

Олена Ічанська
канд. психол. наук, доцент
Національний авіаційний університет
Оксана Мельничук
канд. психол. наук, доцент
Національний педагогічний університет
ім. М.П.Драгоманова м. Київ (Україна)

СУЧАСНІ ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

Емоційний інтелект як психологічний феномен розглядається у контексті наступних наукових підходів: теорія емоційно-інтелектуальних здібностей (Дж. Майер, П.Селовей, Д. Карузо); некогнітивна теорія емоційного інтелекту (Р. Бар- Она); (теорія емоційної компетентності (Д.Гоулмен), теорія емоційного інтелекту Д.Люсіна [2; 3; 6; 8].

В основу кожного з підходів покладена одна з моделей даного феномена. По-перше, це змішана модель емоційного інтелекту, яка аналізує його як системне утворення, що має як когнітивну, так і особистісну природу. Наприклад, Р. Бар-Он розглядає 5 компонентів емоційного інтелекту, кожен з яких містить перелік відповідних особистісних якостей : самопізнання – усвідомлення своїх емоцій, впевненість, самоповага, самореалізація, незалежність; навички міжособистісного спілкування – емпатія, соціальна відповідальність, взаєморозуміння; адаптаційні здібності – вміння вирішувати проблеми, реально оцінювати ситуацію, пристосовуватися до нових умов; управління стресом– стресостійкість, емоційний контроль, домінування позитивного настрою, здатність з ентузіазмом і радістю віддаватися своїм захопленням, що забезпечує щастя та оптимізм. По-друге, це модель здібностей, наприклад, модель Дж. Майер та П. Саловей, яка включає компоненти: 1) ідентифікація емоцій як здатність ідентифікувати власні емоції та емоції інших, адекватно

виражати та розрізняти справжні переживання та їх імітацію; 2) здатність застосовувати емоції для підвищення ефективності інтелектуальної діяльності, уміння стимулювати переживання, що сприяють вирішенню завдань; 3) розуміння емоцій як здатність розуміти взаємозв'язок між власними емоціями, власними думками і власною поведінкою; 4) керування емоціями як здатність до емоційного самоконтролю, зниження прояву та інтенсивності негативних емоцій, уміння стимулювати прояв позитивних емоційних переживань.

Також для розрізнення спрямованості на власні емоції та емоції інших було введена диференціація видів емоційного інтелекту: внутрішньоособистісний та міжособистісний. Перспективною є двокомпонентна теорія емоційного інтелекту Д.Люсіна, яка базується позиції Г. Гарднера, а також вводить поняття «загальний емоційний інтелект», що відображене у створеній вченим психодіагностичній методиці.

У сучасних умовах проблематика емоційного інтелекту доволі часто розглядається у контексті іншого поняття - емоційної компетентності. Феномен «емоційна компетентність» у науковий обіг увів К.Саарні. Емоційна компетентність трактується як сукупність знань, умінь і навичок особистості, що дозволяють їй приймати адекватні рішення і діяти на основі результатів обробки отриманої зовнішньої і внутрішньої інформації.

Серед сукупності параметрів, які входять до складу емоційної компетентності важливо зазначити наступні:

- усвідомлення власних емоційних переживань;
- диференціація емоцій інших;
- здатність ефективно використовувати емоції і форми їх вираження, притаманні певній культурі або субкультурі, а також засвоювати культурні сценарії і пов'язувати емоції з соціальними ролями;
- здатність включатися в переживання інших на рівнях емпатії та симпатії;
- здатність розуміти зміст та силу впливу власних емоцій на інших, а також вміння враховувати знання про це у власній поведінці;
- здатність здійснювати саморегуляцію, яка дозволяє

справлятися зі своїми негативними переживаннями, мінімізувати інтенсивність або тривалість таких переживань;

- розуміння детермінації соціальних стосунків змістом емоцій їх учасників, їх безпосередністю, щирістю, емоційною взаємністю;
- збереження емоційної адекватності, здатності розуміти власні емоції, незалежно від того, якими б унікальними чи культурно детермінованими вони не були, і відповідати власним уявленням про власний емоційний баланс [8].

У відповідності до поданого вище переліку параметрів ми бачимо, що у структурі емоційної компетентності наявні ті компоненти, які наповнюють змістом саме поняття «емоційний інтелект».

У межах України сучасні дослідження емоційного інтелекту представлене рядом наукових робіт.

Циганчук Т. В., вивчаючи даний феномен у зв'язку зі стресостійкістю на вибірці студентів, встановила зворотну кореляцію між показниками емоційного інтелекту та соціального самоконтролю та пряму кореляцію з показниками самоконтролю в емоційній сфері [10].

Носенко Е.Л. емоційний інтелект розглядає як феномен, що відображає ступінь осмисленого розумного ставлення людини до світу, до інших та до себе як суб'єкта життєдіяльності, що забезпечує його стресозахисну та адаптивну функції [9].

Носенко Е.Л. та Коврига Н.В акцентували увагу на п'ятифакторній структурі емоційного інтелекту, яка доповнена за рахунок вивчення нейротизму, екстраверсії, гнучкості. Крім того вчені надали характеристику рівневих показників емоційного інтелекту. Високі показники емоційного інтелекту, з позиції науковців, зумовлені високим рівнем розвитку внутрішнього світу, що базується на наявності у суб'єкта можливих альтернатив поведінки у різних ситуаціях на основі його системи цінностей. Крім того, високі показники пов'язані з його свободою від безпосередніх ситуаційних вимог, інтернальним локус-контролем, сензитивністю до емоціогенних подразників, високою самооцінкою та психологічним благополуччям, незалежністю від ситуації у виборі копінг- стратегій [5; 9].

Кряж І. та Левенець Н., аналізуючи емоційний інтелект та довіру як предиктори суб'єктивного благополуччя студентів, встановили, що довіра опосередковує вплив емоційного інтелекту на суб'єктивне благополуччя [4].

Також проблематика емоційного інтелекту активно розробляється у сфері психології управління, де даний феномен аналізується як важливий соціально-психологічний ресурс. Наприклад, емоційний інтелект аналізується як передумова формування емоційно інтелектуальної організації [6]. Також вчені присвячують свою увагу вивченню взаємозв'язку емоційного інтелекту та ефективності у професійній діяльності, що призвело до формулювання моделі досягнення успіху у професійній діяльності в залежності від рівня емоційного інтелекту. Зважаючи на зміст нашої проблематики особливий інтерес становлять наступні дві з моделей. Це інтелектуально-саморозвинута модель, яка притаманна респондентам з середнім рівнем емоційного інтелекту, які не здатні швидко діяти в ситуації ризику, моделювати ситуації, прогнозувати результати розвитку подій, не мають творчих здібностей, та емоційно-креативна модель, яка характерна для спеціалістів з високим рівнем емоційного інтелекту, які характеризується превалюванням антикризової складової: вони творчі, соціально активні, мають високі організаційні здібності, здібності до моделювання ситуації та прогнозування подій, що передбачає паралельне використання раціональної та емоційної дій [1].

Отже, емоційний інтелект розглядається як важливий соціальний та професійний ресурс, який має зв'язки з таким актуальними психологічними феноменами, як: емоційна компетентність, психологічне благополуччя, професійна успішність, має стресозахисну та адаптивну функції, що забезпечує перспективність його різноаспектного аналізу у контексті соціальної та професійної самореалізації особистості.

Література

1. Белікова Ю. В. Моделі досягнення успіху у професійній діяльності в залежності від рівня емоційного інтелекту // Сучасні суспільні проблеми у вимірі соціології управління : збірник наукових праць ДонДУУ. Т. XIII., Серія "Соціологія". Вип. 257. –Донецьк : ДонДУУ, 2012. –С. 259–266.
2. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку / О.І. Власова. – К. : ВПЦ "Київський університет", 2005. – 308 с.
3. Гоулмен, Д. Эмоциональный интеллект на работе.– М.: АСТ, 2009. – 476 с.
4. Кряж І., Левенець Н. Довіра й емоційний інтелект як предиктори суб'єктивного благополуччя у студентів // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. – 2018. –Вип. 64. –С. 26-32.
5. Коврига Н.В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту: авто-реф. ... дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 / Н.В. Коврига. – К., 2003. – 20 с.
6. Корман М. М. Емоційний інтелект персоналу як основа ефективного розвитку організації // Наукові праці Кіровоградського національного технічного університету. - 2013. – Вип. 24. –С. 88-94.
7. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опро-сник ЭМИн// Психологическая диагностика. – 2006. – N 4. – С. 3-22.
8. Льошенко О. Емоційний інтелект та емоційна компетентність// Вісник КНУ ім. Т. Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота. –2012. –N 2. –
9. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції.– К.: Вища школа, 2003. – 126 с.
10. Циганчук Т. В. Емоційний інтелект в структурі стресостійкості студентів // Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки. –2017. – № 2. – С. 200-204.