

## **Эмоциональный интеллект личности как объект исследования: теоретический аспект**

*Андреева Надежда Васильевна*

*Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема  
студент*

### **Аннотация**

В данной статье приводится краткий анализ теоретических источников отечественной и зарубежной литературы по проблеме изучения эмоционального интеллекта. В статье рассматриваются основные подходы к пониманию данного феномена, приводятся авторские определения понятия «эмоциональный интеллект», также в статье представлены базовые модели эмоционального интеллекта. В содержании статьи отражаются взгляды наиболее известных исследователей в области эмоционального интеллекта на структурные компоненты данного психологического феномена.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, эмоции, модель эмоционального интеллекта, эмпатия, способность, восприятие, мышление.

### **Emotional personal intelligence as an object of research: theoretical aspect**

*Andreeva Nadezhda Vasilevna*

*Sholom-Aleichem Priamursky State University  
student*

### **Abstract**

This article provides a brief analysis of the theoretical sources of domestic and foreign literature on the problem of studying emotional intelligence. The article discusses the main approaches to understanding this phenomenon, provides author's definitions of the concept of "emotional intelligence", also the article presents the basic models of emotional intelligence. The content of the article reflects the views of the most famous researchers in the field of emotional intelligence on the structural components of this psychological phenomenon.

**Keywords:** emotional intelligence, emotions, model of emotional intelligence, empathy, ability, perception, thinking.

В повседневной жизни человека огромную роль играют эмоции. Различные эмоциональные состояния возникают в процессе взаимодействия с окружающим миром и другими людьми и оказывают влияние на все виды человеческой деятельности, определяют ее характер и успешность. Для гармоничного взаимодействия с миром человеку важно правильно понимать свои эмоции и эмоции других людей, а также управлять ими, за эти способности отвечает эмоциональный интеллект. Эмоциональный интеллект

как объект психологического исследования является относительно новым и малоизученным феноменом. На сегодняшний день существуют различные подходы к пониманию сути и структуры эмоционального интеллекта, однако единая согласованная теория эмоционального интеллекта не разработана.

В зарубежной психологии изучением эмоционального интеллекта занимались такие ученые как Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Д. Карузо, Дж. Мэйер, П. Сэловей. К отечественным психологам, которые развивали идеи о сути и структуре эмоционального интеллекта относятся такие ученые как И.Н. Андреева, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.В. Люсин, М.А. Манойлова и другие.

В 1990 году американскими профессорами Дж. Мэйером и П. Сэловейем впервые был введен термин «эмоциональный интеллект», они определили его как способность к восприятию и выражению эмоций, видоизменению мыслей и эмоций, пониманию и объяснению эмоций, а также управлению собственными эмоциями и эмоциями других людей.

К числу первых, кто изучал эмоциональный интеллект в аспекте эмоционально-когнитивного взаимодействия, также относится Д. Гоулман, его работы привлекли внимание многих ученых и послужили дальнейшему изучению данной проблематики. Д. Гоулман определяет эмоциональный интеллект как способность человека интерпретировать собственные эмоции и эмоции окружающих использования полученной информации в реализации собственных целей [1].

Исследователь Р. Бар-Он определил эмоциональный интеллект как «все не когнитивные способности, знания и компетентность, дающие человеку возможность удачно справляться с различными жизненными ситуациями».

На сегодняшний день учеными не разработано единое понимание «эмоционального интеллекта», поэтому существует множество определений и моделей данного феномена. Несмотря на то, что понятие «эмоциональный интеллект» впервые появилось на Западе, отечественные ученые, такие как Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн и А.Н. Леонтьев в своих трудах близко подходили к изучению взаимосвязи интеллекта и аффекта [2].

Отечественный ученый Л.С. Выготский в своих трудах об эмоциональном интеллекте, говорил о существовании динамической смысловой системы, представляющей единство интеллектуальных и аффективных процессов [3].

В свое время С.Л. Рубинштейн, развивая идеи Л.С. Выготского, выдвинул положение о том, что мышление – это единство рационального и эмоционального, также как и эмоция является единством аффективного и интеллектуального.

В настоящее время существует несколько основных моделей эмоционального интеллекта: Дж. Мэйера, П. Сэловей, Д. Карузо; Д. Гоулмана; Р. Бар-Она. Первая из которых относится к модели способностей, остальные – к смешанным моделям. В отечественной психологии наиболее известными являются модель эмоционального интеллекта, разработанная Д.В. Люсиным и модель М.А. Манойловой.

Первая модель эмоционального интеллекта, предложенная американскими учеными Дж. Мэйером, П. Сэловеем и Д. Карузо включает в себя четыре компонента, каждый из которых отображает сферу эмоциональных и умственных способностей, так как ученые понимали под эмоциональным интеллектом когнитивную способность:

1) Восприятие, распознавание эмоций и их выражение. Этот компонент указывает на наличие способности воспринимать, определять эмоции, замечать сам факт наличия эмоции. Кроме того, данный компонент служит для различения истинных и ложных эмоций.

2) Использование эмоций для повышения продуктивности мыслительной деятельности. Данный компонент говорит о наличии способности вызывать определенную эмоцию, управлять ею.

3) Понимание эмоций. Данный компонент подразумевает способность к пониманию, интерпретации и классификации эмоций, а также связи между ними, причин возникновения, переходов от одной эмоции к другой и их анализ.

4) Управление эмоциями. Последний компонент отвечает за управление эмоциями.[4].

Другие модели эмоционального интеллекта, появившиеся в 1990 году получили название смешанных, где эмоциональный интеллект определяется как сочетание когнитивных и личностных характеристик [4]. Сторонниками данной теории являются Д. Гоулман и Р. Бар-Он. Опираясь на идеи Дж. Мэйера и П. Сэловеея Д. Гоулман разработал собственную концепцию, в которую добавил личностные характеристики к уже выделенным ими четырем компонентам, такие как энтузиазм, настойчивость и социальные навыки [5].

Концепция Д. Гоулмана представляет собой иерархичную структуру эмоционального интеллекта, в которую изначально входило пять компонентов, но в последствии исследователь внес изменения, и в настоящий момент модель содержит четыре компонента:

- 1) самосознание;
- 2) самоконтроль;
- 3) социальное понимание;
- 4) управление взаимоотношениями [6].

Модель Р. Бар-Она содержит пять компонентов, каждый из которых включает в себя несколько составляющих:

1) самопознание: понимание собственных эмоций, самоуважение, уверенность в себе, самоактуализация, независимость.

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

3) Адаптивные способности: гибкость, связь с реальностью, разрешение проблем.

4) Управление стрессом: стрессоустойчивость, контроль импульсивности.

- 5) Преобладающее настроение: оптимизм, счастье [4].

На развитие идей об эмоциональном интеллекте в отечественной психологии во многом повлияли зарубежные идеи. Наиболее известная в отечественной психологии модель эмоционального интеллекта была представлена Д.В. Люсиным. Под эмоциональным интеллектом ученый подразумевает способность понимать собственные и чужие эмоции, а также управлять ими [7].

Свою модель эмоционального интеллекта Д.В. Люсин представил как конструкт, который имеет связь с когнитивными способностями, а также с личностными характеристиками [8].

Еще одна модель, известная в отечественной психологии, была разработана М.А. Манойловой, в которой эмоциональный интеллект понимается как способность человека осознавать, принимать и управлять эмоциональными состояниями, чувствами других людей, а также своими собственными. В своих трудах М.А. Манойлова развивала идею о комплексности понятия эмоционального интеллекта, включающего в себя интеллект, эмоции и волю [9].

В структуре эмоционального интеллекта, разработанной М.А. Манойловой выделяются внутриличностный и межличностный аспекты. Первый «аспект» содержит в себе осознание собственных чувств, уверенность в себе, самооценку, терпимость, ответственность, самоконтроль, гибкость, активность, заинтересованность, оптимизм, мотивацию достижения. Ко второму «аспекту» относятся такие составляющие как открытость, коммуникабельность, способность учитывать интересы других людей, эмпатия, умение работать в команде. В качестве основных характеристик эмоционального интеллекта М.А. Манойлова выделила эмпатию, самооценку, асертивность и толерантность [10].

Из анализа вышеперечисленных теорий эмоционального интеллекта можно увидеть, что их объединяющей характеристикой является совокупность способности к пониманию собственных эмоций и эмоций окружающих людей, а также к управлению этими эмоциями. Многообразие подходов к изучению эмоционального интеллекта позволяет применить к данному конструкту высказывание М.А. Холодной: «Интеллект исчез». Для того чтобы «исчезновение» эмоционального интеллекта не стало научным фактом, исследователям в настоящее время необходимо прийти к осознанию того, что уточнение и углубление представлений о данном феномене приведут к развитию его теории, в то время как расширение и размывание способствуют «призрачности» эмоционального интеллекта как научной психологической категории [11].

## **Библиографический список**

1. Андреева И.Н. «Исчезновение» эмоционального интеллекта? // Молодые учёные – России: материалы 2-й междунар. науч.-практ. конф., Смоленск, нояб. 2005 г.; редкол.: В.А. Сонин [и др.]. Смоленск: СГПУ, 2005. Ч. 1. С. 15-20.

2. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 3. Проблемы развития психики. М.: Педагогика, 2013. 368 с.
3. Выготский Л.С. Учение об эмоциях. URL: [http://www.koob.ru/vigodsky\\_v\\_1/vigotskij\\_uchenie\\_ob\\_emocijah](http://www.koob.ru/vigodsky_v_1/vigotskij_uchenie_ob_emocijah) (14.01.2020)
4. Андреева, И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополоцк: ПГУ, 2011. 388 с.
5. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. 478 с.
6. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта // пер. с англ. М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. – 301 с.
7. 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. 176 с.
8. 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
9. Манойлова М.А. Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и студентов педагогических учебных заведений: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.13. Ленингр. гос. ун-т им. А.С. Пушкина. СПб., 2004. 18 с.
10. Манойлова М.А. Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и учащихся. Псков: ПГПИ, 2004. 140 с.
11. Холодная М.А. Существует ли интеллект как психическая реальность? // Вопросы психологии. 1990. № 5. С. 121 -128.