

УДК 159.922.72:159.942

III 83

Марія ШПАК

**РОЗУМІННЯ ЕМОЦІЙ
МОЛОДШИМИ ШКОЛЯРАМИ
ЯК СТРУКТУРНА СКЛАДОВА
ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ**

У статті розкрито поняття про емоційний інтелект особистості. Проаналізовано теоретичні підходи до розуміння емоцій як структурного компонента емоційного інтелекту. Обґрунтовано особливості розпізнавання і розуміння емоцій молодшими школярами.

***Ключові слова:** емоційний інтелект, розуміння емоцій, рефлексія, емпатія, молодші школярі.*

Постановка проблеми. Для того, щоб орієнтуватися у різноманітних аспектах людських взаємостосунків, як дорослі люди, так і діти, повинні вміти правильно визначати емоційні стани, розуміти їхні причинно-наслідкові зв'язки, адекватно виражати емоції відповідно до соціокультурних вимог і умов соціальної ситуації. Розуміння особистістю власних емоцій та емоцій інших людей залежить від рівня розвитку емоційного інтелекту. Цей феномен став надзвичайно популярним протягом останніх десятиліть і активно досліджується науковцями. Це зумовлено тим, що емоційний інтелект визнано одним із провідних чинників забезпечення емоційного самопізнання та розуміння емоцій інших людей, що сприяє, у свою чергу, успішній соціальній взаємодії і спілкуванню, прояву емпатійного ставлення до них. Особливо це важливо щодо дітей молодшого шкільного віку, які зі вступом

до школи, вчаться спільно співпрацювати з учителем та іншими учнями класу в умовах навчального середовища.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Встановлено, що емоційний інтелект забезпечує аналіз, обробку та використання емоційної інформації, яка надходить як із зовнішнього, так і внутрішнього середовища [1; 8]. Доведено, що розуміння емоцій є структурним компонентом емоційного інтелекту [1; 18; 25]. Однак у сучасній психологічній науці немає однозначного трактування поняття «розуміння». Це залежить від того, як його розглядають: як самостійний процес, як один з етапів мисленнєвої діяльності чи ототожнюють з пізнанням.

У сучасній психології поняття «розуміння» використовується у вузькому і широкому значеннях. У вузькому значенні розуміння розглядається як «форма мислення, спрямована на виявлення істотних ознак предметів навколишньої дійсності і встановлення на цій основі взаємозв'язку того чи іншого предмета або явища з іншими предметами чи явищами» [17, 268]. У широкому значенні – воно включається в контекст аналізу різних психічних пізнавальних процесів людини: сприймання, пам'яті, мислення тощо. Розуміння у цьому випадку розглядається як атрибут будь-якого рівня пізнання, спілкування, усіх психічних процесів, сприйняття людини людиною [16].

Доведено, що фізіологічною основою розуміння є складна аналітико-синтетична діяльність мозку, спрямована на розкриття внутрішньої сутності предметів, процесів і явищ, на усвідомлення зв'язків, стосунків, залежностей, які в ній відображаються [12, 209]. При цьому зазначається, що «розуміння належить до сфери інтелекту, однак міцно спирається на емпіричний досвід» [9, 289]. Відповідно до цих поглядів, І.М. Андрєєва розглядає розуміння емоцій і як здібність, і як когнітивний процес осягнення їхнього змісту [1, 92].

Процес розуміння емоцій, на думку С.П. Дерев'янка [10], складається з таких послідовних етапів обробки емоційної інформації: перцепції, категоризації (ідентифікації), вербалізації, усвідомлення, осмислення. При цьому «перцепція емоцій передбачає сприйняття емоційних переживань, або їх експресивних проявів. Категоризація – передбачає конкретне визначення емоційного стану або переживання. Вербалізація – передбачає вираження емоційного стану або переживання в мові» [10].

лізація емоцій містить вислови про окремі прояви та стани. Усвідомлення емоцій виявляється в розумінні причин, які викликають цю емоцію, та наслідків, до яких вона може призвести. Осмислення емоцій спрямоване на осмислення подій, які мають особистісний смисл» [10, 144].

Такої ж точки зору дотримується і Д.В. Люсін [18]. Учений стверджує, що розуміння емоцій передбачає здатність людини розпізнати емоцію, тобто встановити факт наявності емоційного переживання; ідентифікувати емоцію, тобто встановити, яку саме емоцію відчуває людина і знайти для неї словесне вираження; розуміти причини, які викликали дану емоцію, і наслідки, до яких вона може призвести.

Відтак, можемо констатувати, що розуміння емоцій – складна інтелектуальна діяльність, яка охоплює сенсорно-перцептивний і когнітивний рівні, що включають такі етапи обробки емоційної інформації: сприймання (перцепція), розпізнавання (ідентифікація), вербальне вираження (називання), усвідомлення та осмислення емоцій. Подібної точки зору дотримуються й інші дослідники, зокрема С.П. Дерев'янка [10], яка виокремлює два способи розуміння емоцій: перцептивний (розпізнавання емоцій) та раціональний (усвідомлення) емоцій.

На сенсорно-перцептивному рівні розуміння емоцій відбувається *сприймання* (перцепція) і *розпізнавання* (ідентифікація) як власних, так і чужих емоцій.

Аналіз наукових джерел показує, що в сучасній психології виділяють два основних підходи до розпізнавання емоцій. У контексті першого – розпізнавання емоцій розглядається як безпосередній і миттєвий процес рефлексорного декодування інформації (П. Екман), згідно з другим – як більш складний, поетапний процес, що й зумовило розробку науковцями конструкта емоційного інтелекту (І.М. Андрєєва, Д.В. Люсін).

Д.В. Люсін [19], який трактує емоційний інтелект як здатність до розуміння та управління власними і чужими емоціями, виділяє дві стратегії переробки інформації, які використовуються при розпізнаванні емоцій. Вони відповідають раціональному та інтуїтивному способам соціального пізнання.

Як відомо, сприймання і розпізнавання емоцій здійснюється за певними експресивними ознаками: мімікою, жестами, рухами, інтонаційністю мовлення, загальною поведінкою. При цьому в кожного народу є своя система еталонів розпізнавання і розуміння емоцій інших (В.О. Лабунська).

На когнітивному рівні розуміння емоцій відбувається вербальне вираження (називання), усвідомлення та осмислення емоцій.

Називання (словесне вираження, позначення) емоції розглядається як конструктивний процес, який трансформує перцептивні переживання у внутрішній досвід [1, 94].

Варто зазначити, що протягом останніх років дослідження механізмів мовного вираження емоцій людиною здійснюється не тільки у межах психології, а й у галузі психолінгвістики. Так, проблему вербального вираження емоцій активно вивчають такі вітчизняні та зарубіжні лінгвісти, як: І.В. Арнольд, О.М. Вольф, І.І. Квасюк, Н.В. Романова, В.І. Шаховський та інші. У працях цих вчених розкрито поняття про емотивність як лінгвістичну категорію, що виражає психічні (емоційні) стани та переживання людини через особливі одиниці мови та мовлення – емотиви, визначено роль і функції емотивної лексики [23].

Також проблема вербального вираження емоцій привертає все більше уваги сучасних вітчизняних і зарубіжних психологів, які працюють у галузі патопсихології та психотерапії (Н.Г. Гаранян, І.С. Коростильова, Н.Д. Семенова, А.Б. Холмогорова та ін.). Це пов'язано з тим, що нерідко людина відчуває значні труднощі, намагаючись підібрати найбільш влучні мовні засоби вираження емоції, особливо це стосується людей із психосоматичними захворюваннями. Це зумовило появу терміна «алекситимія», який увів у науковий обіг П. Сифнеос у 1973 році. Термін піддавали критиці, однак сьогодні він активно використовується у клінічній психології. У буквальному перекладі термін «алекситимія» означає «немає слів для назви почуттів». Його вживають стосовно людей, яві виявляють труднощі у вербалізації емоцій, описі власних почуттів, внутрішніх переживань. Питання про походження алекситимії, на жаль, і до сьогодні залишається відкритим. Чи викликана вона вродженими дефектами, чи є наслідком впливу зовнішніх

факторів (сімейних, соціальних, культурних)? На ці питання дослідники шукають відповідь, хоча більшість з них схиляється до думки про обумовлення її появи генетичними факторами. Відтак виникає необхідність проведення подальших наукових досліджень, зокрема, в галузі нейрофізіології.

Метою статті є аналіз теоретичних підходів до розуміння емоцій як структурного компонента емоційного інтелекту особистості, зокрема обґрунтування особливостей розпізнавання і розуміння емоцій молодшими школярами.

У процесі розуміння емоцій важливу роль відіграє їх усвідомлення та осмислення. Слід зазначити, що термін «розуміння» вважається родовим щодо понять «усвідомлення» і «осмислення», а останні, у свою чергу, мають певні відмінності, тобто не є синонімами, хоча тісно взаємопов'язані.

З психологічної точки зору, *усвідомлення* – фокусування свідомості на психічних процесах, на тих чуттєвих образах дійсності, які особистість завдяки їм отримує [21, 123]. Доведено, що усвідомлення психічних процесів (психічних образів) ґрунтується на таких засадах: по-перше, людина може усвідомити те, що сприймає, те, що вона згадує, про що мислить, яку емоцію переживає; по-друге, людина може усвідомити, що це саме вона сприймає, згадує, мислить, відчуває [21].

Відтак, на основі загальної характеристики цього процесу, можна стверджувати, що усвідомлення – нижчий етап розуміння емоцій, який полягає у первинній перебудові та впорядкуванні на рівні свідомості одержаної інформації у зв'язку з емоційним досвідом та наявними знаннями людини. Як зазначає І.М. Андрєєва, усвідомлення емоцій процесуально складається з усвідомлення себе як суб'єкта переживання емоцій та усвідомлення цього переживання як об'єкту аналізу [1]. Подібної точки зору дотримується А. Ленгле, який розробив двохпозиційну концепцію усвідомлення емоційних переживань: 1) позиція усвідомлення на зовнішньому рівні передбачає аналіз ситуації; 2) позиція усвідомлення на внутрішньому рівні означає аналіз власне емоцій [20, 30]. Таким чином, на цьому етапі розуміння емоцій відбувається через встановлення і пояснення їхніх причинно-наслідкових зв'язків.

При цьому А.А. Брегадзе стверджує, що у процесі пізнання людини, розуміння дає відповідь на питання «що є суть і смисл явища», тим самим відрізняючись від пояснення, яке для прояснення явища звертається до причин, які безпосередньо пов'язані з явищем, але перебувають поза ним. Встановлення справжньої причинності наближається до розуміння, але пояснення є виявлення зовнішньої закономірності, а розуміння – внутрішньої [4].

Наступним етапом процесу розуміння виділяють *осмислення*, яке передбачає розкриття об'єктивних зв'язків між елементами цілого, а також між окремими об'єктами.

Процес осмислення включає такі мислительні операції [9, 242]:

1) аналіз властивостей і ознак предметів, явищ або інформації, одержаних внаслідок безпосереднього сприймання, що фіксуються в уявленнях;

2) логічне узагальнення ознак і властивостей предметів та явищ, та виокремлення з-поміж них істотних і неістотних ознак та властивостей;

3) «мисленнєве» осягнення сутності (причин та наслідків) предметів та явищ, і формування теоретичних понять та узагальнюючих висновків, правил тощо;

4) перевірку обґрунтованості та істинності висновків.

Відтак, ми розглядаємо осмислення як вищий етап розуміння емоцій. У процесі осмислення значно збагачується розуміння емоцій, воно стає більш різностороннім та глибоким. На цьому етапі з'являється певне ставлення до емоційної інформації соціального та індивідуального плану, її диференціація, вкладання у сприйняту інформацію певного особистісного смислу. Як стверджує М.М. Бахтін, розуміння «є бачення смислу, але не феноменальне, а бачення живого смислу переживання і вираження, бачення внутрішньо осмисленого, так би мовити, самоосмисленого явища. Основним критерієм тут є не точність, а глибина проникнення. Пізнання тут спрямоване на індивідуальне» [3, 9].

Отже, розуміння емоцій може бути різної глибини. Воно може варіюватися, за словами Г.Г. Гарскової, «від впізнавання емоцій за

експресією, простого її виявлення, до усвідомлення особистісного смислу події, яка викликала експресивні прояви» [8, 26].

Водночас варто зазначити, що залежно від емоційної орієнтації на себе чи на іншого, розуміння емоцій може бути спрямоване на власні переживання або на переживання інших людей. У першому випадку мова йде про емоційне самоусвідомлення. У другому – про прояв емпатії до іншої людини.

В.В. Зарицькою [13] визначено, що найсуттєвішими показниками *розуміння власних емоцій* є: уміння розпізнавати, проявляти, оцінювати, пояснювати власні емоції, позитивно реагувати на оцінку своїх емоцій іншими. До критеріїв оцінювання рівня розвитку здатності розуміти емоції *інших* людей В.В. Зарицька відносить: здатність усвідомлювати емоційні стани інших людей, розуміти невисловлені емоції інших; позитивно впливати на емоційні стани інших; передбачати силу емоцій інших, їх тривалість, наслідки; емпатію [14].

Н.Д. Билкіна і Д.В. Люсін [5], досліджуючи розвиток уявлень дітей про емоції в процесі онтогенезу, розробили когнітивну схему емоцій, яка включає сукупність ознак, за допомогою яких можна ідентифікувати ту чи іншу емоцію. Базовим ядром цієї схеми є знання про суб'єктивне переживання емоції, які дитина отримує на основі власного досвіду. Вони використовуються при розпізнаванні своїх емоцій, тоді як розпізнавання емоцій інших людей здійснюється, в основному, за зовнішніми проявами: мімікою й позою, зміною інтонаційності мовлення, поведінкою, вегетативними реакціями. Для ідентифікації емоцій необхідно також враховувати антецеденти, тобто те, що передує емоціям та є причиною їх виникнення. До них належать, в першу чергу, емоціогенні ситуації. При цьому автори зазначають, що емоції викликаються не самою ситуацією, а її взаємодією з внутрішнім станом індивіда та його цілями, наявною в людини метою. Разом з тим, Н.Д. Билкіна і Д.В. Люсін зауважують, що люди порізного емоційно реагують на одні й ті ж ситуації, навіть якщо цілі у них однакові. Немає й однозначних зв'язків між емоцією та її зовнішнім вираженням. Тому для ідентифікації емоцій необхідно враховувати додаткову інформацію, зокрема: індивідуальні особливості людини,

культурні особливості, актуальний фізичний і психічний стан індивіда. Ці проміжні змінні автори називають медіаторами. Вони також визначають особливості емоційного реагування. Очевидно, що цю схему не можна розглядати як остаточну і найбільш повну. Проте вона, на думку авторів, дозволяє простежити розвиток з віком знань про емоції.

У цьому контексті доречно навести міркування Є.П. Ільїна, який стверджує, що здатність до розпізнавання емоцій розвивається у процесі життєдіяльності людини. Відтак, вчений констатує, що розумінню емоцій можна і треба вчитися [15, 243].

На нашу думку, найбільш сензитивним періодом для розвитку емоційного інтелекту, зокрема щодо розуміння власних і чужих емоцій, є молодший шкільний вік. Це пов'язано з тим, що:

1) на цьому віковому етапі життя розвивається здатність до усвідомленого орієнтування у власних переживаннях. Новим у період кризи семи років, як стверджував Л.С. Виготський [6], є втрата дитячої безпосередності і, натомість, набуття здатності до узагальненого переживання, «інтелектуалізації афекту». Дитина починає усвідомлювати зміст почуттів, розуміти, що означає «я радію», «я сердита», її переживання набувають смислу, вони узагальнюються, формується логіка почуттів;

2) одним із найважливіших психологічних новоутворень молодшого шкільного віку, згідно з результатами досліджень В.В. Давидова, Д.Б. Ельконіна та інших психологів, є рефлексія [22]. Вона забезпечує здатність дитини аналізувати та оцінювати власні емоційні переживання, відтак сприяє емоційному самоусвідомленню. Дитина через переживання пізнає власний внутрішній світ. Рефлексія, у цьому контексті, пов'язана, з одного боку, з осмисленням емоційного стану, з самоаналізом емоційних переживань, а з іншого – зі спробою зрозуміти їх сенс та оцінити з метою подальшого пошуку та вироблення стратегії емоційної поведінки;

3) на цьому етапі онтогенезу поряд з інтересом до себе виникає інтерес і до внутрішнього світу інших людей. Учень намагається зрозуміти характер та причини їхніх переживань, стосунки між ними, а також їх ставлення до нього. Доведено, що молодший шкільний вік є

сензитивним для розвитку особистісно-сислової емпатії [11]. Результати досліджень Т.П. Гаврилової [7], спрямовані на вивчення природи й механізмів розвитку емпатії в молодшому шкільному віці, підтверджують те, що учням початкових класів більш притаманне співпереживання. Відтак, емпатія як структурна складова емоційного інтелекту забезпечує здатність розуміти емоції інших людей, що, у свою чергу, сприяє кращій соціальній адаптації особистості в суспільстві [24].

Отже, узагальнюючи результати наукових досліджень, ми можемо стверджувати:

1. Молодший шкільний вік є сензитивним періодом для розвитку емоційного інтелекту.

2. Рефлексія як основне психологічне новоутворення у молодшому шкільному віці забезпечує здатність розуміння власних емоцій, відтак сприяє емоційному самоусвідомленню молодших школярів.

3. Емпатія є основним психологічним механізмом розвитку між-особистісного емоційного інтелекту, який забезпечує здатність розуміння емоцій інших людей і сприяє успішності спілкування і соціальної взаємодії.

Висновки. Підсумовуючи вище зазначене, можемо констатувати, що розуміння як власних емоцій, так і емоцій інших людей, є структурною складовою емоційного інтелекту. Процес розуміння емоцій охоплює сенсорно-перцептивний і когнітивний рівні, що містять такі етапи обробки емоційної інформації: сприймання (перцепція), розпізнавання (ідентифікація), вербальне вираження (називання), усвідомлення та осмислення емоцій. У молодшому шкільному віці відбувається інтенсивний розвиток емоційного інтелекту дитини у зв'язку з набуттям нею здатності до узагальненого переживання, «інтелектуалізації афекту». Саме емоційний інтелект є тим знаряддям, завдяки якому відбувається емоційне самопізнання та розуміння емоцій інших людей, прояв емпатійного ставлення до них. Проте вивчення феномена розуміння емоцій в контексті молодшого шкільного віку вимагає ґрунтовних емпіричних досліджень.

Перспективи подальших наукових розвідок ми вбачаємо в обґрунтуванні психолого-педагогічних умов розвитку емоційного

інтелекту та розробці програми тренінгових занять з молодшими школярами, які б сприяли розвитку здатності розуміти як власні, так і чужі емоції.

Література

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии : монография / И.Н. Андреева. – Новополюк : ПГУ, 2011. – 388 с.
2. Андреева И.Н. Понимание эмоций: гендерные различия / И.Н. Андреева // Гендер и проблемы коммуникативного поведения : сбор. материалов третьей Междунар. науч. конференции 1 – 2 ноября 2007 г. / [редкол. А.А. Гугнин и др.]. – Полоцк : ПГУ, 2007. – С. 230 – 233.
3. Бахтин М.М. Собрание починений : [в 7 т.] / М.М. Бахтин. – М. : «Русские словари», 1996. – Т. 5. – 732 с.
4. Брегадзе А.А. Специфический метод познания человека. Понимание. Перспективы человека в глобализирующемся мире / А.А. Брегадзе. – СПб. : Санкт-Петербургское философское общество, 2003. – С. 21 – 31.
5. Былкина Н.Д. Развитие представлений детей об эмоциях в онтогенезе / Н.Д. Былкина, Д.В. Люсин // Вопросы психологии. – 2000. – № 5 – 6. – С. 38 – 48.
6. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии / Л.С. Выготский. – СПб. : Союз, 1997. – 224 с.
7. Гаврилова Т.П. Экспериментальное изучение эмпатии у детей младшего и среднего школьного возраста / Т.П. Гаврилова // Вопросы психологии. – 1974. – № 5. – С. 107 – 114.
8. Гарскова Г.Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию / Г.Г. Гарскова // Тезисы науч.-практ. конференции «Ананьевские чтения». – СПб. : Изд-во СПб. ун-та, 1999. – С. 26.
9. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник / С.У. Гончаренко. – К. : Либідь, 1997. – 376 с.
10. Дерев'янюк С.П. Розуміння емоцій як раціональний компонент емоційного інтелекту / С.П. Дерев'янюк // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки. – Чернігів, 2011. – Вип. 94, Т. 1. – С. 144 – 148.
11. Журавльова Л.П. Психологія емпатії / Л.П. Журавльова. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. – 328 с.
12. Загальна психологія : підручник для студентів вищ. навч. закладів / С.Д. Максименко, В.О. Зайчук, В.В. Клименко, В.О. Соловієнко / [за заг. ред. акад. С.Д. Максименка]. – К. : Форум, 2000. – 543 с.
13. Зарицька В.В. Розуміння особистістю власних емоцій / В.В. Зарицька // Актуальні проблеми психології / [за ред. акад. С.Д. Максименка]. – К. : Главник, 2008. – Т. X. – Ч. 5. – С. 208 – 217.
14. Зарицька В.В. Розуміння особистістю емоцій інших в структурі емоційного інтелекту / В.В. Зарицька // Проблеми загальної та педагогічної пси-

хології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / [за ред. С.Д. Максименка]. – К., 2010. – Т. XII. – Ч. 6. – С. 154 – 160.

15. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2001. – 752 с.

16. Коваленко А.Б. Психологія розуміння / А.Б. Коваленко. – К. : Геопринт, 1999. – 184 с.

17. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь / И.М. Кондаков. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – С. 268.

18. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. – М., 2004. – С. 29 – 36.

19. Люсин Д.В. Стратегии переработки информации при распознавании эмоций / Д.В. Люсин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2007. – Т. 4. – № 4. – С. 140 – 148.

20. Лэнгле А. Эмоции и экзистенция / А. Лэнгле ; [пер. с нем. О.А. Шипиловой]. – Х. : Гуманитарный Центр, 2007. – 332 с.

21. Психологія : підручник / Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін. ; [за ред. Ю.Л. Трофімова]. – К. : Либідь, 2001. – 560 с.

22. Психическое развитие младших школьников / под ред. В.В. Давыдова. – М. : Педагогика, 1990. – 168 с.

23. Шаховский В.И. Лингвистическая теория эмоций : монография / В.И. Шаховский. – М. : Гнозис, 2008. – 416 с.

24. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман ; [пер. с англ. А.П. Исаевой]. – М. : АСТ : Астрель, 2011. – 478 с.

25. Mayer J.D. The Intelligence of emotional intelligence / J.D. Mayer, P. Salovey // Intelligence. – 1993. – V. 17. – № 4. – P. 433 – 442.

Шпак Мария. Понимание эмоций младшими школьниками как структурный компонент эмоционального интеллекта. В статье раскрыто понятие об эмоциональном интеллекте личности. Проанализированы теоретические подходы к пониманию эмоций как структурного компонента эмоционального интеллекта. Обоснованно особенности распознавания и понимания эмоций младшими школьниками.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, понимание эмоций, рефлексия, эмпатия, младшие школьники.

Shpak Mariya. Understanding of Emotions as Structural Components of Emotional Intelligence by Elementary School Students. The article deals with the concept of emotional intelligence of the

individual. Emotional intelligence is a socially significant integrated feature of the personality, which is directed to understanding one's own emotions and emotional experiences of others, provides with control of the emotional state.

Theoretical approaches to understanding emotions as a structural component of emotional intelligence is analyzed. The process and ways of understanding of emotions is characterized. The features according to which the emotions of other people recognize is determined. The features of recognition and understanding of emotions by elementary school students is grounded.

The analysis of scientific sources on the study allowed to select several stages of processing of emotional information by the help of which human is capable of perception and understanding one's own and others' emotions: perception, recognition (identification), verbal expression (naming), awareness and understanding of emotions.

Elementary school age is a sensitive period for developing of emotional intelligence. The factors that affect the understanding of emotions by elementary school students is characterized. Reflection as a major psychological new growth in the elementary-school age provides the ability to understand their own emotions. Empathy is the main psychological mechanism of development of interpersonal emotional intelligence, which provides the ability to understand the emotions of other people and contributes to the success of communication and social interaction.

Key words: emotional intelligence, understanding of emotions, reflexion, empathy, elementary school students.