

УДК 159.942

## ОСНОВНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ МОДЕЛИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

## MAIN THEORETICAL MODELS EMOTIONAL INTELLECT

©Шевырева Е. Г.

SPIN-код: 1055-2520

канд. психол. наук, Южный федеральный университет

г. Ростов-на-Дону, Россия

devalena12@mail.ru

©Shevyreva E.

SPIN-code: 1055-2520

PhD, Southern Federal University

Rostov-on-Don, Russia

devalena12@mail.ru

©Федосова И. В.

Южный федеральный университет

г. Ростов-на-Дону, Россия

irshik27@mail.ru

©Fedosova I.

Southern Federal University

Rostov-on-Don, Russia

irshik27@mail.ru

*Аннотация.* В работе авторы делают попытку рассмотреть несколько точек зрения, объясняющих природу эмоционального интеллекта, рассматриваются теории, которые необходимо учитывать при дальнейшей разработке проблемы.

*Abstract.* The authors attempt to examine several points of view to explain the nature of emotional intellect, the theory considers that need to be taken into account in the further development of problems.

*Ключевые слова:* эмоциональный интеллект, эмоция, социальный компонент, онтогенез, психологический конструкт, некогнитивные знания, межличностный эмоциональный интеллект, метакогнитивизм, метапроцессуальный феномен.

*Keywords:* emotional intelligence, emotion, social component, ontogeny, psychological construct, non-cognitive skills, interpersonal emotional intelligence, meta-cognitivism, meta-processual phenomenon.

Необходимость введения понятия «эмоциональный интеллект» была обусловлена расширением социальных компонентов природы человека. Согласно теории множественных интеллектов американского психолога Х. Гарднера, не существует самостоятельного понятия «общий интеллект». Согласно его исследованиям, в зависимости от сферы применения он выделяет 7 видов интеллектов, одним из которых выступает эмоциональный интеллект [1].

Несмотря на небольшую историю изучения данного феномена в настоящее время не существует единой точки зрения на его природу. Рассмотрим более подробно основные теории эмоционального интеллекта.

В настоящее время принято выделять два основных вектора исследования. Это модели способностей, авторами которой выступают Дж. Мэйер, П. Саловей, Д. Карузо и три смешанные модели — Д. Гоулмана, Р. Бар–Она и Х. Вайсбаха.

Изучение эмоционального интеллекта как отдельного психологического конструкта началось с 1990 года. Обусловлено это было тем, что в США двое ученых опубликовали работу, в которой рассматривалась созданная ими концепция об эмоциональном интеллекте. С тех пор авторство данного понятия принадлежит профессорам университетов Нью Гемпшира и Йеля Дж. Майеру и П. Саловею. Дж. Майер определил эмоциональный интеллект как умственные способности, которые помогают воспринимать свои собственные чувства и чувства других людей [2].

Американские психологи выделили компоненты, входящие в структуру эмоционального интеллекта, каждый из которых имеет свою структуру (см. Рисунок 1).

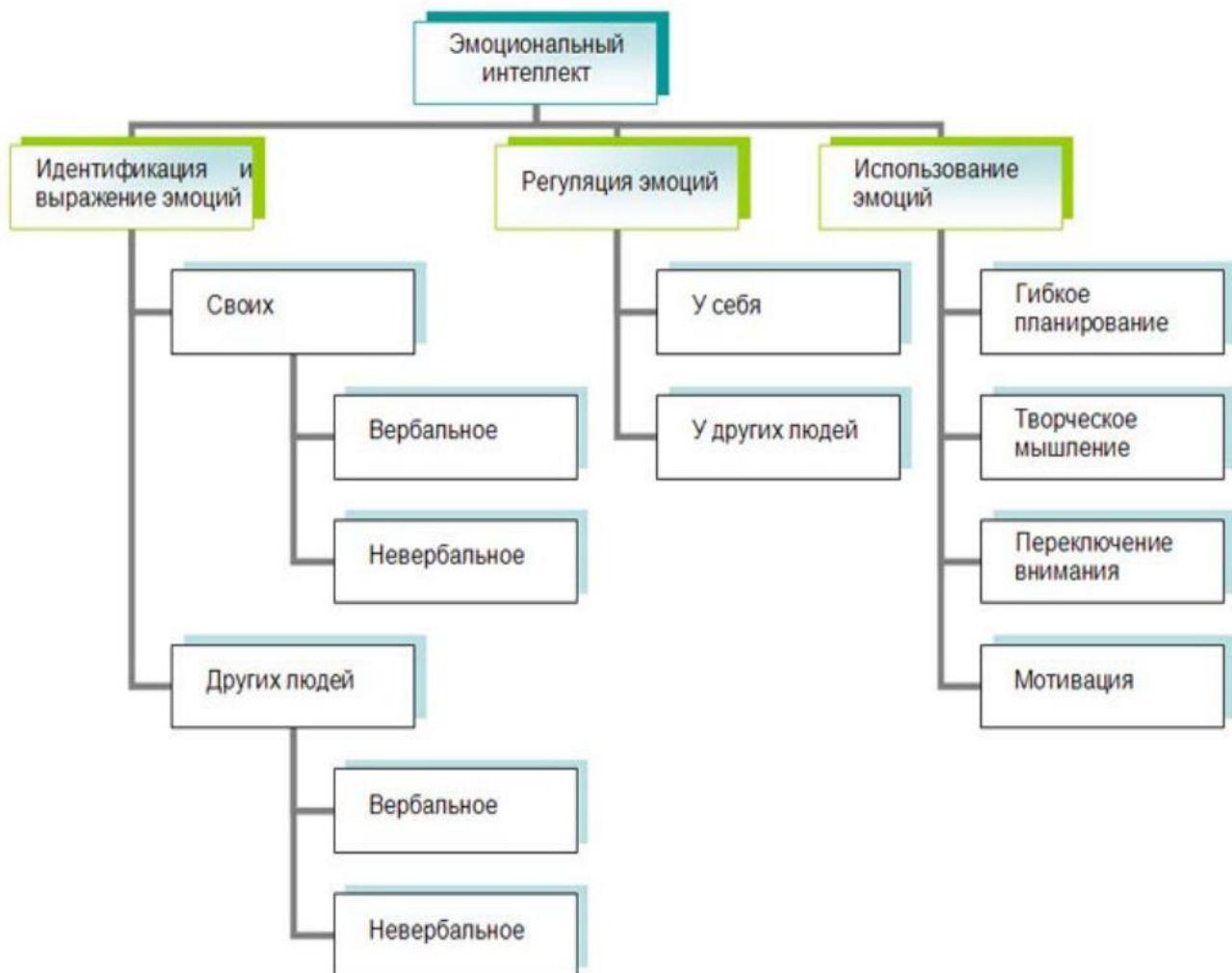


Рисунок 1. Структура эмоционального интеллекта по Дж. Майеру и П. Саловею [3].

Согласно теории Дж. Майера и П. Саловея данные компоненты имеют выраженную иерархию, уровни которой, в онтогенезе осваиваются последовательно. Каждый из компонентов имеет двустороннюю направленность: на окружающих и на себя. Распознавание эмоций включает в себя ряд взаимосвязанных между собой способностей, например, восприятие эмоций (то есть способность заметить сам факт наличия эмоции), их идентификация, различение подлинных эмоций и их имитации, адекватное выражение и т. п.

Использование эмоций для повышения эффективности деятельности и мышления включает в себя способность вызывать эмоции, которые способствуют решению задач, использовать эмоции для направления фокуса внимания на важные события, использовать колебания настроения как средство анализа разных точек зрения на проблему.

Понимание эмоций содержит способность понимать переходы от одной эмоции к другой, связи между эмоциями, вербальную информацию об эмоциях, причины эмоций.

Умение управлять эмоциями включает в себя способность контролировать эмоции, возможность снижать интенсивность отрицательных эмоций, возможность осознания своих эмоций, в том числе и неприятных, способность к решению эмоционально насыщенных переживаний без подавления связанных с ними отрицательных эмоций. Данное умение приводит к улучшению межличностных отношений, а также к личностному росту субъекта.

На первом этапе происходит восприятие эмоций, их осознание, дифференциация подлинных эмоций и имитационных. На втором этапе эмоции включаются в процесс мышления и деятельности индивида, и с помощью этого человек осуществляет эмоциональный анализ конкретной проблемы или ситуации. На третьей стадии субъект воспринимает комплексы эмоций и связи между ними, причины их появления и вербализует их. Четвертая стадия обусловлена способностью к управлению своими эмоциями. Она помогает индивиду решать проблемные задачи, что ведет к личностному росту [2].

Позднее Дж. Майер и П. Саловой разработали методику, MSCEIT, в которой изучаются все выделенные ими компоненты эмоционального интеллекта [3].

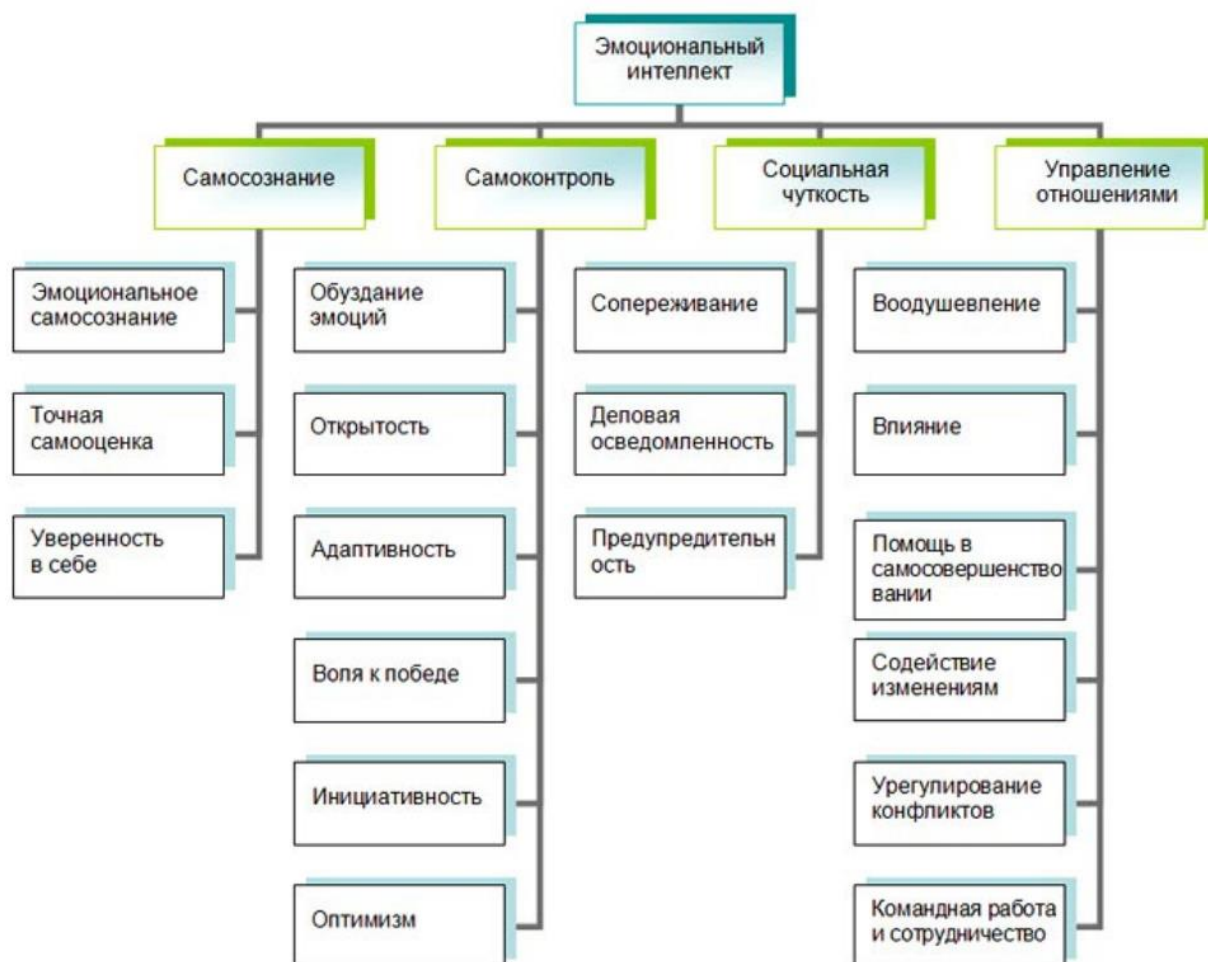


Рисунок 2. Структура эмоционального интеллекта по Д. Гоулману [4].

Расширяя работу Дж. Майера и П. Саловея, другой американский психолог Д. Гоулман, рассматривал эмоциональный интеллект как производную в структуре лидерского

интеллекта (см. Рисунок 2). Он включил в качестве новых компонентов эмоционального интеллекта ряд личностных характеристик, таких как настойчивость, энтузиазм, социальные навыки, самоконтроль, оптимизм и др. [4].

Структура эмоционального интеллекта Д. Гоулмана включала в себя следующие компоненты:

1. Идентификация и называние эмоциональных состояний, понимание взаимосвязей между эмоциями, мышлением и действием.

2. Управление эмоциональным состоянием — контроль эмоций и замена нежелательных эмоциональных состояний адекватными.

3. Способность входить в эмоциональные состояния, способствующие достижению успеха.

4. Способность идентифицировать эмоции других людей, быть чувствительным к ним и управлять эмоциями других.

5. Способность вступать в удовлетворяющие межличностные отношения с другими людьми и поддерживать их [5].

Уровень развития эмоционального интеллекта зависит от того, как легко мы распознаем свои и чужие эмоции, насколько умеем их выражать и справляться с ними [6].

Обращает на себя внимание, что наряду с эмоциональными способностями в структуру эмоционального интеллекта автор включил характеристики самосознания, волевые качества и социальные умения.

Согласно исследованиям Д. Гоулмана, эмоциональный интеллект полностью формируется у человека к 15–16 годам, между тем, отдельные компоненты могут появляться и на более ранних этапах онтогенеза. Это положение нашло свое подтверждение в работах У. Мишеля. В результате проведенного исследования автор выявил, что самоконтроль, выступающий как один из компонентов эмоционального интеллекта, находит свое развитие уже в младшем школьном возрасте [7].

Представляет интерес смешанная теория Ревена Бар–Она. Под эмоциональным интеллектом автор понимает все некогнитивные знания, способности и компетенции, дающие субъекту возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями. Им были выделены 5 сфер компетентности: навыки межличностного общения, познания себя, способность к адаптации, преобладающее настроение, управление стрессовыми ситуациями. Каждый из этих компонентов включал в себя несколько субкомпонентов. Это позволило Бар–Ону в 1996 году разработать опросник для измерения эмоционального интеллекта (Emotional Quotient Inventory) для детей от 6 до 18 лет и ввести понятие «эмоциональный коэффициент», как альтернатива понятию коэффициент интеллекта (IQ).

Третьей смешанной теорией эмоционального интеллекта выступает теория Х. Вайсбаха и У. Дакса. Под эмоциональным интеллектом они понимают совокупность способностей, на которые опирается социальная компетентность, и как способность «интеллектуально» управлять своими эмоциями. Авторы выделяют 5 групп способностей:

1. Способность понимать и осознавать собственные чувства (вербализация своих чувств, интуиция).

2. Умение понимать эмоции и чувства других людей (проявление активного слушания, эмпатии, невербальное понимание эмоциональных состояний индивида).

3. Способность владеть собственными чувствами (стрессоустойчивость, способность контролировать ход своих мыслей).

4. Оптимистичность (вера в будущее, способность искать в ситуации положительные стороны).

5. Способность оказывать влияние на эмоции других людей (способность к партнерским отношениям, умение критиковать, не применяя вербальной агрессии и оскорблений, уважение) [6].

Отличительной особенностью данной модели выступает исследование эмоционального интеллекта через призму партнерских отношений

В России изучением эмоционального интеллекта занимался Д. В. Люсин. Согласно автору эмоциональный интеллект — это способность человека понимать свои и чужие эмоции, и управление ими.

Д. В. Люсиным была создана своя модель, сходная с теорией Ревена Бар–Она, согласно которой способность человека к пониманию эмоций объясняется следующим образом:

1) человек может распознать эмоцию, то есть установить факт наличия эмоционального переживания у себя или другого человека;

2) человек может идентифицировать эмоцию, то есть установить, какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек, и найти для нее словесное выражение;

3) человек понимает причины, вызвавшие данную эмоцию, и следствия, к которым она приведет [7].

Д. В. Люсиным были выделены межличностный эмоциональный интеллект, для которого характерно понимание эмоций другого человека через внешнее проявление эмоций; понимание эмоций других людей на уровне интуиции без их вербализации; способность к управлению эмоциями окружающих. И внутриличностный эмоциональный интеллект, для которого характерно осознание, правильное распознавание и идентификация собственных эмоций и чувств; понимание причин возникновения данных эмоций и способность индивида их вербально описывать; способность к контролю экспрессии.

Отечественные психологи А. С. Петровская и А. В. Карпов рассматривали эмоциональный интеллект в рамках метакогнитивизма. По мнению авторов, эмоциональный интеллект является метапроцессуальным феноменом. «Это образование является одновременно когнитивным (с точки зрения познания индивидом своих эмоций и чувств других людей) и регулятивным (позволяющим субъекту регулировать собственные эмоциональные процессы и контролировать эмоции окружающих)» [9, с. 42–47].

Таким образом, мы попытались рассмотреть несколько точек зрения, объясняющих феномен эмоционального интеллекта. Рассмотрение приведенных выше теорий, приводит к выводу, что каждая из них имеет свои ограничения, которые необходимо учитывать при дальнейшей разработке проблемы. Однако, на данный момент сложилось дифференцированное представление о структуре эмоционального интеллекта, который может быть внутриличностным и межличностным и включает в себя такие составляющие, как идентификация эмоций, понимание эмоций, управление эмоциями.

#### *Список литературы:*

1. Айзенк Г. Ю. Интеллект: новый взгляд // Вопросы психологии. 1995. №1.
2. Рыжов Д. М. Современные представления об интеллекте // Вестник ЧГПУ им. И. Я. Яковлева. 2012. №1. С. 142–147.
3. Caruso D. R., Salovey P. The Emotionally Intelligent Manager: How to Develop and Use the Four Key Emotional Skills of Leadership. Josses–Bass, San Francisco, 2004, 296 p.
4. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. С. 266–269.
5. Симбирцева Н. В. Современные теоретические представления об эмоциональном интеллекте // Вестник КемГУ. 2008. №3. С. 54–56.
6. Вайсбах Х., Дакс У. Эмоциональный интеллект. М.: Лик пресс, 1998. 160 с.
7. Халперн Д. Психология критического мышления. СПб.: Питер, 2000. 302 с.
8. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект. Теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. М.: Институт психологии РАН, 2004. С. 29–36.
9. Карпов А. В., Петровская А. С. Проблемы эмоционального интеллекта в парадигме современного метакогнитивизма // Вестник интегративной психологии. 2006. no. 4. С. 42–47.



*References:*

1. Eysenck G. Intelligence: a New Look. Questions of psychology, 1995, no. 1.
2. Ryzhov D. M. Modern ideas about intelligence. Herald CSPU them. IY Yakovleva, 2012, no. 1, pp. 142–147.
3. Caruso D. R., Salovey P. The Emotionally Intelligent Manager: How to Develop and Use the Four Key Emotional Skills of Leadership. Jossey-Bass, San Francisco, 2004, 296 p.
4. Goleman D., Boyatzis R., McKee A. Emotional Leadership. The art of managing people on the basis of emotional intelligence. Moscow, Alpina Business Books, 2005, pp. 266–269.
5. Simbirtseva N. V. Modern theoretical concepts of emotional intelligence. Vestnik of Kemerovo State University, 2008, no. 3, pp. 54–56.
6. Weissbach H., Dax U. Emotional Intelligence. Moscow, Lick Press, 1998, 160 p.
7. Halpern D. Psychology Critical Thinking. St. Petersburg, Peter, 2000, 302 p.
8. Lyusin D. V. Current concepts of emotional intelligence. Social Intelligence. The theory, measurement, research. Edited by D. Lyusin, D. V. Ushakov. Moscow, Institute of Psychology of RAS, 2004, pp. 29–36.
9. Karpov A. V., Peter A. Problems of emotional intelligence in the paradigm of modern meta-cognitivism. Journal of Integrative Psychology, 2006, no. 4, pp. 42–47.

*Работа поступила  
в редакцию 15.08.2016 г.*

*Принята к публикации  
18.08.2016 г.*