

Г. С. Фролова

аспірант, викладач кафедри практичної психології
Класичний приватний університет

НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО ВИЗНАЧЕННЯ ФЕНОМЕНУ «ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ»

У статті проведено теоретичний аналіз наукових підходів до розуміння феномену «емоційного інтелекту», розкрито сутність, виокремлено структурні компоненти, обґрунтовано необхідність більш поглибленого вивчення його структури й змісту.

Ключові слова: інтелект, емоційний інтелект, емоційна компетентність, множинність інтелекту, подвійність природи емоційного інтелекту.

Постановка проблеми. Проблема емоційного інтелекту викликає неабиякий інтерес у сучасній науковій спільноті. Актуальність проблеми визначення цього феномену в наукових підходах зарубіжних та вітчизняних учених, розкриття його сутності та складових обумовлена неоднозначністю його тлумачення. Теоретичний аналіз цієї проблеми дозволить краще зрозуміти наукову природу, сутність, механізми та закономірності розвитку емоційного інтелекту, а також його основні складові.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Феномен «емоційний інтелект» розглядається в психології в різних теоретичних контекстах. Уведення поняття «емоційний інтелект» у психологічну науку досліджували у працях такі зарубіжні та вітчизняні дослідники: І. Андрєєва, Р. Бар-Он, Т. Березовська, Дж. Блок, О. Власова, Д. Гоулман, С. Дерев'янка, М. Зайднер, В. Зарицька, Д. Карузо, М. Кетс де Вріс, Н. Коврига, Е. Лобанов, П. Лопес, Д. Люсін, М. Манойлова, Дж. Мейер, Дж. Меттьюс, Е. Носенко, Г. Орме, А. Петровська, Р. Робертс, Дж. Сайаррочі, П. Селовей, Д. Слайтер, Р. Стернберг, Г. Юсупова та інші.

У зарубіжній літературі відображені різні аспекти емоційного інтелекту, тому й визначення поняття даються відповідно до їхнього бачення сутності цього феномену: Д. Гоулман (теорія емоційної компетентності), Р. Бар-Он (не когнітивна теорія емоційного інтелекту), Х. Вайсбах й У. Дакс (емоційний інтелект як уміння «інтелектуально» керувати своїм емоційним життям), Дж. Майер, П. Селовей, Д. Карузо (теорія емоційно-інтелектуальних здібностей), Д. Люсін (двокомпонентна теорія емоційного інтелекту) та інші.

У вітчизняному просторі науковці у своїх дослідженнях емоційного інтелекту здебільшого приділяють увагу вивченню проблеми концептуалізації цього феномена та його функцій (І. Аршава, Н. Коврига, Е. Носенко), соціальної значущості та шляхів його розвитку в процесі навчання у вищих

навчальних закладах (В. Зарицька), вивченням емоційного інтелекту як детермінанта внутрішньої свободи особистості (Г. Березюк), чинника соціально-психологічної адаптації (С. Дерев'янка), показника цілісного розвитку (О. Філатова), здатності особистості до успішної самореалізації (І. Філіппова), як емоційної стійкості особистості (Л. Засєкіна) та ін.

У силу багатогранності феномену «емоційний інтелект», різноплановості кола теоретичних і емпіричних досліджень, у межах яких розглядається ця проблематика, погляди дослідників на структуру й природу емоційного інтелекту відрізняються, тому виникає необхідність побудови цілісної картини сутності емоційного інтелекту людини на основі наявних у науці даних, систематизації наукових підходів до його визначення.

Мета статті – провести теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми визначення феномену «емоційний інтелект», розкрити сутність цього поняття та його складових.

Виклад основного матеріалу. Уведенню терміна «емоційний інтелект» у наукову літературу передувала поступова зміна суджень щодо пояснення емоційних явищ.

Аналіз наукових джерел показав, що в психології поняття «емоційний інтелект» часто отожднюють з «емоційною розумністю», «емоційною грамотністю», «емоційною компетентністю», «емоційним мисленням», «емоційною креативністю», «емоційною зрілістю» та ін. Проте в рамках цього дослідження нас цікавить, насамперед, зміст поняття «емоційний інтелект».

У вітчизняній психології вивченням «емоційного інтелекту» займався О. Тихомиров, відзначаючи, що емоційні стани включені в процес вирішення завдань [16]. На його думку, усі емоційні явища (афекти, емоції, почуття) пов'язані з розумовою діяльністю людини. Взаємозв'язок емоцій із процесом мислення проявляється в тому, що емоційні стани виконують у мисленні різні регулювальні, евристичні функції.

Згідно з поглядами Л. Виготського, розвиток емоцій прямує до їхнього усвідомлення. Ідея про те, що в людей емоції ізолюються від інстинктів і переходять на новий рівень – психологічний [5, с. 13], є підставою для подальших висновків про те, що переважна більшість емоцій людини інтелектуально опосередкована; що між емоційними та інтелектуальними процесами мислення існує закономірний зв'язок; що розвиток емоцій йде в єдності з розвитком мислення; що емоції впливають на процес мислення і його мотивацію (мотиваційна та емоційна регуляція мислення); і, як результат, емоція – одна зі складових мислення. Л. Виготський стверджує: «Хто відірвав мислення із самого початку від афекту, той назавжди заклав собі дорогу до пояснення причин самого мислення, тому що детерміністичний аналіз мислення передбачає розкриття мотивів думки, потреб й інтересів, спонукань і тенденцій, які спрямовують рух мислення в той чи інший бік» [5, с. 14]. Також дослідник назвав інтелектуальний момент, який знаходиться між переживанням і безпосереднім вчинком, «смысловим переживанням». На сьогодні цей термін видається близьким поняттю «емоційний інтелект».

Принципу взаємозв'язку афекту й інтелекту дотримувалася й Б. Зейгарник [9]. Вона підкреслювала, що не існує мислення, відірваного від мотивів, прагнень, установок, почуттів людини, тобто від особистості загалом. Явище, предмет, подія можуть в різних життєвих умовах здобувати різний зміст для особистості, хоча знання про них залишаються незмінними. Заміна емоцій, сильні афекти можуть привести до зміни значення предметів і їхніх властивостей. Іншими словами, мова йде про емоційне регулювання мислення.

Термін «емоційний інтелект» як теоретично окреслений психологічний концепт був уведений у науковий дискурс зарубіжними вченими, а саме: Дж. Мейером, П. Селовеєм та Д. Карузо [28]. Автори визначили емоційний інтелект, як здатність ефективно контролювати емоції й використовувати їх для поліпшення мислення. Запропонована авторами модель здібностей емоційного інтелекту містить чотири компоненти:

1) сприйняття та ідентифікація емоцій, що визначається рівнем емоційної грамотності (здатності людини розуміти емоції людини, умінні контролювати власні почуття);

2) фасилітація мислення (здатність емоційної стимуляції мислення), що містить здатність використання емоції для концентрації уваги на важливій інформації; допомогу в міркуваннях і в сенситивній пам'яті; використання зміни настрою, що дозволяє враховувати різні точки зору на проблему;

3) розуміння емоцій, що полягає в спроможності розв'язувати емоційні проблеми (здатності емоційного аналізу думок і поведінки; розумінні цінності емоцій);

4. Управління емоціями, що полягає в здатності до регуляції емоцій, яка допомагає людині залишатися відкритою до позитивних та негативних почуттів; здатності до вирішення емоційно навантажених проблем, пов'язаних із появою негативних емоцій.

Кожен виділений компонент уміщує когнітивні здібності, спрямовані на розуміння не тільки власної емоційної сфери, але й емоцій інших людей. Водночас різні науковці неоднаково визначали пріоритетні компоненти емоційного інтелекту.

Так, концепція емоційного інтелекту Д. Гоулмана заснована на ранніх ідеях П. Селовея і Д. Майєра з низкою доповнень, де автор описує емоційний інтелект як здатність усвідомлювати власні емоції та емоції інших для того, щоб мотивувати себе й інших та щоб вправно управляти емоціями наодинці та під час взаємодії з іншими, а також як здатність особистості до самомотивації, стійкості до розчарувань, контроль над емоційними спалахами, уміння відмовлятися від задоволень, регулювання настрою й уміння не давати переживанням заважати думати, співпереживати й надіятися [22].

Г. Гарднер пропонує таке визначення: «Інтелект – це здібності розв'язувати проблеми або створювати продукти, які мають цінність у певній чи кількох культурах» [6, с. 23].

Г. Гарднер виокремлює сім видів інтелекту:

- лінгвістичний – здатність до усного й письмового мовлення. На думку Г. Гарднера мовлення в певних сферах відіграє вирішальну роль, тобто є засобом для досягнення певної мети;

- музичний – здатність до відтворення, розуміння та передання смислів, пов'язаних зі звуками, включаючи пристрої, відповідальні за сприйняття висоти, ритму й тембру (якісних характеристик) звука;

- логіко-математичний – здатність використовувати й оцінювати співвідношення між діями або об'єктами, коли вони фактично не присутні, тобто до абстрактного мислення;

- просторовий – це «інший вид інтелекту», який можна протиставити лінгвістичному інтелекту й приписати йому не менше значення. Містить здатність конструювати образи в трьох вимірах, а також подумки переміщати й обертати ці образи. За Г. Гарднером, метафорична здатність знаходити схожість між різними сферами і є проявом просторового інтелекту;

- тілесно-кінестетичний – здатність використовувати всі частини тіла під час вирішення завдань або створення продуктів; містить контроль над грубими й тонкими моторними рухами й здатність маніпулювати зовнішніми;

- внутрішньособистісний – здатність розпізнавати свої власні почуття, наміри й мотиви. Розвинений внутрішньособистісний інтелект, за Г. Гарднером, допомагає людині розрізнити й символічно описувати складні й заплутані почуття;

- міжособистісний – здатність розпізнавати й бачити різницю між почуттями, поглядами й намірами інших людей [6, с. 148–297].

Кожен із виділених автором видів інтелектуальних здібностей є важливим для досягнення адекватності та успішності в певній сфері життєдіяльності. Значення кожного виду інтелекту визначається суспільними нормами, що сприяють або не сприяють розвитку певних інтелектуальних здібностей [6].

Р. Бар-Он уважає, що емоційний інтелект – це набір некогнітивних здібностей, компетенцій і навичок, які впливають на здатність людини справлятися з різними життєвими ситуаціями. Він виділяє 5 сфер емоційного інтелекту, які складаються з декількох субкомпонентів:

- пізнання власної особи (емоції, впевненість у собі, самоповага, самореалізація, незалежність);
- навички спілкування (міжособистісні взаємини, соціальна відповідальність, співпереживання);
- здатність до адаптації (вирішення проблем, оцінка реальності, пристосованість);
- управління стресовими ситуаціями (стійкість до стресу, імпульсивність, контроль);
- настроїв, котрий переважає [19].

Британський психолог Д. Стайн [15, с. 21] розробляла теорію множинного інтелекту. До них вона зараховує такі:

- 1) емоційний інтелект – охоплює сферу почуттів як власних, так і почуттів інших людей, включаючи всі внутрішні й міжособистісні взаємозв'язки;
- 2) вербальний інтелект – охоплює сферу слів: розмову, письмо, читання й слухання;
- 3) візуальний інтелект – охоплює сферу зору й зорових образів;
- 4) логічний інтелект – охоплює сферу роздумів, свідомо керованого мислення й деяких аспектів розв'язання проблем;
- 5) творчий інтелект – охоплює сферу оригінальності, інновацій, інсайту, генерації нових ідей;
- 6) фізичний інтелект – охоплює сферу тіла, координації, набуття фізичних навичок.

Д. Стайн, на відміну від Г. Гарднера, чітко виділяє емоційний інтелект як окремий вид. З усіх шести видів інтелекту вона ставить на перше місце саме емоційний, вважаючи, що він охоплює кожен аспект наших взаємостосунків з іншими людьми від сім'ї й друзів до керівників, колег і підлеглих [7].

Українські дослідники Е. Носенко та Н. Коврига [12] більш деталізовано тлумачать емоційний інтелект, який можна розглядати як важливу інтегральну характеристику особистості, що реалізується в здібностях розуміти емоції, узагальнювати їхній зміст, виокремлювати емоційний підтекст у міжособистісних стосунках, регулювати емоції таким чином, щоб сприяти за допомогою позитивних емоцій успішній

когнітивній пізнавальній діяльності та долати негативні емоції, які заважають спілкуванню чи досягненню індивідуального успіху.

Власну модель емоційного інтелекту розробив російський вчений Д. Люсін [11], на думку якого, емоційний інтелект має подвійну природу. З одного боку дослідник запропонував трактувати емоційний інтелект, як здібності до розуміння своїх і чужих емоцій та управління ними. А з іншого – Д. Люсін стверджує, що емоційний інтелект краще трактувати саме як когнітивну здібність і не вносити до його складу особистісні якості, які можуть сприяти кращому чи гіршому розумінню емоцій, але не є структурними компонентами EQ.

Дослідженнями В. Зарицької встановлено, що почуття, емоції є тими механізмами, без яких неможливе продуктивне мислення, прийняття рішень, виконання певних операцій, реалізація особистісних чи групових планів, досягнення цілей. Цим можливо обумовити необхідність виділення емоції й почуття та здатність особистості їх відчувати, проявляти, управляти ними відповідно до конкретної життєвої чи професійної ситуації в окремий вид інтелекту й дати йому назву «емоційний інтелект» [7, с. 47].

О. Філатова стверджує, що емоційний інтелект забезпечується самоконтролем, який полягає в умінні «дозувати» емоції, і виявляється у сфері спілкування, що передбачає емпатію [17].

І. Андрєєва більш чітко трактує поняття емоційний інтелект як емоційна компетентність: «це сукупність знань, умінь і навичок, які дозволяють приймати адекватні рішення й діяти на основі результатів інтелектуальної обробки зовнішньої й внутрішньої емоційної інформації» [1, с. 31].

І. Ісаєв визначає «емоційний інтелект», спираючись на трактування Д. Карузо, який писав, що це не протилежність інтелекту, не триумф почуттів над розумом, це унікальне перетинання обох процесів [10, с. 51], які містять сукупність таких навичок:

- точність оцінки й прояву емоцій;
- використання емоцій у мисленнєвій діяльності;
- розуміння емоцій своїх і чужих;
- управління емоціями своїми й чужими [10, с. 55–56].

Відкриття феномена «емоційний інтелект» стало результатом розвитку уявлень про природу когнітивних й афективних процесів, їхнього взаємозв'язку. Найважливіші досягнення в цьому процесі – збагачення уявлень про емоції (емоції розглядають як одну з підсистем свідомості; як фактор мотивації), розширення уявлень про інтелект (ідея множинності інтелектуальних проявів, відкриття соціального інтелекту), а також зустрічний рух у дослідженнях емоцій й інтелекту (ідея єдності й продуктивності взаємодії афективних і когнітивних процесів) [3].

Висновки й пропозиції. Останнім часом учені все більше доводять, що високий рівень інтелекту є важливою умовою самореалізації особистості в житті, але не достатньою, бо не менше значення, як показує практика й дослідження багатьох зарубіжних і вітчизняних учених, має здатність будувати позитивні стосунки з іншими людьми, враховуючи їхній внутрішній стан, особливості його прояву в емоціях, переживаннях; уміння протистояти стресам і залишатися оптимістом, працювати в команді, незважаючи на окремі невдачі та перешкоди [10].

У сучасному цивілізованому суспільстві зростає кількість людей, які страждають неврозами. З особливою силою й виразністю емоції проявляються в людей із порушеннями самоконтролю. Вийшовши з-під контролю свідомості, емоції перешкоджають здійсненню намірів, порушують міжособистісні відносини, не дозволяють належним чином виконувати службові та сімейні обов'язки, ускладнюють відпочинок і погіршують здоров'я [4; 13; 18].

Таким чином, у сучасній психології існує потреба в подальшому дослідженні феномену емоційного інтелекту, його передумов, розвитку, яке відкріє можливість оптимізації взаємин і діяльності людей, їхньої самореалізації через глибоке усвідомлення емоційних процесів та станів, що виникають на шляху міжособистісної взаємодії та самопізнання. Розвиток емоційного інтелекту є значущим чинником підвищення психологічної культури суспільства й вирішення багатьох проблем людства. Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні психологічних умов, що сприяють розвитку емоційного інтелекту.

Література:

1. Андреева И. Эмоциональный интеллект: непонимание, приводящее к «исчезновению»? Психологический журнал. Минск. 2006. № 1. С. 28–32.
2. Андреева И. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополюцк, 2011. 388 с.
3. Андреева И. О становлении понятия «эмоциональный интеллект». Вопросы психологии. 2008. № 5. С. 83–95.
4. Вайсбах Х., Дакс У. Эмоциональный интеллект. Москва: Лик Пресс, 1998. 160 с.
5. Выготский Л. Мышление и речь. Москва: Гос. соц.-экон. изд-во, 1934. 362 с.
6. Гарднер Г. Структура разума: теория множественного интеллекта. Москва: ООО «И.Д. Вильямс», 2007. 512 с.
7. Зарицька В. Теоретико-методологічні основи розвитку емоційного інтелекту у контексті професійної підготовки : монографія. Запоріжжя: КПУ, 2010. 304 с.
8. Зарицька В. Емоційний інтелект: актуальність проблеми. Вісник ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. Серія «Психологія» Харків. 2008. Вип. 24. С. 56–57.
9. Зейгарник Б. Патопсихология. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1986. 286 с.
10. Исаев И. Алхимия эмоций: немного о природе чувств и страстей. Москва: Беловодье, 2009. 256 с.
11. Люсин Д. Современные представления об эмоциональном интеллекте. Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под ред. Д. Люсина, Д. Ушакова. Москва: ИПРАН, 2004. С. 29–35.
12. Носенко Е., Коврига Н. Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції: монографія. Київ: Вища школа, 2003. 126 с.
13. Ольшанникова А. Эмоции и воспитание. Москва: Знание, 1983. 80 с.
14. Павлова І. Прояви емоційної зрілості особистості підлітків та юнаків у залежності від статевих відмінностей. Наука і освіта. 2004. № 2. С. 32–34.
15. Стайн Д. Язык интеллекта. Москва: ЭКСМО, 2006. 352 с.
16. Тихомиров О. Психология мышления. Москва: МГУ, 1984. 272 с.
17. Филатова О. Эмоциональный интеллект как показатель целостного развития личности. Персонал. 2000. № 5. С. 100–103.
18. Холмогорова А., Гаранян Н. Культура, эмоции и психическое здоровье. Вопросы психологии. 1999. № 2. С. 61–74.
19. Bar-On R. Emotional intelligence Inventory (EQ-i). Toronto, Canada: Multy Health System, 1997
20. Carroll J. Human cognitive abilities: a survey of factor analytic studies. New York: Cambridge University Press, 1993.
21. Gardner H. Frames of mind/ New York: Basic Books, 1983.
22. Goleman D. Emotional intelligence. New York: Bantam Books, 1995.
23. Matthews G., Zeidner M., Roberts R. Emotional intelligence: Science and myth. Cambridge, MA: MIT Press, 2004.
24. Mayer J., Di Paolo M., Salovey P. Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence. Journal of Personality Assessment. 1990. Vol. 54, NN 3, 4. P. 772–781.
25. Mayer J. Emotional intelligence information. 2005. URL: http://www.unh.edu/emotional_intelligence.
26. Mayer J., Salovey P. The intelligence of emotional intelligence. Intelligence. New York, 1993. P. 433–442.
27. Mayer J., Salovey P., Caruso D. Relation of an Ability Measure of Emotional Intelligence to Personality. Journal of personality assessment, 2002. 79 (2). P. 306–320.
28. Mayer, J., Salovey, P., Caruso, D. Emotional intelligence: theory, findings, and implications. Psychological Inquiry. 2004. 15(3), P. 197–215.

Фролова А. С. Научные подходы к определению феномена «эмоциональный интеллект»

В статье проведён теоретический анализ научных подходов к пониманию феномена «эмоциональный интеллект», раскрыта сущность, выделены структурные компоненты, обоснована необходимость более глубокого изучения его структуры и содержания.

Ключевые слова: интеллект, эмоциональный интеллект, эмоциональная компетентность, множественность интеллекта, двойственность природы эмоционального интеллекта.

Frolova H. S. Scientific approaches to determination of emotional intelligence phenomenon

The article gives a theoretical analysis of scientific approaches to understanding of emotional intelligence as a phenomenon, discloses its essence, identifies its structural components, and substantiates the need for a more in-depth study of emotional intelligence structure and content.

Key words: intelligence, emotional intelligence, emotional competence, multiple intelligence, dual nature of emotional intelligence.