



УДК 159.942:378.011.3-051]:37.043.2-056.2/.3

DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2026-1\(226\)-90-97](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2026-1(226)-90-97)



ГРИНЬОВА МАРИНА ВІКТОРІВНА,

докторка педагогічних наук, професорка, членкиня-кореспондентка НАПН України; ректорка, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава, Україна

Maryna Grynova,

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine;

Rector, Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University, Poltava, Ukraine

E-mail: grinovamv@gmail.com

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-3912-9023>



ГУБАРЬ ОЛЬГА ГРИГОРІВНА,

кандидатка педагогічних наук, доцентка, завідувачка кафедри технологій корекційної та інклюзивної освіти, логопедії та реабілітації, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава, Україна

Olha Hubar,

Candidate of Pedagogical Science, Associate Professor, Head of the Department of Technologies of Correctional and Inclusive Education, Speech Therapy and Rehabilitation, Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University, Poltava, Ukraine

E-mail: olgagubar82@gmail.com

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-3640-1490>



ІВАНИЦЯ АЛІНА ВАСИЛІВНА,

кандидатка педагогічних наук, асистентка кафедри технологій корекційної та інклюзивної освіти, логопедії та реабілітації, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава, Україна

Alina Ivanytsia,

Candidate of Pedagogical Sciences, Assistant Professor at the Department of Technologies of Correctional and Inclusive Education, Speech Therapy and Rehabilitation, Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University, Poltava, Ukraine

E-mail: 666999121212@ukr.net

ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0004-5295-6167>

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ДОМІНАНТА КОНСТРУКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ В ІНКЛЮЗИВНОМУ ОСВІТЬОМУ ПРОСТОРІ

А Здійснено теоретико-методологічний аналіз емоційного інтелекту як провідної психологічної домінанти конструктивної взаємодії майбутніх педагогів в інклюзивному освітньому просторі. Обґрунтовано актуальність розвитку емоційного інтелекту в системі професійної підготовки педагогічних кадрів, визначено його структурні компоненти та функції у процесі міжособистісної взаємодії з дітьми із особливими освітніми потребами. Проаналізовано вплив емоційного інтелекту на формування педагогічної толерантності, емпатії, емоційної саморегуляції та здатності до конструктивного вирішення професійних ситуацій. Зроблено висновок про необхідність цілеспрямованого впровадження програм розвитку емоційного інтелекту в освітній процес педагогічних закладів вищої освіти.

Презентовано авторську освітню програму розвитку емоційного інтелекту майбутніх педагогів в інклюзивному освітньому просторі. Програма структурована на вісім занять, кожне з яких послідовно поглиблює уявлення учасників про емоційний інтелект і розширює можливості його практичного застосування в умовах інклюзивної освіти. Особлива увага приділяється її практичній реалізації.

У результаті дослідження встановлено, що розвинений емоційний інтелект сприяє формуванню емпатії, емоційної стійкості, асертивної поведінки та навичок саморегуляції, необхідних для ефективної професійної діяльності педагога в умовах

інклюзивної освіти. Зазначені якості забезпечують створення психологічно безпечного освітнього середовища, підвищують результативність педагогічної взаємодії та зменшують ризик професійного емоційного виснаження.

Ключові слова: емоційний інтелект; освітній простір; інклюзивна освіта; конструктивна взаємодія; емпатія; безпечне освітнє середовище; емоційна саморегуляція

EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A DOMINANT FACTOR IN CONSTRUCTIVE INTERACTION BETWEEN FUTURE TEACHERS IN AN INCLUSIVE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

S The article provides a theoretical and methodological analysis of emotional intelligence as the leading psychological dominant of constructive interaction among future teachers in an inclusive educational environment. The relevance of developing emotional intelligence in the system of professional training of teaching staff is substantiated, and its structural components and functions in the process of interpersonal interaction with children with special educational needs are identified. The influence of emotional intelligence on the formation of pedagogical tolerance, empathy, emotional self-regulation, and the ability to constructively resolve professional situations is analysed. The study concludes that there is a need for the purposeful implementation of emotional intelligence development programmes in the educational process of higher pedagogical education institutions.

The author's educational programme for the development of emotional intelligence of future teachers in an inclusive educational space is presented. The programme is structured into eight sessions, each of which sequentially deepens participants' understanding of emotional intelligence and expands the possibilities for its practical application in inclusive education. Particular attention is paid to its practical implementation.

The study found that well-developed emotional intelligence contributes to the formation of empathy, emotional stability, assertive behaviour, and self-regulation skills necessary for the effective professional activity of teachers in inclusive education. These qualities ensure the creation of a psychologically safe educational environment, increase the effectiveness of pedagogical interaction, and reduce the risk of professional emotional exhaustion.

Keywords: emotional intelligence; educational space; inclusive education; constructive interaction; empathy; safe educational environment; emotional self-regulation

Актуальність проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими практичними завданнями.

У сучасному форматі розвитку освіти в Україні спостерігається активне впровадження ідей інклюзії, що передбачає забезпечення рівного доступу до якісної освіти для всіх дітей незалежно від індивідуальних психофізичних особливостей. Інклюзивний освітній простір висуває нові вимоги до професійної діяльності педагога, серед яких особливого значення набуває здатність до конструктивної взаємодії з усіма суб'єктами освітнього процесу.

В означеному контексті емоційний інтелект постає як одна із домінант професійної компетентності майбутнього педагога, оскільки саме він забезпечує істинне розуміння власних емоцій, почуттів інших, уміння керувати емоційними станами, виявляти емпатію, формувати довірливі партнерські взаємини. Особливої актуальності окреслена проблематика набуває в умовах інклюзивної освіти, коли педагог практично щоденно стикається з нестандартними, зазвичай емоційно насиченими ситуаціями.

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. Проблема емоційного інтелекту в сучасних психолого-педагогічних дослідженнях посідає чільне місце у зв'язку з трансформацією освітнього простору, зростанням ролі міжособистісної взаємодії та впровадженням інклюзивної освіти. Аналіз наукових джерел свідчить, що емоційний інтелект розглядається як комплексна особистісна характеристика, що поєднує здатність до усвідомлення власних і чужих емоцій, їх регуляції та конструктивного використання у професійній діяльності.

Фундаментальні теоретичні засади емоційного інтелекту були закладені у працях зарубіжних дослідників. Зокрема, Дж. Майєр, П. Саловей, Д. Карузо стверджували, що

емоційний інтелект – це здатність розуміти власні емоції, щоб краще розуміти емоції інших людей [11]. Також вагомий внесок у популяризацію та практичне осмислення феномена емоційного інтелекту зробив Д. Гоулман, який розглядає вплив емоційного інтелекту на різні сфери життя, включаючи особисті стосунки та побудову успішної кар'єри [3].

В українському науковому полі феномен емоційного інтелекту активно досліджується у контексті психічного здоров'я, стресостійкості та професійного становлення особистості. Так, Н. Басюк [1] наголошує на тісному взаємозв'язку емоційного інтелекту з психічним благополуччям учасників освітнього процесу. Також науковиця підкреслює його роль у профілактиці емоційного вигорання та формуванні позитивного освітнього середовища. Подібні ідеї знаходимо у працях К. Усик [7] та Т. Цюпенко [9], де емоційний інтелект розглядається як чинник подолання стресу й розвитку психологічної стійкості в умовах соціальної нестабільності.

Окремий напрям досліджень присвячений аналізу емоційного інтелекту як важливого складника soft skills сучасного фахівця. Слушною для нашого дослідження є думка групи науковців (Н. Ришак, О. Гапончук та О. Маруховська) про те, що сформований емоційний інтелект сприяє ефективній комунікації, командній роботі, успішній адаптації до змін в освітньому процесі [6]. Важливо відзначити, що у межах інклюзивної освіти емоційний інтелект дедалі частіше розглядається як передумова формування інклюзивної культури та конструктивної взаємодії між усіма учасниками освітнього процесу. Дослідження Л. Врочинської, І. Вербовського, Г. Котломанітової зосереджені на інноваційних підходах до соціалізації дітей з особливими освітніми потребами, де емоційна чутливість і емпатія педагога виступають основоположними умовами успішної освітньої діяльності

[2]. Аналогічно, у працях О. Губарь та співавторів інклюзивна культура трактується як система цінностей і практик, що потребує високого рівня емоційної компетентності педагогів [4]. У руслі аналізованої нами тематики особливе значення має напрацювання групи вчених (Р. Тобіас, Р. Санчес, Т. Замора, Е. Фердінез), які доводять наявність прямого зв'язку між рівнем емоційного інтелекту та результативністю педагогічної діяльності молодих викладачів [12].

Отже, проведений нами аналіз наукових джерел свідчить про значний інтерес дослідників до проблеми емоційного інтелекту в освіті, водночас недостатньо висвітленим залишається питання його ролі саме як домінанти конструктивної взаємодії майбутніх педагогів в інклюзивному освітньому просторі. Вищезазначене зумовлює актуальність подальших досліджень у даному напрямі та необхідність комплексного осмислення окресленої проблематики.

Виділення невіршених раніше частин загальної проблеми. Незважаючи на значну кількість досліджень стосовно проблеми емоційного інтелекту, низка аспектів ще залишається недостатньо опрацьованою. Більшість наукових праць присвячена загальнотеоретичному аналізу емоційного інтелекту або його ролі у професійній діяльності педагогів, тоді як специфіка його прояву в умовах інклюзивного освітнього простору висвітлена лише фрагментарно.

Опрацьовані нами матеріали дозволяють констатувати: нині недостатньо дослідженим є розгляд емоційного інтелекту як домінантного чинника конструктивної взаємодії майбутніх педагогів з учнями з особливими освітніми потребами (ООП) та іншими учасниками інклюзивного процесу. Також обмежено представлено питання формування емоційного інтелекту на етапі професійної підготовки педагогів і його зв'язок із розвитком інклюзивної культури та готовністю до подолання емоційно напружених ситуацій.

Мета статті: проаналізувати роль емоційного інтелекту як домінанти конструктивної взаємодії майбутніх педагогів в інклюзивному освітньому просторі та визначити основні напрями його розвитку у процесі професійної підготовки.

Викладення основного матеріалу. У сучасних психолого-педагогічних дослідженнях емоційний інтелект визначається як сукупність ментальних здібностей, що забезпечують усвідомлення, розпізнавання, розуміння та регуляцію емоційних станів особистості, а також інтерпретацію емоційних проявів інших людей. Зазначені здібності істотно впливають на характер міжособистісної взаємодії, рівень соціальної адаптації, результативність професійної діяльності, що набуває особливої актуальності в умовах інклюзивного освітнього простору.

Наукові джерела засвідчують, що сформований емоційний інтелект сприяє розвитку емпатії, емоційної саморегуляції, толерантності та емоційної стійкості, які є необхідними складниками професійної компетентності майбутнього педагога. У контексті інклюзивної освіти вказані характеристики забезпечують створення психологічно безпечного освітнього середовища, ефективну педагогічну взаємодію з різними категоріями здобувачів освіти та зниження ризику професійного емоційного виснаження.

Термін «емоційний інтелект» уперше було введено в науковий обіг у 60-х роках ХХ століття вченим М. Белдоком, який акцентував увагу на ролі емоційних чинників у соціальній поведінці особистості. Подальший розвиток і поширення цієї концепції пов'язані з працями Д. Гоулмана. Науковець обґрунтував значення емоційного інтелекту для успішної професійної діяльності [3].

У структурі емоційного інтелекту майбутніх педагогів нами виокремлено наступні компоненти (рис.1):



Рис. 1. Структурні компоненти емоційного інтелекту

На запропонованій схемі відображено структурні компоненти емоційного інтелекту, де кожен елемент виконує самостійну функцію, але й водночас перебуває у тісному

взаємозв'язку з іншими, забезпечуючи тим самим ефективну міжособистісну взаємодію, особливо в умовах інклюзивного освітнього простору. Також простежується послідовність

логіки побудови схеми: від внутрішнього усвідомлення емоцій до їхнього соціального прояву у взаємодії з іншими.

Важливо відзначити, що базисом емоційного інтелекту є емоційно-усвідомлений компонент. Саме він дозволяє особистості раціонально усвідомлювати власні емоційні стани, розпізнавати їхні причини та наслідки, а також ідентифікувати емоції інших людей. Сказане важливо і для точного тлумачення вербальних і невербальних сигналів у спілкуванні, а емоційна чутливість забезпечує здатність реагувати на емоційні прояви оточення адекватно та своєчасно. Вказаний компонент особливо важливий для педагога задля формування гуманістичної позиції по відношенню до кожної дитини [9, с. 112].

Не менш впливовим виступає і наступний компонент – емоційно-регулятивний. Він відображає здатність особистості управляти власними емоційними станами. Мова йде про саморегуляцію емоцій, емоційну стійкість і контроль імпульсів. Саморегуляція передбачає вміння свідомо знижувати інтенсивність негативних емоцій, підтримувати позитивний емоційний фон, що є особливо важливим у стресових і конфліктних ситуаціях. Емоційна стійкість забезпечує збереження психологічної рівноваги в умовах підвищеного навантаження, а контроль імпульсів дозволяє уникати імпульсивних реакцій, які іноді можуть призводити до ускладнення взаємодії з оточуючими [12]. Аналізований компонент має цінність для підтримки емоційно безпечного освітнього середовища, що є особливо актуальним для інклюзивного простору взаємодії.

На окрему увагу заслуговує емпатійний компонент, що забезпечує здатність до співпереживання та глибокого емоційного розуміння іншої особистості. Він передбачає прийняття іншого таким, яким він є, без упереджень. Важливим є також уміння зрозуміти емоційні стани осіб з ООП. Саме емпатія дозволяє педагогу не лише усвідомлювати емоції вихованців, а й внутрішньо відгукуватися на них, що становить фундамент довірливих стосунків.

Четвертий компонент – соціально-комунікативний репрезентує зовнішній рівень реалізації емоційного інтелекту у взаємодії з іншими. Він охоплює емоційно коректну комунікацію, партнерську взаємодію, конструктивне вирішення конфліктів. Емоційно коректна комунікація передбачає вміння добирати ефективні засоби з урахуванням емоційного стану співрозмовника. Партнерська взаємодія ґрунтується на засадах рівності, взаємоповаги та співпраці, що є особливо важливим у роботі педагогів, батьків і фахівців супроводу. Конструктивне вирішення конфліктів передбачає використання емоційного інтелекту для пошуку компромісів, зниження напруги у взаємовідносинах. Усі вищезазначені компоненти мають принципове значення, оскільки визначають характер професійної поведінки [5, с. 163–164].

Проведений аналіз досліджень з окресленої тематики дозволяє стверджувати, що високий рівень емоційного інтелекту забезпечує: здатність до емпатійного сприймання дітей з ООП; формування атмосфери психологічної безпеки та довіри; ефективне вирішення конфліктних ситуацій; розвиток педагогічного такту та емоційної стійкості. До того ж, конструктивна взаємодія в інклюзивному освітньому просторі ґрунтується на принципах рівності, партнерства, взаємної поваги. Лише за даних умов можливе формування емоційно безпечного середовища, де кожен учасник освітнього процесу відчуватиме прийняття та підтримку.

Варто наголосити, що саме емоційний інтелект у означеному контексті виступає ресурсом, що дозволяє майбутньому педагогу: попереджати конфліктні ситуації, конструктивно реагувати на емоційні прояви здобувачів освіти, підтримувати позитивний психологічний клімат, формувати довірливі взаємини в інклюзивних групах [7, с. 247; 10].

Для повноцінного розуміння окресленої тематики необхідно розглянути детально рівні реалізації емоційного інтелекту (рис. 2):

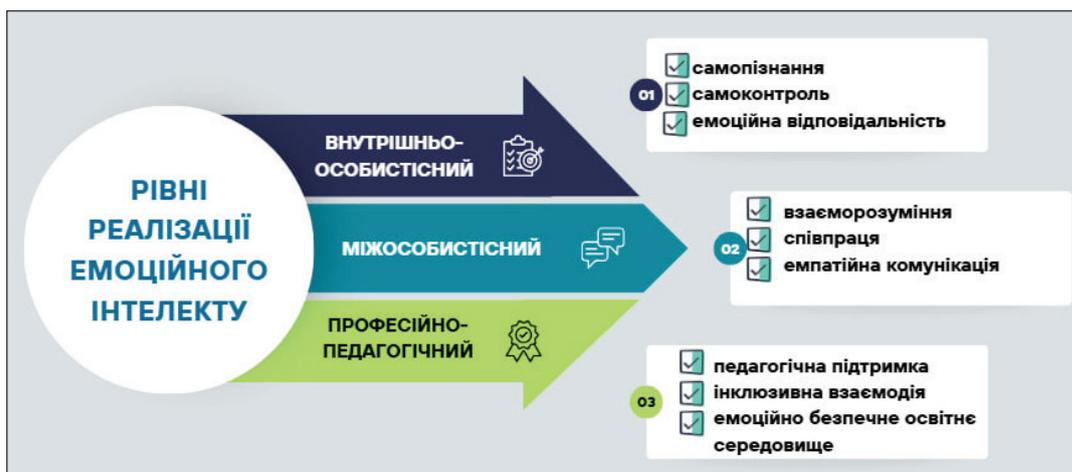


Рис. 2. Рівні реалізації емоційного інтелекту

На представленій схемі комплексно відображено поетапну реалізацію емоційного інтелекту як цілісної психологічної системи, що розгортається від внутрішнього світу особистості до її професійної діяльності. Також

стає зрозумілим, що емоційний інтелект формується і проявляється не фрагментарно, а як послідовний процес, у якому кожен рівень є логічним продовженням попереднього.

Першочергово, варто вказати внутрішньо-особистісний рівень. Останній репрезентує базу емоційного інтелекту, пов'язану з усвідомленням і регуляцією власних емоцій [11, с. 294]. Саме для нього характерним є здатність особистості розуміти себе, відповідально ставитися до власних переживань і керувати емоційними реакціями. Тому маємо підстави констатувати: означений рівень забезпечує внутрішню цілісність, емоційну стійкість, готовність до взаємодії з іншими.

Важливу роль відіграє і міжособистісний рівень, що відображає перехід від внутрішнього саморозуміння до соціальної взаємодії. На даному рівні емоційний інтелект проявляється у здатності будувати взаємини, досягати взаєморозуміння, здійснювати ефективну комунікацію [2,

с. 193]. Сказане сприяє конструктивній співпраці в різних соціальних контекстах.

Професійно-педагогічний рівень узагальнює практичну реалізацію емоційного інтелекту в освітньому просторі. Він пов'язаний зі створенням емоційно сприятливого середовища, підтримкою учасників освітнього процесу та реалізацією принципів гуманістичної й інклюзивної освіти. На цьому рівні емоційний інтелект виступає важливим складником професійної компетентності педагога.

Оскільки ефективна педагогічна діяльність в інклюзивному просторі потребує високого рівня емоційної саморегуляції та взаєморозуміння, авторами статті було розроблено програму розвитку емоційного інтелекту майбутніх педагогів в інклюзивному освітньому просторі (рис. 3):



Рис. 3. Авторська програма розвитку емоційного інтелекту майбутніх педагогів в інклюзивному освітньому просторі

Представлена програма має цілісну, логічно вибудовану структуру та спрямована на поетапне формування особистісних і професійних умінь, необхідних для ефективної педагогічної діяльності. Програма структурована на вісім занять, кожне з яких послідовно поглиблює уявлення учасників про емоційний інтелект і розширює можливості його практичного застосування в умовах інклюзивної освіти. Вона розрахована на здобувачів вищої освіти педагогічних спеціальностей.

Серед завдань програми варто виокремити наступні:

- ✓ сформувати усвідомлення значення емоційного інтелекту в педагогічній діяльності;
- ✓ розвинути здатність до емоційної самосвідомості та саморегуляції;
- ✓ сформувати навички емпатійної взаємодії з дітьми з ООП;
- ✓ удосконалити комунікативні та соціальні навички майбутніх педагогів;

- ✓ сприяти формуванню толерантності та гуманістичних цінностей;

- ✓ попередити емоційне вигорання в умовах інклюзивного середовища.

Реалізація програми розпочинається із першого заняття «Вступ. Емоційний інтелект у професійній діяльності педагога», що орієнтоване на формування у майбутніх педагогів комплексного уявлення про емоційний інтелект як важливий чинник професійної діяльності в умовах інклюзивного освітнього простору, його особливості, унікальні можливості. Оскільки емоційна сфера є надто чутливою, важливо спочатку сформувати атмосферу психологічної безпеки та відкритості. Задля цього робота розпочинається із знайомства з кожним учасником, його короткою розповіддю про себе, про очікування від участі в програмі. У ході обговорення поступово формується розуміння того, що емоційний складник педагогічної діяльності відіграє не менш важливу роль, ніж фахові знання та рівень методичної підготовки.

Наступним етапом реалізації програми передбачено проведення міні-лекції про сутність емоційного інтелекту, його основні компоненти, функції в педагогічній діяльності. Особлива увага приділяється ролі емоцій у процесі навчання та виховання, впливу емоційного стану педагога на психологічний клімат у групі та на якість взаємодії з дітьми. Доволі цікавим форматом роботи, на наше переконання, є проведення мозкового штурму, під час якого майбутні педагоги обговорюють можливі прояви емоційного інтелекту у повсякденній педагогічній практиці. Після цього учасникам програми пропонується визначити вплив аналізованого поняття на ефективність інклюзивної взаємодії.

Друге заняття «Емоційна самосвідомість майбутнього педагога» має за мету розвинути здатність розпізнавати та усвідомлювати власні емоції, що є передумовою ефективної саморегуляції та конструктивної взаємодії з іншими. У ході обговорення розкриваються відмінності між емоціями та почуттями, їх роль у внутрішньому світі особистості, професійній діяльності педагога [8, с. 202]. Окрема увага має бути приділена емоційним тригерам, які іноді можуть мати місце в освітньому просторі. У практичній частині заняття нами запропоновано виконання вправи «Емоційний щоденник», що дозволить учасникам простежити динаміку власних емоційних станів, пов'язати їх із конкретними педагогічними ситуаціями, усвідомити індивідуальні особливості емоційної реакції та скорегувати за необхідності. У процесі самоаналізу та групової дискусії майбутні педагоги мають можливість поділитися власними спостереженнями, зробити відповідні висновки.

Третє заняття «Саморегуляція та управління емоційними станами» присвячене формуванню у майбутніх педагогів навичок емоційної саморегуляції як важливого компонента емоційного інтелекту та необхідної умови професійної стійкості в інклюзивному освітньому середовищі. На даному занятті доцільно провести обговорення основних механізмів емоційної саморегуляції, зокрема усвідомлення емоційного стану, контроль інтенсивності емоційних реакцій, вибір адекватних способів реагування. Окремий блок варто присвятити проблемі впливу стресу та хронічного емоційного напруження на психоемоційний стан педагога, його профілактиці та корекції за необхідності.

Практична частина заняття має бути спрямована на опанування конкретних технік саморегуляції, що можуть бути використані в щоденній педагогічній діяльності. Дихальні та релаксаційні вправи допомагають учасникам усвідомити взаємозв'язок між фізичним станом і емоційними переживаннями, а також навчають швидко знижувати рівень напруження. У межах рольових ситуацій моделюються типові складні педагогічні випадки, що виникають в інклюзивному середовищі, з подальшим аналізом емоційних реакцій і пошуком конструктивніших способів реагування. Окремий інтерес викликає вправа «Пауза», що сфокусована на формування навички зупинки та усвідомленого вибору поведінки перед емоційною реакцією. Це дозволить запобігти імпульсивним діям і підтримати професійну рівновагу.

Четверте заняття «Емпатія як основа інклюзивної

взаємодії» стосується проблеми розвитку емпатії як психологічної основи інклюзивної взаємодії та гуманістично спрямованої педагогічної діяльності. На початку заняття формується розуміння емпатії як здатності відчувати та розуміти емоційний стан іншої людини, не втрачаючи при цьому власної емоційної стабільності. У процесі обговорення розкривається значення емпатії для встановлення довірливих стосунків з дітьми з ООП, а також її роль у наданні педагогічної підтримки, створенні психологічно безпечного освітнього середовища [4, с. 28].

Особливий інтерес викликає практична частина заняття, що позначена виконанням вправи «Подивись моїми очима». Її виконання допомагає майбутнім педагогам спробувати побачити педагогічну ситуацію з позиції дитини, усвідомити її емоційні переживання, запити. За даних умов розвиваються навички емпатійного аналізу складних ситуацій, які можуть мати місце в інклюзивному середовищі, пошуку ефективних форм підтримки учасників освітнього процесу. Не менш важливим елементом заняття є обговорення отриманого досвіду, що посилює розуміння значення емпатії для успішної професійної діяльності.

П'яте заняття «Соціальні навички та педагогічна комунікація» спрямоване на усвідомлення ролі спілкування в педагогічній діяльності, його впливу на психологічний клімат у групі. Розкривається значення вербальних і невербальних засобів комунікації, їх узгодженості, впливу на сприймання педагогічних повідомлень дітьми. Окрема увага має бути зосереджена на необхідності врахування індивідуальних особливостей здобувачів освіти, що є визначальним для ефективної взаємодії в інклюзивному середовищі.

Практичним складником даного заняття передбачається активне залучення учасників до рольових ігор, де мають бути змодельовані типові ситуації педагогічного спілкування. Їхнє значення полягає у можливості проаналізувати власний стиль комунікації, звернути увагу на невербальні сигнали та навчитися коригувати їх відповідно до ситуації. Серед різних форматів роботи окремий інтерес викликає вправа «Активний слухач», що сприяє розвитку здатності уважно сприймати співрозмовника, розуміти його емоційний стан, демонструвати прийняття та підтримку. Зворотний зв'язок і самооцінювання дозволяють майбутнім педагогам усвідомити сильні сторони власної комунікативної поведінки, визначити напрями її подальшого вдосконалення.

Шосте заняття присвячене формуванню вмінь конструктивного вирішення конфліктів, які є невід'ємним складником взаємодії в інклюзивному освітньому середовищі. У процесі заняття розглядаються особливості виникнення конфліктів у педагогічному просторі, їхні основні причини та можливі наслідки для міжособистісних стосунків. Важливо наголосити, що конфлікт не завжди має деструктивний характер і за умови конструктивного підходу може стати ресурсом розвитку взаєморозуміння та співпраці.

Практична робота спрямована на аналіз типових конфліктних ситуацій, з якими стикаються педагоги в інклюзивному середовищі. З метою опанування різних стратегій поведінки у конфліктній ситуації передбачено

проведення рольових ігор. Також нами запропоновано виконання вправи «Я-повідомлення», що сприяє формуванню навичок безпечного вираження власних почуттів і потреб без звинувачень та агресії [1, с. 134].

Заняття 7 «Профілактика емоційного вигорання педагога» спрямоване на профілактику емоційного вигорання педагога та формування навичок емоційної стійкості та самопідтримки, що є важливою умовою ефективної діяльності в інклюзивному освітньому просторі. Адже загальновідомо, що постійна взаємодія із дітьми з ООП передбачає високе емоційне навантаження, внаслідок чого підвищується ризик емоційного виснаження. У ході заняття учасники програми з'ясовують суть емоційного вигорання, його основні прояви, чинники виникнення в педагогічній діяльності, особливо в умовах інклюзії. Наголошується, що розвиток емоційного інтелекту, здатність до саморегуляції, усвідомлення власних емоційних станів виступають важливими ресурсами збереження професійного здоров'я педагога.

Із метою закріплення отриманих знань, вважаємо доречним виконання вправи «Моє ресурсне коло». Це дозволить учасникам програми усвідомити власні джерела підтримки та енергії, визначити сфери, які потребують відновлення, і сформулювати індивідуальні стратегії самопідтримки. Не менш впливовими є арттерапевтичні техніки, що сприятиме емоційному

розвантаженню, зниженню напруження, формуванню позитивного внутрішнього образу відновлення.

Підсумкове заняття «Узагальнення та інтеграція досвіду» зорієнтоване на усвідомлення особистісних і професійних змін, що мали місце по завершенню проходження програми. Основна мета заняття – закріплення сформованих навичок емоційної саморегуляції, усвідомлення значення емоційного інтелекту як провідної професійної домінанти майбутнього педагога.

У ході заняття передбачено виконання вправи «Мій професійний образ», що орієнтована на усвідомлення власної професійної ідентичності та бачення себе як фахівця, здатного свідомо керувати власними емоціями, розуміти емоційні стани інших, використовувати емоційний інтелект як ресурс професійної ефективності. Окрім виконання вправи, вважаємо доречним проведення групової дискусії задля обміну досвідом, формування спільних висновків, змін, що мали місце за період проходження програми. Також передбачено визначення перспектив подальшого особистісного й професійного розвитку для кожного з учасників програми.

Презентація розробленої авторської програми відбулася 27 жовтня 2025 року у Полтавському національному педагогічному університеті імені В. Г. Короленка (рис. 4):



Рис. 4. Презентація авторської програми розвитку емоційного інтелекту майбутніх педагогів в інклюзивному освітньому просторі

Окремим блоком нашого дослідження є аналіз технологій розвитку емоційного інтелекту в освітньому процесі. Зокрема, важливе місце посідають технології, зорієнтовані на формування емпатії та довіри, які передбачають проведення занять, спрямованих на розуміння й співпереживання емоційних станів інших осіб, зниження емоційної напруги, формування сприятливого психологічного клімату в групі. Такі заняття часто включають елементи арттерапевтичних вправ, що сприяють емоційному розвантаженню та розвитку чутливості до емоційних проявів оточуючих.

Наступну групу становлять технології розвитку комунікативної толерантності, які забезпечують підвищення рівня комунікативної компетентності, формування здатності до розуміння й прийняття різних позицій, стилів поведінки. Особливе значення вказані технології мають для майбутніх педагогів, діяльність яких передбачає взаємодію з різноманітними суб'єктами інклюзивного освітнього процесу.

Для нашого дослідження окремий інтерес представляють технології формування асертивної поведінки, що орієнтовані на розвиток впевненості в собі, вміння відстоювати власну

позицію без порушення прав і гідності інших, а також розширення варіацій конструктивних моделей поведінки у складних комунікативних ситуаціях.

Також важливим складником розвитку емоційного інтелекту є технології, зорієнтовані на формування позитивної, адекватної самооцінки, реалістичного рівня досягнень. Такі заняття сприяють усвідомленню власних можливостей, сильних сторін і зон розвитку, що позитивно впливає на професійне становлення майбутнього педагога [6, с. 505].

Вартують уваги і технології розвитку вмінь саморегуляції, які забезпечують оволодіння навичками релаксації, керування емоційним станом, підтримання емоційної рівноваги в умовах підвищеного психоемоційного навантаження, що характерне для інклюзивного освітнього середовища.

Висновки. У ході проведеного дослідження нами встановлено, що сформований емоційний інтелект сприяє розвитку емпатії, емоційної стійкості, асертивної поведінки та умінь саморегуляції, що є необхідними для професійної

діяльності педагога в інклюзивному середовищі. Зазначені якості забезпечують створення психологічно безпечного освітнього простору, підвищують ефективність педагогічної взаємодії та знижують ризик професійного емоційного виснаження.

Проаналізовані технології розвитку емоційного інтелекту (формування емпатії й довіри, розвиток комунікативної толерантності, асертивної поведінки, позитивної самооцінки та навичок саморегуляції) засвідчили свою доцільність і практичне значення у процесі професійної підготовки майбутніх педагогів. Їх використання сприяє формуванню емоційної компетентності, необхідної для конструктивної взаємодії з усіма суб'єктами інклюзивного освітнього процесу.

Перспективи подальших розвідок з окресленої проблеми вбачаємо в розробленні та апробації психолого-педагогічних програм розвитку емоційного інтелекту майбутніх педагогів у процесі фахової підготовки.

Список використаних джерел

1. Басюк Н. А. Емоційний інтелект і психічне здоров'я учасників освітнього процесу : навч. посіб. Житомир, 2024. 140 с.
2. Врочинська Л. І., Вербовський І. А., Котломанітова Г. О. Інноваційні підходи до соціалізації дітей з особливими освітніми потребами. *Інноваційна педагогіка*. 2023. Вип. 57 (2). С. 190–194. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/57.2.38>.
3. Гулман Д. Емоційний інтелект. Київ: Vivat, 2025. 512 с.
4. Губарь О. Г., Пахомова Н. Г., Коваленко В. В., Баранець І. В. Інклюзивна культура в освітньому просторі: проблеми та перспективи. *Inclusion and Diversity*. 2024. № 3. С. 26–33. DOI: <https://doi.org/10.32782/inclusion/2024.3.5>.
5. Луца К. Феномен емоційного інтелекту: наукові погляди американських та українських дослідників. *Молодь і ринок*. 2023. № 10 (218). С. 162–166. DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2023.290213>.
6. Ришчак Н., Гапончук О., Маруховська О. Роль емоційного інтелекту як soft-skills у сучасному освітньому процесі. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 6 (12). С. 496–508.
7. Усик К. М. Емоційний інтелект як чинник подолання стресу. *Габітус*. 2024. № 60. С. 245–250.
8. Федорченко В., Івахнюк Т., Ананьєва М., Боброва Н., Ганчо О. Емоційний інтелект у діяльності викладача вищої школи, здобувача вищої освіти та практикуючого лікаря. *Актуальні проблеми сучасної медицини. Вісник Української медичної стоматологічної академії*. 2024. № 24 (1). С. 200–204. DOI: <https://doi.org/10.31718/2077-1096.24.1.200>.
9. Цюпенко Т. Емоційний інтелект як засіб розвитку психологічної стійкості особистості в умовах сьогодення. *Наукові записки. Психологія*. 2024. № 4. С. 109–115. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-4-16>.
10. Kolbina L., Sopivnyk I., Hubar O., Teslenko S., Tsybmal-Slatvinska S. Implementar una educacion superior inclusiva mediante el uso de tecnologías digitales. *Revista Eduweb*. 2025. No. 19 (1). P. 68–84. DOI: <https://doi.org/10.46502/issn.1856-7576/2025.19.01.5>.
11. Mayer J., Caruso D., Salovey P. The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*. 2016. Vol. 8 (4). P. 290–300.
12. Tobias R. P., Sanchez R. R. B., Zamora, T. G., Ferdinez, E. B. *Exploring emotional intelligence and teaching performance of new generation educators. International Journal of Research and Innovation in Social Science*. 2025. No. 9 (6). P. 4902–4913. DOI: <https://doi.org/10.47772/IJRISS.2025.906000373>.

References

1. Basiuk, N. A. (2024). *Emotsiynyi intelekt i psykhychne zdorovia uchasykykh osvitnoho protsesu [Emotional intelligence and mental health of participants in the educational process]: navch. posib.* Zhytomyr [in Ukrainian].
2. Vrochynska, L. I., Verbovskyy, I. A., & Kotlomanitova, H. O. (2023). Innovatsiini pidkhody do sotsializatsii ditei z osoblyvymy osvitnimy potrebamy [Innovative approaches to socialisation of children with special educational needs]. *Innovatsiina pedahohika [Innovative pedagogy]*, 57 (2), 190-194. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/57.2.38> [in Ukrainian].
3. Houlman, D. (2025). *Emotsiynyi intelekt [Emotional intelligence]*. Kyiv: Vivat [in Ukrainian].
4. Hubar, O. H., Pakhomova, N. H., Kovalenko, V. V., & Baranets, I. V. (2024). Inkluzyivna kultura v osvitnomu prostori: problemy ta perspektyvy [Inclusive culture in the educational space: problems and prospects]. *Inclusion and Diversity*, 3, 26-33. DOI: <https://doi.org/10.32782/inclusion/2024.3.5> [in Ukrainian].
5. Lutsa, K. (2023). Fenomen emotsiinoho intelektu: naukovy pohliady amerykanskykh ta ukrainskykh doslidnykyv [The Phenomenon of Emotional Intelligence: Scientific Views of American and Ukrainian Researchers]. *Molod i rynek [Youth and Market]*, 10 (218), 162-166. DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2023.290213> [in Ukrainian].
6. Ryschchak, N., Haponchuk, O., & Marukhovska, O. (2023). Rol emotsiinoho intelektu yak soft-skills u suchasnomu osvitnomu protsesi [The role of emotional intelligence as soft skills in the modern educational process]. *Visnyk nauky ta osvity [Bulletin of Science and Education]*, 12, 496-508 [in Ukrainian].
7. Usyk, K. M. (2024). Emotsiynyi intelekt yak chynnyk podolannia stresu [Emotional intelligence as a factor of overcoming stress]. *Habitus [Habitus]*, 60, 245-250 [in Ukrainian].
8. Fedorchenko, V., Ivakhniuk, T., Ananieva, M., Bobrova, N., & Hancho, O. (2024). Emotsiynyi intelekt u diialnosti vykladacha vyshchoi shkoly, zdobuvacha vyshchoi osvity ta praktykuiuchoho likaria [Emotional intelligence in the activities of a higher education teacher, a higher education student and a practising doctor]. *Aktualni problemy suchasnoi medytsyny. Visnyk Ukrainskoi medychnoi stomatolohichnoi akademii [Current problems of modern medicine. Bulletin of the Ukrainian Medical Dental Academy]*, 24 (1), 200-204. DOI: <https://doi.org/10.31718/2077-1096.24.1.200> [in Ukrainian].
9. Tsiupenko, T. (2024). Emotsiynyi intelekt yak zasib rozvytku psykhologichnoi stiiikosti osobystosti v umovakh sohodennia [Emotional intelligence as a means of developing psychological resilience in today's world]. *Naukovi zapysky. Psykhologhiia [Scientific notes. Psychology]*, 4, 109-115. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-4-16> [in Ukrainian].
10. Kolbina, L., Sopivnyk, I., Hubar, O., Teslenko, S., & Tsybmal-Slatvinska, S. (2025). Implementar una educacion superior inclusiva mediante el uso de tecnologías digitales. *Revista Eduweb*, 19 (1), 68-84. DOI: <https://doi.org/10.46502/issn.1856-7576/2025.19.01.5>
11. Mayer, J., Caruso, D., & Salovey, P. (2016). The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*, 8 (4), 290-300.
12. Tobias, R. P., Sanchez, R. R. B., Zamora, T. G., & Ferdinez, E. B. (2025). *Exploring emotional intelligence and teaching performance of new generation educators. International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 9 (6), 4902-4913. DOI: <https://doi.org/10.47772/IJRISS.2025.906000373>.

Дата надходження до редакції авторського оригіналу: 11.01.2026