

УДК 159.942

**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ
ОБ ЭМОЦИОНАЛЬНОМ ИНТЕЛЛЕКТЕ***Н. В. Симбирцева*

В последнее время эмоциональный интеллект (далее ЭИ) пользуется все возрастающей популярностью и привлекает большое внимание как теоретиков, так и практиков психологической науки. Первоначально понятие ЭИ в большей мере принадлежало популярной психологии. В настоящее время и академическая психология занимается разработкой этого вопроса. Общее количество ученых, занимающихся исследованиями в этой области, огромно. Тем не менее в настоящее время единого и четкого представления об ЭИ, о содержании этого понятия в науке по-прежнему не существует.

Идея ЭИ в том виде, в котором этот термин существует сейчас, выросла из понятия «социальный интеллект», авторами-разработчиками которого являются Э. Торндайк, Дж. Хилфорд, Г. Айзенк. В развитии психологической науки и ее составляющей – психологии интеллекта, в определенный период времени стало много внимания уделяться информационным моделям интеллекта, а аффективная составляющая мышления отошла на дальний план. Понятие «социальный интеллект» и явилось тем связующим звеном между когнитивной и аффективной сторонами процесса познания.

О связи когнитивного и эмоционального рассуждал Х. Гарднер, который в рамках теории о множественных интеллектах описал внутриличностный и межличностный интеллекты.

Одной из предпосылок обращения внимания к ЭИ стала гуманистическая психология. А. Маслоу в 50-х годах XX века ввел понятие «самоактуализация». Это спровоцировало интегральные исследования личности, объединяющие когнитивные и аффективные стороны человеческой природы.

Отечественный ученый Л. С. Выготский отмечал единство интеллекта и аффекта.

Впервые обозначение EQ – emotional quotient, коэффициент эмоциональности, по аналогии с IQ – коэффициентом интеллекта – ввел в 1985 году Р. Бар-Он.

П. Сэловей в 1990 году выпустил статью под названием «Эмоциональный интеллект», которая, по признанию большинства в профессиональном мире, стала первой публикацией на тему ЭИ. Автор писал, что последние несколько лет представления и об интеллекте, и об эмоциях существенно изменились. Разум перестал восприниматься как некая идеальная субстанция, эмоции – как враг интеллекта, и оба эти явления приобрели актуальное значение в жизни человека.

П. Сэловей и его соавтор Дж. Мэйер определили ЭИ как «способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий» [10].

ЭИ, по мнению авторов, состоял в то время из способностей трех типов. Каждый тип способностей состоял из ряда компонентов.

I. Способность к идентификации и выражению эмоций. Включает в себя два компонента.

1. Свои эмоции, которые, в свою очередь, состоят из:

- вербального субкомпонента,
- невербального субкомпонента.

2. Чужие эмоции, которые состоят из:

- невербальных субкомпонентов восприятия,
- эмпатии.

II. Регуляция эмоций. Включает в себя тоже два компонента:

1. Регуляция своих эмоций

2. Регуляция чужих эмоций.

3. Использование эмоциональной информации в мышлении и деятельности. Содержит 4 компонента:

- гибкое планирование,
- творческое мышление,
- перенаправленное внимание,
- мотивация.

Спустя некоторое время, П. Сэловей, Дж. Мэйер и Д. Карусо доработали модель ЭИ. В публикациях авторов с 1997 года предлагается усовершенствованный вариант модели ЭИ. Доработанный вариант модели ЭИ основывается на представлениях о том, что эмоции содержат информацию о связях человека с другими людьми или предметами, связи могут быть актуальными, а также воспоминаниями или воображениями. Изменение связей с людьми и предметами является причиной изменения эмоций, которые будет переживать человек по этому поводу.

ЭИ в связи с этим понимается как способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений.

Сэловеем, Мэйером и Карусо была предложена четырехкомпонентная, иерархичная модель ЭИ:

1. Восприятие, идентификация эмоций, их выражение.

Эта «ветвь» – компонент представляет собой способность воспринимать, определять эмоции, замечать факт наличия эмоции. Кроме того, адекватное, точное выражение эмоций, а также способность дифференцировать истинные и ложные выражения эмоций.

2. Фасилитация мышления.

Способность вызвать определенную эмоцию, контролировать ее. Эмоции способны влиять на важную информацию. Разные эмоциональные со-

стояния оставляют свои отпечатки при решении конкретных проблем, задач.

3. Понимание эмоций.

Способность понимать эмоции, связи между эмоциями, переходы от одной эмоции к другой, причины возникновения той или иной эмоции, анализ эмоций, способность классифицировать эмоции, интерпретировать их значения.

4. Управление эмоциями.

Эта способность связана с контролем за эмоциями. Это рефлексивная регуляция эмоций через осознание эмоций. Способность переживать позитивные и негативные эмоции. Умение снижать интенсивность отрицательных эмоций. Способность вызывать эмоции или отстраняться от них в зависимости от целей. Важно отметить, что каждый компонент касается как собственных эмоций, так и эмоций других людей.

Модели ЭИ Дж. Мейера, П. Сэловея и Д. Карусо представляют собой модели способностей, поскольку авторы трактуют ЭИ как когнитивную способность.

В 1990-е годы появились так называемые смешанные модели ЭИ, определяющие ЭИ как сочетание когнитивных способностей и личностных характеристик. Приверженцы этой теории – Д. Гоулмен и Р. Бар-Он.

Согласно теории Д. Гоулмена, ЭИ объясняется как «способность человека истолковывать собственные эмоции и эмоции окружающих с тем, чтобы использовать полученную информацию для реализации собственных целей» [3].

Д. Гоулмен основал свою концепцию на первоначальных представлениях Сэловея и Мэйера, добавив к выделенным ими компонентам такие личностные характеристики, как энтузиазм, настойчивость и социальные навыки.

Структура ЭИ Д. Гоулмена иерархична и включает пять составляющих:

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.

В дальнейшем Д. Гоулмен доработал структуру ЭИ. В настоящее время она включает в себя четыре компонента:

- самосознание;
- самоконтроль;
- социальное понимание;
- управление взаимоотношениями.

Применительно к различным категориям людей эта структура может быть различной. Например, для

лидеров Д. Гоумен определяет важными такие составляющие ЭИ: личностные навыки (самосознание, самоконтроль) и социальные навыки (социальная чуткость, управление отношениями).

Другим примером смешанной модели ЭИ является представление Р. Бар-Она. Автор предлагает следующее определение ЭИ: «Множество некогнитивных способностей и навыков, влияющих на способность успешно справляться с требованиями и давлением окружения» [7].

Р. Бар-Он выделил пять компонентов ЭИ, каждый из которых состоит из нескольких субкомпонентов:

1. Познание себя: осознание своих эмоций, уверенность в себе, самоуважение, самоактуализация, независимость.

2. Навыки межличностного общения: эмпатия, межличностные взаимоотношения, социальная ответственность.

3. Способность к адаптации: решение проблем, связь с реальностью, гибкость.

4. Управление стрессом: устойчивость к стрессу, контроль импульсивности.

5. Преобладающее настроение: счастье, оптимизм.

Помимо смешанных моделей ЭИ и моделей способностей существует идея ЭИ, авторы которой К. В. Петридес и Э. Фернхем. Исследователи говорят об ЭИ как о более широком понятии: как способности и как черте. Свою точку зрения они объясняют тем, что характер модели ЭИ определяется не столько теорией, сколько используемыми методами измерения конструкта. ЭИ как черта оценивается устойчивостью поведения индивида в различных ситуациях. ЭИ как способность принадлежит традиционной психологии интеллекта, для его измерения необходимы задания, аналогичные интеллектуальным тестам.

Современный российский исследователь Д. В. Люсин предлагает свою модель ЭИ. В рамках этой теории ЭИ понимается как способность понимать свои и чужие эмоции и управление ими.

Способность к пониманию эмоций поясняется 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. Способность к управлению эмоциями автор разъясняет так:

– человек может контролировать интенсивность эмоций, прежде всего приглушать чрезмерно сильные эмоции;

– человек может контролировать внешнее проявление эмоций;

– человек может при необходимости произвольно вызвать ту или иную эмоцию.

Способность к пониманию, так же как и способность к управлению эмоциями, может быть направлена как на собственные эмоции, так и на эмоции других людей. Таким образом, по мнению автора, можно говорить о внутриличностном и межличностном ЭИ. Оба варианта предполагают актуализацию разных когнитивных процессов и навыков, однако должны быть взаимосвязаны.

Д. В. Люсин определяет ЭИ как конструкт, имеющий двойственную природу. С одной стороны, этот конструкт связан с когнитивными способностями, а с другой – с личностными характеристиками. ЭИ формируется в течение жизни человека и на него оказывает влияние целый ряд фактов:

- когнитивные способности (скорость и точность переработки эмоциональной информации);
- представления об эмоциях (как о ценностях, как о важном источнике информации о самом себе и о других людях и т. п.);
- особенности эмоциональности (эмоциональная устойчивость, эмоциональная чувствительность и т. п.).

Несмотря на то, что Д. В. Люсин рассматривает ЭИ как когнитивную способность и личностную характеристику, автор принципиально отличает собственную модель от смешанных моделей ЭИ. Объясняется это тем, что в конструкт ЭИ «не вводятся личностные характеристики, которые являются коррелятами способности к пониманию и управлению эмоциями. Допускается введение только таких личностных характеристик, которые более или менее прямо влияют на уровень и индивидуальные особенности ЭИ» [5].

Свою модель Д. В. Люсин не причисляет также и к моделям способностей. «Для измерения предложенного конструкта могут использоваться задачи, характерные для интеллектуальных тестов, и опросники. Для измерения внутриличностного ЭИ больше подходят опросники, поскольку сомнительно, что внутренний рефлексивный опыт человека можно оценить с помощью задач, имеющих правильные и неправильные ответы. При измерении межличностного ЭИ использование задач более уместно, хотя при этом возникают сложные методические вопросы, связанные с определением правильных и неправильных ответов» [5].

Современные российские ученые А. В. Карпов и А. С. Петровская предлагают рассматривать проблему ЭИ в рамках более общего направления метакогнитивизма. По мнению авторов, ЭИ 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)» [4].

В настоящее время происходит активное обсуждение проблематики ЭИ. Однако представления об ЭИ сегодня являются довольно широкими и расплывчатыми. Анализ основных исследовательских позиций по обсуждаемой теме позволяет сделать вывод о том, что современное состояние вопроса об ЭИ в психологической науке не дает возможности для единой трактовки этого конструкта. Существует не необходимость систематизации, обобщения имеющихся данных, а также формирования научных основ ЭИ. Требуется теоретически обоснованное определение самого понятия эмоционального интеллекта, уточнение структуры данного феномена. Это позволит определить научно обоснованные методы диагностики ЭИ и его практическую значимость.

Литература

1. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект: непонимание, приводящее к «исчезновению» / И. Н. Андреева // Психологический журнал. – Минск, 2006. – № 1. – С. 28 – 32.
2. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 78 – 86.
3. Гоулмен, Д. Эмоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе ЭИ / Д. Гоулмен, Р. Бояцис, Э. Макки; пер. с англ. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. – 301 с.
4. Карпов, А. В. Проблемы эмоционального интеллекта в парадигме современного метакогнитивизма / А. В. Карпов, А. С. Петровская // Вестник интегративной психологии. – Вып. 4. – 2006. – С. 42 – 47.
5. 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.
6. Практический интеллект / под ред. Р. Стернберга. – СПб.: Питер, 2002. – 265 с.
7. Bar-On R. Emotional Intelligence Inventory (EQ - i): technical Manual. – Toronto, Canada: Multi – Health Systems, 1997.
8. Mayer, J. D. Emotional intelligence [Electronic resource] / J. D. Mayer, P. Salovey. – 2005. Mode of access // Эл. ресурс. – Режим доступа: http://www.unli.edu/emotional_intelligence.
9. Mayer, J. D. The intelligence of emotional intelligence / J. D. Mayer, P. Salovey // Intelligence. – N.Y., 1993. – P. 433 – 442.
10. Salovey, P. Emotional intelligence / P. Salovey, D. Mayer, // Imagination, Cognition and Personality. – 1990. – V. 9. – P. 185 – 211.