

3. Асмолов А. Г. Психология личности: Культурно-историческое понимание развития человека. / А.Г.Асмолов// — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Смысл: Издательский центр «Академия», 2007. — 528 с.
4. Биржаков М.Б. Введение в туризм. / М.Б.Биржаков//— М–СПб.: «Издательский Дом ГЕРДА», НП «Издательство «Невский Фонд», 2014. — 544 с.
5. Кляп М.П. Сучасні різновиди туризму / М.П. Кляп, Ф.Ф. Шандор// - К.: Знання, 2013. - 334 с.
6. Коверзнева И. А. Психология активности и поведения. / И.А.Коверзнева// М., 2010.
7. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. / А.Н, Леонтьев//- М., 1975.
8. Маслоу А. Г. Мотивация и личность: пер. с англ. / А. Г. Маслоу//. - СПб.: Евразия, 2001. - 479с.
9. Петровский А. В. Личность. Деятельность. Коллектив. / А.В.Петровский//- М.: Политиздат. — 1982. — 255 с.
10. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. / С.Л.Рубинштейн// - 2-е изд. М., 1946.

Отримано 07.09.2015 р.

УДК 159.942

Норкіна І.І.[°]

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультету психології, студентка

АНАЛІЗ ПОГЛЯДІВ ВЧЕНИХ НА СУТНІСТЬ І СТРУКТУРУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

Стаття присвячена дослідженню сутності та структури емоційного інтелекту. Автором проаналізовані різні теоретичні підходи до визначення поняття «емоційний інтелект» в контексті психологічних досліджень; обґрунтовано роль емоцій у розвитку емоційного інтелекту; доведено правомірність виділення емоційного інтелекту в окремий вид інтелекту; дається авторське визначення поняття «емоційний інтелект» для подальшого його розвитку.

Ключові слова: емоційний інтелект, емоції, мислення, емпатія

Статья посвящена исследованию сущности и структуры эмоционального интеллекта. Автором проанализированы различные теоретические подходы к определению понятия «эмоциональный интеллект» в контексте психологических исследований; обоснована роль эмоций в

[°] © Норкіна І.І., 2015 р.

развитии эмоционального интеллекта; доказана правомерность выделения эмоционального интеллекта в отдельный вид интеллекта; дается авторское определение понятия «эмоциональный интеллект» для дальнейшего его развития.

Ключевые слова: *эмоциональный интеллект, эмоции, мышление, эмпатия*

The issue is dedicated to the investigation of structure and matter of emotional intelligence. Author analyzed various theoretical approaches towards determination of a concept of "emotional intelligence" in terms of psychological research; influence of emotions onto the development of emotional intelligence is reasoned; justification of allocation of emotional intelligence as a separate type of intelligence is proved; author's definition of a term "emotional intelligence" is given for its further development.

Keywords: *emotional intelligence, emotions, thinking, empathy*

Актуальність дослідження. Актуальність проблеми зумовлена тим, що емоційний інтелект є однією з головних складових у досягненні успіху в особистому житті та професійній діяльності.

Слід зазначити, що проблема під назвою «емоційний інтелект» стає все більш популярною у науковому світі, хоча в науці ще не існує чіткого і однозначного визначення цього поняття. Різні тлумачення аспектів цього поняття мали місце в усі часи при вивченні проблеми емоційної культури людини та суспільства.

В сучасних психологічних дослідженнях підкреслюється значущість в діяльності людини виховання почуттів; стверджується, що поряд із загальною орієнтацією у світовому просторі необхідна й емоційна орієнтація, яка полягає у здатності безпосередньо розпізнавати емоційні стани інших і будувати свої емоційні стосунки з ними. Якщо людина вміє розбиратись у емоційних переживаннях і управляти ними, тоді значно легше розв'язувати життєві проблеми.

Мета дослідження – дослідити погляди вчених на сутність та структуру емоційного інтелекту в контексті психологічних досліджень зарубіжних вчених.

На сьогодні проблемою емоційного інтелекту займаються спеціалісти у всьому світі. Їх дослідження однозначно показують, що успіх значною мірою залежить від розумного володіння емоціями, тобто емоційним інтелектом. З цього приводу, наприклад, Є. Ільїн [6, с. 243] писав, що маленькі діти часто неадекватно сприймають емоції інших; ця здібність розвивається в процесі формування особистості, але не однаково стосовно різних емоцій, тому розумінню емоцій треба вчитися. Це наштовхує вчених на думку, що існує спеціальний вид інтелекту – емоційний.

В останні десятиліття емоційний інтелект як окремий вид інтелекту досліджували такі вчені, як: І. Андрєєва, В. Барабанщиков, Н. Билкіна, Г. Гарскова, Д. Гоулман, Дж. Капрара, Н. Коврига, Д. Люсін, Дж. Майєр, Е. Носенко, П. Селовей, Д. Сервон, Дж. Стайн та інші.

Поняття «емоційний інтелект» було введено в науковий обіг П. Селовеєм і Дж. Майєром в 1990 році та одержало розповсюдження завдяки книзі Д. Гоулмана, в якій він проаналізував однорідність поняття «інтелект» і

взаємозв'язок інтелектуальних операцій з емоціями.

Згідно тверджень П. Селовея, емоційний інтелект включає в себе сукупність здатностей: точне розпізнавання своїх і чужих емоцій, емпатію, управління своїми і чужими емоціями, стратегічне використання емоцій з метою мотивації і розв'язання завдань. Пізніше він разом з Дж. Майєром дійшли до побудови чотирьох компонентної структури емоційного інтелекту.

Д. Гоулман емоційний інтелект розглядає як сукупність семи компонентів: самосвідомість, самомотивацію, стійкість за наявності несприятливих обставин, контроль збуджень, регуляцію настрою, емпатію і оптимізм, які дають можливість особистості досягнути свої почуття та почуття інших, керувати емоціями і використовувати їх у стосунках з іншими [5].

Дж. Стайн [9, с. 296] емоційний інтелект визначає як здатність до сприйняття власних почуттів і почуттів інших людей. Вона включає в емоційний інтелект чотири найважливіші навички: самосвідомість, управління емоціями, сприйнятливість і позитивні взаємостосунки.

Самосвідомість означає уміння бути в контакті з самим собою і знати, що ти відчуваєш, коли ти це відчуваєш, і розуміти, що ці почуття означають.

Управління емоціями означає здатність заздалегідь визначати свою реакцію на майбутню подію і знаходити позитивні шляхи для подолання негативних почуттів, здатність добиратися до глибоких емоційних джерел, які можуть мотивувати людину для подолання труднощів.

Сприйнятливість означає уважність і підвищена чутливість до емоцій і настроїв інших людей.

Позитивні взаємовідносини означають соціальні навички, які дозволяють залишати про себе теплі, позитивні почуття у членів сім'ї, колег по роботі, інших людей і успішно оминати різні конфліктні міжособистісні ситуації, знаходити рівновагу між щирим вираженням емоцій і повагою, етикетом і обережністю.

Труднощі у вивченні емоційного інтелекту, як зазначають Дж. Капрара і Д. Сервон [7, с. 245], пов'язані з його вимірюванням, тому що одні методики виявляються ненадійними, а інші – не дуже відповідають меті дослідження, хоча вони надають дуже важливу інформацію, щодо значення та розвитку емоційного інтелекту, який впливає на когнітивні стилі і здібності до саморегуляції, допомагають розвивати емоційний досвід і емоційне життя людини в цілому.

Г. Гарскова [4, с. 245] цінність емоційного інтелекту вбачає в тому, що емоції відображають ставлення людини до різних сфер життя і до самої себе, а інтелект саме й слугує для розуміння цих стосунків, тому емоції можуть бути об'єктом інтелектуальних операцій. Ці операції здійснюються у формі вербалізації емоцій, заснованій на їх усвідомленні і диференціюванні. На її думку, емоційний інтелект – це здатність розуміти стосунки особистості, репрезентовані в емоціях, і керувати емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу та синтезу.

Необхідною умовою емоційного інтелекту є розуміння категорії «емоція» суб'єктом, стверджує Д. Люсін. Провівши дослідження, він впевнився в тому, що значна частина респондентів не розуміють саме це поняття і підміняють його особливими якостями або поняттями мотиваційної природи (бажання, очікування та ін.). Виходить, що процес розпізнавання емоцій співвідноситься з ситуацією реального спілкування, зазначають Н. Билкіна і Д. Люсін [2, с. 38–48] відмічаючи, що люди проявляють різні емоційні реакції на одні і ті ж ситуації, навіть якщо у

них цілі однакові. Не існує також однозначних зв'язків між емоцією і її зовнішнім проявом, що вже свідчить про неоднаковий рівень розвитку емоційної сфери у людини.

Аналізуючи підходи відомих психологів до трактування поняття «емоційний інтелект» та розкриття його сутності, І. Андрєєва [1] наводить визначення окремих з них. Так, емоційний інтелект визначають: як здатність діяти з внутрішнім середовищем своїх почуттів і бажань; як здатність розуміти ставлення особистості, репрезентовані в емоціях, і керувати емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу і синтезу; як здатність ефективно контролювати емоції і використовувати їх для покращення мислення та інше. Своє пояснення сутності емоційного інтелекту І. Андрєєва дає таким чином: емоційний інтелект відображає внутрішній світ і його зв'язки з поведінкою особистості і взаємодією з реальністю, а кінцевим продуктом емоційного інтелекту є прийняття рішень на основі відображення і осмислення емоцій, які є диференційованою оцінкою подій, що мають особистісний смисл [1].

Н. Коврига і Е. Носенко [8, с. 29–30] визначають емоційний інтелект як дуже важливу інтегральну характеристику особистості, яка реалізується в здібностях розуміти емоції, узагальнювати їх зміст, виокремлювати емоційний підтекст у міжособистісних стосунках, регулювати емоції таким чином, щоб сприяти за допомогою позитивних емоцій успішній когнітивній пізнавальній діяльності та долати негативні емоції, які заважають спілкуванню чи досягненню індивідуального успіху.

Виокремлення емоційного інтелекту як окремого виду інтелекту особистості вище означеними дослідниками засвідчує його право на існування, можливість виявлення, прояву і вимірювання рівня його розвитку у особистості. Перш, ніж дати власне авторське тлумачення поняття «емоційний інтелект», вважаємо за доцільне виокремити основні ознаки, які, на нашу думку, доводять правомірність виділення емоційного інтелекту в окремий вид інтелекту:

- Перша ознака – наявність реакцій у особистості на предмети, об'єкти, ситуації, з якими стикається особистість в процесі життєдіяльності. Ці реакції можуть бути адекватними чи неадекватними.
- Друга ознака – оцінка особистістю реакцій на предмети, об'єкти, ситуації інших людей.
- Третя ознака – здатність визначати роль емоцій у житті людини.
- Четверта ознака – здатність проявляти емоції відповідно до ситуації або всупереч їй.
- П'ята ознака – здатність особистості контролювати свої емоції.
- Шоста ознака – здатність особистості розпізнавати і керувати емоціями інших людей.
- Сьома ознака емоційного інтелекту – здатність особистості використовувати емоції для досягнення поставленої мети.
- Восьма ознака – рівень розвитку емоційної сфери можна вимірювати за конкретними методиками, про що свідчать експериментально перевірені психологічні дослідження.
- Дев'ята ознака: сам факт виділення в психологічній науці емоцій як «особливого класу суб'єктивних психологічних станів особистості, які відображають у формі безпосередніх переживань, відчуттів приємного чи

неприємного ставлення людини до світу і до людей, до процесу і результату її практичної діяльності» [2, с. 367].

Усі виділені нами ознаки не суперечать ознакам інтелекту, які, спираючись на відомі наукові судження, виділив Г. Гарднер. Враховуючи усі виділені нами ознаки емоційного інтелекту та ознаки високого рівня емоційного інтелекту, визначення поняття «емоційний інтелект» нами пропонується у такій редакції. «Емоційний інтелект – це інтегральна властивість особистості розпізнавати, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших і використовувати ці здатності у діяльності та спілкуванні».

А виходячи із своїх власних досліджень своє судження про загальне визначення поняття «інтелект» Г. Гарднер висловив у такій формі: «Інтелект – це здібності розв'язувати проблеми або створювати продукти діяльності людини, які мають цінність у певній чи кількох культурах».

Крім Г. Гарднера теорію інтелекту досліджувала Дж. Стайн. Нею виділяється шість видів інтелекту: вербальний, візуальний, логічний, творчий, фізичний, емоційний. На відміну від Г. Гарднера вона не просто говорить про роль емоцій у кожному з видів інтелекту, а чітко виділяє емоційний інтелект як окремий вид інтелекту, ставить його на перше місце за значущістю і обґрунтовує цю свою позицію.

На основі аналізу наукової літератури про інтелект, зокрема емоційний інтелект різними вченими і власного бачення сутності цього феномену нами сформульовано визначення поняття «емоційний інтелект» як інтегральної властивості особистості, яка проявляється у здатності розпізнавати, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших людей і використовувати їх у діяльності та спілкуванні. На наш погляд, це визначення найбільш повно відображає сутність поняття «емоційний інтелект», розкриває шляхи його розвитку і значущість для життєдіяльності людини.

Висновки. В психологічній літературі дається визначення поняття «емоційний інтелект», розкривається його сутність і структура, критерії визначення рівня розвитку за розробленими для цього спеціальними методиками. Єдиного тлумачення поняття «емоційний інтелект» в науковій літературі не існує, кожен автор намагається дати свою інтерпретацію даного поняття. Вчені вважають необхідним дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту особистості у різні вікові періоди.

Психологами доведено, що для розвитку емоційного інтелекту необхідно структурувати його компоненти і виокремити перелік критеріїв для кожного компоненту, щоб можна було виявити рівень його розвитку. Встановлено, що єдиного підходу до побудови структури емоційного інтелекту не існує. Кожний з авторів буде її в залежності від власного тлумачення сутності цього феномену.

На основі аналізу розглянутих нами підходів вчених до структури емоційного інтелекту встановлено, що: емоційний інтелект – це сукупність компонентів, кожний з яких являє собою перелік основних здібностей особистості, але їх перелік дещо перевантажений, що утруднює застосування методик для виявлення рівня їх розвитку; дослідники вважають, що емоційний інтелект можна розвивати, але не показують, як цей процес будувати; вчені пропонують починати розвиток емоційного інтелекту з розвитку внутрішньо особистісної сфери, хоч відомо, що розвиток внутрішньо особистісних і міжособистісних емоцій тісно

переплітаються, а не ідуть одна за одною; вчені вважають необхідним навчити особистість управляти емоціями, показують для чого це потрібно, але не показують, як це здійснювати. У кожній з розглянутих нами структур є і свої тільки для них характерні критерії: врахування емоцій у когнітивній діяльності – Дж. Майер і П. Селовей; соціальна чутливість – Д. Гоулман; самомотивація – І. Андрєєва, налаштування себе на діяльність, налагодження позитивних стосунків – Н. Коврига і Е. Носенко, але їх нелегко відслідковувати, бо вони не конкретизовані, щоб визначити рівень їх розвитку.

Список використаних джерел:

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 78–86.
2. Былкина Н.Д. Развитие представлений детей об эмоциях в онтогенезе / Н.Д. Былкина, Д.В. Люсин // Вопросы психологии. – 2000. – № 1. – С. 38–48.
3. Гарднер Г. Структура разума: теория множественного интеллекта / Г. Гарднер. – М. : Вильямс, 2007. – 512 с.
4. Гарскова Г.Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию / Г.Г. Гарскова // Ананьевские чтения – 99 : тезисы науч.-практ. конф. – СПб., 1999. – С. 25–26.
5. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман ; [пер. с англ. А.П. Исаевой]. – М. : АСТ : АСТ МОСКВА : ХРАНИТЕЛЬ, 2008. – 478 с.
6. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2007. – 783 с.
7. Капрара Д. Психология личности / Д. Капрара, Д. Сервон. – СПб. : Питер, 2003. – С. 449–450.
8. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як інтегральна особистісна властивість / Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига // Практична психологія та соціальна робота. – 2008. – № 9. – С. 22–27.
9. Стайн Д. Язык интеллекта / Д. Стайн. – М. : ЭКСМО, 2006. – 352 с.

Отримано 20.09.2015 р.