

Взаємозв'язок емоційного інтелекту та психічного стану молодшого школяра

М. М. Шпак

Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка, м. Тернопіль, Україна
Corresponding author. E-mail: mariashpak@mail.ru

Paper received 22.08.2016; Accepted for publication 10.09.2016.

Анотація. У статті аналізуються результати емпіричного дослідження емоційного інтелекту молодших школярів. Охарактеризовано один із його структурних компонентів – емоційну складову, яка відображає особливості емоційного реагування дитини в умовах стресогенних ситуацій навчальної діяльності. Встановлено, що в учнів з високим емоційним інтелектом у більшій мірі проявляються позитивні емоції, гарне самопочуття, вони здатні розуміти власні емоції та управляти ними. В учнів з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту більш виражені негативні емоції, тривожність, погане самопочуття, їм важко управляти своїм емоційним станом. Доведено залежність психічного стану молодших школярів від рівня розвитку у них емоційного інтелекту.

Ключові слова: емоційний інтелект, емоції, молодший шкільний вік.

Постановка проблеми. Сучасна освіта здебільшого орієнтована на формування в учнів знань, умінь та навичок, при цьому недостатньо уваги приділяється емоційним переживанням дітей, які виникають у процесі навчальної діяльності. Тому психологи та педагоги-практики звертають увагу на яскраво виражений дисбаланс у розвитку емоційної та інтелектуальної сфер психіки дитини з очевидним домінуванням останньої у контексті традиційного підходу до навчання і виховання молодших школярів в умовах сучасної початкової школи. Відтак постала необхідність зміщення акцентів із результативної складової навчання на гармонійний особистісний розвиток учня. Актуальність зазначеного посилюється зростанням емоційних розладів серед учнівської молоді та відсутністю психологічно обґрунтованої системи запобігання стресогенним впливам на особистість. У цьому контексті важливу роль, на нашу думку, може відіграти феномен емоційного інтелекту особистості, розвиток якого сприятиме збереженню психічного здоров'я як окремої людини, так і підвищенню психологічної культури суспільства в цілому [1].

Метою нашого дослідження є теоретично обґрунтувати та емпірично перевірити те, що значущим особистісним чинником, який обумовлює психічний стан дитини, є емоційний інтелект, який забезпечує здатність розуміти власні емоції та емоції інших людей, управляти своїм емоційним станом, що сприяє, у свою чергу, ефективності спілкування та міжособистісній взаємодії, успішності соціально-психологічної адаптації учня до умов шкільного навчання.

Виклад основного матеріалу дослідження. Відтак, для емпіричного підтвердження теоретичних міркувань нами було проведено експериментальне дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту в молодших школярів в цілому та показників його емоційного компоненту зокрема. У ньому взяло участь 482 дітей молодшого шкільного віку (учнів 1-4 класів), серед них: 237 дівчат і 245 хлопців. Отож, дослідницька увага була сфокусована на вивченні особливостей емоційного реагування молодших школярів в емоціогенних ситуаціях. Передбачалося, що належним чином розвинутий емоційний інтелект є

особистісним чинником забезпечення психологічного благополуччя дитини.

З цією метою нами застосовувались наступні психодіагностичні методики дослідження: методика «Диференціальних емоцій» К. Ізарда для визначення фундаментальних емоцій, які найчастіше проявляються у молодших школярів; методика «Визначення емоційності» В. В. Суворової для виявлення рівня прояву та динаміки емоційних переживань особистості; тест шкільної тривожності А. Філіпса для дослідження характеру та рівня тривожності, пов'язаної зі школою та навчанням молодших школярів; опитувальник «ЕмІн» Д. В. Люсіна для визначення інтегрального показника розвитку емоційного інтелекту особистості.

Досліджуючи емоційний стан учнів, їхні емоційні переживання у процесі навчальної діяльності, ми намагалися з'ясувати, які саме емоції учні найчастіше переживають на уроках. Так, за допомогою методики диференціальних емоцій К. Ізарда [2] ми визначили, по-перше, модальність та знак домінуючих емоцій, по-друге, частоту прояву фундаментальних емоцій у молодших школярів, а також їх динаміку впродовж навчання у початкових класах. Згідно з ключем мінімальне значення вираженості емоції оцінювалося в 1 бал, а максимальне – у 5 балів. Обробка результатів передбачала знаходження середнього значення вираженості кожної емоції. Після того усереднені дані було проранговано та визначено ієрархію прояву фундаментальних емоцій у молодших школярів у процесі навчальної діяльності.

Рангування частотності прояву фундаментальних емоцій в молодших школярів представлено у таблиці 1.

Як видно з табл. 1, найчастіше в учнів проявляються такі емоції, як: радість (4,8), інтерес (4,4), здивування (4,1), що свідчить загалом про бадьорий, життєрадісний настрій молодших школярів та позитивний емоційний фон навчальної діяльності. При чому, як було нами виявлено, така тенденція спостерігається в основному на протязі усього молодшого шкільного віку. До того ж встановлено, що основним джерелом емоційних переживань дитини цього віку є учіння, взаємини з однокласниками, участь в іграх тощо.

Таблиця 1. Рангування частотності прояву фундаментальних емоцій у молодших школярів

№ п/п	Фундаментальні емоції	Середнє значення (у балах)	Рангове місце
1	Радість	4,8	1
2	Інтерес	4,4	2
3	Подив	4,1	3
4	Страх	3,7	4
5	Сором	3,2	5
6	Провина	2,7	6
7	Горе	2,5	7
8	Гнів	2,0	8
9	Відраза	1,7	9
10	Презирство	1,4	10

Позитивні емоції, як свідчать результати наших спостережень та опитування учителів, стимулюють пізнавальну активність учнів, розвивають у них бажання вчитися. Однак у третьому і четвертому класах питома вага переживання цих емоцій дещо спадає, особливо «інтерес» у четвертому класі, що свідчить про зниження пізнавальної мотивації учіння.

Водночас досить часто в учнів спостерігаються й такі емоції, як страх (3,7), сором (3,2), провина (2,7), горе (2,5). При цьому страх тримається на досить високому і стабільному рівні впродовж усього навчання в початкових класах. Разом з тим, в учнів 1-2 класів більше проявляється емоція сорому, що пов'язано, на нашу думку, з вищим рівнем моральної вихованості та орієнтацією цієї вікової категорії учнів на соціально задані норми поведінки, а, значить, якщо учень не дотримався певних норм і правил шкільного життя, це, як правило, виражається у прояві ним почуття сорому. У той час, як в учнів 3-4 класів частіше проявляється емоція провини, що зумовлено, на нашу думку, вищим рівнем емоційного самоусвідомлення, з більш критичною власною оцінкою себе. Тому порушення норм поведінки чи вимог дорослих в основному викликає в дитини цього віку таке почуття.

Загалом у процесі бесід з учнями та вчителями початкових класів ми з'ясували, що негативні емоційні переживання молодших школярів найчастіше пов'язані з неуспішністю навчання, з авторитарним стилем педагогічного спілкування, а також критикою, звинуваченням або покаранням батьків за погані оцінки чи неналежну поведінку в школі. Причиною афективних станів, які іноді трапляються, є

розходження між рівнем домагань школяра та оцінкою учителем, батьками його реальних навчальних успіхів і досягнень. Як наслідок, негативні емоції зумовлюють погане емоційне самопочуття молодшого школяра та відчуття психологічного неблагополуччя.

Водночас, аналізуючи статеві відмінності динаміки переживання молодшими школярами різних емоційних станів, було встановлено, що більша амплітуда їх коливань, схильність до афектів, частих і різких змін настрою характерна більше для дівчат порівняно з їх ровесниками-хлопцями.

З метою дослідження інтегрального показника рівня емоційності особистості ми використали методу «Визначення емоційності» В. В. Суворової [2], адаптовану нами для дітей молодшого шкільного віку. Як відомо, емоційність розглядається як одна із найважливіших, поряд із психічною активністю, характеристик індивідуальності, яка відображає чутливість людини до емоційних ситуацій, особливості її емоційного реагування, схильність її до переживань емоцій певної модальності. Діагностика учнів 1-х класів проводилася індивідуально у формі бесіди, учнів 2-4-х класів – у груповій формі. Методика включає 15 запитань, на які діти відповідали "Так" або "Ні". Обробка результатів здійснювалася за кількісним підрахунком позитивних відповідей на вказані запитання. Вимір рівня емоційності особистості оцінюється у балах: 0-5 балів – низький рівень емоційності; 6-10 балів – середній рівень емоційності; від 11 балів і більше – високий рівень емоційності особистості. Узагальнені результати дослідження емоційності учнів початкових класів представлені у таблиці 2.

Таблиця 2. Кількісні результати дослідження емоційності учнів початкових класів за методикою В. В. Суворової

№	Рівень емоційності	Показник (кількість балів)	Кількість учнів (у %)
1	Високий	11 і більше	22
2	Середній	6-10	59,9
3	Низький	0-5	18,1

Як видно з таблиці 2, висока емоційність виявлена у 22% учнів початкових класів. Ці діти характеризуються надмірною емоційною збудливістю та активністю у поведінці та навчальній діяльності, разом з тим, невмінням контролювати свої емоції у процесі спілкування та міжособистісної взаємодії. Це призводить часто до емоційної дезадаптації, конфліктності з однолітками та дорослими. Середній рівень емоцій-

ності спостерігається у 60% учнів, а це означає, що швидкість і глибина емоційної реакції цих дітей на ті чи інші події є цілком адекватною. Водночас вони є також емоційно вразливими, однак більш стриманими у поведінці, посередньо контролюють свої емоційні прояви. Низьку емоційність мають 18% молодших школярів. Вони є врівноваженими та спокійними,

однак часто проявляють безініціативність, байдужість до виконання навчальних завдань та вимог дорослих.

Вікову динаміку емоційності молодших школярів за класами відображено на рис. 1.

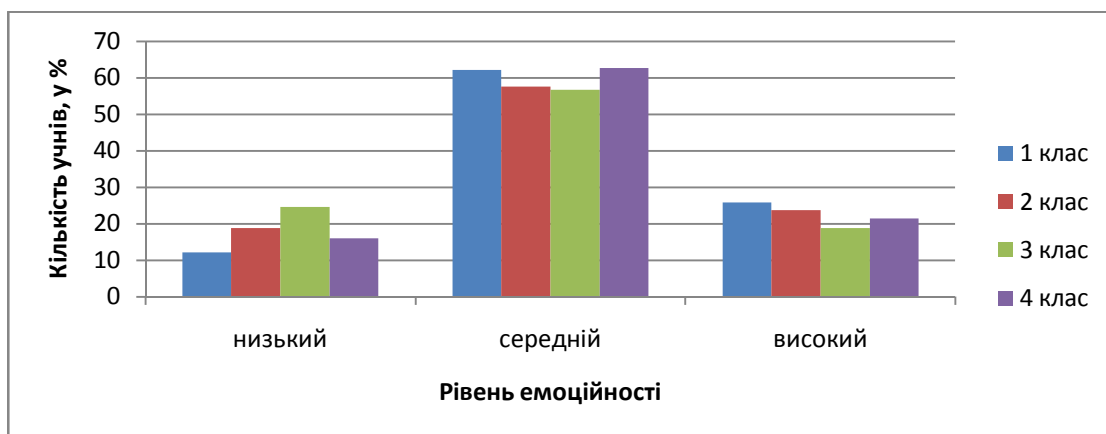


Рис. 1. Емпіричні показники рівня емоційності молодших школярів

Як видно з рис. 1, високий рівень емоційності найбільше проявляється у першокласників, що свідчить про надмірну силу емоцій та невміння дитини цього віку контролювати інтенсивність емоцій. Це пов'язано, на нашу думку, з тим, що довільність як психологічне новоутворення, яке виникає на межі дошкільного та молодшого шкільного віку, лише формується. Протягом навчання у 2-3 класах спостерігається зменшення високого рівня емоційності, що зумовлено зниженням імпульсивності дітей та збільшенням ролі вольової саморегуляції діяльності і поведінки. Однак у кінці 4 класу вона знову дещо підвищується, оскільки емоційні переживання вже більш пов'язані з когнітивними компонентами самосвідомості, з рефлексією, більш критичним ставленням до себе.

Одержані дані свідчать про статеві відмінності емоційного реагування молодших школярів. Так, нами виявлено, що більша емоційність властива дівчаткам, порівняно з їхніми ровесниками – хлопцями. Особливо це помітно на початковому етапі навчання у школі.

Отже, яскраво виражена емоційність може ускладнювати міжособистісні стосунки з однокласниками та вчителями і негативно впливати на діяльність та поведінку учнів початкових класів. У той же час, учні з низькою емоційністю потребують формування позитивної мотивації учіння та підвищення рівня домагань, а також розвитку експресивності вираження емоцій. Відтак це дає підставу стверджувати про доцільність і необхідність розробки та впровадження спеціальних програм щодо розвитку емоційного інтелекту в молодших школярів з метою формування у них уміння здійснювати емоційну саморегуляцію та емоційний самоконтроль, що сприятиме адекватному прояву емоцій у різних навчальних та життєвих ситуаціях.

Дослідження особливостей прояву шкільної тривожності в учнів здійснювалось нами за допомогою тесту шкільної тривожності А. Філіпса. Він дозволяє визначити не тільки рівень загальної тривожності у школі, але й основні чинники, які її зумовлюють. Результати дослідження загального показника шкільної тривожності молодших школярів відображено у таблиці 3.

Таблиця 3. Рівнева характеристика шкільної тривожності молодших школярів

Рівень шкільної тривожності	Класи				Середнє значення
	1 клас	2 клас	3 клас	4 клас	
	к-сть учнів (%)	к-сть учнів (%)	к-сть учнів (%)	к-сть учнів (%)	
Низький	10,3	15,3	23	12,7	15,3
Середній	22,4	20,3	31,1	27	25,2
Підвищений	31,1	31,4	27	34,1	30,9
Високий	36,2	33	18,9	26,2	28,6

Як видно з табл. 3, найбільшу кількість учнів з високим рівнем шкільної тривожності виявлено у першому класі. Це пов'язано, на нашу думку, зі вступом дитини до школи та адаптацією до нових умов шкільного життя. Привертає увагу і значний відсоток дітей з високим рівнем шкільної тривожності серед другокласників, що є свідченням формування навчальної діяльності як провідної у цьому віці і високої значущості учіння як виду діяльності у другому класі. Як засвідчують наші спостереження,

саме ця категорія учнів з високим рівнем тривожності є найбільш емоційно нестійкою, їм властива підвищена чутливість і збудливість. Найбільше дітей з низьким рівнем шкільної тривожності спостерігаємо у 3 класі. Це пов'язано, на нашу думку, зі зниженням інтересу до навчання та втратою бажання вчитися через втому, розумові перевантаження, навчальні труднощі. На кінцевому етапі навчання у початкових класах рівень шкільної тривожності дещо зростає. Відтак значну кількість учнів з високим рівнем

шкільної тривожності також помітно у четвертому класі, що обумовлено, як нам видається, підготовкою молодших школярів до державної підсумкової атестації та переходу з початкової у середню ланку школи загалом.

Таким чином, нами виявлено, що низький рівень тривожності характерний для 15,3% обстежуваних; середній – для 25,2% молодших школярів; підвищений для 30,9%, а високий – для 28,6% учнів, що вказує на наявність саме у них надмірної напруги, хвилювання, занепокоєння.

Якісний аналіз отриманих результатів показав, що детермінантами появи та розвитку високого рівня шкільної тривожності найчастіше є:

- успішність/неуспішність навчання (невдачі в оволодінні знаннями, педагогічні оцінки);
- страхи, пов'язані зі стосунками з учителями (негативне ставлення педагога до учня, емоційна холодність, авторитарний стиль спілкування, «наклеювання ярликів» на дітей, залякування, покарання учнів);
- страхи, пов'язані із взаєминами в учнівському колективі (негативний емоційний досвід налагодження стосунків з однокласниками, агресивність учнів, соціальна позиція «ізолюваного» учня);
- індивідуально-типологічні особливості нервової системи дитини (підвищена емоційна збудливість, надмірна емоційна чутливість).

Встановлено, що підвищена шкільна тривожність найяскравіше проявляється у молодших школярів за

такими чинниками: страх самовираження, страх перевірки знань, боязнь не відповідати очікуванням дорослих. Так, страх самовираження пов'язаний з негативним емоційним переживанням ситуацій, які передбачають саморозкриття, представлення себе іншим та демонстрацію своїх можливостей. Страх перевірки знань найчастіше викликаний низькою успішністю навчання чи проблемами у стосунках з учителем. Страх не відповідати очікуванням дорослих пов'язаний з орієнтацією учня на думку про нього значущих людей (учителя, батьків) та оцінюванням ними його знань, учинків, досягнень.

Разом з тим, нами були виявлені й статеві відмінності у прояві шкільної тривожності. Так, серед хлопчиків показник шкільної тривожності вищий приблизно на 10%, ніж серед дівчаток. Особливо це спостерігається на початкових етапах шкільного навчання. Водночас, на кінець молодшого шкільного віку ці показники вирівнюються за рахунок підвищення шкільної тривожності у дівчаток.

Отже, застосування комплексу психодіагностичних методик, спрямованих на визначення особливостей емоційного реагування учнів, аналіз отриманих результатів та їх узагальнення, дозволили нам охарактеризувати емоційний компонент емоційного інтелекту молодших школярів в цілому. Узагальнені результати дослідження емоційного компоненту емоційного інтелекту молодших школярів відображено у таблиці 4.

Таблиця 4. Рівень розвитку емоційного компоненту емоційного інтелекту молодших школярів

№ п/п	Рівень розвитку	Кількість учнів, у %				Середнє значення
		1 клас	2 клас	3 клас	4 клас	
1	Високий	31	28,8	18,8	23,8	25,6
2	Середній	57,8	54,2	57,4	61,9	57,8
3	Низький	11,2	17	23,8	14,3	16,6

З таблиці 4 видно, що найбільше молодших школярів (57,8%) мають середній рівень розвитку емоційного компоненту емоційного інтелекту. Отримані результати відповідають, на нашу думку, нормативним показникам, адже оптимальний рівень емоційності – природна і обов'язкова особливість активної особистості. Водночас, на нашу думку, викликає занепокоєння емоційний стан тих учнів, у яких виявлено як високий (25,6%), так і низький рівень (16,6%) розвитку емоційної складової емоційного інтелекту.

Справа в тому, що надмірна емоційність, яка виражається у підвищеній емоційній збудливості, тривожності та нервозності, може негативно впливати на навчальну діяльність та поведінку учнів початкових класів, ускладнювати як процес управління емоціями, так і спілкування дітей з оточуючими. Відтак це може спровокувати шкільну дезадаптацію молодших школярів. Безперечно, емоційність пов'язана з властивостями нервової системи, типом темпераменту особистості, тому ми можемо припустити, що вона впливає на розвиток емоційної саморегуляції у дітей молодшого шкільного віку й, відповідно виступає як психофізіологічний чинник розвитку емоційного інтелекту молодших школярів.

На відміну від високої емоційності, учні з низьким рівнем емоційного реагування характеризуються бай-

дужістю, безініціативністю, індиферентним ставленням до навколишнього середовища. Відтак це вимагає розвитку експресивності в учнів, а також уваги до мотивів навчальної діяльності та підвищення у них почуття відповідальності. Окрім цього, можна припустити, що низькі показники за означеним компонентом можуть приховувати за собою захисний психологічний механізм витіснення реальної тривожності чи бажання «показати себе з кращого боку».

З метою визначення інтегрального показника розвитку емоційного інтелекту та сформованості його структурних компонентів на етапі завершення молодшого шкільного віку, зокрема в учнів 4-х класів (n=126), нами використано опитувальник «ЕМІн» Д.В. Люсіна[4]. Отримані результати показали, що лише 11,1% учнів мають високий рівень розвитку емоційного інтелекту. У третини досліджуваних (34,9%) виявлено середній рівень розвитку емоційного інтелекту. Більша половина молодших школярів (54%) мають низький рівень розвитку емоційного інтелекту.

Аналізуючи емпіричні показники емоційного компоненту з загальним рівнем розвитку емоційного інтелекту, встановлено, що в учнів з високим емоційним інтелектом у більшій мірі проявляються позитивні емоції, гарне самопочуття, вони здатні розуміти власні емоції та управляти ними. В учнів з низьким рівнем

розвитку емоційного інтелекту більш виражені негативні емоції, тривожність, погане самопочуття. Їм важко управляти своїм емоційним станом у процесі спілкування й соціальної взаємодії з іншими людьми.

З метою підтвердження отриманих даних нами було здійснено розрахунки коефіцієнтів кореляції Пірсона за показниками емоційного компоненту емоційного інтелекту молодших школярів. Так, виявлено позитивний статистично значущий взаємозв'язок між емоційним інтелектом та позитивними емоціями в навчальній діяльності ($r=0,44$; $p \leq 0,01$), позитивною самооцінкою ($r=0,36$; $p \leq 0,01$), позитивним ставленням до себе ($r=0,39$; $p \leq 0,01$). Обернені кореляційні взаємозв'язки виявлено між емоційним інтелектом і шкільною тривожністю ($r=-0,47$; $p \leq 0,05$).

Нами визначено також статеві відмінності в основних показниках емоційного компоненту емоційного інтелекту, які проявляються на рівні їх взаємозв'язків з емоційними властивостями особистості. Так, зокрема, було встановлено, що рівень емоційності у дівчат вищий порівняно з хлопцями. Відтак дівчата краще експресивно виражають свої емоції за допомогою міміки, жестів та інтонаційності мовлення, тоді як хлопці, навпаки, більш контролюють прояв емоційної експресії. Отримані дані відповідають гендерним уявленням про експресивність жінок та емоційну стриманість чоловіків (Є. П. Ільїн) [3].

Разом з тим, було виявлено, що у хлопців дещо

вищий рівень шкільної тривожності. Це пов'язано, на нашу думку, по-перше, з самооцінкою та емоційним ставленням до себе як до суб'єкта навчальної діяльності, по-друге, з тим, що дівчата частіше «викидають» свої негативні емоції на зовні, більше обговорюють свої навчальні труднощі та пов'язані з ними емоційні проблеми, тоді як хлопці частіше тримають свої емоції всередині. Аналізуючи дану ситуацію, можна також припустити, що на уроках учителі поводяться з хлопцями суворіше – використовують покарання, залякування, принижують учнів та ін. Так, нами виявлено прямі кореляційні зв'язки між показником загальної шкільної тривожності та чинником страх ситуації перевірки знань ($r=0,33$ при $p \leq 0,01$), чинником проблеми і страху у стосунках з учителями ($r=0,28$ при $p \leq 0,01$).

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, на основі аналізу наукових праць з проблеми дослідження та отриманих результатів емпіричного дослідження, можемо констатувати залежність особливостей емоційного реагування учнів та психічного стану молодших школярів загалом від рівня розвитку у них емоційного інтелекту. Потребують подальшої розробки психодіагностичні методики для дослідження емоційного інтелекту в дітей, а також психолого-педагогічні технології розвитку емоційного інтелекту молодших школярів у процесі навчальної діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии: монография / И.Н. Андреева. – Новополюк: ПГУ, 2011. – 388 с.
2. Изард К. Психология эмоций / К. Изард; пер. с англ. А. Татлыбаева. – СПб.: Питер, 2008. – 464 с.
3. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2002. – 752 с.
4. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д.В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3-22.

REFERENCES

1. Andreeva I.N. Jemocional'nyj intellekt kak fenomen sovremennoj psihologii: monografija / I.N. Andreeva. – Novopolock: PGU, 2011. – 388 s.
2. Izard K. Psihologijaj emocij / K. Izard; per. s angl. A. Tatlybaeva. – SPb.: Piter, 2008. – 464 s.
3. Il'in E.P. Jemociiichuvstva / E.P. Il'in. – SPb: Piter, 2002. – 752 s.
4. Ljusin D.V. Novaja metodika dlja izmerenijaj emocional'nogo intellekta: oprosnik JemIn / D.V. Ljusin // Psihologicheskaja diagnostika. – 2006. – № 4. – S. 3-22.

The relationship of emotional intelligence and mental state of elementary school pupil

Shpak M.

Abstract. The results of empirical research of emotional intelligence of elementary school pupils are analyzed in the article. One of its structural components - the emotional aspect, which reflects the characteristics of a child's emotional response under stressful situations of learning activities is characterized. It was determined that positive emotions, feeling of well-being increasingly appear at pupils with high emotional intelligence, they are able to understand their own emotions and manage them. Negative emotions, anxiety, poor health are more obvious at pupils with low level of emotional intelligence, it is difficult to control their emotional state. The dependence of mental state of elementary school pupils on the level of their emotional intelligence is proved.

Keywords: emotional intelligence, emotions, elementary schoolage.

Взаимосвязь эмоционального интеллекта и психического состояния младшего школьника

М. М. Шпак

Аннотация. В статье анализируются результаты эмпирического исследования эмоционального интеллекта младших школьников. Охарактеризовано один из его структурных компонентов – эмоциональную составляющую, которая отражает особенности эмоционального реагирования ребенка в условиях стрессогенных ситуаций учебной деятельности. Установлено, что в учащихся с высоким эмоциональным интеллектом в большей степени проявляются положительные эмоции, хорошее самочувствие, они способны понимать собственные эмоции и управлять ими. У учащихся с низким уровнем развития эмоционального интеллекта более выражены негативные эмоции, беспокойство, плохое самочувствие, им трудно управлять своим эмоциональным состоянием. Доказана зависимость психического состояния младших школьников от уровня развития у них эмоционального интеллекта.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, эмоции, младший школьный возраст.