

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСОБИСТОСТІ

Є. О. ДІДЕНКО,
С. М. КОНДРАТЮК

В умовах сьогодення спостерігається рівень емоційної нестриманості, нехтування будь-якими нормами у виявленні почуттів на всіх рівнях спілкування людей, починаючи з родини і закінчуючи колективом, що в свою чергу негативно відображається на життєдіяльності особистості. Тому важливо усвідомлювати та розуміти як власні емоції, так і навколишніх людей.

Емоційна сфера особистості, як явище складне та багатогранне, досліджувалася багатьма зарубіжними та вітчизняними вченими. Психологічні дослідження проблеми концептуалізації емоційного інтелекту та його функцій (Е. Носенко); роль емоційного інтелекту у спілкуванні (Д. Гоулман, Д. Карузо, Дж. Майер, П. Саловей); вивчення EQ як детермінант внутрішньої свободи особистості (Г. Березюк), показника цілісного її розвитку (О. Філатова), здатність до успішної самореалізації (І. Філіппова), емоційної стійкості (Л. Засекіна), інтегральна властивість особистісної ідентичності (А. Четверик-Бурчак) та ін. До складу емоційного інтелекту входять як конкретні емоційні стани, що проявляються у вигляді емоцій, афектів, настроїв, так і стійкі особистісні утворення у вигляді інтелектуальних, естетичних і моральних почуттів. Гендерний підхід містить положення про те, що відмінності у поведінці й сприйнятті чоловіків та жінок пояснюються не стільки їх фізіологічними особливостями, скільки вихованням й розповсюдженими в кожній культурі уявленнями про сутність чоловічого та жіночого.

Метою статті є розгляд різних наукових підходів до тлумачення емоційного інтелекту та вивчення гендерних особливостей емоційного інтелекту.

Вперше термін „емоційний інтелект” було запропоновано у 1990 р. американськими дослідниками Дж. Майером і П. Селовеєм. Проте, починаючи ще з епохи Античності, філософи розглядали проблему взаємозв'язку розуму та почуттів.

Аналіз психологічної літератури засвідчив, що не існує єдиної точки зору щодо визначення поняття „емоційний інтелект”. Так, у науковій літературі пропонуються такі визначення поняття „емоційний інтелект”: здатність сприймати і розуміти прояви особистості, що виражаються в емоціях, керувати емоціями на основі інтелектуальних процесів (Дж. Майер та П. Селовей); здатність людини тлумачити власні емоції і емоції навколишніх з тим, щоб використовувати отриману інформацію для реалізації власних цілей (Д. Гоулман); здатність розуміти ставлення особистості, репрезентовані в емоціях, та керувати емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу та синтезу (Г. Гарскова); здатність усвідомлювати власні емоції, емоції інших людей, співпереживати, мотивувати самого себе й інших, уміти керувати і власними емоціями, та впливати на емоції інших; сукупність ментальних здібностей до розуміння власних емоцій і емоцій інших людей (Д. Карузо, П. Селовей і Дж. Майер); здатність до розуміння як власних, так і чужих емоцій та управління ними (Д. Люсін); здатність розуміти відносини особистості, репрезентовані в емоціях, і управляти емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу і синтезу. Необхідною умовою емоційного інтелекту є розуміння емоцій суб'єктом, а кінцевим продуктом EQ – прийняття рішення на основі відображення і осмислення емоцій, які є диференційованою оцінкою подій, у яких наявний особистісний зміст (за Г. Гарсковою); форма виявлення позитивного ставлення людини до світу (оцінювання його як такого, в якому людина може здійснювати успішну життєдіяльність); до інших людей (що заслуговують доброзичливого ставлення); до себе (як здатного самостійно визначати цілі власної життєдіяльності, активно їх здійснювати та гідного самоповаги) (Е. Носенко).

У дослідженнях сучасних учених розглянемо теоретичні підходи до розуміння емоційного інтелекту.

Л. Колісник [8, с. 88], вивчаючи історичні передумови виникнення поняття емоційного інтелекту, відмічає, що виникненню поняття „емоційний інтелект” передував тривалий шлях наукових пошуків. Вперше виділення емоцій в особливу сферу психічного життя відбувається в античний період. На філософському етапі розвитку психологічної думки вперше були виділені і розмежовані когнітивна та емоційна сфери людини, теоретично досліджувалася їх роль у пізнанні й регуляції

поведінки людини. У період розвитку психології як самостійної науки вивчалася як когнітивна детермінованість емоційних процесів, так і внесок емоцій у пізнавальну діяльність. У результаті визнано факт існування закономірного зв'язку між мисленнєвими і емоційними процесами та створено передумови для подальшого дослідження проблеми емоційної регуляції мисленнєвої діяльності та поведінки особистості в цілому. Виокремлення інтелектуальних здібностей, пов'язаних з обробкою емоційної інформації, призвело спочатку до розширення загальної структури інтелекту, згодом – до появи соціального інтелекту і врешті – до виникнення самостійних моделей емоційного інтелекту. Наприкінці ХХ століття з'являються численні роботи, присвячені описанню сутності нового феномена та його впливу на різні аспекти життєдіяльності особистості.

Т. Попова, І. Горват-Янушевська [11, с. 65], розуміють емоційний інтелект як здатність особистості розпізнавати, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших і використовувати ці здатності для досягнення життєво важливих цілей. На наш погляд, це визначення найбільш повно відображає сутність поняття „емоційний інтелект”, розкриває шляхи його розвитку і значущість для життєдіяльності людини.

На думку М. Шпак [12, с. 284], яка досліджувала емоційний інтелект у контексті сучасних психологічних досліджень, емоційний інтелект – це інтегративна особистісна властивість, яка зумовлюється динамічною єдністю афекту та інтелекту через взаємодію емоційних, когнітивних, конативних і мотиваційних особливостей та спрямована на розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечує управління емоційним станом, підпорядкування емоцій розуму, сприяє самопізнанню й самореалізації через збагачення емоційного і соціального досвіду.

В. Зарицькою [7, с. 20] у результаті здійсненого аналізу наукових теорій емоційного інтелекту були зроблені такі висновки: емоційний інтелект – це принципово нове поняття, яке можна визначати як розумну поведінку в емоційній галузі. Новизна поняття, в першу чергу, закладена в самій назві, зокрема у поєднанні слів „емоційний” та „інтелект”, оскільки раціональна й емоційна сфери діяльності традиційно розділялись. Разом з тим „емоційний інтелект” поєднує в собі можливість зануритися у власні емоції, щоб відчувати їх та усвідомити необхідність їх раціонального аналізу для прийняття рішень. Емоції несуть у собі величезний пласт інформації, використовуючи яку людина може діяти більш ефективно. Згідно з описаними вище підходами до розуміння емоцій (особливого типу знання) та інтелекту (сукупності взаємопов'язаних між собою розумових здібностей), поняття „емоційний інтелект” визначається як: здатність розуміти ставлення, репрезентовані в емоціях, і керувати емоціями на основі інтелектуального аналізу і синтезу; здатність ефективно контролювати емоції та використовувати їх для покращення мислення; сукупність емоційних (особистісних і соціальних) здібностей, які впливають на загальну здатність ефективно справлятися з вимогами й тиском навколишнього середовища; емоційно-інтелектуальна діяльність; підструктура соціального інтелекту, що є однією з характеристик індивідуальності; здатність діяти відповідно до власних почуттів і бажань.

Українські вчені Н. Коврига і Е. Носенко термін „емоційний інтелект” запропонували перекласти на українську мову: „розумність не тільки підіймає нас над нашими пристрастями та слабкостями, а й допомагає скористатись з наших переваг, талантів та добродійності” [10, с. 23]. Вчені стверджують, що саме це значною мірою пов'язано зі змістом емоційного інтелекту, серед аспектів виявлення якого спроможність людини долати власні пристрасті, підійматись над ними; користатись перевагами, талантами та добродійністю, тобто мотивувати себе на виявлення власного особистісного потенціалу.

Актуальність проблеми емоційного інтелекту досить чітко представлена у працях українських учених Н. Ковриги і Е. Носенко [10, с. 6-7] у теоретичному, соціальному і педагогічному аспектах. Вони зазначають, що: в теоретичному плані ця проблема недостатньо розроблена як зарубіжними, так і вітчизняними вченими, що є наслідком недостатньої уваги до вивчення глибинних витоків, особливостей детермінації та форм вираження й перебігу емоційних виявів особистості; у соціальному плані нерозробленість цієї проблеми загрожує тому, що людська цивілізація може опинитись у стані саморуйнування, якщо емоції і надалі протиставлятимуться розуму, вважатимуться неконтрольованими й нерегульованими; у педагогічному плані нерозроблені наукові підходи до цілеспрямованого формування в процесі навчання та виховання емоційної розумності суб'єктів навчання на основі експериментального вивчення особливостей перебігу емоційних процесів і станів та стійких властивостей особистості.

С. Дубовик у статті „Розвиток емоційного інтелекту сучасних менеджерів як умова їхньої успішної діяльності” з'ясував основні підходи щодо визначення сутності поняття емоційного інтелекту, визначені чинники, що впливають на рівень його розвитку. Розглядаються структура емоційного інтелекту, його функції, особливості розвитку та зв'язок між рівнем розвитку емоційного інтелекту менеджерів сучасних організацій і рівнем їхньої успішної самореалізації та ефективної діяльності. Таким чином, емоційний інтелект є важливим фактором забезпечення ефективної роботи менеджера. Він належить до організаційних компетенцій управлінського потенціалу підприємства. Високий рівень емоційного інтелекту як складової сучасного менеджменту дозволяє досягти успішної самореалізації,

збільшує інтелектуальні сили особистості, суттєво впливає на продуктивність праці та забезпечує комфортні взаємовідносини в колективі [6, с. 8-14].

На сьогодні у психологічній науці є дві групи опонентів. Перші психологи стверджують, що рівень EQ закладений у генах як певна біологічна властивість мозку. Їхні опоненти наполягають: емоційний інтелект можливо розвивати й нарощувати. Згідно з даними положеннями, найбільш поширеною важливою ознакою „чоловічої” інтелектуальності є когнітивно-раціональний вимір, „жіночої” – соціально-емоційний вимір. У жінок важливу роль відіграють як вербальні, так і невербальні складові соціального інтелекту, що спираються на два різних канали сприйняття і переробки інформації: неусвідомлений (невербальний) канал та раціональний (вербальний) канал. Жінки більш орієнтовані на людські переживання і більш конформні, ніж чоловіки. Можливо, така чутливість до характеру і відтінків людських взаємин дозволяє більш ефективно засвоювати соціальний досвід, який є середовищем для реалізації та розвитку потенцій соціального інтелекту.

Є. Ільїн пише, що у чоловіків і жінок різний прояв певних емоцій: те, що „пристойно” для жінок (плакати, сентиментальничати, боятися та ін.), „непристойно” для чоловіків, та навпаки, те, що „пристойно” для чоловіків (проявляти гнів та агресію), „непристойно” для жінок. Це пояснюється різними підходами до виховання. Згідно з К. Юнгом, у хлопчиків у процесі їхнього виховання відчуття придушуються, у той час як у дівчаток – вони домінують.

Андрогінність, як передумова емоційного інтелекту, може формуватися в результаті певної стратегії виховання в сім'ї, при якій у дівчаток заохочуються самоконтроль та витримка, в той час як прояви співпереживання і ніжних почуттів у хлопчиків не зустрічають засудження у дорослих. Тому вважається, що саме такий стиль виховання є найбільш вигідним для кращої адаптації в соціумі [5, с. 8].

Е. Носенко, Н. Коврига [9] у монографії подають результати дослідження Леслі Броді та Джудіт Холл, які вивчали гендерні розбіжності в емоційних реакціях і встановили, що у дівчат раніше формується спроможність висловлювати емоції вербально, ніж у хлопців. Це призводить до того, що жінки більш точно висловлюють свої почуття, ніж чоловіки, і заміщують фізичні емоційні реакції вербальними. Вони також установили, що у віці до 10 років хлопці та дівчата не відрізняються суттєво щодо виявлення агресивної поведінки. Коли вони відчувають емоцію гніву, то демонструють фізичну агресію відносно один до одного. Але у віці 13 років спостерігається дуже помітна різниця між представниками жіночої та чоловічої статі. Дівчата набувають значно кращих навиків, ніж хлопці в тактиці вербального та невербального висловлення емоцій, а хлопці продовжують вживати фізичні акти як засіб виявлення гніву. Це дослідження, з нашої точки зору, свідчить про те, що існують різні засоби виявлення емоційної поведінки під час переживань, зокрема гніву, і вони можуть здійснюватися у різних формах.

Дж. Мейєр та П. Селовей, провівши опитування подружжя, з'ясували, що ті пари, де обоє мали високий емоційний інтелект, були найбільш щасливими; ті ж, які мали обоє низький емоційний інтелект, були найбільш нещасливими; там, де емоційний інтелект був високим у одного з пари – займали середню позицію „щасливості” [9].

Також Е. Носенко, Н. Коврига [9, с. 43] розглядають декілька прикладів ідеографічних досліджень, присвячених вивченню різних рівней сформованості емоційного інтелекту у поведінці одружених пар. Практичний психолог Джон Готтман виявив, що неадекватна емоційна поведінка може порушувати подружнє життя. В його лабораторії бесіди з подружжям, що звертались з приводу постійних конфліктів, записували на відеоплівку, а потім аналізували за допомогою прийомів мікроаналізу, спеціально розроблених для виявлення тих емоційних факторів, які, на думку автора, знаходились в основі конфліктів. Автор установив, що тільки невміння стримувати емоції і низький рівень емоційного інтелекту призводять більшість подружжів до розлучень. Обстеживши більше 200 пар, серед яких були і тільки-но одружені, і такі, які вже мали певний досвід сумісного життя, Готтман виявив критерії прогнозування того, які подружні пари з тих, що він спостерігав у лабораторії, дійдуть до розлучення в найближчі 3 роки, а які зможуть продовжити сумісне життя. Його передбачення збулись з точністю до 94%. Слухаючи розмову пар у відеозапису, він й його помічники звертали увагу і на зміну фізіологічних показників стану співрозмовників, які були доступні зовнішньому спостереженню, і аналізували вираз обличчя, використовуючи систему „зчитування” емоцій, розроблену психологом Полом Екманом, і реєстрували інші досить тонкі нюанси виявлення почуттів. Не будемо зупинятись на конкретних аспектах, які допомагали зробити досить точні прогнози щодо подальшого успіху подружнього життя, зазначимо лише, що жорстка критика характерів одне одного чоловіком і жінкою є дуже серйозною ознакою загрози успішності подружнього життя. Тон висловлювання критичних зауважень відносно характеру, а не конкретних виявів поведінки, на думку автора, є одним з аспектів, який допомагає зробити прогноз відносно вірогідності розлучення.

Як відомо, психологія чоловіка та психологія жінки суттєво відрізняються і залежать також від психофізіологічних особливостей людини. Всім відомий науковий факт фізіологічної асиметрії

головного мозку, де права півкуля відповідає за емоційну сферу, а ліва – за сприймання та логічне мислення.

Залежно від функціональної будови мозку, жінка зазнає сильного впливу почуттів і стає емоційною, тобто починає мислити емоціями, а чоловік потрапляє під вплив розуму, і набуває логічної природи, тобто починає мислити аргументами. Таким чином, саме ці суттєві відмінності й спричиняють факт нерозуміння представників протилежних статей. Для жінок важливими є емоції та увага, а також необхідність вираження своїх переживань та почуттів. Натомість, для чоловіків на першому місці перебуває сенс того, що відбувається, тобто все повинно бути аргументовано і виправдано [4].

У жінок і чоловіків спостерігаються принципово різні карти зв'язків. Пам'ятаючи, що ліва півкуля відповідає за абстрактне, аналітичне, вербальне, дискретне мислення – логіку, в той час як права – за просторово-образне, синтетичне, невербальне, симультанне (одночасне), асоціативне мислення – інтуїцію. Так, у жінок спостерігається велика кількість зв'язків між півкулями, що підтверджує їхню здатність поєднувати логіку з інтуїцією, а в чоловіків, навпаки, інформація циркулює практично ізольовано в лівій і правій півкулях, оскільки чоловіки використовують логіку та інтуїцію окремо. Через те, що у чоловіків нейронні зв'язки сильніше ізольовані, їм властиве поетапне вирішення проблем, а саме по одній, крок за кроком. Їхнє мислення, на нашу думку, послідовне. Жінки, навпаки, „мультизадачні” – вміють думати і робити багато справ одночасно, що дозволяє їм бути більш збалансованими та універсальними. Завдяки універсальності мислення жінки рідко досягають максимальних «висот» в обраній справі, в той час як чоловіки зазвичай майстерні в одній сфері, але мають дисбаланс в інших.

Виявлено відносно незначні відмінності будови мозку (не більше 10%) в чоловічій та жіночій вибірках [3]. Так, наприклад, було встановлено, що у чоловіків область мозку, яка відповідає за емоції зазвичай локалізується в правій півкулі головного мозку, створюючи можливість її функціонування в незалежності від інших функцій мозку. У жінок емоції пов'язані зі значною областю обох півкуль й їх функціонування може відбуватися одночасно з функціонуванням інших структур. Чоловіки зосереджуються на одній дії і, лише виконавши цю дію, переключаються на іншу. Чоловічий мозок відрізняється більш суворим розподілом на ділянки, оперуючи емоціями на низькому інстинктивному рівні. Жінки, в свою чергу, можуть перебувати в певному емоційному стані й при цьому успішно займатися актуальною діяльністю [3].

Абсолютна статеворольова фіксованість є патологією, тому що людина може виявляти чоловічі та жіночі сторони у галузі професії, інтересів, почуттів, думок (А. Александров, 2004) [1, с. 455-456]. Позитивний взаємозв'язок андрогінності й емоційного інтелекту виявлений у сучасних дослідженнях [1]. Андрогенні обстежувані на відміну від індивідів з маскулініними і ремінними характеристиками виявляють більшу емоційну гнучкість. В андрогенних індивідів існує поєднання виражених здібностей до розпізнавання і самоконтролю емоцій. В. Зарицька [7, с. 21].

Е. Носенко і Н. Коврига зазначають, що у віці 13 років дівчата набувають значно кращих навичок, ніж хлопці, в тактиці вербального та невербального висловлення емоцій, а хлопці продовжують здійснювати фізичні акти як засіб виявлення гніву [10, с. 35].

За І. Андрєєвою [2], рівень емоційного інтелекту залежить від віку, який значно зростає в період між раннім підлітковим віком (11-13 років) і ранньою дорослістю (20-40 років). Водночас, можна припустити, що недостатній рівень емоційного інтелекту може стати тим важелем, який „запускає” механізм віктимної поведінки осіб юнацького віку.

У наукових дослідженнях зроблена спроба розмежувати біологічні та соціальні підстави розвитку емоційного інтелекту. Так, І. Андрєєва в якості біологічних передумов називає: спадкові задатки емоційної здібності як ступеня успішності адаптації емоційного відгуку на стимул до обставин, правопівкульний тип мислення, екстраверсію. В якості соціальних: емоційну сферу, тобто інтерес до внутрішнього світу людини (у тому числі і до свого власного), схильність до психологічного аналізу поведінки, цінності, що приписуються емоційним переживанням. В якості факторів, що визначають розвиток емоційного інтелекту, називаються особливості емоційності, когнітивні здібності, уявлення про емоції [2].

Таким чином, розглянуті різні погляди на гендерні особливості в емоційній сфері особистості. Жінки активно проявляють свої емоції, а чоловіки здебільшого не бажають, щоб оточуючі бачили їх емоційними, тому що гендерно це їм не притаманно. Згідно із статистичними даними, хлопці демонструють більш низький рівень розвитку емоційного інтелекту, ніж дівчатка. Формування і закріплення гендерних відмінностей у емоційному інтелекті великою мірою залежить від соціальних стереотипів, культурних норм та рольових очікувань.

Список використаної літератури:

1. Александров А. А. Психотерапия : [учебное пособие] / А. А. Александров. – СПб. : Питер, 2004. – 480 с.
2. Андреева И. Н. О становлении понятия „эмоциональный интеллект” / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2008. – №5. – С. 83–95.
3. Берн Ш. М. Гендерная психология : законы мужского и женского поведения / Ш. М. Берн. – С-П. : Прайм-Еврознак, 2008. – 318 с.
4. Гадецкий О. Законы судьбы, или Три шага к успеху и счастью / О. Гадецкий. – Саратов: Психология Третьего Тысячелетия, 2010. – 348 с.
5. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект [Электронный ресурс] / Д. Гоулман. – ВКТ, 2009. – 160 с. – Режим доступа: <http://likebook.ru/books/download/185850>
6. Дубовик С. Г. Развитие эмоционального интеллекта современных менеджеров как условия их успешной деятельности [Электронный ресурс] / С. Г. Дубовик, Т. І. Дробчук // Вісник Сумського національного аграрного університету. Серія : Економіка і менеджмент. – 2014. – Вип. 5. – С. 8–14. – Режим доступа : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vsna_ekon_2014_5_4
7. Зарицька В. В. Емоційний інтелект: аналіз наукових теорій [Електронний ресурс] / В. В. Зарицька // Теорія і практика сучасної психології. – 2010. – Вип. 1. – С. 17–22. – Режим доступа: http://nbuv.gov.ua/UJRN/trsp_2010_1_6
8. Колісник Л. О. Развитие эмоционального интеллекта как фактора предотвращения одиночества в юношеском возрасте / дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Колісник Людмила Олексіївна. – Київ, 2016. – 307 с.
9. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції : [монографія] / Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига. – К. : Вища школа, 2003. – 126 с.
10. Носенко Е. Л. Посібник до вивчення курсу „Теорія емоційного інтелекту” / Е. Л. Носенко, А. Г. Четверик-Бурчак. – 2014. – 73 с.
11. Попова Т. С. Теоретичні засади дослідження емоційного інтелекту [Електронний ресурс] / Т. С. Попова, І. І. Горват-Янушевська // Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу „Києво-Могилянська академія”. Серія : Соціологія. – 2014. – Т. 244, Вип. 232. – С. 63–66. – Режим доступа: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npchdusoc_2014_244_232_15
12. Шпак М. Емоційний інтелект у контексті сучасних психологічних досліджень [Електронний ресурс] / М. Шпак // Психологія особистості. – 2011. – № 1. – С. 282–288. – Режим доступа: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ро_2011_1_36