

Дерев'янка С. П. Соціалізація складових емоційного інтелекту. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: [зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / наук. ред. Максименко С.Д.]. К.: «ГНОЗІС», 2007. Т. IX. Ч. 1. С. 112-118.

СОЦІАЛІЗАЦІЯ СКЛАДОВИХ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТА

У статті розглядається проблема соціалізації основних складових емоційного інтелекту: вираження емоцій, розпізнавання емоцій, управління емоціями. Визначаються механізми їх розвитку (імітація, проєкція, рефлексія, ідентифікація) та форми прояву в процесі соціалізації.

Постановка проблеми. Вивчення закономірностей розвитку складових емоційного інтелекту в процесі соціалізації набуває особливої актуальності у зв'язку з проблемою адаптаційних можливостей людини. Оскільки за даними вчених відомо, що емоційному інтелекту притаманні адаптивна та стресозахисна функції (Е.Носенко, Н.Коврига, 2003), то сформованість його складових також буде сприяти підвищенню показників адаптації.

Дослідники вважають, що основними складовими емоційного інтелекту є здатність до вираження емоцій, їх розпізнавання та управління ними (І.Андрєєва, О.Власова, Г.Горскова, Д.Люсин, М.Манойлова, R.Bar-On, D.Goleman). Своєрідність формування кожної з виділених складових забезпечується, насамперед, соціокультурним контекстом її соціалізації.

Проблема соціалізації емоцій та когнітивно-перцептивних здібностей вивчалася багатьма дослідниками (О.Бодальов, Л.Венгер, Є.Весна, Л.Виготський, І.Кон, В.Куніцина, М.Лавриченко, В.Москаленко, В.Мухіна, В.Панф'яров), але недостатньо висвітленими є питання, пов'язані з визначенням особливостей соціалізації емоційної та інтелектуальної сфер в їх взаємозв'язку, що знаходить своє втілення в понятті “емоційний інтелект”.

У зв'язку з цим, *мета* статті – вивчення механізмів та форм соціалізації основних складових емоційного інтелекту: вираження емоцій, розпізнавання емоцій, управління емоціями.

Результати теоретичного аналізу проблеми. Найбільш ранні ознаки соціалізації емоційної сфери людини проявляються у довільній організації *вираження емоцій*. Основними формами цієї здатності є: 1) виразні емоційні реакції; 2) емоційні дії; 3) висловлювання про емоційні переживання [7, с. 215].

В умовах міжособистісної взаємодії виразні емоційні реакції уявляють собою “знаки”, які підлягають певним правилам кодування та декодування [7, с. 235]. Кожен знак характеризується довільністю та певним значенням, що залежать від умов культури та суспільства. Т.Шибутані назвав такі знаки “символічними жестами”, які є не тільки засобом вираження емоцій, але також обумовлюють виникнення свідомої симуляції, диссимуляції та агравації емоцій людини в процесі соціалізації [11, с. 198].

Емоційні дії є наступною формою вираження емоцій. Їх виникнення завжди обумовлено причинами соціального характеру (бажанням отримати схвалення, страхом викликати невдоволення тощо).

Емоційні висловлювання відображають найвищий рівень соціалізованості вираження емоцій, оскільки виступають результатом опосередкованої рефлексії, засобом якої є мовлення. В процесі соціалізації людина перетворюється із об'єкту емоцій (характеризується переважанням неусвідомлюваних емоційних реакцій) в суб'єкт емоцій (довільне перетворення спонтанних реакцій у вербально оформлені).

О.Гордєєва пише про існування, в межах кожної культури, “мови емоцій” – сукупності вербальних позначень емоційних переживань, які слугують засобом їх усвідомлення [4].

Вчені дослідили, що вже в два роки дитина починає використовувати слова, які позначають окремі емоційні переживання; в 3-4 роки словник емоцій складає приблизно вже 2% всіх словесних позначень, в 5-6 років – 8%, особливо бурхливий розвиток емоційного тезаурусу відбувається в 10-12 років [11, с. 199]. В процесі засвоєння дитиною соціально визначених категорій емоцій основним засобом виступає рідна мова.

В різних мовах різноманітними є не тільки значення окремих емоцій, але й зміст емоцій взагалі. В межах певної культури емоційні переживання усвідомлено пов'язуються з різноманітними змістовними компонентами психологічного концепту емоцій: внутрішніми суб'єктивними переживаннями, ситуаційними змінами, взаємозалежністю між людьми.

Умови культури впливають також на особливості прояву емоційних реакцій. Деякі антропологи (Р.Бердвістелл, М.Мід) вважають, що засоби вираження емоцій починають засвоюватися ще в ранньому дитинстві під впливом найближчого соціального оточення – подібно до процесів засвоєння мови. Д.Мацумото дослідив, що емоційні вирази обличчя в різноманітних культурах також розрізняються.

В результаті експериментів вчених було встановлено, що кожна людина має подвійний репертуар мимічних реакцій: 1) конвенціональну миміку (загальноприйнята форма емоційної експресії, яка свідомо контролюється у відповідності з правилами культури вираження емоцій); 2) “спонтанну” миміку (мимовільне, індивідуальне для кожної людини, вираження афектів) [7, с. 230].

Окрім соціокультурних, на засоби вираження емоцій впливають також індивідуально-психологічні фактори: переважання окремих каналів експресії, рівень розвитку рухової сфери, індивідуальні особливості емоційного реагування.

В якості характеристики останнього Л.Дорфман вводить поняття “індивідуальний стиль емоційних реакцій”, індикаторами якого виступають певні особливості вираження людиною емоцій в соматичних, моторних, мімічних, інтонаційних проявах [5, с. 94].

Інші вчені зазначають про індивідуальність вираження емоцій в процесі спілкування [3; 7; 8]. За ступінню емоційної експресивності виділяють наступні типи: 1) “надмірно експресивні”; 2) “помірні”; 3) “надмірно стримані”. Перший і третій з виділених типів є конфліктогенними, оскільки, за даними дослідників, занадто виражена емоційність призводить до взаємного роздратування; в той же час, приховані емоції та почуття викликають непорозуміння [7, с. 235].

Аналіз характеристик емоційної експресії дає підстави виділити два основних елементи в її структурі: процеси вираження емоцій (мімічні, моторні, інтонаційні прояви) та процеси контролю за їх вираженням (корекція емоційних проявів – їх стримування або посилення). Другий компонент емоційної експресії наповнює змістом іншу складову емоційного інтелекту – *управління емоціями*.

В психології накопичені дані про особливості розвитку здатності до управління емоціями в онтогенезі (Р.Екман, W.Фрієсен, С.Равер, С.Саарні); про зв'язок регулювання емоцій з особливостями розвитку, такими як схильність до депресії, рівень агресії, аутизм, соматичні прояви (Т.Валден, Д.Климась, С.Равер); про фактори, що впливають на функцію контролю за вираженням негативних та позитивних емоцій: був встановлений факт посилення контролю за негативними емоціями у зв'язку з віковими змінами (Р.Ціммерманн), виявлена залежність управління емоційними проявами від соціального значення знаковості емоцій (О.Бодальов, К.Ізард, Я.Рейковський).

Управління емоціями визначається дослідниками як здатність до оволодіння зовнішнім вираженням емоцій [11, с. 196]; вміння виражати емоції соціально прийнятними шляхами [12, с. 415]; усвідомлення емоцій та контроль за формами їх прояву [7, с. 228].

Деякі вчені, в процесі пояснення цього поняття, використовують інші терміни: “емоційна регуляція” (P.Cole, N.Eisenberg), “емоційна саморегуляція” (C.Raver), “емоційне самоуправління” (Р.Грановська), “контроль емоцій” (І.Переверзева, Я.Рейковський). Хоча існує проблема виділення центральних характеристик зазначеного поняття [14], майже всі дослідники зазначають про його основну ознаку – зовнішня стриманість емоцій.

З раннього дитинства людина орієнтована на засвоєння правила, що відкритий прояв негативних емоцій (особливо скорботи, гніву) не схвалюється в суспільстві. Якщо необхідний досвід, пов'язаний з нормами вираження емоцій, не набувається на ранніх етапах розвитку, в подальшому це може призвести до соціальної відторгненості та ізоляваності [10, с. 416].

Вчені наводять дані про послідовність етапів становлення емоційної регуляції в онтогенезі: 1) розвиток вміння модифікувати ситуацію, яка викликає неприємні емоції, або уникати її; 2) вміння центрувати власну увагу на інших компонентах ситуації, які викликають певні емоції (так зване “приведення уваги”); 3) вміння оцінювати ситуацію в цілому та зосереджуватися на її головних смислових елементах; 4) вміння підбирати конгруентні поведінкові та комунікативні експресії, які сприяють соціально прийнятним засобам відображення емоційних переживань (C.Raver, C.Saarni). Таким чином, регуляція емоцій являється невід'ємною складовою психосоціального розвитку.

Також вчені довели, що у дітей, які не вміють справлятися з власними емоційними переживаннями та контролювати їх вираження, виникають проблеми, пов'язані з порушеннями емоційної саморегуляції – різноманітні поведінкові розлади, аутизм (О.Захаров, Д.Ісаєв, Д.Климась, Р.Cole, M.Mishel, L.Teti).

Д.Климась наводить дані, що у дітей з розладами аутистичного спектра спостерігаються значні викривлення афективного розвитку: інфантильні форми реагування; активність спрямовується, переважно, на реалізацію власних бажань, і не пов'язується з мотивами визнання і самореалізації в соціальному оточенні; конфліктні ситуації та вимоги дорослих частіше викликають негативізм, істеріоформні реакції, афективні спалахи; відсутні є прийоми емоційної регуляції, властиві здоровим дітям [6, с. 450].

В нормі вчені виділяють два основних типи стратегії регуляції емоцій:

- 1) інструментальні стратегії (спрямовані на контроль емоційної поведінки);
- 2) рефлексивні стратегії (характеризують когнітивні форми реагування – переведення уваги, переоцінка ситуації тощо).

Перший тип стратегій виникає в онтогенезі раніше за другий, який уможлиблюється лише внаслідок розвитку когнітивної сфери та переважає у зрілої особистості.

Використання інструментальних стратегій особливо є доречним в міжгруповій та рольовій взаємодії. Такі техніки, як просторове відділення сторін, формалізація поведінки, стереотипізація – сприяють нейтралізації та витісненню емоцій з ділових, офіційних відносин [7, с. 237].

Найбільш розповсюдженими рефлексивними стратегіями регулювання емоцій є: смислова переоцінка ситуації, оптимістична спрямованість думок, переживання альтернативних варіантів подій (В.Антонов, Р.Грановська, Г.Орме, Т.Титаренко).

В умовах міжособистісної взаємодії, окрім контролю за власними переживаннями, важливою є здатність до *розпізнавання емоцій*. Це поняття визначається вченими як продукт ідентифікаційної реакції на експресивні сигнали (Р.Екман, W.Friesen), як процес декодування ознак вираження емоцій (С.Розум), як процес сприйняття, інтерпретації та розуміння експресивних проявів (В.Лабунська).

Можна виділити два основних напрямки у вивченні проблеми розпізнавання емоцій: вплив на прояв перцептивно-інтерпретативних здібностей особистісних факторів (В.Барабанщиков, О.Гордєєва, С.Квасовець, В.Лабунська, Ch.Boyatzis, P.Bull), залежність якості регуляції емоцій від культурно-ситуативних факторів (Т.Нийт, А.Оконешникова, В.Трусов, Р.Екман, W.Friesen).

О.Гордєєва наводить дані, які свідчать про особливості розвитку вміння розпізнавати емоції в онтогенезі: дитина не спроможна розпізнавати емоції до 2-4 місячного віку, але в 4-8 місяців вже проявляється здатність до диференціації емоцій. На наступному етапі дитина навчається пов'язувати емоційні стимули (наприклад вираження обличчя) з загальним контекстом ситуації. Надалі відбувається поступове пов'язування інших елементів подій – поведінки, вираження емоцій, ситуації, слів – в єдине ціле. Процес розвитку завершується формуванням так званих “емоційних скриптів” – комплексу знань про емоційні прояви.

Також, в результаті дослідження було встановлено, що точність розпізнавання емоцій є найбільш вираженою від 8 до 25 років [8, с. 318]; представники раннього юнацького віку більш сензитивні до емоційної експресії обличчя, ніж старші юнаки [1, с. 14]; в похилому віці у людини з'являються труднощі у розумінні емоційних проявів за виразом обличчя, оскільки вона стає більш категоричною в своїх судженнях [8, с. 318].

Дослідження гендерних відмінностей у сприйнятті мимічної експресії показують, що точність та успішність розпізнавання емоцій є більш властивими для жінок, ніж чоловіків (С.Квасовець, В.Лабунська, Р.Вулл, Н.Фрийд, Ж.Холл). В якості детермінант успішності розпізнавання експресії жінками, наводяться дані про їх кращу адаптивність (С.Дункан), емпатійність (Ж.Холл, І.Андрєєва), комунікативні навички (В.Лабунська).

Кроскультурні особливості сприйняття експресивних виражень емоцій досліджувалися вченими у зв'язку із етнічними, соціальними, особистісними, гендерними відмінностями. Накопичені дані виявилися дещо суперечливими: одні дослідники вважають, що культурні відмінності несуттєво впливають на якість розпізнавання емоцій (Р.Екман, В.Фрізен), інші – що успішність інтерпретації емоцій чітко детермінована її культурним контекстом (Аль-Хадіді Сауд, Ю.Гранська, А.Оконешникова).

Деякі дослідники надають особливої переваги впливу ситуації спілкування, яка передує процесам розпізнавання та диференціації емоцій. Н.Фрийд вважає, що аналіз ситуації є одним із етапів розпізнавання емоцій, та уможлиблюється завдяки механізмам ідентифікації. Вчена виділила так звані “ідентифікаційні реакції” (значення ситуації, очікування дії, досвід переживань), характеристики яких впливають на якість розпізнавання емоцій [8, с. 267].

В дослідженнях інших вчених містяться дані про нерозривність зв'язку процесів сприйняття та розпізнавання емоцій з формуванням імітативних реакцій (М.Бороденко, А.Кошелєва, В.Петровський, Л.Стрелкова, Є.Фетісова). В результаті проведення ряду експериментів, В.Петровський та М.Бороденко встановили, що основними механізмами перцепції емоційних станів у дітей є довільна імітація та уподіблювальна мимічна активність [9, с. 426].

Висновки. Теоретичний аналіз джерел з проблеми соціалізації складових емоційного інтелекту створює підстави для визначення механізмів їх формування.

1. Основним механізмом, що спрямовує розвиток кожної з виділених складових емоційного інтелекту на початкових стадіях онтогенезу, є *імітація*.

Інтенсивність дії виділеного механізму залежить: від характерних особливостей впливу найближчого соціального оточення (в процесі вираження емоцій); від впливу соціальних та загальнокультурних норм, встановлених в суспільстві (в процесі управління емоціями), від ступеня сформованості здатності до уподіблювальних реакцій (в процесі розпізнавання емоцій).

2. Особливості організації складових емоційного інтелекту обумовлюються дією інших механізмів соціалізації.

Процес *вираження емоцій* ґрунтується на дії механізму *проекції власного емоційного стану* та відбувається в наступних формах: 1) виразні емоційні реакції; 2) емоційні дії; 3) висловлювання про емоційні переживання. Форми вираження емоцій пов'язані з індивідуальними особливостями емоційного реагування.

Процес *управління емоціями* обумовлюється дією механізму *рефлексії* та проявляється в формах зовнішнього і внутрішнього контролю: 1) емоційної експресії; 2) емоційних переживань. Дія механізму пов'язана з можливістю усвідомлення емоцій.

Процес *розпізнавання емоцій* засновується на дії механізму ідентифікації, та відбувається в двох основних формах: 1) ідентифікація емоцій за допомогою переживань; 2) ідентифікація емоцій за допомогою аналізу ситуації. Перша форма вияву ідентифікаційних реакцій залежить від

впливу індивідуально-особистісних факторів (вік, стать, темпераментальні характеристики), друга – від чинників культури (етнічної належності, загальнокультурних норм, ситуаційних особливостей).

3. Обмеження імпульсивних форм емоційного реагування та їх замінення довільними формами є основним показником соціалізації складових емоційного інтелекту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аль-Хадіді Сауд. Кроскультурні відмінності в сприйнятті емоцій у арабів і слов'ян: Автореф. дис. ... канд.психол.наук: 19.00.01 / Київський національний університет ім. Тараса Шевченка. – К., 2001. – 20с.
2. Барабанщиков В.А., Малкова Т.Н. Зависимость точности идентификации экспрессии лица от локализации мимических проявлений // Вопросы психологии. – 1988. – №5. – С.131-140.
3. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и других. – М.,1996. – 472с.
4. Гордеева О.В. Развитие языка эмоций у детей // Вопросы психологии. – 1995. – №2.
5. Дорфман Л.Я. Индивидуальный эмоциональный стиль // Вопросы психологии. – 1989. – №5. – С.88-95.
6. Климась Д.Г. Особенности регуляции эмоций у детей с аутизмом младшего школьного возраста // Ананьевские чтения – 2006. Материалы научно-практической конференции “Ананьевские чтения – 2006” / Под редакцией Л.А.Цветковой, А.А.Крылова. – СПб.: Издательство С-Пб. университета, 2006. – С.449-451.
7. Куница В.Н., Казаринова Н.В., Погорыша В.М. Межличностное общение: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2001. – 544с.
8. Лабунская В.А. Экспрессия человека и межличностное общение. – Ростов н/Дону: Феникс, 1999. – 608с.

9. Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности. – Ростов н/Дону, 1996. – 512с.
10. Психология развития. 7-е изд. / Г.Крайг. – СПб.: Питер, 2003. – 992с.
11. Розум С.И. Психология социализации и социальной адаптации человека. – СПб.: Речь, 2006. – 365с.
12. Cole P. Et al. Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directors for child development research // Child development. – 2004. – March/April. – V.75. – №2. – P.317-333.
13. Eiseenberg N., Spinrad T. Emotion-related regulation: Sharpening the definition // Child development. – 2004. – March/April. – V.75. – №2. – P.334-339.
14. Bridges L., Denham S. and Ganiban J. Definition issue in emotional regulation reseach // Child development. – 2004. – March/April. – V.75. – №2. – P.340-345.