



УДК 377.5:373.2:159.944

[https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-8\(48\)-2008-2020](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-8(48)-2008-2020)

Козлюк Ольга Андріївна кандидат педагогічних наук з дошкільної педагогіки, доцент, доцент кафедри дошкільної педагогіки та психології та спеціальної освіти імені проф. Т. І. Поніманської Рівненського державного гуманітарного університету, м. Рівне, тел.: (050) 64-09-114, <https://orcid.org/0000-0002-6948-327X>

Косарєва Оксана Іванівна кандидат педагогічних наук з дошкільної педагогіки, доцент, доцент кафедри дошкільної педагогіки та психології та спеціальної освіти імені проф. Т. І. Поніманської Рівненського державного гуманітарного університету, м. Рівне, тел.: (098) 55-31-158, <https://orcid.org/0000-0001-6905-905X>

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК РЕСУРС УПРАВЛІНСЬКОЇ ТА ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Анотація. У статті розкрито сутність емоційного інтелекту як ключового компонента професійної компетентності майбутніх вихователів і керівників закладів дошкільної освіти. Обґрунтовано важливість розвитку емоційної саморегуляції, емпатії, самомотивації та вміння розпізнавати емоції в контексті ефективної міжособистісної взаємодії та подолання професійного вигорання.

Подано аналіз літератури з питань емоційного інтелекту. Розглядається зв'язок емоційного інтелекту з емоційною компетентністю, соціальними навичками, саморефлексією. Згадується також новий термін «соціально-емоційна грамотність», який узагальнює здатність розпізнавати емоції, будувати здорову соціальну взаємодію та усвідомлено виражати почуття.

Представлено результати діагностики емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти спеціальності «Дошкільна освіта» за методикою Н. Холла, які засвідчили переважно середній і низький рівень сформованості цього ресурсу, зокрема в аспектах управління емоціями та самомотивації.

Описано практичний досвід упровадження елементів тренінгу з розвитку емоційного інтелекту у межах вибіркового освітнього компонента «Методика розвитку емоційного інтелекту»: тренінгові вправи, щоденники емоцій, робота з базовими емоціями. Зазначено, що розвиток емоційної компетентності сприяє особистісному зростанню здобувачів освіти, підвищує ефективність їхньої педагогічної та управлінської діяльності, формує готовність до роботи в емоційно насиченому середовищі. Акцентовано на необхідності цілеспрямованої підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти до емоційно грамотної



взаємодії, що є запорукою якісного освітнього процесу та гармонійного розвитку дитини.

Ключові слова: емоційний інтелект, емоційна компетентність, дошкільна освіта, вихователь закладу дошкільної освіти, управлінська діяльність, професійна підготовка, емпатія, саморегуляція.

Kozliuk Olha Andriivna PhD in Pedagogical Sciences in Preschool Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Preschool Pedagogy and Psychology and Special Education named after Prof. T. I. Ponimanska of Rivne State University of Humanities, Rivne, tel.: (050) 64-09-114, <https://orcid.org/0000-0002-6948-327X>

Kosarieva Oksana Ivanivna PhD in Pedagogical Sciences in Preschool Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Preschool Pedagogy and Psychology and Special Education named after Prof. T. I. Ponimanska of Rivne State University of Humanities, Rivne, tel.: (098) 55-31-158, <https://orcid.org/0000-0001-6905-905X>

EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A RESOURCE IN MANAGERIAL AND PEDAGOGICAL ACTIVITIES OF FUTURE PRESCHOOL EDUCATION SPECIALISTS

Abstract. The article reveals the essence of emotional intelligence as a key component of the professional competence of future preschool teachers and institutional leaders. The importance of developing emotional self-regulation, empathy, self-motivation, and the ability to recognize emotions is substantiated in the context of effective interpersonal interaction and the prevention of professional burnout.

A comprehensive review of the literature on emotional intelligence is presented. The article explores the relationship between emotional intelligence, emotional competence, social skills, and self-reflection. The emerging term «social-emotional literacy» is also mentioned, which summarizes the ability to recognize emotions, build healthy social interactions, and express feelings consciously.

The results of emotional intelligence diagnostics of higher education students majoring in Preschool Education, conducted using N. Hall's methodology, are presented. The results indicate predominantly medium and low levels of development of this resource, particularly in aspects related to emotion management and self-motivation.

The article describes practical experience in implementing elements of emotional intelligence training within the elective educational component «Methods of developing Emotional Intelligence», including training exercises, emotional diaries, and work with basic emotions. It is noted that the development of emotional competence contributes to the personal growth of students, enhances the effectiveness



of their pedagogical and managerial activities, and fosters their readiness to work in emotionally intense environments. The need for purposeful training of future preschool education professionals in emotionally literate interaction is emphasized, as it is a prerequisite for a high-quality educational process and the harmonious development of the child.

Keywords: emotional intelligence, emotional competence, preschool education, preschool teacher, managerial activity, professional training, empathy, self-regulation.

Сучасна система дошкільної освіти функціонує в умовах постійних змін, високого соціального навантаження, інформаційного тиску, зростання вимог до професійної компетентності вихователів та керівників закладу дошкільної освіти. Одним із ключових викликів сьогодення є забезпечення якісної підготовки фахівців, здатних не лише ефективно виконувати професійні обов'язки, а й вибудовувати конструктивну взаємодію з дітьми, батьками, колегами, зберігати своє ментальне здоров'я в умовах стресів і викликів сучасності, бути в ресурсі, щоб забезпечувати це здоров'я і підтримку своїм вихованцям і колегам.

Сьогодні все частіше чуємо про необхідність розвитку так званих «м'яких навичок» (soft skills), які є основою будь-якої професії, серед яких емоційний інтелект посідає важливе місце. Результатом його розвитку є формування у майбутніх фахівців дошкільної освіти емоційної компетентності, що забезпечує здатність до саморегуляції, емпатії, лідерства, ефективної комунікації – навичок, необхідних як у педагогічній, так і в управлінській діяльності. Для вихователя це – основа налагодження емоційного контакту з дітьми та батьками, для керівника – запорука ефективного управління командою та побудови здорового мікроклімату в закладі.

Формування емоційного інтелекту в майбутніх педагогів і керівників ЗДО є запобіжником виникнення емоційного вигорання педагогів, якого дедалі частіше зазнають фахівці освітньої сфери, що пов'язано з постійним підвищенням вимог до фахівців у сфері дошкільної освіти у поєднанні і з загальною стресовою ситуацією в країні, а також зниженням престижу самої професії, що відображається у низькій заробітній платі. Також формування емоційного інтелекту сприяє збереженню емоційної стійкості, розвитку стресостійкості та психологічної гнучкості.

У цьому контексті особливої ваги набуває цілеспрямоване включення розвитку емоційного інтелекту в систему професійної підготовки здобувачів вищої освіти спеціальності «Дошкільна освіта». Необхідним є осмислення можливостей реалізації цієї мети в межах змісту дисциплін як педагогічного, так і управлінського спрямування, що забезпечить інтегрований підхід до формування емоційної компетентності майбутніх фахівців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У 1990 році вийшла стаття П. Саловей та Д. Майер «Емоційний інтелект», яка привернула увагу науковців



до теорії емоційного інтелекту і вплинула на сучасне розуміння емоційного інтелекту [13]. Учені (Е. Торндайк, Я. Селікова) розглядають емоційний інтелект як тип чи різновид соціального інтелекту, оскільки за його допомогою людина здійснює моніторинг власних емоцій, а також емоцій інших людей, з метою розрізнення цих емоційних станів і використання отриманої інформації для доцільного управління своїми діями та думками. Саме тому у соціальній комунікації, якої є робота вихователя чи керівника ЗДО, набагато важливішим є саме емоційний інтелект.

Сьогодні чимало публікацій присвячених різним аспектам емоційного розвитку та його ролі у становленні фахівців дошкільної освіти. Зокрема, емоційний інтелект як складник професійного потенціалу майбутніх фахівців дошкільної освіти є предметом вивчення Г. Барабашук, С. Дерев'янка, В. Іванової, К. Луци, Н. Степанової; Н. Черв'якової та ін. [1; 2; 3; 10; 11]. У працях О. Кононко, Н. Притулик [4; 6] емоційна компетентність розглядається як складник професійної компетентності майбутнього фахівця дошкільної освіти. До прикладу, О. Кононко стверджує, що специфіка діяльності фахівця дошкільної освіти полягає в необхідності долати професійні труднощі, управляти своїми емоційними станами, виявляти перцептивні здібності, приймати та адекватно реагувати на індивідуальну своєрідність вихованців, виявляти педагогічну рефлексію. Професія працівника дошкільної сфери пов'язана з постійними перевантаженнями, емоційною напруженістю, емоційним вигоранням. У контексті сказаного емоційна компетентність є компонентою професійної компетентності і важливою компонентою структури особистості майбутнього фахівця дошкільної сфери [4, С.28]. Питання емоційної культури педагогів розглядаються Т. Шульгою [12].

Сучасна наукова термінологія збагатилася ще одним відносно новим терміном – «соціально-емоційна грамотність». На думку Дж. Шланд, він включає три складники: власне грамотність як здатність розуміти правила письмового, усного, візуального мовлення; емоційну грамотність як здатність розпізнавати і реагувати на власні і чужі емоції; соціальну грамотність як уміння будувати соціальні взаємини, комунікувати з іншими людьми на принципах поваги один до одного [14].

У статті Я. Селікової соціально-емоційна грамотність розглядається як базова частина широкого поняття «емоційний інтелект». Дослідниця зазначає, що у науковій літературі прослідковується зв'язок соціально-емоційної грамотності з такими поняттями як «соціальні навички», «соціальна гнучкість». [9, С. 296].

Мета статті – проаналізувати роль емоційного інтелекту в підготовці майбутніх педагогів і керівників ЗДО, схарактеризувати шляхи його розвитку.

Виклад основного матеріалу. Дослідження проводилось зі студентами першого та другого рівнів вищої освіти спеціальності «Дошкільна освіта» на базі Рівненського державного гуманітарного університету. Варто наголосити, що в



умовах війни, в процесі підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти викладачами приділяється значна увага розвитку емоційного інтелекту. Оскільки саме від його розвитку залежить уміння адаптуватися до тривожних та мінливих умов сучасності, а також залишатись в ресурсі для якісного виконання професійних обов'язків.

Про важливість емоційного інтелекту для фахівців дошкільної освіти свідчить й те, що у професійному стандарті «Вихователь закладу дошкільної освіти» у межах трудової функції вихователя партнерська взаємодія з учасниками освітнього процесу передбачається психоемоційна компетентність, що передбачає здатність до самоконтролю, толерантної взаємодії та здатність до швидкого реагування гнучкість, адаптивність і стресостійкість до змін [7, С. 8-9]. Вона представлені такими знаннями і відповідними вміннями, як: знання теорії емоційного інтелекту / вміння керувати власними емоціями у професійній діяльності чи/або під час спілкування з іншими учасниками освітнього процесу; знання причин і ознак професійного вигорання / вміння запобігати професійному вигоранню та коригувати власну професійну діяльність урахуванням власного психоемоційного стану; знання толерантності та сутнісних характеристик / вміння конструктивно реагувати на прояви емоцій, толерантно взаємодіяти з усіма учасниками освітнього процесу [7, С. 15-16].

У професійному стандарті «Керівник (директор) закладу дошкільної освіти» також передбачено емоційно-етичну компетентність у межах трудової функції керівника лідерство і партнерська взаємодія. Вона передбачає наявність у керівника таких знань і вмінь, як: знання теорії емоційного інтелекту / вміння керувати власними емоціями у професійній діяльності чи/або під час спілкування з іншими учасниками освітнього; знати техніки саморегуляції емоційного стану / здатність до усвідомленої, конструктивної та екологічної взаємодії учасниками освітнього процесу; знати толерантність та її сутнісні характеристики / реагувати на прояви емоцій, толерантно взаємодіяти з усіма учасниками освітнього процесу [8, С. 18-19]. Як бачимо, і для вихователя, і для керівника ЗДО для успішного виконання трудових функцій необхідно володіти компетентностями пов'язаними з розвиненим емоційним інтелектом.

У роботі із здобувачами вищої освіти спеціальності «Дошкільна освіта» формування емоційного інтелекту відбувається у ході вивчення усіх освітніх компонентів бакалаврської та магістерської програми, що сприяє підготовці майбутніх фахівців до роботи в ЗДО у ролі вихователя чи керівника. На першому (бакалаврському) рівні студенти мають можливість цілеспрямовано і поглиблено розвивати свій емоційний інтелект у процесі вивчення вибіркової дисципліни «Методика розвитку емоційного інтелекту», метою якої є розкриття змісту поняття емоційний інтелект, основних тенденцій вивчення та операціоналізації цього феномену, важливості розвитку емоційного інтелекту для фахівців дошкільної освіти як комплексу здібностей, диспозиційних характеристик та специфічних компетентностей необхідних для оптимального функціонування



людини як суб'єкта суспільного та сімейного життя, а також виконання професійних функцій.

Цю ж дисципліну можуть обрати й здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти у межах формування індивідуальної освітньої траєкторії.

У межах курсу здобувачі вивчають історію становлення уявлень про емоційний інтелект, розглядають різні класифікації емоцій, навчаються розпізнавати емоції та відпрацьовують різні стратегії управління власними емоціями, знайомляться із засобами розвитку емоційного інтелекту.

Для виявлення рівня емоційного інтелекту було використано діагностувальну методику «Оцінка емоційного інтелекту» Н. Холла [5], що спрямована на виявлення здатності людини розуміти ставлення особистості, які репрезентуються в емоціях, а також здатності управляти емоційними переживаннями на основі прийняття відповідних рішень – емоційного інтелекту. Методика містить 30 тверджень і 5 шкал: емоційна обізнаність; управління власними емоціями (емоційна пластичність); самомотивація (довільне управління емоціями); емпатія (здатність до співпереживання, розуміння емоцій інших); розпізнавання емоцій інших людей. Здобувачам вищої освіти пропонувалися висловлювання, які так чи інакше відображують різні сторони нашого життя. Їм потрібно було оцінити твердження від + 3 бали (повністю погоджуюся) до – 3 (повністю не погоджуюся). Підрахування результатів методики здійснювалося підрахунком суми балів по кожній шкалі окремо, виявляючи рівні парціального емоційного інтелекту: 14 і більше – високий рівень, 8 – 13 балів – середній, 7 та менше – низький. Інтегральний рівень емоційного інтелекту визначався з урахуванням знаку, що домінує за кількісними показниками: 70 і більше – високий, 40 – 69 балів – середній, 39 і менше балів – низький.

В опитуванні брали участь 64 здобувачі вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти другого курсу спеціальності «Дошкільна освіта».

Узагальнені результати діагностики свідчать, що 34,4 % здобувачів мають високий рівень емоційної обізнаності. Ці студенти знають, що емоції є джерелом знання про те, як вчиняти в житті; негативні емоції допомагають їм зрозуміти, що вони мають змінити у своєму житті; здатні спостерігати зміну своїх почуттів; коли дозволяє час, звертаються до своїх негативних переживань і розбираються, у чому проблема; здатні швидко заспокоїтися після неочікуваного засмучення; розуміють, що люди, які усвідомлюють свої дійсні переживання, краще управляють своїм життям. У 46,9 % здобувачів виявлено середній рівень емоційної обізнаності й 18,7 % – низький.

За шкалою «Управління власними емоціями»: лише 3,1 % здобувачів мають високий рівень; 12,5 % – середній; у 84,4 % студентів виявлено низький рівень. Це свідчить про те, що більшість з них не може зберігати спокій, коли відчувають тиск на себе; їм важко діагностувати, як вони себе почувають; після того, як щось





вивело з рівноваги, не можуть легко подолати свої почуття; зациклюються на негативних емоціях; після неочікуваного засмучення не здатні швидко заспокоїтися; важко перемикається від переживання неприємностей.

Результати за шкалою «Самомотивація» свідчать, що лише у 3,1 % здобувачів виявлено високий рівень самомотивації, у 43,8 % – середній й у 53,1% – низький. Це свідчить, що їм важко коли це необхідно, бути спокійним і зосередженим для того, щоб діяти відповідно до запитів життя; з труднощами можуть викликати в себе широкий спектр позитивних емоцій, таких як радість, веселість, внутрішній підйом і гумор; не вміють підходити до проблем творчо; важко входити у стан спокою, готовності й зосередженості; коли необхідно діяти – їм важко відкинути негативні почуття.

Узагальнені дані за шкалою «Емпатія» свідчать, що 28,1 % здобувачів мають високий рівень.

Ці студенти здатні вислухати проблеми інших людей; чутливі до емоційних потреб інших; добре розуміють емоції інших людей, навіть якщо вони не виражені відкрито; добре розпізнають емоції за виразом обличчя; вміють вловлювати знаки у спілкуванні, які вказують на те, чого потребують інші; вміють добре налаштовуватися на емоції інших людей. Середній рівень емпатії виявлено у 63,6 % здобувачів і низький рівень у 6,3 %.

Результати останньої шкали «Розпізнавання емоцій інших людей» вказують на те, що у 3,1 % здобувачів виявлено високий рівень, у 59,4 % – середній рівень і відповідно 37,5 % здобувачів продемонстрували низький рівень розпізнавання емоцій в інших людей. Ці студенти не вміють впливати на інших людей заспокійливо, неадекватно реагують на настрій, спонукання і бажання інших людей; не є хорошими знавцями переживань інших людей; не вміють допомагати іншим використовувати їхні спонукання для досягнення власних цілей. Результати інтегрального емоційного інтелекту представимо у таблиці 1.

Таблиця 1

Показники рівнів розвитку інтегрального емоційного інтелекту за методикою Н. Холла

Рівні	Високий	Середній	Низький
Показники	3,1%	56,3%	40,6%

Як бачимо з таблиці 1, високий рівень інтегрального емоційного інтелекту було діагностовано лише у 3,1% здобувачів вищої освіти спеціальності «Дошкільна освіта», а у 56,3 % – він на середньому рівні і 40,6% – на низькому рівні. Це свідчить, що більшість студентів не завжди здатні розуміти, усвідомлювати і управляти власними емоціями, своєю мотивацією, думками й поведінкою, регулювати свій емоційний стан.

Отримані результати свідчать про недостатній рівень сформованості емоційного інтелекту в значної частини здобувачів освіти, особливо в частині



саморегуляції (шкала «Управління власними емоціями»), що вимагає посилення практичного аспекту в підготовці майбутніх фахівців дошкільної освіти.

Під час вивчення освітнього компонента здобувачі освіти апробували тренінг розвитку емоційного інтелекту, у ході якого проводились різноманітні вправи на розвиток та усвідомлення власних емоцій та емоційних станів. Серед них: вправи спрямовані на усвідомлення власного емоційного стану, розвиток вміння слухати себе, створення відчуття внутрішньої рівноваги («Мій внутрішній простір»), вправи на розвиток навичок самоспівчуття, вміння підтримувати себе в емоційно складних ситуаціях («Лист зі співчуттям собі із майбутнього»); вправи на розвиток здатності до емпатії («Три кола любові»).

Також проводились тренінгові вправи на відпрацювання окремих емоцій: *радості*: «Емоційне дзеркало», «Радість у долонях», «Моє джерело радості», «Міст до радості»; (спрямовані закріпити образ радості та навчитися передавати її іншим); *подиву*: «Очима дитини», «Що це було?» (мета – допомогти усвідомити та відчувати емоцію подиву через уважне спостереження звичних речей); *страху*: «Образ страху», «Будинок страху», «Гра, у якій я перемагаю свій страх» (сприяли усвідомленню свого страху і вчилися його приборкувати); *гніву*: «Коло контролю», «Звір люті» (допомога в розмежуванні сфери впливу в ситуації, що викликає гнів); *презирства*: «Пиши, не думай» (усвідомлення прихованих причин його прояву); *щедрості*: «Щедре серце» (мета – відчувати радість через дарування); *провини*: «Провина в моїх руках» (усвідомлення того, що почуття провини – це не частина «Я», а щось, що можна взяти, розглянути й відпустити); *розчарування*: «Шлях надії» (усвідомлення причин виникнення та як його подолати) та інші.

Паралельно здобувачам було запропоновано ведення щоденника емоцій. Це один з дієвих інструментів розвитку емоційного інтелекту. Ведення його сприяє розвитку емоційної самосвідомості (допомагає краще усвідомити власні емоції, помічати їх у різних ситуаціях, розрізняти нюанси). Це перший крок до розвитку емоційного інтелекту. Ведення щоденника дозволяє зрозуміти причини виникнення емоційних реакцій, оскільки регулярне записування подій і своїх емоцій дозволяє побачити зв'язок між ситуаціями, що виникають, та думками й почуттями, що дозволяють глибше зрозуміти себе. Фіксація емоцій у щоденнику сприяє розвитку навичок саморегуляції, тобто дозволяє певним чином зупинитися, зрозуміти й усвідомити, яким чином я зараз реагую на ситуацію, чи можна обрати інший спосіб поведінки у цій ситуації. Можна сказати, що таким чином формується функція «внутрішнього контролера» емоцій.

Важливо також відзначити, що щоденник емоцій є ефективним засобом саморефлексії та розвитку емпатії, оскільки рефлексія власних емоцій сприяє кращому розумінню почуттів інших, а отже – розвитку емпатії та ефективній взаємодії з дітьми, батьками та колегами у професійній діяльності та й просто у щоденному спілкуванні з оточуючими людьми. Нарешті, що найголовніше, на нашу думку, ведення щоденника сприяє підвищенню емоційної грамотності,





оскільки сформована звичка говорити про емоції, називати їх, є важливою як для особистого, так і професійного життя. Також виступає пропедевтичним засобом емоційного вигорання. Ведення щоденника дозволяє «вивантажити» емоції, зменшити внутрішню напругу та відповідно знизити рівень стресу. Таке вміння особливо важливе як для вихователів, так і для керівників ЗДО, які щоденно працюють з людьми.

Наведемо декілька прикладів саморефлексії отриманої від здобувачів у процесі ведення щоденника емоцій.

Іра П.: «Ведення щоденника емоцій дало змогу краще усвідомити свої внутрішні переживання, виявити закономірності в настрої та навчитися розрізняти емоції. Я зрозуміла, що емоції безпосередньо залежать від зовнішніх обставин, фізичного стану та взаємодії з іншими людьми. Щоденне спостереження допомогло мені краще розуміти себе, помічати тригери негативних емоцій і вчасно реагувати.

Навчання і робота забирають у мене дуже багато сил та часу, тому я зрозуміла, що мені потрібно більше відпочивати».

Аня Ш.: «Щоденник емоцій допоміг мені краще зрозуміти себе. Я помітила, як змінюється мій настрій і що на нього впливає. Важливо вчасно помічати потреби, шукати підтримку і використовувати власні ресурси».

Дарина Х.: «Ведення щоденника емоцій стало для мене новим досвідом, водночас цікавим і дійсно корисним. Я навчилася помічати, приймати й проживати свої емоції без осуду і це дало мені внутрішню свободу».

Дарина Л.: «Емоції постійно змінювалися – як у позитивний, так і в негативний бік. І що цікаво – часто причина не лише в подіях, а й у моєму самопочутті та думках. Я зрозуміла, що емоції – це частина мого життя. Вони сигналізують про те, що для мене важливе, допомагають краще зрозуміти себе. Для мене навіть негативні емоції мають сенс – вони не просто псують настрій, а підказують, що щось іде не так, або те, що мені потрібна пауза. Тепер я знаю, що важливо не втікати від своїх емоцій, а вчитися «слухати» їх і помічати», як вони змінюються».

Вікторія К.: «Ведення щоденника емоцій сприяло розвитку емоційного інтелекту: покращило усвідомлення власних емоцій, вміння їх називати, аналізувати та регулювати. Зросла здатність розуміти емоції, з'явилася більша емоційна стійкість і усвідомленість у спілкуванні. Щоденник виявився ефективним інструментом самопізнання й особистісного розвитку»

Після 20-годинного тренінгу зі здобувачами було повторно проведено методику оцінки емоційного інтелекту Н. Холла. Отримані результати показали, що навіть такий короткий курс тренінгового характеру дозволив покращити результати розвитку інтегрального емоційного інтелекту завдяки цілеспрямованій роботі з його розвитку. Особливо варто відзначити зниження показника низького рівня за шкалами «Управління власними емоціями» з 84,4 % до 67,2 % і «Самотивація» – з 53,1 % до 40,6 %. Позитивна динаміка відбулася і за



іншими шкалами, що позначилось на інтегральному рівні розвитку емоційного інтелекту (таблиця 2).

Таблиця 2

Динаміка показники рівнів розвитку інтегрального емоційного інтелекту за методикою Н. Холла після проведення тренінгу

Рівні	Високий		Середній		Низький	
	До тренінгу	Після	До тренінгу	Після	До тренінгу	Після
Показники	3,1%	10,9%	56,3%	59,4%	40,6%	29,7%

Як бачимо з таблиці 2 у здобувачів вищої освіти знизився показник низького рівня розвитку емоційного інтелекту з 40,6% до 29,7%, відповідно зросли показники середнього (з 56,3% до 59,4%) і високого рівнів (з 3,1% до 10,9%). Динаміка незначна, але за такий короткий термін, це хороший результат, що свідчить про ефективність запропонованих форм і методів розвитку емоційного інтелекту в освітньому процесі, зокрема тренінгових занять, щоденників емоцій і рефлексивних практик, які дозволили здобувачам краще зрозуміти свої емоції та причини їх виникнення та навчитись їх «приборкувати».

Висновки. Узагальнюючи теоретичні підходи та власний досвід викладання можемо виокремити основні аспекти важливості розвитку емоційного інтелекту у вихователів та керівників ЗДО.

Емоційний інтелект – це здатність усвідомлювати власні емоції та емоції інших, керувати ними, а також будувати ефективну взаємодію. У професійній діяльності вихователя та керівника ЗДО емоційний інтелект має критичне значення, оскільки:

1. Сприяє створенню емоційно комфортного середовища. Вихователь з розвиненим емоційним інтелектом краще розуміє емоційні потреби дитини, допомагає їй навчитися саморегуляції, розвиває емпатію. Керівник ЗДО, своїм прикладом, створює психологічно комфортний мікроклімат у колективі, виявляє чутливість до емоційного стану працівників, вміє підтримувати, уникати емоційної ескалації в конфліктах, підвищує командну згуртованість і мотивацію. Таким чином, емоційна компетентність керівника опосередковано впливає і на дітей, адже емоційний стан педагогів передається вихованцям.

2. Забезпечує ефективну комунікацію з колегами та батьками – уміння вислухати, зрозуміти, адекватно реагувати на конфлікти або напругу – ключ до побудови партнерських стосунків.

3. Зміцнює лідерські якості керівника – емоційний інтелект є основою сучасного стилю управління, що базується на довірі, емоційній підтримці персоналу та вмінні мотивувати команду.





4. Зменшує ризики емоційного вигорання – емоційна компетентність дає змогу краще справлятися зі стресами, конфліктами та перевантаженням, що особливо актуально для освітньої сфери.

5. Сприяє професійному зростанню. Емоційний інтелект забезпечує розвитку рефлексії, здатності до саморозвитку, забезпечує адаптивність до змін і ефективно навчання протягом життя.

6. Підвищує якість освітнього процесу. Вихователь, який володіє емоційним інтелектом, створює довірливу атмосферу в групі, сприяє розвитку соціальних навичок у дітей, реалізує особистісно орієнтований підхід, що позитивно позначається на розвитку дітей. Керівник з розвиненим емоційним інтелектом забезпечує психологічну безпеку педагогічного колективу, підтримує інноваційність, формує культуру емоційно грамотного управління, мотивує команду на професійне зростання. Таке управлінське середовище стимулює розвиток педагогічних практик, орієнтованих на дитину, що безпосередньо впливає на якість освітнього процесу в ЗДО в цілому.

Перспективи подальшого вивчення пов'язуємо з дослідженням соціально-емоційної грамотності як інтегративного поняття та її місця в системі професійних компетентностей фахівця дошкільної освіти.

Література:

1. Барабашук Г. В., Боднар І. П. Особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та стратегій поведінки у вирішенні конфліктної ситуації педагогами закладу дошкільної освіти. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Психологія. 2024. № 1. С. 71-75. URL:<https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.1.13>.

2. Дерев'янка С.П. Емоційний інтелект у структурі творчого професійного потенціалу майбутніх фахівців дошкільної освіти. Актуалізація творчого професійного потенціалу майбутніх фахівців дошкільної освіти: зб. наук. праць за матеріалами Всеукр. наук.-практ. конф. (Умань, 12 лист. 2021 р.). / за ред. Гаврилюка С. М. Умань: Візаві, 2021. С. 624–627. URL: <https://surl.li/bymphj>.

3. Іванова В.В., Луца К.Ю. Розвиток емоційного інтелекту здобувачів педагогічних спеціальностей як основа їхньої готовності до професійної діяльності в умовах сучасних викликів. *Наукові записки*. Серія: Педагогічні науки. Випуск 11 / Ред. кол.: В. Ф. Черкасов, О. А. Біда, Н. І. Шетеля та ін. Ужгород-Кропивницький: Видавництво «Код», 2025. С.14-19. URL:https://doi.org/10.59694/ped_sciences.2025.11.014.

4. Кононко О. Л. Емоційна компетентність майбутнього фахівця дошкільної освіти: суть та умови формування. *Психолого-педагогічні науки*. 2019. № 2. С.28-36. URL:<https://doi.org/10.31654/2663-4902-2019-PP-2-28-36>.

5. Методика оцінки емоційного інтелекту. *Сивогракова З. А., Алексєєнко Н. В. Психологія емоцій. Регуляція емоцій (Практикум)*. Харків: Українська державна академія залізничного транспорту, 2017. С. 28–31.

6. Притулик Н. Психолого-педагогічні умови формування в майбутніх педагогів емоційно-етичної компетентності (на основі курсу за вибором «Емоційний інтелект педагога»). *New inception*. 2025. №1-2(19-20). С.99-108. URL:<https://doi.org/10.58407/NI.25.1-2.8>

7. Професійний стандарт «Вихователь закладу дошкільної освіти». Київ, 2021. URL: [file:///C:/Users/ASUS/Downloads/6616923634125654141836%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/ASUS/Downloads/6616923634125654141836%20(4).pdf)





8. Професійний стандарт «Керівник (директор) закладу дошкільної освіти». Київ, 2021. URL: <https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-profesijnogo-standartu-kerivnik-direktor-zakladu-doshkilnoyi-osviti>
9. Селікова Я.С. Дослідження проблеми формування емоційного інтелекту та соціально-емоційної грамотності дітей старшого дошкільного віку. *Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка*. Педагогічні науки/Pedagogical sciences. Випуск 53. Глухів, 2023. С. 293-298. URL: <https://doi.org/10.31376/2410-0897-2023-3-53-293-298>
10. Степанова Н. Розвиток емоційного інтелекту в майбутніх вихователів як однієї з важливих навичок професійної діяльності. *Вища освіта України*. 2023. №3. С. 67-72. [https://doi.org/10.32782/NPU-VOU.2023.3\(90\).09](https://doi.org/10.32782/NPU-VOU.2023.3(90).09)
11. Черв'якова Н. І. Розвиток емоційного інтелекту майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти у процесі вивчення курсу «Основи педагогічної майстерності». *Освіта та педагогічна наука*. 2024. № 2 (186). С. 81–93. URL: [https://doi.org/10.12958/2227-2747-2024-2\(186\)-81-93](https://doi.org/10.12958/2227-2747-2024-2(186)-81-93).
12. Шульга Т. Емоційна культура як складова професійно-педагогічної культури майбутнього вихователя закладу дошкільної освіти. *Професіоналізм педагога: теоретичні й методичні аспекти*. 2020. Вип. 12. С. 284-298. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/prptma_2020_12_26.
13. Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*. №50. P. 185–211.
14. Schlund J. The Literacy connection: Examining the intersection of literacy, equity, and social-emotional learning. *Literacy Today*, September/October, 2019. P. 18–20.

References:

1. Barabashchuk, H. V. & Bodnar, I. P. (2024). Osoblyvosti vzaiemozviazku emotsiinoho intelektu ta stratchii povedinky u vyrishenni konfliktnoi sytuatsii pedahohamy zakladu doshkilnoi osvity [Peculiarities of the Relationship Between Emotional Intelligence and Behavior Strategies in Conflict Resolution by Preschool Education Institution Teachers]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu*. Serii: *Psykhohohia – Scientific Bulletin of Uzhhorod National University*. Series: *Psychology*, 1, 71-75. Retrieved from <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.1.13> [in Ukrainian].
2. Derevianko, S.P. (2021). Emotsiinyi intelekt u strukturi tvorchoho profesiinoho potentsialu maibutnikh fakhivtsiv doshkilnoi osvity [Emotional Intelligence in the Structure of the Creative Professional Potential of Future Preschool Education Specialists]. *Aktualizatsiia tvorchoho profesiinoho potentsialu maibutnikh fakhivtsiv doshkilnoi osvity: zb. nauk. prats za materialamy Vseukr. nauk.-prakt. konf. (Uman, 12 lyst. 2021 r.) - Actualization of the Creative Professional Potential of Future Preschool Education Specialists*. Havryliuka S. M. (ED). Uman: Vizavi [in Ukrainian]. Retrieved from <https://surl.li/bymphj>.
3. Ivanova, V.V. & Lutsa, K.Yu. (2025). Rozvytok emotsiinoho intelektu zdobuvachiv pedahohichnykh spetsialnostei yak osnova yikhnoi hotovnosti do profesiinoi diialnosti v umovakh suchasnykh vyklykiv [Development of Emotional Intelligence in Pedagogical Specialty Students as a Basis for Their Readiness for Professional Activity in the Context of Modern Challenges.]. *Naukovi zapysky*. Serii: *Pedahohichni nauky – Scientific Notes*. Series: *Pedagogical Sciences*. Is.11. Cherkasov? V. F. & O. A.Bida, etc. (Ed) Uzhhorod-Kropyvnytskyi: Vydavnytstvo «Kod», 14-19. Retrieved from https://doi.org/10.59694/ped_sciences.2025.11.014 [in Ukrainian].
4. Kononko, O. L. (2019). Emotsiina kompetentnist maibutnoho fakhivtsia doshkilnoi osvity: sut ta umovy formuvannia [Emotional Competence of the Future Preschool Education Specialist: Essence and Conditions of Formation.]. *Psykhologo-pedahohichni nauky – Psychological*





and Pedagogical Sciences, 2, 28-36. Retrieved from <https://doi.org/10.31654/2663-4902-2019-RR-2-28-36> [in Ukrainian].

5. Syvohrakova, Z. A. & Aliksieienko, N. V. (2017) Metodyka otsinky emotsiinoho intelektu [Methodology for Assessing Emotional Intelligence]. *Psykhologhiia emotsii. Rehuliatsiia emotsii (Praktykum) – Psychology of Emotions. Emotion Regulation (Practicum)*. Kharkiv: Ukrainska derzhavna akademiia zaliznychnoho transportu, 28–31 [in Ukrainian].

6. Prytulyk, N. (2025). Psykholoho-pedahohichni umovy formuvannia v maibutnikh pedahohiv emotsiino-etychnoi kompetentnosti (na osnovi kursu za vyborom «Emotsiinyi intelekt pedahoha») [Psychological and Pedagogical Conditions for the Formation of Emotional and Ethical Competence in Future Educators (Based on the Elective Course “Emotional Intelligence of the Educator”)]. *New inception*, 1-2 (19-20), 99-108. Retrieved from <https://doi.org/10.58407/NI.25.1-2.8> [in Ukrainian].

7. Profesiinyi standart «Vykhovatel zakladu doshkilnoi osvity» [Professional Standard «Preschool Education Institution Teacher»]. (2021). Retrieved from file:///C:/Users/ASUS/Downloads/6616923634125654141836%20(4).pdf [in Ukrainian].

8. Profesiinyi standart «Kerivnyk (dyrektor) zakladu doshkilnoi osvity» [Professional Standard «Manager (Director) of a Preschool Education Institution»]. (2021). Retrieved from <https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-profesijnogo-standartu-kerivnik-direktor-zakladu-doshkilnoyi-osviti> [in Ukrainian].

9. Selikova, Ya.S. (2023) Doslidzhennia problemy formuvannia emotsiinoho intelektu ta sotsialno-emotsiinoi hramotnosti ditei starshoho doshkilnogo viku [Research on the Problem of Forming Emotional Intelligence and Social-Emotional Literacy in Older Preschool Children]. *Visnyk Hlukhivskoho natsionalnogo pedahohichnogo universytetu imeni Oleksandra Dovzhenka. Pedahohichni nauky/Pedagogical sciences - Bulletin of Hlukhov Oleksandr Dovzhenko National Pedagogical University. Pedagogical Sciences / Pedagogical Sciences*, 53, 293-298. Retrieved from <https://doi.org/10.31376/2410-0897-2023-3-53-293-298> [in Ukrainian].

10. Stepanova, N. (2023). Rozvytok emotsiinoho intelektu v maibutnikh vykhovateliv yak odniiei z vazhlyvykh navychok profesiinoi diialnosti [Development of Emotional Intelligence in Future Educators as One of the Key Skills of Professional Activity]. *Vyscha osvita Ukrainy – Higher Education of Ukraine*, 3, 67-72. Retrieved from [https://doi.org/10.32782/NPU-VOU.2023.3\(90\).09](https://doi.org/10.32782/NPU-VOU.2023.3(90).09) [in Ukrainian].

11. Chervyakova, N. I. (2024). Rozvytok emotsiinoho intelektu maibutnikh vykhovateliv zakladiv doshkilnoi osvity u protsesi vyvchennia kursu «Osnovy pedahohichnoi maisternosti» [Development of Emotional Intelligence in Future Preschool Educators During the Study of the Course «Fundamentals of Pedagogical Mastery»]. *Osvita ta pedahohichna nauka – Education and Pedagogical Science*, 2 (186), 81–93. Retrieved from [https://doi.org/10.12958/2227-2747-2024-2\(186\)-81-93](https://doi.org/10.12958/2227-2747-2024-2(186)-81-93) [in Ukrainian].

12. Shulha, T. (2020). Emotsiina kultura yak ckladova profesiino-pedahohichnoi kultury maibutnoho vykhovatelja zakladu doshkilnoi osvity. Profesionalizm pedahoha: teoretychni y metodychni aspekty. 12, 284-298. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/prptma_2020_12_26 [in Ukrainian].

13. Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, *Cognition and Personality*, 50, 185–211 [in English].

14. Schlund, J. (2019). The Literacy connection: Examining the intersection of literacy, equity, and social-emotional learning. *Literacy Today*, September/October 2019, 18–20 [in English].