

Дерев'янка С. П. Здібності у структурі емоційного інтелекту. *Наукові записки Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України* / [зб. наук. праць / наук. ред. Максименко С. Д.]. К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2007. Вип. 35. С. 581-588.

ЗДІБНОСТІ У СТРУКТУРІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

У статті представлено теоретичне дослідження емоційного інтелекту як сукупності когнітивних, емоційних, адаптаційних та соціальних здібностей. Виділено окремі структурні компоненти емоційного інтелекту, які відображають зміст зазначених здібностей. На основі аналізу концептуальних положень визначено функції, що реалізуються емоційним інтелектом.

Постановка проблеми. В процесі вивчення лінії розвитку інтеграції особистості, С.Д.Максименко визначив однією з її важливих ланок *розвиток процесів саморегуляції*. Вчений відокремив низку послідовних етапів становлення саморегуляції (базальна емоційна саморегуляція, вольова саморегуляція, смислова цілісна саморегуляція), та підкреслив особливу значимість механізмів базальної емоційної регуляції, зазначивши, що «сенси їх роботи полягає в забезпеченні психологічно комфортного і стабільного стану внутрішнього світу» [8,1]. Саме така характеристика є властивою і для нещодавно запозиченого від західних вчених поняття – “емоційний інтелект”.

Введення у науковий обіг цього поняття призвело до появи значної кількості досліджень проблеми емоційного інтелекту (Г.Горскова, 1999; P.Salovey, J.Mayer, 1990; Е.Носенко, О.Чоботар, О.Елькінбард, 2000; D.Caruso, P.Salovey, J.Mayer, 2002; M.Zeidner et al., 2003; Е.Носенко, Н.Коврига, 2003; О.Власова, 2005). Більшість вчених погоджується з визначенням, що емоційний інтелект вміщує в свій конструкт певну сукупність здібностей, розходження з'являються в ході уточнення поняття: які саме здібності маються на увазі?

Поставлене питання обумовило *мету* даної роботи: дослідити зміст структурних компонентів емоційного інтелекту як певної сукупності здібностей.

Об'єкт дослідження – структура емоційного інтелекту.

Предмет дослідження – змістовні характеристики структурних компонентів емоційного інтелекту.

Основний матеріал та результати дослідження. Різноманітність концепцій емоційного інтелекту, які з'явилися останнім часом, обумовили появу їх класифікацій [5]:

1. Дж.Майер, Д.Карузо, П.Саловеї запропонували поділ наявних концепцій емоційного інтелекту, орієнтуючись на *змістовні характеристики* цього поняття. Вчені виділили “моделі здібностей” (за якими емоційний інтелект – це сукупність певних здібностей) та “змішані моделі” (своєрідне поєднання когнітивних здібностей та особистісних характеристик).

2. К.Петридес і А.Фенхейм, при розрізненні концепцій, орієнтувалися на *методи вимірювання* конструкта емоційного інтелекту. На думку вчених, визначення “емоційного інтелекту як риси” пов'язані з оцінкою певних особливостей поведінки в різноманітних ситуаціях, тому для вимірювання цього конструкту доцільно використовувати опитувальники. Визначення “емоційного інтелекту як здібності” засновані на засадах психології інтелекту, звідси випливає висновок, що для вимірювання конструкту емоційного інтелекту необхідно підбирати завдання, аналогічні типу завдань інтелектуальних тестів.

Враховуючи вищенаведені дані, розглянемо докладніше концепції емоційного інтелекту з погляду вираження в його структурі певної групи здібностей: когнітивних, емоційних, адаптаційних та соціальних.

Когнітивні здібності в структурі емоційного інтелекту. “Рання” модель емоційного інтелекту, запропонована П.Саловеєм і Дж.Мейером ще в 1990р., вміщувала в себе здібності трьох типів:

1) ідентифікація емоцій та їх вираження; 2) регулювання емоцій; 3) використання емоційної інформації в процесі мислення [16,189]. З часом зазначена модель була доповнена іншими когнітивними функціями, пов'язаними з переробкою емоційної інформації. Емоційний інтелект було охарактеризовано як своєрідну ієрархічну структуру, рівні якої є послідовними та взаємообумовленими. Кожний виділений компонент вміщує в себе когнітивні здібності, спрямовані не тільки на розуміння власної емоційної сфери, але й на розуміння емоцій інших людей:

1. Сприйняття емоцій. Дозволяє ідентифікувати емоції, та визначити адекватність їх вираження.

2. Підвищення ефективності мислення за допомогою емоцій. Передбачає вміння доволно управляти емоціями, які сприяють вирішенню завдань (інтерес, допитливість) та використовувати будь-який настрій в практичній діяльності.

3. Розуміння емоцій. Означає здатність усвідомлювати причини появи емоцій, встановлювати зв'язки між різними емоційними проявами, вміння аналізувати емоційні стани.

4. Управління емоціями. Відображає здатність диференціювати емоції, контролювати їх; вміння знижувати інтенсивність прояву негативних емоцій, викликати емоції позитивного спрямування [17].

Таким чином, за даною концепцією, будь-який щабель емоційно-інтелектуального конструкту, виявляється пов'язаним з окремими операціями мислення.

Таке ж положення є провідним в концепції Г.Горскової, яка визначає емоційний інтелект як “здатність розуміти стосунки особистості, що репрезентовані в емоціях, та управляти емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу та синтезу” [4].

Модель емоційного інтелекту, запропонована М.Зайднером, уявляє собою систему метакогнітивних здібностей. В основі конструкту – концепція, що відображає взаємозв'язки між компетенцією в емоційній сфері та індивідуальними особливостями саморегуляції; сукупність емоційних, когнітивних та мотиваційних функцій обумовлює рівень саморегуляції [18].

Емоційні здібності в структурі емоційного інтелекту. Д.Гоулмен висунув припущення, що окремі структурні компоненти емоційного інтелекту (усвідомлення та розпізнавання емоцій; регуляція емоцій та управління ними) відображають зміст, перш за все, не когнітивних, а емоційних здібностей людини (D.Goleman, 2001).

У вітчизняній психології також нещодавно з'явилися дослідження емоційного інтелекту, які акцентують увагу на його некогнітивних характеристиках (Е.Носенко, Н.Коврига, 2003; О.Власова, 2005).

За О.Власовою емоційний інтелект характеризується ступенем розвитку емоційних здібностей людини, які, за концепцією вченої, є функціональною складовою більш загальних – соціальних здібностей. Дослідниця вважає, що емоційні здібності відображають «здатність до розрізнення, адекватного вираження та управління власними емоційними переживаннями, прийняття відповідальності за їхній позитивний модус та відповідність суспільно-виробленим еталонам» [3,101].

Емоційний інтелект, за О.Власовою, визначається як емоційно-інтелектуальна здатність, що проявляється в: 1) емоційній сензитивності; 2) обізнаності; 3) здатності управляти емоціями [3,65].

В дослідженнях Н.Ковриги емоційний інтелект представлений як складова внутрішнього світу особистості, що опосередковує позитивність системи ставлень людини: до світу, до інших, до самого себе [10,109]. Такий погляд на емоційний інтелект відображає його емоційно-ціннісну сутність.

Адаптаційні здібності в структурі емоційного інтелекту. За теорією Р.Бар-Она емоційний інтелект визначається як сукупність найрізноманітніших здібностей, які забезпечують можливість успішно діяти в будь-яких життєвих ситуаціях [12]. Вчений виділив 5 субкомпонентів, які характеризують структуру емоційного інтелекту: 1) саморозуміння (усвідомлення власних емоцій, впевненість у собі, самоповага, самоактуалізація); 2) комунікативний потенціал (емпатія, соціальна відповідальність); 3) власне адаптаційні здібності (вміння вирішувати проблеми, долати труднощі, емоційна лабільність); 4) антистресовий потенціал (стійкість до стресів, самоконтроль); 5) загальний настрій (оптимістичність).

Високий рівень емоційного інтелекту Р.Бар-Он пов'язує з вибором подолаючих стратегій, що спрямовані на вирішення проблеми; низький рівень емоційного інтелекту вчений пов'язує зі стратегіями подолання, які спрямовані на уникнення проблем, та характеризуються надмірною емоційністю [12].

Зазначені дані погоджуються з дослідженнями українських вчених (Е.Носенко, Н.Коврига, 2003). Дослідниці визначили, що вибір певної подолаючої стратегії відображає рівень сформованості емоційного інтелекту людини: у суб'єктів з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту переважає вибір найбільш продуктивних стратегій подолаючої поведінки (“концентрація на завданні”); для суб'єктів з невисоким рівнем емоційного інтелекту більш властивим є вибір стратегій емоційного реагування [10,112-114].

Також, в процесі дослідження адаптивних характеристик емоційного інтелекту вчені спрямовували свою увагу і на виявлення факторів, на яких ґрунтується його формування.

Дж.Метьюс, М.Зайднер, Р.Робертс виділили групу конструктів, що обумовлюють розвиток емоційного інтелекту і мають певне значення для адаптації [15]:

1. Темпераментальні характеристики (емоційна стійкість, емоційна чутливість).

Мають двозначний вплив на процес адаптації, оскільки в окремих випадках можуть стимулювати, в інших – гальмувати реалізацію адаптаційних можливостей людини.

2. Переробка інформації. Швидкість та стиль переробки інформації можуть відображатися на якісних характеристиках адаптаційного процесу.

3. Впевненість у власній емоційній компетентності. Уявлення людини про свою здатність розуміти емоції та управляти ними мають вплив на вибір стратегій в процесі адаптації. В цілому, високий рівень впевненості в своїй емоційній компетентності сприятиме вибору ефективних адаптивних стратегій, але занадто високий рівень впевненості межує з ігноруванням проблем взагалі.

4. Емоційні знання та навички. За думкою авторів, даний конструкт має позитивне значення для адаптації, але при умові, що зміст знань відповідатиме контексту певної ситуації.

Соціальні здібності в структурі емоційного інтелекту. Модель емоційного інтелекту, запропонована Д.Люсіним, ґрунтується на визначенні цього конструкту, як здатності людини до усвідомлення, прийняття та регуляції емоційних станів і почуттів інших людей і самого себе. Вчений виділив в структурі емоційного інтелекту два аспекти: внутрішньоособистісний та міжособистісний (соціальний). Перший компонент відображає здатність управляти власною поведінкою, другий – спроможність управляти взаєминами з іншими людьми. До того ж вчений зазначив, що хоча обидва компоненти є взаємопов'язаними, кожен з них обумовлює різні варіанти взаємодії та актуалізує відмінні різновиди здібностей [5].

Також Д.Люсін визначив окремі елементи в кожному з виділених різновидів емоційного інтелекту. У *внутрішньоособистісному емоційному інтелекті* вчений виділив: 1) усвідомлення власних емоцій (розпізнавання емоцій, їх ідентифікація, здатність до вербалізації); 2) управління власними емоціями (здатність викликати та підтримувати бажані емоції); 3) контроль експресії (здатність контролювати прояв своїх емоцій) [6].

До структури *міжособистісного емоційного інтелекту* було включено: 1) невербальне інтуїтивне розуміння чужих емоцій; 2) розуміння чужих емоцій через експресію (здатність “зчитувати” емоційну інформацію – мімічні прояви, інтонації голосу, “мову жестів” людини). 3) управління чужими емоціями (здатність викликати у інших людей бажані емоції, знижувати інтенсивність небажаних; схильність до маніпулювання іншими).

Отже, за даною моделлю, вміння розуміти емоції є більш важливим в процесі міжособистісних взаємин, тоді як в процесі становлення особистості більш значимою стає здатність до управління емоціями.

Загалом, розгляд наявних концепцій емоційного інтелекту показав, що окремі структурні компоненти емоційно-інтелектуального конструкту співвідносяться з певною групою здібностей – когнітивних, емоційних, адаптаційних, соціальних. На нашу думку, виділені групи здібностей наповнюють змістом функції, які реалізуються емоційним інтелектом (див. таблицю 2).

Висновки. В результаті аналізу різноманітних авторських концепцій емоційного інтелекту, було з'ясовано, що його окремі структурні компоненти пов'язані з певною групою здібностей: сприйняття емоцій та їх розуміння – з когнітивними здібностями, здатність до управління емоціями – з емоційними здібностями, управління емоціями в стресових ситуаціях і самомотивація пов'язані з адаптаційними здібностями; соціальна емпатія і управління чужими емоціями – із соціальними здібностями людини.

Кожна зазначена група здібностей опосередковує притаманність емоційному інтелекту інтерпретативної, регулятивної, адаптивної, стресозахисної та активізуючої функцій.

Інтерпретативна функція емоційного інтелекту дозволяє людині продуктивно здійснювати розшифровування емоційної інформації (емоційні вирази обличчя, інтонації голосу тощо), що сприятиме накопиченню та систематизації знань, формуванню власного емоційного досвіду.

Регулятивна функція емоційного інтелекту сприяє стану емоційної комфортності та забезпечує адекватність зовнішнього вираження емоцій людини.

Адаптивна та стресозахисна функції емоційного інтелекту полягають в актуалізації та стимулюванні психічних резервів людини в ускладнених життєвих ситуаціях.

Активізуюча функція емоційного інтелекту забезпечує гнучку спроможність до конгруентності у спілкуванні.

Зазначені функції підлягають більш поглибленому вивченню та потребують емпіричної перевірки на подальших етапах дослідження конструкта емоційного інтелекту.

Таблиця 2

<i>Група здібностей</i>	<i>Структурні компоненти емоційного інтелекту</i>	<i>Функції емоційного інтелекту</i>
Когнітивні здібності	-Сприйняття емоцій (ідентифікація емоцій); -Розуміння емоцій (усвідомлення емоцій, їх аналіз та встановлення зв'язків між ними).	Інтерпретативна
Емоційні здібності	-Управління емоціями (вміння підтримувати позитивний модус емоцій).	Регулятивна
Адаптаційні здібності	-Управління емоціями в стресових ситуаціях (самоконтроль, вибір продуктивних подолаючих стратегій поведінки); -Самотивація (здатність викликати та підтримувати емоції, які спонукають до діяльності).	Адаптивна, стресозахисна
Соціальні здібності	-Соціальна емпатія (здатність до співпереживання емоційного стану іншої	Активізуюча

	людини); -Управління чужими емоціями (вміння впливати на емоційні стани інших.)	
--	--	--

Література

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена// Вопросы психологии. – 2006. – №3. – С.78-86.
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: непонимание, приводящее к “исчезновению”?// Психологический журнал. – Минск, 2006. – №1. – С.28-32.
3. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: Монографія. — К.: Видавничо-поліграфічний центр “Київський університет”, 2005. – 308с.
4. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб., 2000. – 464с.
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. Люсин Д.В., Марютина О.О., Степанова А.С. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В.Люсина, Д.В.Ушакова. – М.: Институт психологии РАН, 2004. – С. 128-140.
7. Максименко С.Д. Онтогенез особистості // Практична психологія та соціальна робота. – 2006. – № 9. – С. 1-10.
8. Максименко С.Д. Онтогенез особистості // Практична психологія та соціальна робота. – 2006. – № 10. – С. 1-9.
9. Максименко С.Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури. – К.: Наукова думка, 1998. – 216 с.

10. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. Монографія. – К.: Вища школа, 2003. – 126с.
11. Стернберг Р.Дж. и др. Практический интеллект. – СПб.: Питер, 2002. – 272 с.
12. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory// R.Bar-On, J.Parker. Handbook of emotional intelligence. – San Francisco: Jossey-Bass, 2000. – P.363-388.
13. Goleman D. An EI-based theory of performance // C.Cherniss, D.Goleman. The emotionally intelligent workplace. – San Francisco: Jossey-Bass, 2001. – P.27-43.
14. Emmerling R., Goleman D. Emotional intelligence: issues and common misunderstanding. [Electronic resource]. – 2003. – Mode of access: <http://eqi.org/index.htm>
15. Matthews G., Zeidner M., Roberts R. Emotional intelligence: Science and myth. – Cambridge, MA Press, 2003. – 260p.
16. Salovey P., Mayer J. Emotional intelligence// Imagination, Cognition, and Personality. – 1990. – V.9. – P.185-211.
17. Caruso D., Mayer J., Salovey P. Relation of an ability measure of emotional intelligence to personality // Journal of Personality Assessment. – 2002. – V.79. – P.306-320.
18. Zeidner M., Matthews G., Roberts R., McCann C. Development of emotional intelligence: Towards a multi-level investment model // Human Development. – 2003. – V.46. – P.69-96.