

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ ШКОЛЯРІВ

У статті розглядається вплив емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки школярів. Проаналізовано наукові підходи до визначення сутності емоційного інтелекту, його структурних компонентів та ролі у гармонізації соціальних контактів. Висвітлено вікові особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці, його значення для профілактики конфліктів, формування емпатії, толерантності й позитивного мікроклімату в учнівських колективах. Особливу увагу приділено зв'язку емоційного інтелекту з розвитком дружніх, товариських та довірчих взаємин.

Ключові слова: емоційний інтелект, міжособистісні стосунки, школярі, емпатія, соціалізація.

The article examines the impact of emotional intelligence on interpersonal relationships of schoolchildren. It analyzes scientific approaches to defining the essence of emotional intelligence, its structural components, and its role in harmonizing social contacts. The study highlights the age-specific features of emotional intelligence development in adolescence, its importance for conflict prevention, formation of empathy, tolerance, and a positive microclimate in school groups. Special attention is paid to the connection between emotional intelligence and the development of friendly, sociable, and trusting relationships.

Key words: emotional intelligence, interpersonal relationships, schoolchildren, empathy, socialization.

Постановка проблеми. Сучасна освітня парадигма спрямована не лише на інтелектуальний розвиток школярів, але й на формування особистісних характеристик, які визначають здатність до ефективної соціальної взаємодії. Особливе місце серед цих характеристик займає емоційний інтелект, що виступає базовим чинником у становленні гармонійних міжособистісних стосунків та психологічного благополуччя дітей і підлітків. Проблема розвитку емоційного інтелекту набуває особливої актуальності в умовах соціальних змін, війни, внутрішнього переміщення населення, цифровізації освіти та зростання психологічного навантаження на школярів. Саме емоційний інтелект є тим психологічним ресурсом, який забезпечує здатність до емоційної саморегуляції, підтримання продуктивної комунікації та профілактики конфліктів у дитячих і підліткових колективах. У цьому контексті дослідження впливу емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки школярів набуває не лише наукового, а й практичного значення, оскільки створює підґрунтя для побудови ефективних освітніх програм та психологічного супроводу учнів.

Феномен емоційного інтелекту широко висвітлений у працях

зарубіжних та українських учених. Його теоретичні засади розробляли М. Августюк, Л. Ракітянська, А. Четверик-Бурчак. Окрему увагу проблемі розвитку емоційного інтелекту дітей приділяли О. Бантишева, М. Шпак. Питання міжособистісних відносин школярів аналізували М. Горбатюк, Л. Котлова. Водночас менш дослідженим залишається саме взаємозв'язок емоційного інтелекту та міжособистісного спілкування школярів. Цей аспект розглядали лише окремі науковці – В. Гаврилькевич, В. Петринюк. Проте їхні дослідження окреслили лише окремі аспекти проблеми, не даючи повної картини про роль емоційного інтелекту у формуванні соціальних зв'язків школярів. Саме ця нерозробленість і зумовлює актуальність подальших досліджень у цьому напрямку.

Метою статті є визначення ролі емоційного інтелекту як чинника міжособистісних стосунків школярів та обґрунтування його значення у гармонізації комунікативної поведінки, профілактиці конфліктів і формуванні психологічного благополуччя учнів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Міжособистісна взаємодія є одним із ключових чинників становлення особистості школяра. Саме у взаєминах із ровесниками дитина формує цінності, набуває досвіду співпраці, розвиває здатність до емпатії та толерантності. Емоційний інтелект при цьому виступає своєрідним інтегратором, який забезпечує ефективність цих процесів. За визначенням Д. Гоулмана, емоційний інтелект безпосередньо визначає якість міжособистісних стосунків, оскільки рівень емоційного порозуміння між людьми залежить від уміння усвідомлювати та контролювати власні емоції і водночас розуміти емоційні стани інших [Ошибка: источник перекрестной ссылки не найден, с. 77].

Некогнітивна модель Р. Бар-Она розглядає емоційний інтелект як комплекс емоційних і соціальних навичок, серед яких емпатія, мовленнєва виразність, здатність до діалогу та соціальна відповідальність [Ошибка: источник перекрестной ссылки не найден, с. 78]. Таким чином, високий рівень емоційного інтелекту дозволяє школярам ефективно взаємодіяти, уникати деструктивних форм поведінки та налагоджувати довірливі контакти.

Особливу увагу дослідники приділяють емпатії як складовій емоційного інтелекту. Вона забезпечує здатність розуміти емоції інших і співвідносити їх із власним досвідом, що формує основу дружніх взаємин, взаємопідтримки та відчуття колективної приналежності. Розвинена емпатійна чутливість сприяє толерантності та формуванню відповідальності за власні слова й дії. В. Гаврилькевич довів, що емпатія має прямий зв'язок із характером міжособистісних стосунків підлітків: високий рівень емоційного інтелекту асоціюється з товариськими, дружніми та довірчими відносинами, тоді як надмірно високий рівень емпатії може формувати покірні чи залежні стосунки [1Ошибка: источник перекрестной ссылки не найден, с. 291].

Вікові особливості розвитку емоційного інтелекту також відіграють

вагому роль. За В. Моргуном, у віці від 11 до 14 років відбувається формування самосвідомості та усвідомленого вияву індивідуальності [Ошибка: источник перекрестной ссылки не найден, с. 12], що створює основу для більш глибоких і вибіркових соціальних контактів. Дослідження М. Шпак засвідчили, що підлітки характеризуються підвищеною емоційною збудливістю та стійкістю емоційних переживань, що часто призводить до конфліктів. Саме розвиток емоційного інтелекту допомагає їм контролювати імпульсивність, долати тривожність і будувати конструктивні міжособистісні стосунки [Ошибка: источник перекрестной ссылки не найден, с. 82].

Окремої уваги заслуговують статево-рольові відмінності. Як свідчать дослідження О. Бантишевої, дівчата частіше демонструють високий рівень емпатії та розуміння емоцій, тоді як хлопці краще розвивають навички емоційної саморегуляції [Ошибка: источник перекрестной ссылки не найден, с. 171]. Відповідно через гендерну різницю особливості емоційного інтелекту безпосередньо впливають на характер міжособистісних стосунків: дівчата будують глибші емоційні зв'язки, тоді як хлопці частіше врівноважують конфліктні ситуації.

Таким чином, можна стверджувати, що розвиток емоційного інтелекту у школярів має визначальний вплив на якість їхніх соціальних контактів, формування здатності до конструктивної взаємодії, толерантності та взаємоповаги.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Отже, емоційний інтелект виступає фундаментальною основою для формування гармонійних міжособистісних стосунків школярів. Він забезпечує здатність усвідомлювати й контролювати власні емоції, розуміти переживання інших та будувати продуктивну комунікацію. Високий рівень ЕІ сприяє зменшенню конфліктності, підвищує рівень соціальної адаптації та формує позитивний мікроклімат у дитячих і підліткових колективах. Перспективним напрямом подальших досліджень є розробка та впровадження програм розвитку емоційного інтелекту в шкільній освіті, враховуючи вікові та статеві особливості учнів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бантишева О. О. Психологічні особливості емоційного інтелекту осіб юнацького віку, схильних до віктимної поведінки : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2017. 305 с.
2. Гаврилькевич В., Петринюк В. Емпіричне дослідження взаємозв'язку міжособистісних відносин та емоційного інтелекту у підлітків. *Психологічні травелогі: науковий журнал*. Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2024. № 4. С. 283-292.
3. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків : Віват, 2019. 512 с.
4. Седих К. В., Моргун В. Ф. Делінквентний підліток. Навчальний посібник з психопрофілактики, діагностики та корекції протиправної поведінки підлітків для студентів психологічних, педагогічних, соціальних, юридичних спеціальностей та інтернів-психіатрів. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2019. 272 с.

5. Шпак М. М. Особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2016. Вип. 5. Т. 2. С. 80-84.

Науковий керівник

к. психол. н., доц. Білоус Р. М.