

ВПРОВАДЖЕННЯ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПОЗНАВЧАЛЬНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПІДЛІТКІВ

Волошин Олена

Хмельницький національний університет,

м. Хмельницький, Україна

olenavoloshin@ukr.net

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2662-958X>

Мета. У статті розглядається питання впровадження ігрових технологій в простір закладу освіти як засіб формування та розвитку емоційного інтелекту у підлітків. Підкреслено значущість позанавчальної діяльності як невід'ємної частини освітнього процесу, що має великий потенціал для формування емоційної компетентності молоді.

Методи. Для досягнення мети було застосовано теоретичний аналіз, порівняння, систематизацію та узагальнення наукової літератури з досліджуваної проблеми, здійснено рефлексію власного психолого-педагогічного досвіду, що дозволило висвітлити малодосліджені аспекти проблеми та сформулювати обґрунтовані висновки.

Результати. На сучасному етапі розвитку суспільства на ринку праці зростає попит на фахівців, які володіють не лише академічними знаннями, але й комплексом «м'яких навичок». До них належать комунікативна компетентність, лідерські якості, емоційний інтелект, здатність до командної роботи, адаптивність та креативність. Враховуючи ці трансформації, перед закладами освіти постає завдання інтеграції розвитку зазначених навичок в освітній процес, що актуалізує роль позанавчальної роботи як його невід'ємного елемента. Розкрито понятійно-категоріальний апарат дослідження, охарактеризовано терміни «емоційний інтелект», «гра», «підлітковий вік». Розглянуто основні моделі та підходи до вивчення емоційного інтелекту. Обґрунтовано необхідність упровадження апробованих програм з розвитку емоційної компетентності в закладах освіти та необхідність розробляти, тестувати, запроваджувати нові технології розвитку емоційного інтелекту. Визначено ігрову діяльність як незамінний інструмент формування емоційних навичок, оскільки саме через неформальність взаємодії під час гри у підлітків є можливість набути соціальні навички, комунікативні вміння, розвинути емоційний інтелект, сформувати навичку прийняття рішень та життєстійкість. Представлено авторську ігрову технологію «Команда», яка використовує природну схильність підлітків до гри для формування та розвитку ключових компонентів емоційного інтелекту (самосвідомості, саморегуляції, емпатії та

соціальних навичок) через інтерактивну командну взаємодію, співпрацю та досвід спільного вирішення завдань.

Висновки. Підсумовано, що розвиток емоційного інтелекту у підлітків є одним із ключових аспектів сучасної освітньої системи, який сприяє загальному благополуччю молоді та успіху в житті.

Ключові слова: емоційний інтелект, гра, підліток, заклад освіти, освітній простір, м'які навички.

Olena Voloshyn. Implementation of gaming technologies in extracurricular activities of an educational institution as a means of developing emotional intelligence in adolescents.

Purpose. This article examines the issue of implementing gaming technologies in the educational institution environment as a means of forming and developing emotional intelligence in adolescents. The significance of extracurricular activities is emphasized as an integral part of the educational process, which holds great potential for shaping the emotional competence of youth.

Methods. To achieve this purpose, theoretical analysis, comparison, systematization, and generalization of scientific literature on the research problem were applied. A reflection of the author's own psychological and pedagogical experience was conducted, which allowed for highlighting under-researched aspects of the problem and formulating substantiated conclusions.

Results. At the current stage of social development, the labor market has an increasing demand for specialists who possess not only academic knowledge but also a complex of soft skills. These include communicative competence, leadership qualities, emotional intelligence, the ability to work in a team, adaptability, and creativity. Considering these transformations, educational institutions face the task of integrating the development of these skills into the educational process, which actualizes the role of extracurricular work as its indispensable element. The conceptual and categorical apparatus of the study is disclosed, and the terms "emotional intelligence," "game," and "adolescence" are characterized. The main models and approaches to the study of emotional intelligence are considered. The necessity of implementing approved programs for the development of emotional competence in educational institutions is substantiated, as well as the need to develop, test, and introduce new technologies for emotional intelligence development. Gaming activity is defined as an indispensable tool for forming emotional skills, as the informality of interaction during play provides adolescents with the opportunity to acquire social skills, communication abilities, develop emotional intelligence, and build decision-making skills and resilience. The author's original gaming technology "Team" is presented, which uses adolescents' natural inclination for play to form and develop key components of emotional intelligence (self-awareness, self-regulation, empathy, and social skills) through interactive team interaction, cooperation, and the experience of joint problem-solving.

Conclusions. It is summarized that the development of emotional intelligence in adolescents is one of the key aspects of the modern educational system, contributing to the overall well-being of youth and success in life.

Keywords: emotional intelligence, game, adolescent, educational institution, educational space, soft skills.

Вступ. Сьогоднішній ринок праці все більше цінує не лише академічні знання працівника, а й «core skills» («power skills», м'які навички, гнучкі навички, навички XXI століття, наскрізні навички, навички майбутнього, соціально-емоційні навички тощо). Всесвітній економічний форум (WEF) - глобальна платформа, яка об'єднує лідерів, аналітиків та інноваторів для формування майбутнього взаємопов'язаного світу, в своєму звіті «Future of Jobs Report 2025» (World Economic Forum, 2025) визначає основні навички, необхідні для працівника в 2030 році. До них належать: аналітичне мислення, стійкість, гнучкість та спритність, лідерство та соціальний вплив, креативне мислення та мотивація, технологічна грамотність, емпатія та активне слухання тощо. Відповідно до досліджень WEF сучасний ринок праці вимагає від успішних працівників поєднання когнітивних та міжособистісних навичок.

Пандемія та повномасштабна війна на території України значно підвищують інтерес освітян до соціально-емоційного навчання як важливого інструменту підтримки психічного здоров'я та благополуччя учнів та педагогів. Однак широке впровадження таких практик в освітній простір вимагає узгодження прагнень освітянської спільноти з реальними можливостями.

До ефективних методів розвитку емоційних компетентностей відносимо тренінги соціальних і комунікативних навичок, програми соціально-емоційного навчання, рольові ігри, метод кейсів, фестивально-конкурсні заходи, проєктну діяльність, участь у соціальних та волонтерських ініціативах тощо. В просторі закладу загальної середньої освіти доцільно втілювати такі ініціативи в межах позанавчальної діяльності (Бойко на ін., 2023).

Мета дослідження полягає у вивченні особливостей впровадження ігрових технологій в простір закладу освіти як засіб формування та розвитку емоційного інтелекту у підлітків.

Методи та процедура дослідження. Нами застосовувалися такі методи науково-теоретичного вивчення проблеми: аналіз, синтез,

порівняння, узагальнення, абстрагування, систематизація наукових досліджень із проблематики розвитку та формування емоційного інтелекту у молоді. Здійснено рефлексію власного психолого-педагогічного досвіду.

Обговорення результатів. В науковій сфері існує багато підходів до вивчення емоційного інтелекту (EI), ґрунтовну теоретичну та наукову підтримку має модель здібностей Дж. Майєра, П. Саловея та Д. Карузо (Mayer, Salovey, 1997). Дослідники концептуалізують емоційний інтелект як здатність точно сприймати, оцінювати та виражати емоції; здатність усвідомлювати вплив емоцій на мислення; розуміти емоції; і, нарешті, здатність регулювати власні та чужі емоції.

Дослідники позиціонують емоційний інтелект як тип інтелекту, відмінний від когнітивних здібностей і чутливий до розвитку шляхом тренувань та практики. Такий підхід демонструє значимість емоційного інтелекту в усіх сферах життя, адже зосереджує увагу на здатності використовувати емоції для покращення когнітивних процесів, таких як вирішення проблем та прийняття рішень, а також усвідомлення та управління емоціями.

Дж. Майєр, П. Саловей та Д. Карузо характеризують EI як своєрідну ієрархічну структуру, яка складається з чотирьох послідовних й взаємозалежних гілок.

Перша гілка - сприйняття емоцій. Передбачає здатність точно сприймати та ідентифікувати власні емоції та емоції інших людей: розпізнавати міміку та вирази обличчя, інтонацію та тон голосу, жести та мову тіла, а також розрізняти різні емоції та їхні відтінки.

Друга гілка - використання емоцій. Передбачає вміння використовувати емоції для мотивації себе та інших, а також регулювати емоції для досягнення конкретних цілей та вирішення життєвих проблем.

Третя гілка - розуміння емоцій. Здатність осмислювати роль емоцій у прийнятті рішень та міжособистісних стосунках.

Четверта гілка - регуляція емоцій. Здатність управляти власними емоціями, а також відповідно до ситуації реагувати на емоції інших. Уміння адаптуватися до змін у навколишньому середовищі та використовувати стратегії самодопомоги, до прикладу, техніки релаксації, когнітивну переоцінку тощо.

Модель емоційного інтелекту, розроблена ізраїльським психологом Реувеном Бар-Оном (Bar-On, 1997), представляє емоційний інтелект як сукупність взаємопов'язаних емоційних та соціальних компетенцій, навичок та моделей поведінки, що впливають на здатність людини справлятися з щоденними викликами та стресами.

Згідно з моделлю, емоційний інтелект складається з п'яти загальних субкомпонентів, кожен з яких включає кілька підшкал, що охоплюють різні аспекти емоційного та соціального функціонування. Дослідник зазначає, що набір некогнітивних здібностей можна розвивати та вдосконалювати впродовж життя за допомогою практики та зворотного зв'язку.

Автор виділяє п'ять основних субкомпонентів емоційного інтелекту: внутрішньоособистісний, міжособистісний, регулятивний, адаптивний і загальний настрій або самомотивація (оптимізм, щастя або задоволення життям).

Внутрішньоособистісний. Компонент вимірює здатність людини розуміти та регулювати власні емоції. Включає такі підшкали: самооцінка, емоційна самосвідомість, асертивність та незалежність. Люди з розвинутими внутрішньоособистісними навичками, як правило, добре усвідомлюють власні емоції та цінності, і здатні ефективно управляти своїми емоціями в різних ситуаціях.

Міжособистісний компонент. Здатність людини розуміти інших та взаємодіяти з ними. Складається з таких підшкал, як емпатія, соціальна відповідальність, міжособистісні стосунки та комунікація.

Регулятивний. Компонент вимірює здатність людини справлятися зі стресом та несприятливими обставинами, а підшкали включають стресостійкість та контроль імпульсів.

Адаптивний. Здатність людини бути універсальною та адаптуватися до мінливих обставин. Включає такі підшкали, як вирішення проблем, гнучкість та перевірка реальності.

Загальний настрій. Останній компонент стосується загального емоційного благополуччя, складається з таких підшкал, як оптимізм, щастя та задоволеність життям.

Модель емоційного інтелекту представлена Деніелем Гоулманом (Goleman, 1995) у книзі «Емоційний інтелект: чому він може мати більше значення, ніж IQ» у 1990-х роках, ймовірно, є найвідомішою у світі. Науковець позиціонує емоційний інтелект як критичний фактор

особистого та професійного успіху та припускає, що емоційний інтелект не є фіксованим, а може бути розвинений через практику та самосвідомість.

Структура емоційного інтелекту (EI) Деніела Гоулмана складається з чотирьох основних складників: самосвідомість/self-awareness, самоконтроль/self-management (контроль над емоціями та імпульсами), емпатія/empathy (розуміння емоцій інших) та соціальні навички/relationship skills (вміння будувати ефективні стосунки).

Самосвідомість. Передбачає здатність розпізнавати та розуміти власні емоції, сильні та слабкі сторони, усвідомлення своїх емоційних тригерів та моделей поведінки, а також розуміння впливу емоцій на думки, рішення та поведінку.

Самоконтроль – здатність регулювати власні емоції та поведінку для досягнення особистих та професійних цілей; вміння керувати стресом, адаптуватися до змін та контролювати імпульси. Компонент включає уміння ставити цілі та досягати їх.

Емпатія - здатність розуміти емоції інших людей, уважно їх слухати та бути чуйним до їхніх потреб.

Соціальні навички - здатність ефективно комунікувати, будувати та підтримувати стосунки, а також вирішувати конфлікти. Зазначений складник включає такі навички, як активне слухання, співпраця, лідерство та вплив. Він також передбачає здатність працювати в командах та адаптуватися до різних соціальних та культурних контекстів.

Спільними зусиллями Організації Об'єднаних Націй з питань освіти, науки і культури (ЮНЕСКО) та Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) у співпраці з низкою міжнародних і національних організацій було сформовано концептуальну модель, що стала основою для розроблення сучасних освітніх програм (Delors, 1996). Модель має чотири виміри: когнітивний: (знати, пізнавати, вчитися); інструментальний: (уміння застосовувати знання, діяти); особистий (жити в злагоді з собою); соціальний (бути свідомим громадянином, жити в мирі та злагоді з іншими). На основі такої моделі, ЮНІСЕФ визначає життєві навички як психосоціальні компетентності, що охоплюють когнітивний, особистісний, емоційний та соціальний рівні. Ці навички є універсальними та життєво необхідними для кожної людини.

В Законі України «Про повну загальну середню освіту» (2020) зазначається, що, виховний процес є невід’ємною складовою освітнього процесу, а система загальної середньої освіти функціонує з метою: «...всебічного розвитку, навчання, виховання, виявлення обдарувань, соціалізації особистості, яка здатна до життя в суспільстві та цивілізованій взаємодії з природою, має прагнення до самовдосконалення і здобуття освіти упродовж життя, готова до свідомого життєвого вибору та самореалізації, відповідальності, трудової діяльності та громадянської активності, дбайливого ставлення до родини, своєї країни, довкілля, спрямування своєї діяльності на користь іншим людям і суспільству». В документі, окрім переліку компетентностей, вказані наскрізні вміння, які є важливими для формування всебічно розвиненої особистості та для адаптації до змін у сучасному світі. Як-от уміння працювати в команді, навчатися впродовж життя, будувати конструктивні стосунки з іншими, вміння володіти своїми емоціями тощо.

Чітко питання соціально-емоційного навчання визначене в новому Професійному стандарті вчителя (2024). В ньому ідеться про наскрізні і професійні компетентності педагогів, серед яких, зокрема, соціальна, лідерська й емоційно-етична компетентності.

У Національному звіті за результатами міжнародного Дослідження соціально-емоційних навичок (ДоСЕН) в Україні (2022–2024) зазначається, що найчастіше в закладах освіти соціально-емоційне навчання запроваджується через загальношкільні практики, традиції, правила поведінки в школі. Поширеною є ситуація, коли вчителі сприяють формуванню «м’яких» навичок у процесі повсякденної роботи та під час уроків. Однак, інтеграція емоційних навичок безпосередньо у шкільні предмети відбувається рідше, а їх розвиток через позакласну діяльність або зворотний зв’язок з батьками/опікунами є ще менш поширеним явищем. Дослідження ДоСЕН виявили, що в середньому лише третина підлітків відвідують заклади, де соціально-емоційне навчання цілеспрямовано викладається як окремий навчальний предмет.

Американський психіатр та засновник Національного інституту гри (National Institute for Play) Стюарт Браун (Brown, 2009) докорінно змінив уявлення про гру, стверджуючи, що потреба в грі є такою ж базовою, як потреба у сні чи їжі. Її дефіцит може призводити до серйозних проблем зі здоров’ям, включаючи депресію, зниження

імунітету та стресові розлади. С. Браун засвідчив, що гра активізує різні ділянки мозку, сприяючи розвитку когнітивної сфери, креативності та соціального інтелекту. Через гру люди набувають навички взаємодіяти з іншими, домовлятися, співпрацювати та розвивають емпатію, яка є невід'ємним компонентом емоційного інтелекту.

Відомий психоаналітик, засновник теорії психосоціального розвитку Ерік Еріксон розглядав гру як інструмент, за допомогою якого дитина досліджує світ, справляється з кризами розвитку та формує свою ідентичність. Е. Еріксон довів, що через гру дитина (а пізніше підліток) приміряє на себе соціальні ролі, що є критично важливим для емоційного розвитку.

Директор Центру емоційного інтелекту при Єльському університеті, розробник освітньої програми RULER Марк Брекет (Brackett, 2019) та його команда розглядають гру як цінний інструмент розвитку емоційних навичок, хоча гра не є центральним об'єктом його емпіричних досліджень. В програму RULER (Recognizing, Understanding, Labeling, Expressing, Regulating Emotions) інтегровані елементи гри та рольові ігри. М. Брекет підкреслює, що гра (особливо неструктурована та рольова) є безпечним та ефективним середовищем для практики емоційної регуляції та набуття соціальних навичок дітьми та підлітками. У грі діти мають можливості експериментувати з різними емоційними станами, навчаються домовлятися, вирішувати конфлікти та співпрацювати, що сприяє розвитку емоційного інтелекту. На думку вчених ігрове освітнє середовище допомагає дітям відчувати себе емоційно безпечніше.

Учені з Національного центру наукових досліджень «Демокрітос» у Греції С. Папуці, А. Дрігас, К. Скіаніс (Papoutsis, Drigas, Skianis, 2021) аналізують потенціал цифрових ігор, інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ), віртуальної та доповненої реальності для розвитку емоційного інтелекту (ЕІ), когнітивних навичок та соціальної адаптації у різних груп населення, зокрема дітей, підлітків та осіб з особливими освітніми потребами (до прикладу, з розладами аутичного спектра та синдромом дефіциту уваги та гіперактивності). У науковій роботі «A New Approach to the Multiple Intelligences via Play» дослідники детально аналізують, як різні типи гри стимулюють конкретні види інтелекту (за теорією

Г. Гарднера): - лінгвістичний інтелект розвивається через ігри зі словами, розповіді історій, римування та імпровізацію; логіко-математичний інтелект стимулюється стратегіями, головоломками та конструюванням; просторовий інтелект розвивається через малювання, моделювання, ігри з картами та лабіринтами; тілесно-кінестетичний інтелект задіюється через рухливі ігри; музичний інтелект активізується через гру на інструментах, ритмічні ігри; міжособистісний (соціальний) інтелект розвивається через рольові ігри, командні ігри тощо; внутрішньоособистісний інтелект (самопізнання) стимулюється через індивідуальну творчу гру, рефлексію та самовираження. Дослідники підкреслюють, що гра є ключовою для розвитку емоційного інтелекту та формування соціальних навичок, таких як: креативність, критичне мислення, співпраця, комунікація та адаптивність. Ассімакіс Дригас (Assimakis Drigas) та Іоанна Папуці (Ioanna Papoutsis) виступають за інтеграцію ігрових підходів в офіційну освіту та використання інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) для створення ігрового освітнього середовища.

Професор Інституту цифровізації освіти НАПН України Світлана Литвинова досліджує використання імерсивних технологій для формування емоційного інтелекту учнів. Дослідниця зазначає, що з огляду на розвиток цифрових технологій, формування емоційного інтелекту можна ефективно реалізувати за допомогою імерсивних технологій, які сприяють створенню інтерактивних та емоційно насичених навчальних середовищ (Литвинова, 2025: 138).

Поняття «гра» у науковому дискурсі виходить за межі простого дозвілля, а визначаються як особлива форма відображення дійсності, що має глибоке суспільне та культурне коріння. Такий процес відображення дозволяє суб'єкту безпечно відтворювати складні життєві ситуації, опанувати соціальні ролі та перевіряти стратегії поведінки. Спроможність гри бути полігоном для моделювання дійсності робить її об'єктом ґрунтовних досліджень в царинах педагогіки та психології.

Згідно з визначенням, наведеним у «Психологічному тлумачному словнику» (Шапар, 2007: 127), гра - форма діяльності в умовних ситуаціях, спрямована на відтворення і засвоєння суспільного досвіду, зафіксованого в соціально закріплених способах дій, у предметах науки і культури. У грі як особливому виді

суспільної практики відтворюються норми людського життя і діяльності, підпорядкування яким забезпечує пізнання і засвоєння предметної і соціальної дійсності, а також інтелектуальний, емоційний і моральний розвиток особистості.

З функціональної точки зору, гра є дієвим засобом навчання, виховання та ефективної передачі накопичених знань і досвіду від покоління до покоління через емоційну залученість, спільну діяльність та пошукову активність (Санжаровець, Петренко, Новікова, 2024).

Ігрова діяльність супроводжує людину впродовж усього життя, набуваючи різних форм та значення у кожному віковому періоді. Для дітей дошкільного віку гра є провідною діяльністю, що визначає психічний розвиток та становлення особистості, у підлітковому віці вона трансформується у соціально-рольове моделювання, необхідне для самовизначення. У період дорослості набуває значення як інструмент професійної підготовки (ділові ігри), організації дозвілля, здійснення психологічної корекції, підживлюючи здатність до інноваційного мислення, креативності та емоційної стійкості.

Ігрові технології мають психолого-педагогічний вплив на формування особистості, зокрема її емоційної сфери, особливо інтенсивно це відбувається у підлітковому та юнацькому віці.

Підлітковий вік - це перехідний етап між дитинством та дорослістю, що охоплює період з 10 до 19 років. Як і інші вікові періоди розвитку, досвід, набутий під час підліткового віку, має довгострокові наслідки. Зміни, що відбуваються в пубертатний період, призводять до глибоких когнітивних, соціальних та емоційних трансформацій, а також активного пізнання себе сьогодні та себе в майбутньому (Предко, 2020).

Під час пубертатного періоду особистість демонструє високу пластичність та чутливість до впливів навколишнього середовища. За таких умов підлітковий вік стає «вікном» для навчання та нового досвіду. Поряд з внутрішніми змінами, підліток переживає зміни і у зовнішньому середовищі: збільшення академічного навантаження, розширення соціального кола, підвищення рівня очікувань від дорослих тощо.

Соціально-емоційні компетентності є надзвичайно важливими для успішного проходження підліткового періоду та підготовки до майбутнього самостійного життя. У цей час важливо розвивати

вміння, які допоможуть молодій людині приймати рішення, керувати своїми емоціями та будувати конструктивні стосунки з однолітками та дорослими.

Автор дотримується позиції, відповідно до якої, навчальні програми соціально-емоційного навчання є цінним та пріоритетним інструментом розвитку соціально-емоційних навичок, проте існує потреба та можливість розробляти, впроваджувати та тестувати інші підходи, що будуть відрізнятися гнучкістю, ресурсоемністю та адаптивністю. Загалом, заклади освіти потребують континууму та різноманітності підходів до формування емоційної компетентності учнів, починаючи від комплексних та універсальних і закінчуючи рутинними.

В контексті нашого дослідження вважаємо позанавчальну активність незамінним інструментом формування соціально-емоційних навичок, оскільки саме через неформальні форми взаємодії, участь у самоврядуванні, позашкільні заходи, проєкти, соціальні ігри та волонтерські ініціативи у підлітків є можливість набути соціальні навички, комунікативні вміння, розвинути емоційний інтелект, сформувати громадянську та життєву позиції. У багатьох закладах освіти України позакласна робота все ще залишається на недостатньо високому рівні, часто проводиться формально або не враховує запитів сучасного мінливого світу до молодшої людини. Саме через участь у різних позакласних активностях підлітки здобувають важливі уроки, які готують їх до життєвих та кар'єрних реалій. Означена тема дозволяє переосмислити роль і значення позакласних активностей в закладі освіти у формуванні емоційного інтелекту учнівської молоді.

З огляду на психологічні закономірності розвитку підліткового віку та виклики, що постають перед сучасною українською освітою, нами була розроблена ігрова технологія «Команда» як ефективний інструмент формування емоційного інтелекту у підлітків.

Актуальність розробки та впровадження ігрової технології «Команда» в освітній процес зумовлена сучасними викликами суспільства та ринку праці. Модель дозволяє реалізувати інноваційний підхід, який використовує природну схильність підлітків до гри для формування "м'яких навичок" (soft skills), серед яких емоційний інтелект, критичне мислення, вміння працювати в команді та адаптивність є ключовими складниками.

Мета авторської гри «Команда» полягає у формуванні та розвитку ключових компонентів емоційного інтелекту (самосвідомості, саморегуляції, емпатії та соціальних навичок) через інтерактивну командну взаємодію, співпрацю та досвід спільного вирішення завдань.

Реалізація зазначеної мети передбачає послідовне вирішення комплексу завдань:

1. Сприяти усвідомленню учасниками власних емоцій (радості, гніву, розчарування тощо), що виникають під час гри.

2. Створити безпечне середовище для відпрацювання конструктивних стратегій співпраці, комунікації та пошуку взаємоприйнятних рішень у команді.

3. Розвиток вміння працювати в команді, приймати спільні рішення, розподіляти ролі та відповідальність.

4. Покращити навички розуміння емоційних станів інших людей (партнерів по команді та суперників).

5. Стимулювати ефективне спілкування, включаючи активне слухання, чітке вираження своїх думок та почуттів, а також надання конструктивного зворотного зв'язку, що може слугувати ресурсом, а не демотиватором.

6. Навчити швидко адаптуватися до нової командної ролі (лідер, виконавець, критик, фасилітатор) та ефективно виконувати її функції.

7. Підвищення загального рівня емоційного інтелекту, що сприяє кращій соціальній адаптації, успішності та загальному психологічному благополуччю.

Триває гра протягом навчального року. Стартує у жовтні і проходить такі етапи, як організаційний або «вхід у гру» (занурення учасників в ігровий світ, пояснення основної мети); консультативний або «зона підтримки» (етап додаткових роз'яснень, можливість поставити запитання, отримати уточнення від ведучого (гейммайстра) перед початком основних дій); підготовчий або «стратегічний штаб» (викладення сценарію гри, визначення завдань, ролей, орієнтовних шляхів розв'язання проблеми); конкурсний або «виконання місії» (проведення гри, взаємодія, розвиток навичок емоційного інтелекту в динамічних умовах) й підсумковий або «рефлексія» (обговорення, зворотній зв'язок). Гра проходить швидко й динамічно, у ній беруть участь усі класи (5 – 11) закладу освіти. Учасникам пропонується 4 конкурси: «Діхі»; «Я знаю»; «Суперкоманда»; «П'ять самураїв».

Механізм досягнення поставлених мети та завдань реалізується через структурно-функціональну модель гри, основні компоненти якої представлені на Рисунку 1.



Рисунок 1. Структура авторської гри «Команда»

Конкурс «Dixi» є елементом гри та криголамом («ice-breaker») водночас. Кожна команда має знати коротку відео-презентацію довжиною до 15 секунд. Відео має бути креативним, відповідати вимогам конкурсу та передавати «командний дух». Щоб представити команду цілісно, учасники мають зрозуміти та врахувати спільні риси та сильні сторони кожного. Конкурс вимагає інтенсивної взаємодії. Учасникам потрібно домовитися про ідею, сценарій, розподіл ролей. Це тренує навички ефективного спілкування та командної роботи. Обмеження в часі та ресурсах створюють дещо стресові обставини і необхідність швидко приймати рішення та адаптуватися, що тренує емоційну регуляцію.

Конкурс «Я знаю» - це «батл» капітанів. Метою конкурсу є зміцнення командної згуртованості та розвиток емпатії. Конкурс вимагає попередньої підготовки учасників до початку проведення гри.

До участі у конкурсі «Суперкоманда» запрошується по троє учасників. Мета: формування конструктивних комунікативних умінь, навички ухвалювати рішення. Учасники мають швидко адаптуватися до обставин, розподілити ролі та виконати завдання.

Завершується гра конкурсом «5 самураїв». Капітани обирають по п'ять учасників команди-суперника, яким потрібно буде позмагатися між собою. Конкурс дозволяє завершити гру на мажорній ноті, зняти накопичену напругу, тренує злагожденість, уважність один до одного та залишає приємні спогади про гру.

Модератор (ведучий) в моделі гри виступає в кількох якостях: інструктора (ознайомлення з правилами гри, консультації під час її проведення), судді-рефері (коректування і поради щодо розподілу ролей), модератора (підказки учасникам для підвищення якості гри), фасилітатора (організовує обговорення, забезпечує зворотній зв'язок).

Учасники гри опиняються в якісно інших умовах, ніж під час традиційного навчання. Ключовою відмінністю є надання гравцям максимальної свободи інтелектуальної діяльності та творчості, яка обмежується лише визначеними правилами гри. Учасники мають можливість обирати власну роль, робити припущення про ймовірний розвиток подій, ідентифікувати проблемну ситуацію та шукати шляхи її розв'язання, повністю беручи на себе відповідальність за обране рішення та його результати.

Висновки та перспективи. Представлена авторська гра «Команда» є може бути дієвим інструментом для цілеспрямованого формування та розвитку емоційного інтелекту в учнів-підлітків. Спроможність такої технології визначається її системністю, інтерактивністю та здатністю охоплювати різні компоненти емоційного інтелекту. Гра дозволяє учасникам отримати безцінний практичний досвід та застосувати його в динамічному, захоплюючому та безпечному середовищі.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в емпіричному дослідженні ефективності авторської гри «Команда» на розвиток емоційного інтелекту та його компонентів у підлітків.

Література

1. Августюк, М. М. (2021). Теоретичний аналіз концептуальних підходів до операціоналізації емоційного інтелекту. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*, (13), 81–87. <https://doi.org/10.25264/21.04.2021>

2. Басюк Н. А. (2024) *Емоційний інтелект і психічне здоров'я учасників освітнього процесу*. ЖДУ імені Івана Франка, ЖДУ імені Івана Франка. [https://doi.org/10.35433/pedagogy.1\(116\).2024](https://doi.org/10.35433/pedagogy.1(116).2024)
3. Бойко, А. Е., Вербицький, В. В., Корнієнко, А. В., Литовченко, О. В., Мачуський, В. В. (2023). *Інноваційний розвиток позашкільної освіти в умовах реалізації концепції «Нова українська школа»* (В. В. Мачуський, ред.). Івано-Франківськ: НАІР. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-4\(4\)-192-200](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-4(4)-192-200)
4. Гриневич, Л., Дрожжина, Т., Глоба, О., та інші (Ред.). (2021). *Аналітичний огляд «Можливості для реалізації соціально-емоційного навчання в рамках реформи «Нова українська школа»*. Київ: Видавнича група «Шкільний світ».
5. Литвинова, С.Г. (2025) Технологія використання імерсивних технологій для формування емоційного інтелекту учнів. *Інформаційні технології і засоби навчання*, 3 (107). <https://doi.org/10.33407/itlt.v107i3.6021>
6. Матвієнко, О., Химич, М. (2024). *Соціально-емоційне навчання як засіб створення безпечного освітнього простору*. Освітньо-науковий простір, 7(2), 75-84. [https://doi.org/10.31392/onp.2786-6890.7\(2\)/1.2024.08](https://doi.org/10.31392/onp.2786-6890.7(2)/1.2024.08)
7. Національний звіт за результатами міжнародного Дослідження соціально-емоційних навичок (ДоСЕН) в Україні (2022 – 2024). Том 1 / кол. авт. : О. Елькін, О. Марущенко, Г. Бичко, В. Терещенко, М. Мазорчук, Т. Вакуленко та ін.; за ред. О. Елькіна, О. Марущенко, В. Терещенка; ГО «ЕдКемп Україна». Харків, 2024. 223 с. URL: <https://sqe.gov.ua/wpcontent/uploads/2024/06/Nacionalniy-zvit-DOSEN.pdf>
8. Національний звіт за результатами міжнародного Дослідження соціально-емоційних навичок (ДоСЕН) в Україні (2022–2024). Том 2. Освітнє середовище і СЕ-навички учнівства / кол. авт. : О. Елькін, О. Марущенко, Г. Бичко, В. Терещенко, М. Мазорчук, Л. Гриневич, Т. Вакуленко та ін. ; за ред. О. Елькіна, О. Марущенко, В. Терещенка; ГО «ЕдКемп Україна». Харків, 2025. 164 с.
9. Предко, В.В., (2020) Психологічне значення життєстійкості задля ефективного розвитку підлітка в умовах освітнього середовища. *Габітус* (19), 185-189. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.3.3>
10. Про повну загальну середню освіту. Закон України від № 463-IX (2020) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#n984>
11. Професійний стандарт «Вчитель закладу загальної середньої освіти». Наказ Міністерства освіти і науки України № 1225 (2024) (Україна). https://register.nqa.gov.ua/uploads/0/646-ilovepdf_merged.pdf
12. Савчин, М. В., Василенко, Л. П. (2024). *Вікова психологія*. Київ: «Академія».
13. Санжаровець, В., Петренко, Т., та Новікова, Н. (2024). Ігрові технології в роботі соціальних працівників. *Proceedings of the National Aviation University. Series: Pedagogy, Psychology*, 1(24), 64-71. <https://doi.org/10.18372/2411-264x.24.19203>
14. Толочко, С. В. (2024). *Психоемоційний інтелект здобувачів освіти як ключовий аспект сучасної освітньої системи*. Педагогічна Академія: наукові записки, (8). <https://doi.org/10.5281/zenodo.13141214>
15. Шапар В. Б. (2007) *Психологічний тлумачний словник*. Харків: «Прапор».
16. Яцюк М. (2019). *Емоційний інтелект особистості (на хвилі Нової української школи): Навчально-методичний посібник*. Вінниця: «Діло».
17. Bar-On, R. (1997) *The emotional quotient inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence*. Toronto: Multi-Health Systems.
18. Brackett, M. A. (2019). *Permission to feel: Unlocking the power of emotions to help our kids, ourselves, and our society thrive*. Celadon Books.
19. Brown, S., & Vaughan, C. (Collaborator). (2009). *Play: How it shapes the brain, opens the imagination, and invigorates the soul*. Avery/Penguin Group USA.

20. Delors, J. (Ed.). (1996). *Learning: The treasure within: Report to UNESCO of the International Commission on Education for the Twenty-first Century*. UNESCO Publishing. <https://doi.org/10.7788/ijbe.1996.24.1.253>
21. Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
22. Goleman, D. (2011) *The Brain and Emotional Intelligence: New Insights*. New York: More Than Sound LLC, 79.
23. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–32). BasicBooks.
24. Papoutsis, C., Drigas, A., & Skianis, C. (2021). Virtual and augmented reality for developing emotional intelligence skills. *International Journal of Recent Contributions to Engineering Science & IT (IJES)*, 9(3), 35–53. URL: <https://doi.org/10.3991/ijes.v9i3.23939>
25. World Economic Forum. (2025). *The future of jobs report 2025*. World Economic Forum.

References

1. Avhustyyuk, M. M. (2021). Teoretychnyi analiz kontseptualnykh pidkhodiv do operatsionalizatsii emotsiinoho intelektu [Theoretical analysis of conceptual approaches to the operationalization of emotional intelligence]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia». Serii «Psykhologiiia» [Scientific Notes of the National University "Ostroh Academy". Psychology Series]*, (13), 81–87. <https://doi.org/10.25264/21.04.2021> [in Ukrainian].
2. Basiuk, N. A. (2024). *Emotsiyni intelekt i psykhychnе zdorovia uchashnykiv osvithnoho protsesu* [Emotional intelligence and mental health of participants in the educational process]. *ZhDU imeni Ivana Franka*. [https://doi.org/10.35433/pedagogy.1\(116\).2024](https://doi.org/10.35433/pedagogy.1(116).2024) [in Ukrainian].
3. Boiko, A. E., Verbytskyi, V. V., Korniienko, A. V., Lytovchenko, O. V., & Machuskyi, V. V. (Eds.). (2023). *Innovatsiyni rozvytok pozashkilnoi osvity v umovakh realizatsii kontseptsii «Nova ukrainska shkola»* [Innovation development of extracurricular education in the context of the implementation of the concept "New Ukrainian School"]. Ivano-Frankivsk: NAIR. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-4\(4\)-192-200](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-4(4)-192-200) [in Ukrainian].
4. Elkin, O., Marushchenko, O., Bychko, H., Tereshchenko, V., Mazorchuk, M., Vakulenko, T., et al. (2024). *Natsionalnyi zvit za rezultatamy mizhnarodnoho Doslidzhennia sotsialno-emotsiynykh navykiv (DoSEN) v Ukraini (2022–2024). Tom 1* [National report on the results of the international Study of Social and Emotional Skills (SSES) in Ukraine (2022–2024). Volume 1]. EdCamp Ukraine. <https://sqe.gov.ua/wpcontent/uploads/2024/06/Nacionalniy-zvit-DOSEN.pdf> [in Ukrainian].
5. Elkin, O., Marushchenko, O., Bychko, H., Tereshchenko, V., Mazorchuk, M., Hrynevych, L., Vakulenko, T., et al. (Eds.). (2025). *Natsionalnyi zvit za rezultatamy mizhnarodnoho Doslidzhennia sotsialno-emotsiynykh navykiv (DoSEN) v Ukraini (2022–2024). Tom 2. Osvitnie seredovyshche i SE-navychky uchnivstva* [National report on the results of the international Study of Social and Emotional Skills (SSES) in Ukraine (2022–2024). Volume 2. Educational environment and SE skills of students]. EdCamp Ukraine [in Ukrainian].
6. Hrynevych, L., Drozhzhyna, T., Hloba, O., & Kalashnikova, S. (Eds.). (2021). *Analitichnyi ohliad «Mozhlyvosti dlia realizatsii sotsialno-emotsiinoho navchannia v ramakh reformy «Nova ukrainska shkola»* [Feasibility Study on Opportunities for SEL within New Ukrainian School Reform]. Kyiv: Vydavnycha hrupa «Shkilnyi svit». [https://doi.org/10.31392/onp.2786-6890.7\(2\)/1.2024.08](https://doi.org/10.31392/onp.2786-6890.7(2)/1.2024.08) [in Ukrainian].
7. Lytvynova, S. H. (2025). *Tekhnologiiia vykorystannia imersyynykh tekhnologii dlia formuvannia emotsiinoho intelektu uchniv* [Technology of using immersive technologies for the formation of emotional intelligence of students]. *Informatsiini tekhnologii i zasoby*

navchannia [Information Technologies and Learning Tools], 3(107). <https://doi.org/10.33407/itlt.v107i3.6021> [in Ukrainian].

8. Matvienko, O., & Khymych, M. (2024). *Sotsialno-emotsiine navchannia yak zasib stvorennia bezpechnoho osvitnoho prostoru* [Socio-emotional learning as a means of creating a safe educational space]. *Osvitno-naukovyi prostir* [Educational and Scientific Space], 7(2), 75–84. [in Ukrainian].

9. Predko, V. V. (2020). Psykholohichne znachennia zhyttiosti zadlia efektyvnoho rozvytku pidlitka v umovakh osvitnoho seredovyscha [Psychological significance of resilience for the effective development of an adolescent in the educational environment]. *Habitus*, (19), 185–189. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.3.3> [in Ukrainian].

10. Pro povnu zahalnu seredniu osvitu [About complete general secondary education]. *Zakon Ukrainy № 463-IX* (2020) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#n984> [in Ukrainian].

11. Profesiyni standart «Vchytel zakladu zahalnoi serednoi osvity» [Professional standard "Teacher of a general secondary education institution"] Order Ministry of Education and Science of Ukraine №1225) (2024) (Ukraine). https://register.nqa.gov.ua/uploads/0/646-ilovepdf_merged.pdf [in Ukrainian].

12. Savchyn, M. V., & Vasylenko, L. P. (2024). *Vikova psykholohiia* [Developmental psychology]. *Akademiia* [in Ukrainian].

13. Tolochko, S. V. (2024). Psykhoemotsiyni intelekt zdobuvachiv osvity yak kliuchovyi aspekt suchasnoi osvitnoi systemy [Psycho-emotional intelligence of education seekers as a key aspect of the modern educational system]. *Pedahohichna Akademiia: naukovy zapysky* [Pedagogical Academy: scientific notes], (8). <https://doi.org/10.5281/zenodo.13141214> [in Ukrainian].

14. Sanzharovets, V., Petrenko, T., & Novikova, N. (2024). Ihrovi tekhnolohii v roboti sotsialnykh pratsivnyykyv [Game technologies in the work of social workers]. *Proceedings of the National Aviation University. Series: Pedagogy, Psychology*, 1(24), 64–71. <https://doi.org/10.18372/2411-264x.24.19203> [in Ukrainian].

15. Shapar, V. B. (2007). *Psykholohichniy tlumachnyi slovnyk* [Psychological explanatory dictionary]. *Prapor* [in Ukrainian].

16. Yatsiuk, M. (2019). *Emotsiyni intelekt osobystosti (na khvyli Novoi ukrainskoi shkoly): Navchalno-metodychnyi posibnyk* [Emotional intelligence of personality (in the wake of the New Ukrainian School): Study guide]. *Dilo* [in Ukrainian].

17. Bar-On, R. (1997) *The emotional quotient inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence*. Toronto: Multi-Health Systems

18. Brackett, M. A. (2019). *Permission to feel: Unlocking the power of emotions to help our kids, ourselves, and our society thrive*. Celadon Books

19. Brown, S., & Vaughan, C. (Collaborator). (2009). *Play: How it shapes the brain, opens the imagination, and invigorates the soul*. Avery/Penguin Group USA

20. Delors, J. (Ed.). (1996). *Learning: The treasure within: Report to UNESCO of the International Commission on Education for the Twenty-first Century*. UNESCO Publishing <https://doi.org/10.7788/ijbe.1996.24.1.253>

21. Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books

22. Goleman, D. (2011) *The Brain and Emotional Intelligence: New Insights*. New York: More Than Sound LLC, 79

23. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–32). BasicBooks <https://doi.org/10.1037/t05047-000>

24. Papoutsi, C., Drigas, A., & Skianis, C. (2021). Virtual and augmented reality for developing emotional intelligence skills. *International Journal of Recent Contributions to Engineering Science & IT (IJES)*, 9(3), 35–53. <https://doi.org/10.3991/ijes.v9i3.23939>

25. World Economic Forum. (2025). *The future of jobs report 2025*. World Economic Forum.

Received: 01.11.2025

Accepted: 22.11.2025