого дошкільного віку групи «Віночок». Результати дослідження показали суттєве покращення рівня емоційного розвитку вихованців за всіма застосованими методиками. Діти продемонстрували зростання емоційної обізнаності, навичок саморегуляції, емпатійності та здатності до конструктивної взаємодії. На основі отриманих результатів були сформульовані практичні рекомендації для педагогів і батьків, які включають інтеграцію емоційно-

розвивальних вправ у повсякденний освітній процес, створення безпечного емоційного середовища та активне залучення родин до формування емоційної компетентності дитини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александров Ю. В. Психологія розвитку : навчальний посібник. Харків : Панов А. М., 2015. 335 с.
2. Бабяк О. О. Проблема емоційного інтелекту в психологічній науці. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2020. Вип. 16. С. 29-43. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/722541/1/Збірник_16_2020-29-43.pdf (дата звернення: 27.03.2025).
3. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція). Затверджено наказом МОН № 33 від 12 січня 2021 року. URL: <https://ips.ligazakon.net/document/MUS34727> (дата звернення: 21.03.2025).
4. Білоус О. В. Вікова психологія: навчальний посібник. Чернігів: ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка, 2015. 108 с.
5. Березіна О. М. Емоційний інтелект у дітей дошкільного віку. *Педагогічний пошук*. 2022. № 4. С. 67-69. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pedp_2022_4_20.
6. Борисенко К. Ю., Бадер С. О. Особливості розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2021. № 1(48). С. 48-52. DOI: <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2021.48.48-52>.
7. Вікова психологія : конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 190 с.
8. Волік Н. М. Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти : дис. ... д-ра філософії : 012 – Дошкільна освіта. Запоріжжя, 2023. 299 с. URL: https://mdpu.org.ua/wp-content/uploads/2023/12/Disertatsiya_Volik-1.pdf (дата звернення: 21.03.2025).
9. Гладун Л. В., Жаркова І. І. Емоційний інтелект та його формування в старшого дошкільника засобами театралізованої діяльності. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка.*

- Психологія*». 2023. Вип. 4. С. 9-16. DOI: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2023-4.02>
10. Голота А. С. Розвиток емоційного інтелекту дошкільників: практичні рекомендації. *Психолог дошкілля*. К., 2019. С. 18-23. URL: https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2021/02/golota_rozv_ei.pdf (дата звернення: 15.03.2025).
 11. Готтман Дж., Деклер Дж. Емоційний інтелект у дитини / пер. з англ. Х. Шиналь. Харків : Віват, 2022. 272 с.
 12. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С. Л. Гумецької. Харків : Віват, 2020. 512 с.
 13. Грицюк І. М., Міліщук С. О. Особливості розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного старшого віку. *Психологічні студії*. Видавничий дім «Гельветика», 2023. С. 29-35. DOI: 10.32782/psych.studies/2023.1.4.
 14. Дерев'янка С. П. Феноменологія емоційного інтелекту: навч.- метод. посібник. Чернігів, 2016. 312 с.
 15. Дерев'янка С. П., Лавренко С. А. Методичні засоби діагностики емоційного інтелекту у дітей. *Вісник Львівського університету. Серія : Психологічні науки*. 2020. Вип. 7. С. 23-29.
 16. Дуткевич Т. В. Дошкільна психологія: Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2007. 392 с.
 17. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія. Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 424 с.
 18. Дуткевич Т. В. Дитяча розвивально-корекційна психологія (Теоретичний курс): Навчальний посібник. Київ: КНТ, 2017. 265 с.
 19. Журавльова Л. П. Емоційний інтелект як проблема психологічних досліджень. *Наука і освіта*. 2009. Вип. 1-2. С. 57-61. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/handle/123456789/13973> (дата звернення: 27.03.2025).

20. Зозуляк-Случик Р. В. Основи соціалізації особистості : навч. посіб. для студентів закладів вищої освіти. 2-е вид., переробл. та доповн. Івано-Франківськ : НАІР, 2021. 222 с.
21. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Івано-Франківськ, 2020. 497 с. URL: https://www.oa.edu.ua/doc/dis/karpenko_dis.pdf (дата звернення: 15.02.2025).
22. Каспрів М. А. Роль емоційного інтелекту в міжособистісній взаємодії дітей дошкільного віку в стресових ситуаціях. *Соціально-освітні домінанти професійної підготовки сучасного компетентісного фахівця* : зб. матеріалів III-ої Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції (Біла Церква, 16 травня 2024 р.) / за заг. ред. В. С. Кулішова, Ю. С. Герасименко, О. Й. Фурса. Біла Церква : БІНПО, 2024. С. 49-53.
23. Клевака Л. П., Гришко О. І., Заїка В. М. Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. *Технології розвитку інтелекту*. 2022. Т. 6, №1 (31). URL: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/590 (дата звернення: 14.03.2025).
24. Кобякова К. С. Емоційний інтелект та особливості його розвитку у дітей дошкільного віку. *Дошкільна освіта в сучасному освітньому просторі: актуальні проблеми, досвід, інновації*: матеріали доп. учасників VIII наук.-практ. конф. (Харків, 21 квіт. 2023 р.) / ХНПУ ім. Г. С. Сковороди; за заг. ред. Т. Танько. Харків, 2023. С. 36-37. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/14285> (дата звернення: 14.03.2025).
25. Колісник Л. О. Проблема емоційного інтелекту в історії розвитку філософсько-психологічної думки. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки*. 2013. Вип. 42. С. 82-90. URL:

http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_012_2013_42_15 (дата звернення: 21.03.2025).

26. Компанець Н. М. Розвиток та формування емоційно-вольової сфери у дітей дошкільного віку: Науково-методичний посібник. Київ: Актуальна освіта, 2023. 42 с.
27. Костюк А. В. Емоційний інтелект та шляхи його розвитку. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки.* 2014. №2(1). С. 85-89. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2014_2%281%29__17 (дата звернення: 21.03.2025).
28. Купчишина В. Ч. Теоретичні аспекти дослідження емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку. *Габітус. Вікова та педагогічна психологія.* 2024. № 60. С. 69-75. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.60.10>.
29. Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій). 2-ге вид.: Навч. посіб. Київ.: Центр учбової літератури, 2010. 128 с.
30. Лазаренко В. В. Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку у театралізованій діяльності. *Молодий вчений.* 2019. № 12 (76). С. 279-282. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-12-76-58> (дата звернення: 14.03.2025).
31. Лелюх-Степанчук О. О. Емоційний інтелект як психологічний феномен. *Стан та перспективи розвитку педагогіки та психології в Україні та світі:* Матеріали міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, Україна, 1-2- вересня 2017 року). Київ: ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2017. С. 89-93.
32. Лелюх-Степанчук О. О. Емоційний інтелект як проблема психологічної науки. *Актуальні проблеми психології:* Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ: ДП «Інформаційно-аналітичне агенство». 2018. Том. Х. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. Вип. 31. С. 83-92.

33. Лелюх-Степанчук О. О. Передумови появи феномену емоційного інтелекту в психології. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства*: матеріали III Всеукраїнського науково-практичного круглого столу (6 березня 2018 року). Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2018. С. 70-73.
34. Лящ О. П. Емоційний інтелект як предмет психологічних досліджень. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Вип. 22. С. 324-335. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2013_22_29 (дата звернення: 14.03.2025).
35. Мазоха І. С. Аналіз проблеми емоційного інтелекту як особистісного ресурсу. *Сучасна психологія: проблеми та перспективи*. Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції (12 листопада 2020 р.). Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2020. С. 100-105. URL: <http://hdl.handle.net/123456789/1294> (дата звернення: 14.03.2025).
36. Марчук С. В. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психології. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. № 3. С. 20-23. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.3.4>
37. Мельник І. С. Педагогічна психологія: дошкільний вік. Навчальний посібник для студентів напряму підготовки «Дошкільна освіта». Київ: Київський університет імені Бориса Грінченка, 2013. 128 с.
38. Мельник О. М. Розвиток емоційного інтелекту молодших школярів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2020. № 73. Т. 1. С. 128-133. DOI: <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.73-1.24>
39. Морін Х. Як приборкати тигра: Як навчити дитину керувати емоціями / перекл. з англ. О. Ю. Богданова. Х.: Основа, 2020. 240 с.
40. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. 139 с. URL: http://distance.dnu.dp.ua/ukr/nmmateriali/documents/Em_intellekt.pdf (дата звернення: 22.03.2025).

41. Носенко Е. Л. Посібник до вивчення курсу «Теорія емоційного інтелекту». Дніпропетровськ, 2014. 73 с.
42. Опанасюк І. В. Психологічна сутність феномену «емоційний інтелект». Зб. наук. праць : філософія, соціологія, психологія. Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. Василя Стефаника», 2013. Вип. 18. Ч. 1. 213 с.
43. Павелків Р. В., Цигипало О. П. Дитяча психологія: навч. посіб. для самостійної роботи студента. Київ: Академвидав, 2011. 376 с.
44. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник. Вид. 2-е, стер. Київ: Кондор, 2015. 469 с.
45. Передерій О. Л. Особливості розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. *Topical issues of modern science and education* : матеріали XI Міжнародної наукової конференції (11-13 березня 2021 р., Таллінн, Естонія). 2021. С. 142-144. DOI: 10.46299/ISG.2021.I.XI.
46. Пихтіна Н. П., Пісоцький О. П. Дитяча психологія : курс лекцій. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. 169 с.
47. Поліщук В. М. Вікова і педагогічна психологія : навчальний посібник. 4-те вид., стер. Суми : Університетська книга, 2019. 352 с.
48. Процел Л. Емоційний інтелект як запорука успішного становлення дітей дошкільного віку. *Сучасне дошкілля: актуальні проблеми, педагогічні пошуки, здобутки*: збірник матеріалів II Регіональної науково-практичної Інтернет-конференції студентів, молодих науковців, педагогів-практиків / за заг. ред. О. Л. Кононко. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2024. С. 102-106.
49. Психологія особистості : навч. посіб. / уклад. І. О. Петухова, О. Г. Льовкіна, Р. А. Калениченко та ін.; за заг. ред. Є. М. Суліми ; Ун-т ДФС України. Ірпінь, 2021. 338 с.
50. Ракітянська Л. М. Становлення та розвиток поняття «емоційний інтелект»: історико-філософський аналіз. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика (Серія: Педагогічні науки)* / гол. ред. С. Сисоєва. Київ,

2018. № 3-4 (56-57). С. 36-42. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NPO_2018_3-4_7.
51. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навч. посіб. 3-тє вид., перероб., доп. Київ. : Академія, 2017. 368 с.
 52. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія. Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.
 53. Токарева Н. М., Шамне А. В. Основи вікової психології : навчально-методичний посібник. Кривий Ріг, 2013. 283 с.
 54. Ушакова І. М. Вікова психологія: курс лекцій. Х.: НУЦЗУ, 2016. 123 с.
 55. Цюпенко Т. А. Емоційний інтелект як засіб розвитку психологічної стійкості особистості в умовах сьогодення. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 4. С. 109-115. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-4-16>.
 56. Челало С. А. Емоційний інтелект у контексті розвитку особистості. *Наукові записки КДПУ. Педагогічні науки*. Кіровоград: КДПУ ім. В. Винниченка, 2015. Вип. 141, ч. 1. С. 92-95. URL: <https://dspace.cusu.edu.ua/handle/123456789/475> (дата звернення: 18.03.2025).
 57. Чернявська А. В. Емоційний інтелект – запорука успішного навчання. *Молодь і ринок*. 2012. Вип. 12(95). С. 136-139. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mir_2012_12_30 (дата звернення: 14.03.2025).
 58. Шпак М. М. Становлення емоційного інтелекту в дошкільному віці як передумова його розвитку в молодшого школяра. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія : Психологія*. 2016. № 4. С. 196-205. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp_2016_4_20 (дата звернення: 15.03.2025).
 59. Яценко Т. В., Гей А. В. Особливості формування емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку. *Дитинство XXI століття: інноваційна освіта : матер. V Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Кременчук, 21 жовтня 2022 р.)*. Кременчук : Методичний кабінет Обласного коледжу «Кременчуцька

- гуманітарно-технологічна академія імені А. С. Макаренка», 2022. С. 22-25.
60. Яцюк М. В. Емоційний інтелект особистості (на хвилі Нової української школи): Навчально-методичний посібник. Вінниця: Діло, 2019. 105 с.
 61. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. *Handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace*. San Francisco, 2000. P. 363-388. URL: <https://awspntest.apa.org/record/2001-00355-018> (дата звернення: 18.02.2025).
 62. Berlibayeva M. Basic techniques and methods of developing emotional intelligence in preschool children. *Pedagogy and Psychology*. 2021. Vol. 46(1). P. 176-185. DOI: <https://doi.org/10.51889/2021-1.2077-6861.24>.
 63. Bonesso S., Bruni E., Gerli F. Behavioral Competences of Digital Professionals: Understanding the Role of Emotional Intelligence. New Basingstoke, 2020. 110 p. DOI:10.1007/978-3-030-33578-6.
 64. Gershon P., Pellitteri J. Promoting emotional intelligence in preschool education: A review of programs. *International Journal of Emotional Education*. 2018. Vol. 10, № 2. P. 26-41. URL: <https://www.um.edu.mt/ijee> (дата звернення: 15.03.2025).
 65. Keefer K. V., Parker J. D. A., Saklofske D. H. Emotional Intelligence in Education: Integrating Research with Practice. New York, 2018. 462 p.
 66. Kosenchuk O., Stiahunova O. Methodological support for the development of emotional intelligence of preschool children. *Scientific Journal of Polonia University*. 2023. Vol. 58(3), 127. DOI: <https://doi.org/10.23856/5817> (дата звернення: 15.03.2025).
 67. Matthews G., Zeidner M., Roberts R. D. Emotional Intelligence: Science and Myth. Cambridge, 2002. 697 p.
 68. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional Intelligence: New Ability or Eclectic Traits? *American psychologist*. 2008. Vol. 63. P. 503-517.

69. Petrides K. V., Furnham A. Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies. *European Journal of Personality*. 2001. 15. P. 425-448. DOI: <http://dx.doi.org/10.1002/per.416> (дата звернення: 18.03.2025).
70. Ramirez Pinargote J. G., Quishpe Caranqui R. G., Simbaña Chicaiza S. V., Romo García M. V., Almeida Urrea L. E. The development of emotional intelligence through visual plastic strategies in children from 4 to 6 years old. *Latam: revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*. 2025. Vol. 6, № 1. URL: <https://dialnet.unirioja.es/> (дата звернення: 15.03.2025).
71. Spytska L. Emotional intelligence and its impact on human life in the global world. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*. 2023. 29(2). P. 26-35. DOI: <https://doi.org/10.61727/ssspj/2.2023.26>.
72. Stoica A. M., Roco M. The role of emotional intelligence in kindergarten children's development. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2013. Vol. 78. P. 150-154. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.04.269> (дата звернення: 18.03.2025).

ДОДАТКИ

Додаток А

Проективна методика «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» (М. А. Нгуен)

Мета: виявити емоційну орієнтацію дитини – на світ речей або на світ людей.

Матеріали: аркуші паперу із зображеннями геометричних фігур, олівець.

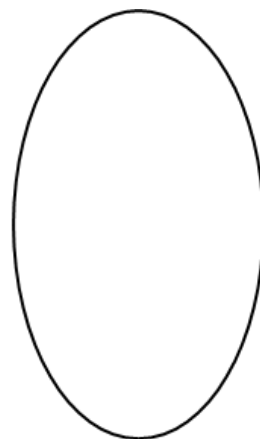
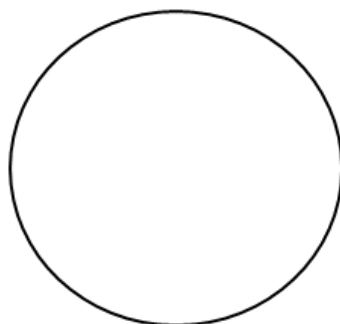
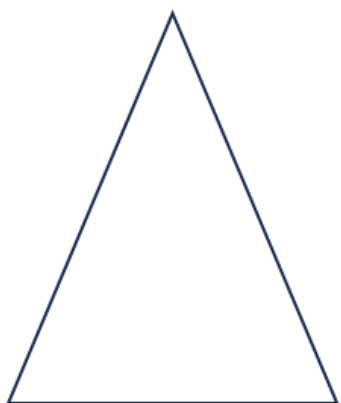
Інструкція: психолог пропонує дітям за 15 хвилин додати (домалювати) до фігур будь-які деталі, щоб вийшли малюнки зі смислом.

Обробка результатів:

- 0 балів домальовування відсутнє; зображений предмет або тварина;
- 1 бал зображено людське обличчя;
- 2 бали зображена людина (виражено її емоційний стан або вона зображена в русі).

Рівень розвитку емоційного інтелекту:

- низький: 0 балів;
- середній 1-2 бали;
- високий: 3-6 балів



Додаток Б**Проективна методика «Три бажання» (М. А. Нгуен)**

Мета: Виявити емоційну орієнтацію дитини на себе або на інших людей.

Матеріали: аркуші паперу, кольорові олівці.

Інструкція. «Уявіть собі, що золота рибка може виконати три бажання. Що б ви побажали? Намалюйте!».

Обробка результатів:

- 0 балів малюнок відсутній;
- 1 бал малюнок пов'язаний бажанням «для себе»;
- 2 бали малюнок пов'язаний з бажанням «для інших людей».

Рівень розвитку емоційного інтелекту:

- низький: 0-3 бали;
- середній: 4 бали;
- високий: 5-6 балів

Після закінчення малювання з дітьми проводиться бесіда для з'ясування характерних бажань.

Додаток В**Методика «Що – чому – як?» (М. А. Нгуен)**

Мета: Виявити ступінь готовності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, співпереживати, піклуватися про неї.

Інструкція: «Зараз я прочитаю вам розповідь. Ваше завдання: слухати уважно, а потім відповісти на мої запитання».

Текст для дівчат: «Мене звати Аня. Я навчаюсь в першому класі. У мене є старша сестра Таня. Одного разу ми їхали на машині і потрапили в аварію. Ми були легко поранені. У Тані була зламана права рука, але вона скоро зажила. А у мене на обличчі була глибока подряпина, і через місяць залишився шрам. Шрам невеликий, але все ж хлопці в школі його помічають, особливо хлопчик на ім'я Вова. Вова лідер серед хлопців. І ви знаєте, він та його друзі стали наді мною сміятися. Мені було дуже прикро. Я навіть не хотіла більше ходити в школу. Таня дізналася про це. Днями я все-таки як завжди пішла в школу з Танею. Біля входу стояв Вова з друзями. Побачивши мене, вони почали про щось шепотітися і сміятися. Моя сестра відразу підійшла до них і щось сказала Вові. Я стояла далеко від них, тому нічого не чула. Я тільки знаю, що саме після розмови з Танею Вова і його друзі перестали наді мною сміятися. Я пишаюся тим, що я – молодша сестра Тані і тим, що у мене є старша сестра, яка завжди мені допоможе. Але я досі не знаю, що Таня сказала Вові й хлопцям. Як ви думаєте, що вона їм сказала?».

Текст для хлопців: «Мене звати Антон. У мене є старший брат Юра. Нещодавно я почав вчитися кататися на велосипеді. Перший час я часто падав, і сусідські хлопчики з мене сміялися. Мені було дуже прикро. Я навіть хотів закинути велосипед. Але Юра вирішив мені допомогти. В один прекрасний день ми з Юрою вийшли покататися на велосипеді. Там нас побачили хлопці. Вони почали про щось шепотітися і сміятися. Мій старший

братвідразу підійшов до них і щось сказав. Я стояв далеко від них, тому нічого не чув. Я тільки знаю, що саме після розмови з Юрою хлопчики перестали наді мною сміятися. Я пишаюся тим, що я молодший брат Юри і тим, що у мене є старший брат, який завжди мені допоможе. Але я до сих пір не знаю, що ж Юра сказав хлопцям. Як ви думаєте, що він їм сказав?».

Обробка результатів. Дитина, відповідаючи на питання психолога, повинен вирішити певну проблему, пов'язану з відносинами між дітьми, їх оцінкою ситуацій і розумінням емоційних станів інших людей. Відповіді оцінюються за трьох бальною шкалою (відповідно до критеріїв, які використовуються в тесті Д. Векслера).

Що Таня (Юра) сказала (сказав) хлопцям?

0 балів – дитина не відповідає або дає такі варіанти відповіді: «Не смійтеся», «Що ви робите?», «Як вам не соромно».

1 бал – «Старша сестра (старший брат) погрожувала (погрожував) хлопцям»;

2 бали – конструктивне рішення проблеми. Варіанти конструктивного рішення: старша сестра/брат просить хлопців залишити молодшу сестру/брата в спокої, інакше вона/він поскаржиться вчителям і батькам; старша сестра/брат пояснює хлопцям що так робити не можна, що це погано; старша сестра/брат пояснює хлопцям проблему своєї молодшої сестри/ брата і наполягає на тому, щоб хлопці припинили над нею/ним сміятися.

«Чому Таня (Юра) так вчинила (вчинив)?»

0 балів – дитина не розуміє питання.

1 бал – «Щоб не сміялися»; «Щоб не кривдили».

2 бали – «Люди відчують себе погано, якщо над ними сміються».

«Як би ти вчинив (а) в такій ситуації?»

0 балів – відповідь відсутня;

1 бал – «Треба попросити дорослих поговорити з кривдниками»;

2 бали – дитина сама приймає рішення, спираючись на свої почуття та почуття ображеної людини.

Рівні розвитку емоційного інтелекту: низький: 0-2 бали; середній: 3-4 бали; високий: 5-6 балів.

Додаток Д**Корекційне заняття для дітей дошкільного віку «Мандрівка у світ емоцій»**

Мета заняття – розвиток емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку шляхом навчання розпізнаванню, висловленню та регуляції власних емоційних станів.

Тривалість заняття: 20 хвилин

Матеріали: картки із зображенням базових емоцій (радість, сум, злість, здивування, страх, спокій), велика карта з позначеними «станціями емоцій» («Острів радості», «Гора злості», «Озеро суму»), кольорові фішки або магніти для позначок, звукові ефекти (музика для кожної емоції), іграшковий персонаж «Маленький Емоційко».

Структура заняття:

1. Вступна частина (3 хвилини)

Вихователь вітає дітей: «Доброго дня, діти! Сьогодні ми вирушимо у захопливу мандрівку у світ емоцій. Там ми зустрінемо різні почуття, навчимося їх розуміти та допомагати одне одному, якщо емоції стають надто сильними».

Сюрпризний момент: з'являється персонаж «Маленький Емоційко», який розповідає: «Привіт! Я загубився у світі емоцій і не знаю, як повернутися додому. Чи допоможете мені знайти дорогу?».

2. Основна частина (15 хвилин)

Подорож включає три етапи:

2.1. Станція «Острів радості» (5 хвилин)

На цій зупинці діти знайомляться з емоцією радості через активне сприйняття та власний емоційний досвід. Вихователь пропонує дітям розглянути картки із зображенням людей, що демонструють радість, та обговорити: що може викликати це почуття у кожного з них. Питання на кшталт «Що змушує тебе радіти?» і «Як виглядає людина, коли вона щаслива?» допомагають дітям краще усвідомити прояви радості. Після

обговорення проводиться емоційно-рухова гра «Танець радості» під веселу музику, яка сприяє вільному емоційному самовираженню. На завершення діти позначають свою фішку на карті у відповідній зоні «Острів радості», символізуючи успішне проходження етапу.

2.2. Станція «Гора злості» (5 хвилин)

На цій станції увага дітей фокусується на розпізнаванні й усвідомленні емоції злості. Вихователь показує картки із зображенням сердитих облич і обговорює із дітьми, які ситуації можуть викликати почуття злості або роздратування. Питання «Що тебе може розсердити?» і «Що ти відчуваєш, коли злишся?» сприяють розвитку емоційної рефлексії. Після обговорення діти виконують вправу «Дуй на гору» – спеціальну техніку глибокого дихання, яка допомагає знижувати внутрішнє напруження та контролювати прояви гніву. Пояснюється, як дихальні вправи можуть допомогти «здути» надлишкові емоції, не завдаючи шкоди собі та іншим.

2.3. Станція «Озеро суму» (5 хвилин)

Діти знайомляться із сумними емоціями, обговорюють способи підтримки один одного у стані смутку та виконують гру «Камінці підтримки», промовляючи доброзичливі слова одне одному: «Я з тобою, ти не сам!», «Усе буде добре».

3. Завершальна частина (2 хвилини)

Проводиться коротка рефлексія: діти діляться, яка емоція їм найбільше сподобалася, і що нового вони дізналися про емоції.

- Яка емоція вам найбільше сподобалася? Чому?
- Чи знаєте тепер, як допомогти собі, якщо емоція стає дуже сильною?

Персонаж «Маленький Емоційко» прощається: «Ви – справжні знавці емоцій! Тепер я можу повернутися додому. Дякую вам!».

Очікувані результати:

- 1) формування навичок розпізнавання та опису базових емоцій;

- 2) оволодіння початковими стратегіями саморегуляції емоцій (зокрема через дихальні техніки);
- 3) розвиток емпатійності та навичок емоційної підтримки в групі.

Тренінг для вихователів заклад дошкільної освіти «Емоційний інтелект у роботі педагога: шлях до гармонії»

Мета тренінгу – ознайомлення вихователів із концепцією емоційного інтелекту, його структурними компонентами та методами розвитку емоційної компетентності у себе та дітей.

Тривалість тренінгу: 1,5 години

Матеріали: презентація із теоретичними матеріалами (схеми, цитати), картки з прикладами емоційних ситуацій, маркери, папір А4, інформаційні роздруківки.

Структура тренінгу:

1. Вступна частина (10 хвилин)

Вітання учасників і представлення мети тренінгу. Проводиться вправа «Що таке емоційний інтелект?» – вихователі висловлюють власні думки, які обговорюються у групі. Подальше коротке пояснення поняття емоційного інтелекту, його основних компонентів за Д. Гоулманом.

2. Основна частина (60 хвилин)

2.1. Теоретичний блок (15 хвилин): висвітлення ролі емоційного інтелекту у професійній діяльності вихователя та особливостей розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

2.2. Практичний блок (45 хвилин):

- Вправа «Кольори емоцій» (розпізнавання власних емоцій)

Учасникам пропонувалося обрати серед запропонованих карток з назвами базових емоцій (радість, сум, страх, злість тощо) ту, яка найкраще відображає їхній поточний емоційний стан. Після вибору педагоги обговорювали, що спричинило цю емоцію, і які способи існують для її вираження чи регуляції. Вправа сприяла розвитку емоційної саморефлексії та усвідомлення ролі емоцій у професійній діяльності.

- Вправа «Емпатичне дзеркало» (розвиток навичок емпатійного слухання)

Робота в парах передбачала слухання партнера, який розповідав про певну емоційну ситуацію з власного досвіду. Завданням слухача було «віддзеркалити» емоції співрозмовника, сформулювавши відповідь у форматі: «Ти, мабуть, відчуваєш... тому що...». Вправа розвивала вміння співпереживати, точно зчитувати емоційні стани інших та формулювати підтримувальні емоційні реакції.

- Вправа «Рішення емоційних задач» (аналіз педагогічних ситуацій з емоційного супроводу дітей)

Педагогам пропонувалися короткі описи типових ситуацій із практики роботи з дітьми (наприклад, дитина плаче через сварку, проявляє агресію через втому тощо). Завдання полягало у визначенні емоційного стану дитини, можливих причин переживань та розробці конструктивної стратегії реагування. Вправа сприяла закріпленню знань про емоційний інтелект у контексті педагогічної взаємодії та розвитку навичок емоційного коучингу.

3. Завершальна частина (20 хвилин)

Рефлексивне обговорення досвіду участі у тренінгу, осмислення отриманих знань та планування можливостей практичного застосування навичок у професійній діяльності. Заключне слово тренера: «Емоційний інтелект – це не лише про розуміння емоцій, а й про те, як ми будуємо стосунки з дітьми, колегами і собою. Успіх починається з розуміння».

Очікувані результати:

- 1) підвищення обізнаності педагогів щодо емоційного інтелекту та його ролі у вихованні дітей;
- 2) розвиток власних навичок емоційної саморегуляції й емпатії;
- 3) освоєння практичних інструментів для стимулювання емоційного розвитку дошкільників;
- 4) створення більш гармонійного та емоційно безпечного середовища в освітній групі.