




НАУКОВО-ОСВІТНІЙ ІННОВАЦІЙНИЙ ЦЕНТР
СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ



**II Міжнародна
науково-практична
конференція для освітян**

**Березневий науковий дискурс 2024 на тему:
«Детермінанти посилення ролі освіти
у повоєнному відновленні України»**

**29 березня
2024 року
Київ**

НАУКОВО-ОСВІТНІЙ ІННОВАЦІЙНИЙ ЦЕНТР
СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

*II Міжнародна науково-практична
конференція для освітян*

**БЕРЕЗНЕВИЙ НАУКОВИЙ ДИСКУРС 2024
НА ТЕМУ: «ДЕТЕРМІНАНТИ ПОСИЛЕННЯ
РОЛІ ОСВІТИ У ПОВОЄННОМУ
ВІДНОВЛЕННІ УКРАЇНИ»**

29 березня 2024 року
Київ, Україна

УДК 303.092.4:37.014.5(477)
Д38

Редакційна колегія: *Г. В. Старченко, А. П. Дука.*

*Рекомендовано до видання оргкомітетом конференції,
протокол № 1 від 19.04.2024 року.*

Березневий науковий дискурс 2024 на тему: «Детермінанти посилення ролі освіти у повоєнному відновленні України». Збірник матеріалів II Міжнародної науково-практичної конференції для освітян (м. Київ, 29 березня 2024 року). Чернігів : ГО «Науково-освітній інноваційний центр суспільних трансформацій», 2024. 173 с.

ISBN 978-617-8431-00-6

DOI: https://doi.org/10.54929/conf_ped_03_2024

У збірнику представлені матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції для освітян Березневий науковий дискурс 2024 на тему: «Детермінанти посилення ролі освіти у повоєнному відновленні України».

Наукове видання призначене для науковців, практиків, викладачів, аспірантів і студентів відповідних спеціальностей, а також для широкого кола читачів.

Матеріали подаються в редакції авторів. Відповідальність за достовірність фактів, цитат, власних імен, географічних назв та інших відомостей несуть автори.

ISBN 978-617-8431-00-6

© «Науково-освітній інноваційний центр суспільних трансформацій», 2024

© Автори, текст, 2024

Жук А. В.

викладач психології,
Національний медичний університет імені О. О. Богомольця,
м. Київ, Україна

Янчук Т. О.

лікар-інтерн,
Національна дитяча спеціалізована лікарня “Охматдит”,
м. Київ, Україна

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ФАКТОР ПОДОЛАННЯ ДИСТРЕСУ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Загострення військового конфлікту та його масштабування виявилось потужним дистресом для українців. Чисельні обстріли, знищення та втрата житла внаслідок воєнних дій, травматизація та смерть близьких/знайомих, відсутність електроенергії – усе це є сильним дистресом як для дорослих людей, так і для молодого покоління та дітей.

Російсько-український збройний конфлікт вплинув на всі аспекти життя, починаючи з питань проживання та закінчуючи можливістю здобувати якісну освіту.

В умовах військового часу особливу увагу хочеться звернути на проблеми сфери освіти, а саме: яким чином ЕІ (Емоційний Інтелект) дозволяє впоратися студентам з дистресом у зв'язку з російсько-українським збройним конфліктом [4].

Ми вважаємо тему актуальною, оскільки саме студенти вищих навчальних закладів вже в найближчому майбутньому будуть відповідальні за відновлення та становлення України на економічно-політичному рівні. На сучасному етапі одним з провідних навиків є вміння керувати власними емоціями, комунікувати та розуміти емоції інших [4].

Деніел Гоулман визначив емоційний інтелект як здатність людини усвідомлювати свої емоції та емоції інших людей, керувати власними емоціями та обирати емоційну реакцію, яка відповідає ситуації [2].

Емоційний Інтелект (ЕІ) є невід'ємною складовою особистості людини, яка впливає на якість життя. Наукові дослідження демонструють позитивну кореляцію рівня ЕІ з реалізацією людини в професійній та особистій сферах. Зокрема, дослідники Емі Чан і Пітер Капуті з'ясували, що задоволеність шлюбом залежить від рівня ЕІ на 26%. Дослідження індійських вчених, Сатья Кумар та Відья Ієр, демонструють позитивний зв'язок між рівнем інтелекту у викладачів вищих навчальних закладів та рівнем задоволення роботою. На важливість ЕІ вказують також дослідження американських вчених (М. Бреккет і Дж. Мейєр), в яких йдеться про те, що додатковим фактором схильності людини до вживання психоактивних речовин є низький рівень ЕІ [1;3].

Варто розуміти, що ЕІ не єдиний фактор, який визначає якість життя, проте ЕІ це важливий компонент, який суттєво впливає на неї.

В закладах освіти європейських країн та США впроваджено програму «Соціально-емоційне та етичне навчання (CEEH, Learning Social Emotional and Ethical (SEE) Learning)», яка має за мету розвивати «soft skills» емоційного інтелекту. Вони передбачають: навички комунікації, вміння співпереживати собі та іншим, керувати власними емоціями, лідерські якості, творче та критичне мислення тощо [5].

У 2021 році програма (SEE) Learning тестувалася у 26-ти школах та 23-х областях України. Вона продемонструвала свою ефективність та була введена на трьох рівнях: рання початкова, початкова та середня школа [5].

Позитивним результатом програми (SEE) Learning стало те, що в результаті навчання «soft skill» та щоденного тренування цих навичок, діти значно підвищили свій рівень стресостійкості. До прикладу, навички «soft skill» діти використовують перед початком важливих завдань, з метою врегулювати сильні емоційні переживання [5].

Отже, на основі досліджень зарубіжних та вітчизняних вчених, можна зробити висновок, що EI значно підвищує рівень стресостійкості та покращує якість життя.

У нашому дослідженні взяли участь студенти 1-го курсу НМУ ім. О. О. Богомольця, у яких є декілька факторів стресу: адаптація до навчання, війна, сепарація від батьків, переїзд в нове місце проживання. Варто зазначити, що у них ще недостатньо сформовані навички стресостійкості.

Залежність між рівнем стресостійкості та рівнем EI

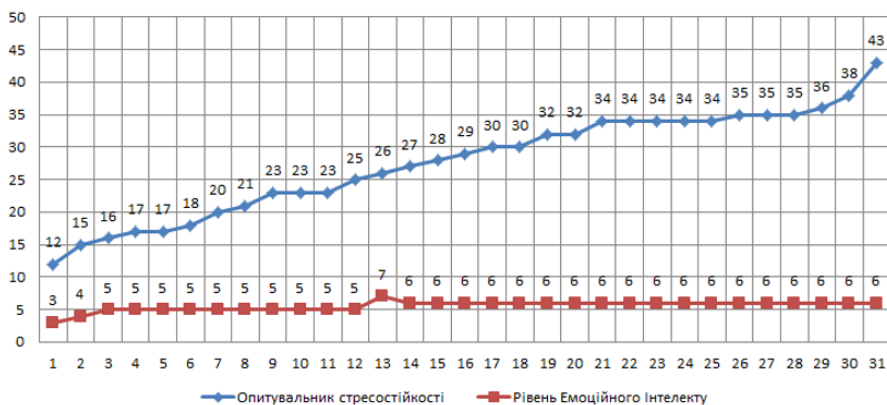


Рис. 1. Графік залежності між рівнем стресостійкості та рівнем EI

Джерело: складено авторами

Коефіцієнт кореляції при заокругленні 0,8 близький до 1, що свідчить про відносно сильний зв'язок. Знак «+» означає, що при зростанні рівня EI, підвищується рівень стресостійкості.

Таким чином, графік наглядно демонструє позитивну кореляцію між EI та рівнем стресостійкості.

З метою підвищення рівня ЕІ у студентів, ми рекомендуємо запровадити факультативний курс «Емоційна та етична взаємодія» у вищих навчальних закладах України. Курс націлений на розвиток ЕІ, зокрема: навички усвідомлювати власні емоції, керувати ними, розуміти емоції інших людей та обирати емоційну реакцію відповідно до ситуації. Іншим словами, навички «soft skills» ЕІ дозволять українській молоді сформулювати стресостійкість в умовах військового часу, що сприятиме їх адаптації та збереженню ментального здоров'я.

Факультативний курс «Емоційна та етична взаємодія» передбачає психологічні тренінгові вправи, які можна опрацювати у парах та групах, тобто застосувати здобутий теоретично досвід безпосередньо на практиці. До прикладу, ми пропонуємо студентам вести на регулярній основі щоденник «Емоційна хвилинка», з допомогою якого вони будуть відслідковувати та аналізувати свої емоції впродовж дня в певні проміжки часу.

Отже, розвиток ЕІ допоможе студентам краще впоратись з викликами, які перед ними ставлять сучасні умови життя та збереже їх ментальне здоров'я і, як наслідок, покращить якість життя в нових соціальних умовах. Відповідно вплив дистресу на процес навчання значно знизиться.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. «Емоції: Емоційний Інтелект та його складові». URL: <file:///C:/Users/Admin/Downloads/1680015477342896.pdf> (дата звернення: 24.03.2024).
2. Brackett, M. A., Mayer, J. D., & Warner, R. M. (2004). Emotional intelligence and its relation to everyday behaviour. *Personality and Individual Differences*, 36(6), 1387–1402. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(03\)00236-8](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(03)00236-8)
3. Fteiha, M., & Awwad, N. (2020). Emotional intelligence and its relationship with stress coping style. *Health Psychology Open*, 7(2), 205510292097041. <https://doi.org/10.1177/2055102920970416>
4. Лящ, О., Хуртенко, О., & Марчук, С. (2023). Емоційний інтелект як засіб розвитку резильєнтності особистості. *Вісник Національного університету оборони України*, 79–86. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-74-4-79-86>
5. Філатова, Л., & Філатова, О. (б. д.). Розвиток емоційного інтелекту як психолого-педагогічна проблема. *У Science and study* 2021.