

*Key words:* psychological support, regression analysis, communicative factors of professional self-fulfilment, professional and communicative competence, professional hardiness, communicative training, specialists of scientific and pedagogical profile.

УДК 159.92/94.072

*Могіляста С.М.*

## **УРОК АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ЗАСІБ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТАРШОКЛАСНИКА: З ДОСВІДУ РОБОТИ**

**Могіляста С.М. Урок англійської мови як психолого-педагогічний засіб розвитку емоційного інтелекту старшокласника: з досвіду роботи.** У статті теоретично обґрунтовуються можливості розвитку емоційного інтелекту старшокласника на уроках англійської мови. Викладено зміст і структуру апробованого інтегрованого курсу з розвитку емоційного інтелекту старшокласника в контексті Державної Програми з вивчення іноземних мов. У статті також розглядаються можливості впровадження інтегрованого курсу з розвитку емоційного інтелекту старшокласника в навчально-виховний процес загальноосвітнього навчального закладу.

*Ключові слова:* старшокласник, емоційний інтелект, розвиток емоційного інтелекту, урок англійської мови, психолого-педагогічні засоби.

**Могілястая С.Н. Урок английского языка как психолого-педагогическое средство развития эмоционального интеллекта старшеклассника: из опыта работы.** В статье теоретически обосновываются возможности развития эмоционального интеллекта старшеклассника на уроках английского языка. Изложено содержание и структура апробированного интегрированного курса по развитию эмоционального интеллекта старшеклассника в контексте Государственной Программы по изучению иностранных языков. В статье также поднимаются вопросы о внедрении интегрированного курса по развитию эмоционального интеллекта старшеклассника в учебно-воспитательный процесс общеобразовательного учебного заведения.

*Ключевые слова:* старшеклассник, эмоциональный интеллект, развитие эмоционального интеллекта, урок английского языка, психолого-педагогические средства.

**Постановка проблеми.** Головне завдання освіти – розвиток гармонійної особистості. Тому пошук шляхів та засобів реалізації цього завдання є актуальною проблемою сучасної психолого-педагогічної науки [3]. Це чітко відповідає парадигмі гуманізації освіти та актуалізує необхідність пошуку психологами та педагогами шляхів руху в напрямку емоційно-ціннісної її складової: формування в учнів механізмів самореалізації, саморозвитку, адаптації, самомотивації, всього того, що є необхідним для становлення емоційного та соціального інтелекту учня. Привернення уваги науковців і практиків системи середньої освіти до проблеми розвитку емоційного інтелекту старшокласників відображається у статтях та дисертаційних дослідженнях, а також у практичних заняттях. Проте відсутність валідних, апробованих програм розвитку емоційного інтелекту старшокласника створює проблему реалізації завдань щодо його розвитку.

**Аналіз досліджень проблеми.** Вітчизняні та зарубіжні вчені в галузі психолінгвістики наголошують на важливості емоційного аспекту вивчення іноземних мов. Водночас Дж. Майєр і П. Саловей в останніх дослідженнях у галузі емоційного інтелекту доводять, що можливості для розвитку емоційних знань є, якщо розглядати ці знання як різновид інформації [10]. Ще один корифей в галузі ЕІ Д. Гоулман стверджує, що розвиток емоційного інтелекту є не тільки можливим, але й доцільним упродовж всього життя людини [2].

Вітчизняні вчені (Г. Березюк, Г. Гондарева, О. Носенко, К. Філатова, В. Юркевич) наголошують, що відповідне середовище, біологічні і соціальні передумови, системність та науковий підхід є складовими результативності процесу розвитку ЕІ особистості [2].

З іншого боку, обґрунтовуючи необхідність виокремлення емоційно-ціннісного компонента у змісті навчання іноземних мов науковці О.С. Пасічник та О.О. Пасічник наголошують, що знайомство з соціокультурним матеріалом у процесі викладання іноземної мови впливає не лише на когнітивну сферу учня, але й проходить крізь його емоційне сприйняття, формуючи ціннісні установки, впливаючи на особистісне та професійне самовизначення учня, паралельно актуалізує певні емоційні стани [8].

Наукові дослідження підтверджують необхідність розвитку емоційного інтелекту старшокласників як чинника їхнього особистісного становлення та успішної самореалізації у майбутньому.

Відтак, в аспекті практичної складової вивчення проблеми та її вирішення є необхідним цілеспрямована робота в напрямку створення науково-обґрунтованої навчально-виховної бази як основи з розвитку емоційного інтелекту школярів у навчально-виховному процесі загальноосвітніх шкіл.

**Метою** цієї практично зорієнтованої статті є викладення змісту й структури інтегрованого курсу з розвитку емоційного інтелекту старшокласників, що був розроблений у межах Державної Програми з вивчення іноземних мов, та теоретичне обґрунтування можливостей розвитку емоційного інтелекту старшокласників засобами уроку англійської мови.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Вміння розвивати емоційний інтелект внесено до нового державного стандарту освіти України [7]. Тому цілком зрозумілим стає те, що у виборі освітньої стратегії загальноосвітні навчальні заклади України все більше переорієнтовуються на СЕЕН навчання. Міністерство освіти і науки України восени 2019 року започаткувало пілотний проєкт із розвитку м'яких навичок СЕЕН (SEE Learning): соціально-емоційного та етичного навчання, мета якого «зміна атмосфери в школах та ставлення учнів до вчителів, навчання, один до одного та до самих себе» [Цит. за [6]].

Проблема інтеграції емоційної складової в процес вивчення іноземних мов вже багато десятиліть поспіль вивчається психолого-педагогічними науками. Декодування змісту емоційних сигналів у процесі комунікації, взаємодія з мисленням, мотивацією та системою засобів мови у свідомості комунікаторів, бачення

природи емоцій під час спілкування, спрощення складних і багатогранних феноменів емоційності та емоційних станів – це те, чому учні навчаються в процесі вивчення іноземних мов, отримуючи навички та вміння в напрямку розуміння, усвідомлення управління емоціями власними та інших, а отже розвивають свій емоційний інтелект. Розглянувши можливості предмету англійська мова та дослідивши існуючі програми, методичні та навчальні матеріали, врахувавши результати дослідження емоційного інтелекту старшокласників, проведеного на базі Києво-Печерського ліцею №171 «Лідер», м. Київ та Кривоозерської загальноосвітньої школи I-III ступенів, с. Криве Озеро Миколаївської області [4]. нами був розроблений та апробований інтегрований курс розвитку емоційного інтелекту старшокласників. Інтегрований курс є невід’ємною частиною Навчальної програми з іноземних мов для загальноосвітніх навчальних закладів і спеціалізованих шкіл із поглибленим вивченням іноземних мов в 10-11 класах, рекомендованої Наказом Міністерства освіти і науки України [5].

Таблиця 1

**Програма інтегрованого курсу з розвитку емоційного інтелекту старшокласників у процесі вивчення англійської мови в 10 класі**

Тематика ситуативного спілкування	Змістова лінія та ресурсне забезпечення	
	Навчально-тематичний план	Кількість годин
<i><b>Особистісна сфера</b></i>		
Я, моя родина, мої друзі	Я і мої емоції. Емоційний інтелект	2
	Емоційний клімат моєї родини	1
	Емоції і стосунки з друзями	1
	Емпатія	1
<i><b>Публічна сфера</b></i>		
Живопис	Відвідування галереї. Емоції	1
	Живопис та саморегуляція емоційного стану	1
Наука і технічний прогрес	Комп'ютер та емоції. Фонетичні засоби вираження емоцій інтернет-мовою	1
<i><b>Освітня сфера</b></i>		
Шкільне життя	Емоційний інтелект і спілкування старшокласників	1
	Школа. Емоції та стосунки з однокласниками	1
Робота і професії	Емоційний інтелект і моя майбутня професія	2

Зміст інтегрованого курсу спрямований на реалізацію завдань з розвитку емоційної культури та емоційної компетенції старшокласника в процесі вивчення іноземної мови, засобами уроку англійської мови. Курс передбачає розвиток емоційного інтелекту, емоційної культури, емоційної компетенції старшокласника в процесі вивчення англійської мови та є частиною і сфери спілкування (особистісної, публічної, освітньої), і тематико-ситуативної її складової відповідно до змістових ліній («Я, моя родина, мої друзі», «Мистецтво», «Живопис», «Наука і технічний прогрес», «Шкільне життя», «Робота і професії»), передбачених Державною програмою [5].

Інтегрований курс ввійшов і в 10-му, і в 11-му класах до трьох тематико-ситуативних сфер, відповідно до державних вимог, та ресурсно відповідає 12 годинам – у 10-му класі і 12 годинам – в 11-му класі (див. табл.1 і 2).

Таблиця 2

**Програма інтегрованого курсу з розвитку емоційного інтелекту старшокласників у процесі вивчення англійської мови в 11 класі**

Тематика ситуативного спілкування	Змістова лінія та ресурсне забезпечення	
	Навчально-тематичний план	Кількість годин
<i><b>Особистісна сфера</b></i>		
Я, моя родина, мої друзі	Емоційний інтелект старшокласника	2
	Розвиток емоційного інтелекту	2
	Навички co-learning та EI	1
<i><b>Публічна сфера</b></i>		
Мистецтво	Мистецтво і розвиток EI	1
	Мистецтво та управління емоціями	1
Наука і технічний прогрес	Інтернет: Sentiment Analysis	2
<i><b>Освітня сфера</b></i>		
Шкільне життя	Підготовка до ЗНО та навички стресостійкості	1
	Мотивація та самомотивація старшокласника	1
Робота і професії	Емоційний інтелект і професійна діяльність. Ведення важких дискусій	1

З метою розвитку емоційного інтелекту в процесі вивчення мови одним із засобів реалізації інтегрованого курсу є акцентування під час підготовки та проведення уроку на психологічних вправах, які допоможуть учням не тільки отримати емоційно-ціннісний досвід, а й створити атмосферу взаєморозуміння, ком-

форту та зацікавленості у пізнанні нового. Варто зауважити, що уроки англійської мови із використанням психологічних методів навчання мають значний навчальний ефект та сприяють розвитку складових емоційного інтелекту старшокласника: вміння розуміти та управляти власними емоціями, емоціями інших, розвивають емпатію, мотивацію до навчання та й загалом емоційну культуру дитини [4].

У цьому контексті ефективними є гештальт-вправи, які можна інтегрувати і в урок формування нових знань, і в урок додаткової корекції знань учнів чи перевірки якості засвоєння знань, умінь та навичок, а також в пропедевтичні уроки. Під час вибору вправи із гештальт-підходу потрібно обов'язково враховувати форму проведення занять. І гештальт-вправи, й інші психологічні вправи можна використовувати і в первинному вигляді, а можна їх адаптувати до теми й змісту уроку, проте в будь-якому разі вчителю необхідно чітко усвідомлювати навчальну мету уроку та доцільність використання тої чи іншої вправи у контексті теми уроку, мети та завдань, поставлених вчителем. Успішне проведення вправи значною мірою залежить від вміння вчителя чітко й коротко пояснити суть гри, правила проведення, пересвідчитись, чи всі зрозуміли інструкції, та від вмілого управління процесом гри учнів. Вчитель залишається в полі гри і не займає сторонню позицію: якщо працюють в колі, то вчитель також перебуває, як і всі, в колі. Якщо гравці розподілені на пари і розміщені один навпроти одного, то вчитель спостерігає за ними і коригує процес. Важливим в організації й проведенні гештальт-вправ на уроці є своєчасне їхнє завершення і грамотне й коректне підведення підсумків та отримання зворотного зв'язку, позаяк методично ці елементи проведення вправ є найважливішими. Отже, застосовуючи вправи з гештальт-напрямку, можна успішно вирішувати поставлені завдання: знімати нервову, психічну та м'язову напругу, зосереджувати увагу школярів, розвивати вміння краще розуміти себе й інших, створювати умови для особистісного зростання [Цит.за [9]].

На уроках англійської мови досить ефективними щодо розвитку емоційного інтелекту старшокласників є ті вправи, які використовуються для активізації ресурсів особистості (“Психологічний магазин”, “Зони усвідомлення”, “Схвалення”), вправи демонстрації результатів діяльності (“Предмет по колу”, “Гарячий стілець”, “Вербальне дзеркало”), вправи розкриття творчої активності учня (“Стара покинута крамниця”, “Групова скульптура”, “Боюсь-хочу”, “Групова проєкція”, “Метафора почуттів”, “Експериментальне перебільшення”), вправи на релаксацію (“Схвалення”, “Напружений-розслаблений”, “Маріонетка”, “Вдячність”) тощо [9].

Задля прикладу розвитку у старшокласників навиків розуміння власних емоцій та емоцій інших у тому числі за допомогою психологічних гештальт-вправ розглянемо урок англійської мови в 11-му класі. Тема: *«Особистість. Емоції людини»*. Такий урок доцільно проводити як комбінований.

*Мета уроку:*

*Навчальна:*

- удосконалення мовленнєвої компетенції учнів, розвиток навичок читання, аудіювання, письма;

- вивчення лексики пов'язаної з емоціями.

*Розвивальна:*

- розвиток емоційного інтелекту учнів;
- розвиток навичок узагальнення, аналізу, генерування висновків.

*Виховна:*

- формування позитивного ставлення до негативних емоцій;
- виховання толерантності та поваги до протилежних думок.

*Практична:*

- розвиток вмінь розуміти та усвідомлювати власні емоції;
- формування толерантного ставлення до проявів власних негативних почуттів.

*Завдання:*

- Вивчити лексику з теми «Особистість. Емоції людини».
- Підготувати учнів до виконання мінн-проектів у межах вивчення теми. «Особистість. Емоції людини», «Особистість. Емоційний інтелект», «Особистість. Емпатія».
- Провести контроль знань лексичних одиниць та граматичних структур, вивчених на попередніх уроках (міні-лекції).

*Актуалізація знань:*

- Написання порад, як розуміти і усвідомлювати власні емоції.
- Актуалізація вивченого лексичного матеріалу.
- Формування вмінь робити висновки та аргументовано відстоювати власну точку зору.

*Обладнання:* мультимедійна дошка, підручник, комп'ютер, презентації Microsoft Power Point відповідно до теми уроку.

*Хід уроку*

*I. Організаційний момент*

*Teacher:*

Hello, everybody! Today we are studying and talking about personality, human emotions, emotional intelligence and how to understand and awareness emotions.

- we shall discuss problems how understand and awareness emotions;
- you will learn the words of emotions;
- discuss every day emotions of high school students;
- will do some exercises, practice in reading and speaking and by the end of the lesson we will do an online test about emotions.

Далі проводиться вправа “Психологічний магазин”.

*Мета:* повторення вивченого на попередньому уроці матеріалу, саморозвиток та рефлексія.

Вчитель пропонує дітям уявити, що вони прогулюються містом майбутнього і заходять до чарівного магазину, де продаються емоції. Старшокласників запрошують пофантазувати та “купити” ті емоції, які потрібні в цей день, саме зараз, у цей момент, на цьому уроці. Учні можуть навіть “обміняти” ту емоцію, яка наразі не є необхідною на “подвійну вагу” тієї, в якій є потреба в цей момент. Старшокласники обґрунтовують відповіді (для більшої візуалізації можна використати малюнки чи слова на картках).

## *II. Основна частина*

### *Warming up:*

T: You know that every person has feelings. Some of them are with «+», but others with «-». We know that all of them are useful for us. Let's name our emotions!

Please, look at the board and match the name of d emotions with faces (presentation):

- Students look at the Smart board and try to guess the names of different emotions;
- Students provide the description of school life situations when we have different feelings

Then teacher asks to explain every emotion in situations which can be caused by actions of our school activities.

На цьому етапі уроку можна запропонувати учням гештальт-вправу на проєкцію (вправа проводиться у музичному супроводі колискової).

Мета: розвиток креативності старшокласників та їхньої емоційної компетенції.

Учням пропонується зануритись у спогади дитинства та згадати слова колискової пісні. Потім під музику потрібно назвати слова, якими позначають емоції та емоційні стани і спроектувати власну “емоційну колискову”, яка буде виконана у майбутньому.

### *III. Reading and discussing*

Students answer questions.

- Do We Need Emotions?
- What emotions can help us?
- What kind of them we need?
- Why do We Need Positive Emotions?
- What Good are They?

Aside from simply feeling good, positive emotions are also an important piece of the happiness puzzle.

While you will probably not achieve lasting happiness and well-being based on temporary, hedonic pleasure alone, positive emotions often provide the foundation for those fleeting but meaningful moments that make life worth living; for example, the joy of saying “I do” to your significant other, the love that overwhelms you upon holding your newborn for the first time, or the immense satisfaction you get from achieving something great in your career.

### *II. Study words of emotions*

#### *II.1. We start from studying new words*

Let's review the vocabulary of emotions through watching video

Для проведення цього етапу уроку використовуються матеріали відповідного тематичного сайту (<https://www.oysterenglish.com/emotions-vocabulary.html>).

#### *II.2.*

##### *1. Grateful*

In this category, are include positive feelings such as appreciation (being appreciative and appreciated), thankfulness (being thankful), gratitude.

##### *2. Joyful*

In this category, are include positive feelings such as contentment, cheerfulness (being cheerful), happiness (being happy), laughing, funniness, delight (being delightful).

### *3. Relieved*

In this category, are include positive feelings such as relaxation (being relaxed), letting go, forgiveness, security (being secure), safety (being safe), satisfaction (being satisfied), comfort (being comfortable), acceptance, well-being, ease.

### *4. Free*

In this category: being free, authenticity (being authentic), financial freedom, creativity (feeling creative).

### *5. Peaceful*

In this category, are include positive feelings such as equanimity, awareness, clarity, mind emptiness, centered, calm, serenity, meditation, tranquility, feeling peace in your mind on a constant basis (mind peacefulness).

### *6. Loving*

In this category, are include positive feelings such as kindness (being kind), loving-kindness, love, warmth, loving affection, generosity (being generous), self-love, feeling the love of all things, heartwarming, feeling the love in your heart, feeling lovable.

### *7. Hopeful*

In this category, are include positive feelings such as good hope, positive expectation, trust, optimism (being optimistic), positive thinking (using positive words), positivity, positive attitude.

### *8. Purposeful*

In this category, are include positive feelings such as feeling mission oriented (that you have a mission in life), feeling that you have and know your life purpose, knowing your short term and long terms goals.

### *9. Connected*

In this category, are include positive feelings such as connectedness, openness (being open), sociability (being sociable), friendliness, larger than yourself, feeling that your heart is connected with the hearts of all alive people, mindfulness.

### *10. Confident*

In this category, are include positive feelings such as beautiful (inside and out), successful, accomplished, fulfilled, pride (being proud), self-confidence, feeling powerful, inner smile.

### *11. Curious*

In this category, are include positive feelings such as curiosity, interest, passion, exploring, adventure, discovering, learning, inspiration (being inspired).

### *12. Enthusiastic*

In this category, are include positive feelings such as enthusiasm, innocence, pleasant surprises, the feeling that some things are a miracle, excited, amazement (being amazed), euphoria, awed, stunned.

### *13. Healthy*

In this category, are include positive feelings such as vitality, aliveness.

### *14. Spiritual*

In this category, are include positive feelings such as spiritual, bliss (being blissful), greatness, enlightened, feeling unlimited, feeling the perfection of all things as they are, feeling infinite, feeling the Divine.



### 15. Prosperous

In this category, are include positive feelings such as abundance (feeling abundant), the feeling that your needs are met in a happy, kind way.

Використані матеріали відповідного тематичного сайту (<https://positivewordsresearch.com/top-15-positive-feelings-words-positive-emotions/>)

#### Glossary

- Happy. Afraid. Sad. Hot Amused Bored Anxious Confident Cold
- Suspicious Surprised Loving Curious. Envious. Jealous. Miserable Confused
- Stupid. Angry Sick Ashamed Withdrawn. Indifferent. Sorry Determined Crazy
- Bashful Depressed Enraged Frightened Interested Shy Hopeful Regretful Scared
- Stubborn Thirsty Guilty Nervous Embarrassed Disgusted Proud Ecstatic Lonely Frustrated Hurt Hungry Tired Smug Thoughtful Pained Optimistic Relieved Puzzled
- Shocked Joyful Sleepy Excited Skeptical Bad Worried

Використані матеріали відповідного тематичного сайту (<https://7esl.com/describe-someones-feelings-and-emotions/>).

*II.2. Teacher asks students to create their own story using words of feelings and emotions.*

Можна почати історію зі слів: "I am in the world of gladness... I am walking through...".

Для результативнішого проведення завдання є доцільним використати гештальт-вправу "Тут і зараз".

*Мета:* концентрація особистості на власних почуттях та на причинах їхнього виникнення.

Старшокласнику пропонується бути "тут і зараз" зі своїми внутрішніми переживаннями та емоціями, що має сприяти можливості повірити в себе, розкрити свій емоційний потенціал, позбавитись страху висловлюватись про власні емоції та почуття.

### III. Reading

Students read an article by Susan R. Fussell "The Verbal Communication of Emotion: Introduction and Overview" (Psychology).

The interpersonal communication of emotional states is fundamental to both everyday and clinical interaction. One's own and others' affective experiences are frequent topics of everyday conversations, and how well these emotions are expressed and understood is important to interpersonal relationships and individual well-being. Similarly, in therapeutic contexts, progress depends on, among other things, how articulately the client expresses his or her emotions and how well the therapist understands and responds to these expressions. In this volume we take an interdisciplinary approach to understanding the verbal communication of emotion in a variety of contexts. All languages provide speakers with an array of verbal strategies for conveying emotions. In English, for example, we have an abundance of both literal (e.g., irked, angry, furious), and figurative (e.g., flipping one's lid, blow a gasket) expressions which can be used to describe a theoretically infinite number of emotional states (e.g., Bush, 1973; Clore, Ortony, & Foss, 1987; Davitz, 1969; Johnson-Laird & Oatley, 1989; Ortony, Clore, & Collins, 1988; Ortony, Clore, & Foss, 1987). Studies of language use in psychotherapy likewise are replete with examples of

literal and figurative expressions for emotions (e.g., Angus, 1996; Davitz, 1969; Davitz & Mattis, 1964; Ferrara, 1994; Karp, 1996; McMullen & Conway, 1996; Pollio & Barlow, 1975; Siegelman, 1990).

After reading students present their own ideas how express emotions.

Використано матеріали відповідного тематичного сайту (<https://www.semanticscholar.org/paper/The-Verbal-Communication-of-Emotion%3A-Introduction-Fussell/580d445f256fdd75db2b54d29e9535c8e75017b9>).

#### *IV. Watching video about emotions*

*Alfred & Shadow - A short story about emotions (education psychology health animation)*

Використано матеріали відповідного тематичного ютуб-каналу (<https://www.youtube.com/watch?v=SJOjprbfE>).

Для проведення узагальнення після перегляду відеоматеріалу можна запропонувати гештальт-вправу “Протилежності”.

Вчитель пояснює учням, що в нашому житті важливе місце займають речі з протилежними знаками. Так є “sad” – “glad” і т.ін. Учням пропонується назвати пари антонімів емоцій, які згадувались у відео.

#### *V. Team project*

Students are divided into 2 teams.

Every team has to present their the most emotional situation from school life and act out them.

Для проведення групової роботи можна використати гештальт-вправу: “Групова проєкція”. Старшокласникам пропонується створити вербальний образ оптиміста та песиміста й назвати емоції та почуття, що продукуються цією особистістю (умова: один учень представляє лише одну емоцію).

*Мета:* допомога старшокласнику проявити власну індивідуальність в класному колективі

#### *VI. Teacher represents “Emotion Diary” and asks students to fill in it.*

#### *IV. Homework watch video and cartoon:*

1. Перегляд тематичного ютуб-каналу (<https://www.youtube.com/watch?v=QGQQ7pJQqHk&t=203s>).
2. Study words.
3. Fill in the daybook of emotions.

Планом уроку передбачені наступні гештальт-вправи: «Тут і зараз», «Проекція», «Протилежності», «Групова проєкція»

**Висновки.** У межах Державної Програми з англійської мови та згідно з визначеною в результаті попередньо проведеного емпіричного дослідження структурної моделі емоційного інтелекту старшокласника нами було розроблено програму інтегрованого курсу розвитку емоційного інтелекту старшокласника. Інтегрований курс спрямований на розвиток таких складових емоційного інтелекту, як: вміння розуміти, усвідомлювати свої емоції, емоційні стани та управляти ними; усвідомлення та управління емоціями та емоційними станами співрозмовників у процесі змодельованих на уроках англійської мови ситуацій; самомо-

тивації щодо отримання знань, зацікавленості у самопізнанні та самовдосконаленні; задоволеності від результатів на кожному етапі навчання; здатності до швидкого встановлення контактів з іншими людьми та адаптації до змодельованих умов і ситуацій в процесі вивчення англійської мови; стресостійкості та ведення складних дискусій з апелюванням до фактів та прикладів.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці методичної бази та розширення курсу в межах Державної Програми з іноземних мов, а також у практичному впровадженні інтегрованого курсу з розвитку емоційного інтелекту старшокласника в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів.

### Список використаних джерел

1. Гондарева Г.В. Концепція розвитку емоційного інтелекту старшокласника у навчально-виховному процесі// Таврійський вісник освіти, 2013. № 2 (42). С.260-264.
2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. пер. с англ. А.П. Исаевой, Москва: АСТ МОСКВА Владимир: ВКТ, 2009. 478 с.
3. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей учнів та студентів: Методичні рекомендації. К.: Міленіум, 2004. 54 с.
4. Могиляста С.М. Розвиток емоційного інтелекту старшокласника: методика і результати дослідження // European Humanities Studies: State and Society. Issue 2, 2020. P. 74-95.
5. МОН України: Освітні програми <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi> (дата звернення: 12.08.2019).
6. МОН України: У 26 школах почався пілот з впровадження програми розвитку м'яких навичок СЕЕН: соціально-емоційного та етичного навчання. <https://mon.gov.ua/ua/news/u-26-shkolah-pochavsya-pilot-z-vprovadzhennya-programi-rozvitku-myakih-navichok-seen-socialno-emocijnogo-ta-etichnogo-navchannya> (дата звернення: 03.02.2020).
7. Нова українська школа: порадник для вчителя / за заг. ред. Н. М. Бібік. Київ: Літера ЛТД, 2018. 160 с.
8. Пасічник О.С., Пасічник О.О. Дидактичне обґрунтування емоційно-ціннісного компонента змісту навчання іноземних мов//Український педагогічний журнал, 2019. №1. С. 45-56.
9. Психологічний супровід як засіб активізації пізнавальної діяльності учнів: [методичний посібник] / Д.Г. Кравченко, О.М. Кокун, Н.М. Панасенко [та ін.] за ред. С.Д. Максименка. К., 2015. 101 с.
10. Mayer J. D., Salovey P. The Intelligence of emotional intelligence // Intelligence, 1993. Vol. 17, № 4. P. 433-442.

### Spisok vikoristanih dzherel

1. Gondareva G.V. Konceptiya rozvitku emocijnogo intelektu starshoklasnika u navchalno-vihovnomu procesi// Tavrijskij visnik osviti, 2013. № 2 (42). S.260-264.
2. Goulman D. Emocionalnyj intellekt. per. s angl. A.P. Isaevoy, Moskva: АСТ МОСКВА Владимир: ВКТ, 2009. 478 с.

3. Kokun O.M. Optymizatsiya adaptatsiynykh mozhlyvostey uchniv ta studentiv: Metodychni rekomendatsiyi. K.: Milenium, 2004. 54 s.
4. Mogilyasta S.M. Rozvitok emocijnogo intelektu starshoklasnika: metodika i rezultati doslidzhennya // European Humanities Studies: State and Society. Issue 2, 2020. P. 74-95.
5. MON Ukrayini: Osvitni programi <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi> (data zvernennya: 12.08.2019).
6. MON Ukrayini: U 26 shkolah pochavsya pilot z vprovadzhennya programi rozvitku m'yakih navichok SEEN: socialno-emocijnogo ta etichnogo navchannya. <https://mon.gov.ua/ua/news/u-26-shkolah-pochavsya-pilot-z-vprovadzhennya-programi-rozvitku-myakih-navichok-seen-socialno-emocijnogo-ta-etichnogo-navchannya> (data zvernennya: 03.02.2020).
7. Nova ukrayinska shkola: poradnik dlya vchitelya / za zag. red. N. M. Bibik. Kiyiv: Litera LTD, 2018. 160 s.
8. Pasichnik O.S., Pasichnik O.O. Didaktichne obgruntuvannya emocijno-cinnisnogo komponenta zmistu navchannya inozemnih mov//Ukrayinskij pedagogichnij zhurnal, 2019. №1. S. 45-56.
9. Psihologichnij suprovid yak zasib aktivizaciyi piznavalnoyi diyalnosti uchniv: [metodichnij posibnik] / D.G. Kravchenko, O.M. Kokun, N.M. Panasenko [ta in.] za red. S.D. Maksimenka. K., 2015. 101 s.
10. Mayer J. D., Salovey P. The Intelligence of emotional intelligence // Intelligence, 1993. Vol. 17, № 4. P. 433 - 442.

**Mohyliasta S.M. English lesson as a psychological and pedagogical tool of high school students' emotional intelligence development: learning from experience.** The possibilities of high school students' emotional intelligence development during English lessons are theoretically substantiated in the article. In the context of The State Foreign Languages Program the content and structure of the proven Integration course is couched in the article. The article also considers the possibilities to introduce the Integration course into the educational process of secondary school.

*Key words:* a high school student, emotional intelligence, development of emotional intelligence, a lesson of English, psychological and pedagogical tools.

**УДК: 159.938**

**Панасенко Н.М.**

## **ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ЖУРНАЛІСТІВ**

**Панасенко Н.М. Дослідження психологічних особливостей професійної життєстійкості журналістів.** У статті викладені результати емпіричного дослідження, спрямованого на визначення психологічних особливостей професійної життєстійкості журналістів. Психологічні особливості професійної життєстійкості журналістів визначаються рівнем розвитку в них професійного самоздійснення, самоефективності, мотивації, задоволеністю своєю професією та їхнім психофізіологічним станом. Було встановлено, що рівень самоефективності впливає на мотиваційний та професійний компоненти професійної життєстійкості журналістів. Також було визначено, що рівень професійної включеності журналістів залежить від рівня зовнішньо-професійного самоздійснення, а рівень професійного контролю та рівень професійного компоненту професійної життєстійкості – від рівня внутрішньо-професійного самоздійснення.