

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ



Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції

**ПРОДОВОЛЬЧА ТА ЕКОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА
В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ПОВОЄННОЇ ВІДБУДОВИ:
ВИКЛИКИ ДЛЯ УКРАЇНИ ТА СВІТУ**

*присвяченої 125-річчю Національного університету
біоресурсів і природокористування України*

**Секція 4. Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни
та глобальних викликів**

**25 травня 2023 року
Київ, Україна**

Організатор конференції:

Національний університет біоресурсів і
природокористування України

Продовольча та екологічна безпека в умовах війни та повоєнної відбудови: виклики для України та світу: мат. Міжн. наук.-практ. конф., секція 4: Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни та глобальних викликів (м. Київ, 25 трав. 2023 р.). Київ, 2023. С. 358.

Матеріали конференції подано в авторській редакції.

У збірнику подано результати обговорення актуальних проблем, перспектив і шляхів забезпечення продовольчої та екологічної безпеки в умовах війни, плану відновлення України, сталого розвитку світу в контексті глобальних і регіональних викликів, трансформації суспільства та формування нової парадигми розвитку.

Редакційна колегія:

Ніколаєнко С. М. (відповідальний редактор), Кваша С. М., Кондратюк В. М., Ткачук В. А., Шинкарук В. Д., Барановська О. Д., Баль-Прилипка Л. В., Братішко В. В., Глазунова О. Г., Гриценко І. С., Діброва А. Д., Євсюков Т. О., Каплун В. В., Коломієць Ю. В., Кононенко Р. В., Васишин Р. Д., Мельник В. І., Остапчук А. Д., Отченашко В. В., Рудик Я. М., Ружило З. В., Савицька І. М., Тонха О. Л., Цвіліховський М. І., Яра О. С.

Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції

**ПРОДОВОЛЬЧА ТА ЕКОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ПОВОЄННОЇ
ВІДБУДОВИ: ВИКЛИКИ ДЛЯ УКРАЇНИ ТА СВІТУ**

*присвяченої 125-річчю Національного університету біоресурсів
і природокористування України*

Секція 4. Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни та глобальних викликів

Відповідальний за випуск: **Отченашко В. В.**

© НУБіП України, 2023.

УДК 37.015.3: 159.9
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

ПІДЛІТКІВ

Корнієнко А.Д., студентка 4 курсу спеціальності “Психологія”,
Національний університет біоресурсів і природокористування України,
м. Київ

Зелінська Я.Ц., кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
(yazelinska@nubip.edu.ua)
Національний університет біоресурсів і природокористування України,
м. Київ

Добре розвинений емоційний інтелект є важливою умовою для формування адаптивної поведінки особистості. Низький рівень емоційного інтелекту тісно пов'язаний з соціальною дезадаптацією і емоційними розладами: депресією, тривогою, різними формами відхилень поведінки. Зміни в пізнавальній та емоційній сфері підлітка відіграють значну роль в розвитку емоційного інтелекту, тому проблема розвитку емоційного інтелекту є актуальною саме для підліткового віку. Несвоєчасний розвиток або порушення емоційної сфери підлітка призводить до підвищеної тривожності, сором'язливості, страхів у спілкуванні та самовираженні, агресії, емоційного виснаження, переживання стресу. Емоційний інтелект визначається як здатність спостерігати власні емоції і емоції інших людей, розрізняти їх та використовувати цю інформацію для вирішення проблем та регуляції поведінки.

Нещодавні дослідження ролі емоціонального інтелекту у психічному здоров'ї підлітків показали, що емоційно обдаровані підлітки добре адаптуються до нових умов, краще уживаються в колективі, частіше стають лідерами. Вони вміють контролювати свої почуття за будь-яких умов та враховувати почуття інших.

Програма розвитку емоційного інтелекту, запропонована у дослідженні А. Капаціної передбачає розвиток вміння розпізнавати та усвідомлювати свої емоції та емоції інших; виділяти стратегії самомотивації; оволодіння засобами ефективного управління стресом; оволодіння навичками саморегуляції власних психічних станів [1]. Можливості системного підходу (О.О. Бодальов, Б.Ф. Ломов, К.К. Платонов, Ю.Г. Юдін) дозволяють вивчати розвиток емоційного інтелекту як процесу, що складається з різних взаємозалежних елементів, упорядкованих і складноорганізованих не просто у певну сукупність, а через проникнення в їхню сутність, властивості та зв'язок.

Переваги застосування когнітивного підходу до розвитку емоційного інтелекту полягають у можливості навчіння новим способам емоційного мислення, що стимулюють розуміння емоцій та ефективне управління ними. Розвивальні вправи когнітивного напрямку спрямовані на усвідомлення системи когнітивних оцінок, диференціацію та вербалізацію варіативності провідних емоційних реакцій, конструювання адекватних та адаптивних емоційних реакцій на когнітивному рівні, в уяві або на рівні прямих дій. Кінцевою метою цього напрямку у розвитку емоційного інтелекту є змінення способів мислення, які підтримують неефективну емоційну поведінку. Гуманістична парадигма у психології ґрунтується на цінності актуальної ситуації, відчуттів і досвіду особистості, на вірі у його конструктивні сили. Можливості гуманістичного напрямку в контексті розвитку емоційного інтелекту пов'язані з асиміляцією емоційних переживань, стимулюванням вираження почуттів, актуалізацією емпатичних та рефлексивних здібностей, здатностей до розуміння та управління емоційними станами. Біхевіоріальний напрям розвитку емоційного інтелекту робить акцент на довільних способах управління емоціями та їх експресивного вираження. Способи розвитку емоційного інтелекту у межах поведінкового підходу мають на меті гальмування неефективних форм емоційної поведінки; оволодіння прийомами саморегуляції та навичками самоконтролю. Кінцева мета – навчіння способам емоційної поведінки та експресивного реагування в різних життєвих ситуаціях.

Таким чином, можна зробити наступні висновки: 1. Важливою умовою забезпечення

адаптації особистості підлітка в умовах глобальних викликів є емоційний інтелект, що формується як цілісне особистісне утворення, яке забезпечує емоційну стійкість підлітка. 2. Емоційний інтелект визначається як сукупність найрізноманітніших здібностей підструктур особистості: когнітивної, емоційно-вольової, поведінкової, які зберігаються при різних змінах умов діяльності. 3. У саморегуляції психоемоційних станів підлітків слід враховувати їх емоційний інтелект та наступні особистісні особливості: тривожність, мотивацію навчальної діяльності, здібності до самоорганізації, провідні копінги.

Перелік посилань

1. Капацына А. Программа развития эмоционального интеллекта [Електронний ресурс]: <http://www.trepsy.net/world/?stat=2559>.