

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ОБЪЕКТ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ

И.С. Морозова, д-р психол. наук, профессор
Н.В. Неверовская, магистрант
Кемеровский государственный университет
(Россия, г. Кемерово)

DOI:10.24412/2500-1000-2023-11-3-213-215

Аннотация. Актуальность проблемы обусловлена тем, что эмоциональный интеллект является одной из главных составляющих в достижении успеха в личной жизни и профессиональной деятельности. В статье рассмотрены основные понятия «эмоциональный интеллект» с точки зрения представителей различных подходов и концепций. Показано разнообразие определений, обусловленное выбором различных оснований для описания существенных характеристик.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, структура эмоционального интеллекта, эмоции, личность, социум.

В современных психологических исследованиях подчеркивается значимость в деятельности человека воспитания чувств. Утверждается, что наряду с общей ориентацией в мировом пространстве необходима и эмоциональная ориентация, которая заключается в способности непосредственно распознавать эмоциональные состояния других и строить свои эмоциональные отношения с ними. Если человек умеет разбираться в эмоциональных переживаниях и управлять ими, тогда значительно легче решать жизненные проблемы.

Цель исследования – исследовать взгляды ученых на сущность и структуру эмоционального интеллекта в контексте психологических исследований.

Проблема изучения эмоционального интеллекта, как ни странно, остается одной из наиболее актуальных в психологии. Современное развитие реформирования образования нынешнего поколения направлено на гармоничный рост личности. Создание благоприятной образовательной среды для реализации каждого, важная задача настоящего. Этот вопрос неразрывно связан с образовательными программы или дополнительными учебными занятиями, то есть направлен на развитие именно интеллектуального потенциала поколения. Однако влиянию эмоционального интеллекта на другие характери-

стики личности уделяют недостаточно внимания, хотя более широкое изучение этого психологического феномена является чрезвычайно важной задачей науки в XXI веке.

На сегодня проблемой эмоционального интеллекта занимаются специалисты во всем мире. Их исследования однозначно показывают, что успех во многом зависит от умного владения эмоциями, то есть эмоциональным интеллектом.

Можно утверждать, что понятие «эмоциональный интеллект» появилось в психологической науке давно, однако до сих пор привлекает внимание многих ученых. Изучение этого психологического понятия началось еще в 1983 году, когда исследователь Говард Гарднер описал особенности эмоционального интеллекта в своей известной монографии «Frames of mind» [2]. Ученый предположил, что не существует единого понятия «интеллект», а есть подтипы интеллекта, которые значительно влияют на жизнедеятельность личности в целом.

Дж. Стайн [7, с. 296] «эмоциональный интеллект» определяет как способность к восприятию собственных чувств и чувств других людей. Она включает в эмоциональный интеллект четыре важнейших навыка: самосознание, управление эмоциями, восприимчивость и позитивные взаимоотношения.

Самосознание означает умение быть в контакте с самим собой и знать, что чувствуете, когда чувствуете это, и понимать, что означают эти чувства.

Управление эмоциями означает, что человек способен заранее определять свою реакцию на предстоящее событие и находить положительные пути для преодоления негативных чувств.

Восприимчивость означает внимательность и повышенная чувствительность к эмоциям и настроениям других людей.

Позитивные взаимоотношения означают социальные навыки, которые позволяют оставлять о себе теплые, позитивные чувства у членов семьи, коллег по работе, других людей и успешно обходить различные конфликтные межличностные ситуации, находить равновесие между искренним выражением эмоций и уважением, этикетом и осторожностью.

Так, Дж. Мейер [8], продолжил изучать концепцию эмоционального интеллекта, начатую Гарднером. Ученый утверждал, что человек, обладающий эмоциональным интеллектом, обладает пятью основными компонентами.

По первому компоненту сделан акцент на то, что человек может осознавать собственные эмоции. На основании возникших переживаний, человек способен управлять либо контролировать собственные эмоции. Также возможно, что человек сможет обнаружить собственные эмоции и постараться их регулировать.

Человек, который смог выявить причину эмоциональных переживаний, а также их возникновение способен гораздо лучше справиться с возникшими эмоциями.

Сознательное управление собственно эмоциями относится к третьему компоненту эмоционального интеллекта

В третьем компоненте акцентируется внимание на том, что человек имеет возможность мотивации к определенной деятельности и соответственно стремится направить все свои эмоциональные усилия на новые достижения целей в творческой деятельности [5, с. 22].

Четвертый компонент основан на предположении, что эмоции, которые возмож-

но возникли у иных людей можно распознать и понять.

Пятый компонент эмоционального интеллекта заключается в умении поддерживать доброжелательные отношения с социумом. Именно он, как ни странно, анализировался авторами как своеобразное искусство позитивного отношения к другим людям [6].

Исследования эмоционального интеллекта в отечественной психологии, основаны на выводах известного психолога Л. Выготского, который утверждал, что развитие эмоций параллельно их осознанию [1].

Идея Л. Выготского о взаимосвязи когнитивных и эмоциональных процессов подробнее развернулась в трудах А. Леонтьева, писавшего о необходимости различать осознаваемое объективное значение и личностный смысл, то есть его значение для субъекта. Ученый доказал, что мышление имеет эмоциональную (аффективную) регуляцию, что стало основой для тех ученых, которые исследуют проблемы мышления в целом [4].

Трудности в изучении эмоционального интеллекта, как отмечают Дж. Капрара и Д. Сервон [2, с. 245], связанные с его измерением, потому что одни методики оказываются ненадежными, а другие – не очень соответствуют цели исследования, хотя они предоставляют очень важную информацию, относительно значения и развития эмоционального интеллекта, который влияет на когнитивные стили и способности к саморегуляции, помогают развивать эмоциональный опыт и эмоциональную жизнь человека в целом.

Некоторые ученые понятие «эмоциональный интеллект» определили как подструктуру социального, однако оно отличается от него особым признаком – охватом глубоких эмоций, которые занимают важное место в личностном росте. Конечно, особенность и сложность научных исследований заключаются в том, что на этом этапе развития психологии нет содержательного определения влияния эмоционального интеллекта на определенные характеристики и свойства личности.

Таким образом, анализ научной литературы указывает на то, что изучение влияния эмоционального интеллекта на личность – важный вектор исследования как психологической науки, так и человечества в целом, ведь определение факторов его влияния на жизнедеятельность личности даст ответы на немало вопросов.

Ведь «эмоциональный интеллект», как определили ученые, позволяет обрабатывать все виды информации, объединенные с эмоциями, а также использовать сами эмоции для облегчения различных когнитивных процессов и решения проблем или задач, которые являются неотложными.

Важно то, что развитый эмоциональный интеллект помогает самому же человеку

быть внимательным к малейшим внутренним и внешним изменениям. Предполагают, что использование даже негативных эмоций может быть как в собственных целях, так и для управления другими для достижения цели.

Несмотря на противоречие толкований ученых, пытающихся пополнить явление новыми аспектами, изучение этого феномена продолжается, что является актуальным и нужным для науки вектором исследования. Перспективы дальнейших исследований заключаются в более детальном эмпирическом изучении влияния эмоционального интеллекта на различные сферы жизнедеятельности личности.

Библиографический список

1. Выготский Л.С. Учение об эмоциях: научное наследие. Собрание сочинений в 6-ти томах. Т. 6. – Москва: Педагогика, 1984. – 397 с.
2. Гарднер Г. Структура разума: теория множественного интеллекта. – Пер. с англ. – М.: ООО «И.Д. Вильямс», 2007. – 512 с.
3. Капрара Д. Психология личности / Д. Капрара, Д. Сервон. – СПб.: Питер, 2003. – С. 449-450.
4. Лещ О.П. Эмоциональный интеллект как предмет психологических исследований // Проблемы современной психологии. – 2023. – № 22. – С. 324-335.
5. Мазоха И. Анализ проблемы эмоционального интеллекта как личностного ресурса // Современная психология: проблемы и перспективы. – 2020. – С. 100-104.
6. Носенко Е.Л. Эмоциональный интеллект как интегральное личностное свойство / Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига // Практическая психология и социальная работа. – 2023. – № 9. – С. 22-27.
7. Стайн Д. Язык интеллекта. – М.: ЭКСМО, 2006. – 352 с.
8. Mayer J.D., Di Paolo M., Salovey P. Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence // Journal of Personality Assessment. – 2020. – Vol. 54, №№ 3, 4. – P. 772-781.

EMOTIONAL INTELLIGENCE AS AN OBJECT OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH

I.S. Morozova, *Doctor of Psychological Sciences, Professor*
N.V. Neverovskaya, *Graduate Student*
Kemerovo State University
(Russia, Kemerovo)

Abstract. *The urgency of the problem is due to the fact that emotional intelligence is one of the main components in achieving success in personal life and professional activity. The article discusses the basic concepts of «emotional intelligence» from the point of view of representatives of various approaches and concepts. The variety of definitions due to the choice of different bases for describing essential characteristics is shown.*

Keywords: *emotional intelligence, the structure of emotional intelligence, emotions, personality, society.*