

УДК 378.011.32:37.047:159.925(049)

ЗНАЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ДЛЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Зарицька В.В.

I. Вступ

Проблема значущості емоційного інтелекту для життєдіяльності людини сучасного суспільства є надзвичайно актуальною. Це обумовлено, у першу чергу, тими швидкоплинними процесами, які ведуть до кардинальних змін у суспільстві і вимагають від особистості бути суб'єктом власного життя, тобто проявляти максимально можливу активність у виборі власного життєвого шляху.

Процес вибору життєвого шляху стає дуже складним, а для молоді, яка не готова правильно реагувати на навколишні події, керувати своїми емоціями, оцінювати свій особистісний потенціал, долати труднощі, викликані змінами у суспільстві, стає проблемою, яку вони не в змозі розв'язати, що часто призводить до вибору хибної моделі поведінки або й шляху життя. Це і не дивно, бо доведено, що соціальні зміни, які відбуваються у суспільстві, на рівні глобальних процесів більш рельєфні і доступні спогляданню, ніж процеси, які відбуваються у свідомості, психіці, внутрішньому стані індивіда.

Психологічний вплив оточення багато в чому обумовлює характер спілкування і діяльності, процеси адаптації, засоби і методи життєвизначеності особистості, що зумовлено особливостями емоційного сприймання цього впливу та здатністю індивіда адекватно реагувати на нього завдяки вмінню керувати власними емоціями.

Практика показує, що найбільших успіхів у житті досягають ті люди, які здатні у критичні моменти взяти себе в руки і не піддаватися як негативним емоціям (гнів, роздратованість, зневіра, страх, страждання, відчай та ін.), так і позитивним (захват, надмірна радість, позитивне здивування та ін.), тобто люди, які здатні керувати своїми емоціями.

Якщо людина має таку здатність, то вона розсудливо себе веде у будь-якій емоційно напруженій ситуації, тобто емоційно розумно діє у кожному конкретному випадку.

У зв'язку із цим останнім часом зростає зацікавленість науковців проблемою співвідношення емоцій і розуму, їх взаємодії і взаємовпливу. Вчені доводять, що хороші розумові здібності, високі показники IQ ще не є гарантією успішності людини у житті, кар'єрному зростанні. Виходить, що високий рівень інтелекту є важливою умовою самореалізації особистості у житті, але недостатньою, бо не менше значення, як показують практика і дослідження багатьох зарубіжних

і вітчизняних учених, має здатність будувати позитивні стосунки з іншими людьми, враховуючи їх внутрішній стан, особливості його прояву в емоціях, переживаннях; уміння протистояти стресам і залишатися оптимістом, працювати в команді, незважаючи на окремі невдачі чи перешкоди. Сучасні роботодавці все більше схильні брати на роботу тих спеціалістів, які швидко орієнтуються в життєвих ситуаціях, професійних проблемах, здатні проявляти активність, брати ініціативу в свої руки, оптимістично налаштовані на можливості досягати успіху, сміливо і виважено підходять до планування і виконання роботи, здатні довести справу до логічного завершення, перебудовуватись, якщо того вимагає справа.

II. Постановка завдання

Мета статті – проаналізувати розвиток уважень про емоційний інтелект та його значущість для людини у сучасному суспільстві.

III. Результати

Психологи і філософи услід за стародавніми мислителями все частіше підкреслюють актуальність проблеми розвитку емоційної сфери людини, її відкритості у своїх емоційних переживаннях [5, с. 23], пов'язуючи її можливості з гармонійною взаємодією серця і розуму, афекту та інтелекту. Зокрема, Л. Виготський [2] дійшов висновку про існування динамічної смислової системи, яка являє собою єдність афективних та інтелектуальних процесів. Він стверджував, що відрив інтелектуального боку нашої свідомості від її афективного, вольового боку є одним із головних і корінних недоліків усєї традиційної психології. На думку Л. Виготського, єдність афекту та інтелекту виявляється:

- у взаємозв'язку і взаємовпливі цих боків психіки на всіх рівнях розвитку;
- в тому, що цей зв'язок є динамічним, причому кожному рівню розвитку мислення відповідає свій рівень розвитку афекту.

Однак окреслені підходи Л. Виготського та інших учених до розуміння єдності афекту та інтелекту в процесі розвитку людини поки що не отримали належної розробки. На це звертали увагу В. Вілюнас, Д. Ельконін, Г. Кравцов, Е. Носенко, С. Рубінштейн та ін., які стверджували, що суттєвим недоліком розгляду психічного розвитку дитини є розрив між процесами розумового та емоційного розвитку.

У сучасному суспільстві проблема розуміння і прояву емоцій стоїть досить гостро, оскільки в ньому штучно насаджується культ раціонального ставлення до життя як еталону, в якому немає місця емоціям.

Свого часу К. Ушинський [1] підкреслював глибокий соціальний зміст емоцій і стверджував, що суспільство, яке турбується про розвиток тільки розуму, робить велику помилку, бо людина більше людина в тому, як вона відчуває, ніж як вона думає. Дійсно, реальне життя показує, що культ раціональності і високий освітній рівень безпосередньо ще не забезпечують гуманістичний світогляд та емоційну культуру людини.

На думку О. Яковлевої [4], усвідомлення власної індивідуальності людиною є саме усвідомленням власних емоційних реакцій і станів, які вказують на індивідуальне ставлення до того, що відбувається.

Відомо, що заборона емоцій веде до їх витіснення із свідомості людини. У свою чергу, неможливість психологічної переробки емоцій сприяє розростанню їх фізіологічного компонента, що призводить до неврозів. З особливою силою і чіткістю емоційні проблеми проявляються у людей з низьким рівнем самоконтролю. Звільнившись з-під контролю свідомості, емоції перешкоджають здійсненню намірів, порушують міжособистісні стосунки, не дають змоги належним чином виконувати службові і сімейні обов'язки, ускладнюють відпочинок, погіршують стан здоров'я.

Для розв'язання проблеми емоційних і психологічних розладів необхідна, на думку багатьох дослідників (І. Андреева, Х. Вайсбах, Д. Гоулман, У. Дакс, Н. Коврига, Е. Носенко, Г. Орме, Я. Рейковський, А. Чеботар, Е. Яковлева та ін.), цілеспрямована робота з розвитку емоційної мудрості, тієї здатності, яка в сучасних дослідженнях називається емоційним інтелектом.

Актуальність проблеми розвитку емоційного інтелекту досить чітко обґрунтована Н. Ковригою і Е. Носенко [5] у теоретичному, соціальному і педагогічному аспектах. Вони зазначають, що:

- в теоретичному плані ця проблема недостатньо розроблена як зарубіжними, так і вітчизняними ученими, 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 і нерегульованими;
- у педагогічному плані не розроблені наукові підходи до цілеспрямованого формування в процесі навчання та виховання емоційної розумності суб'єктів навчання на основі експериментального вивчення особливостей перебігу емо-

ційних процесів і станів та стійких властивостей особистості.

Необхідно зазначити, що проблема під назвою "емоційний інтелект" стає все більш популярною у науковому і бізнесовому світі, хоча в науці ще не існує чіткого й однозначного визначення цього поняття. Різні тлумачення аспектів цього поняття мали місце повсякчас у процесі вивчення проблеми емоційної культури людини, суспільства. Ще в Біблії ми знаходимо приклади емоційної мудрості людини: "Иной пустослов уязвляет мечом, а язык мудрых врачует" (22:18); "Долготерпеливый лучше храброго, а владеющий собой лучше завоевателя города" (16:32) [6].

Стародавні філософи звертали увагу на емоції людини та їх значущість у життєдіяльності. Так, ще Публій Сиріус говорив про те, що людині необхідно керувати своїми емоціями, а то вони будуть керувати людиною. Набагато пізніше К. Юнг відзначав сильний вплив емоцій на стан індивіда в цілому.

У психологічній науці на сьогодні не тільки не існує єдиного тлумачення поняття "емоційний інтелект", а й ставлення до нього вчених неоднозначне. У традиційній західній психології емоції розглядаються деякими дослідниками як втручання, яке настільки дезорганізує і руйнує розумову активність, що їх потрібно контролювати, і вважають, що сам термін "емоційний інтелект" є суперечливим.

Учені, які критично ставляться до концепції емоційного інтелекту, так обґрунтовують свою позицію:

- інтелект є недоречною метаморфозою, яку доцільно замінити терміном "компетентність";
- інтелект визначається як здатність, і жодних унікальних здібностей, пов'язаних з емоціями, не існує;
- в уявленнях про емоційний інтелект емоції підміняються інтелектом;
- емоції розглядаються як феномен, зумовлений втратою інтелектуального контролю і відсутністю свідомої мети.

Інші зарубіжні вчені, навпаки, доводять необхідність і можливість не тільки існування в психології феномену "емоційний інтелект", а й розвитку його як важливої якості сучасної людини. Особливо широкого розголосу набуло це поняття в зарубіжній психології завдяки книзі Д. Гоулмана "Emotional Intelligence", яка була опублікована у 1995 р. Останнім часом цей автор опублікував ряд бестселерів, у яких стверджується важливість емоційного фактора для успішної діяльності людини, розвинувши тим самим ідею емоційного інтелекту як доповнення, а іноді і противаги інтелекту раціональному.

Можливо твердження Д. Гоулмана теорією назвати і важко, бо логічні закономірності і причинно-наслідкові зв'язки у розміркову-

ваннях автора простежити нелегко, а висновки ним робляться на основі прикладів з життя у сфері бізнесу та їх асоціативних зв'язків з принципами, які він декларує. Разом з тим Д. Гоулман наводить численні приклади, які наочно демонструють важливість розуміння людиною власних емоцій та емоцій інших людей, а також уміння контролювати свої почуття і будувати позитивні стосунки з людьми. У своїх дослідженнях він показав, що IQ впливає на успішність людини від 4 до 25%, і пояснює це тим, що для того, наприклад, щоб стати менеджером, необхідно мати певний рівень IQ, а щоб стати успішним менеджером, необхідно додатково володіти ще й здібностями іншого роду, а саме здібностями, пов'язаними з розумінням і керуванням емоціями. У зв'язку із цим серед менеджерів став популярним вислів про те, що завдяки IQ людина влаштовується на роботу, а завдяки EQ – робить кар'єру. Таким чином, Д. Гоулман на конкретних прикладах упевнено доводить, що найбільш успішні у своїй діяльності ті люди, які вміло поєднують розум і емоції, почуття. Саме люди з високим емоційним інтелектом, на його думку, швидше приймають рішення, ефективніше діють у критичних ситуаціях, краще керують своїми підлеглими, що, відповідно, і сприяє їх кар'єрному зростанню і процвітанню тієї структури, у якій вони працюють.

Таким чином, теорія емоційного інтелекту спростовує одну з ідей психології ХХ ст. про те, що для успіху в роботі немає місця емоціям.

На сьогодні проблемою емоційного інтелекту займаються спеціалісти у всьому світі. Серед них можна назвати таких як: І. Андреева, Р. Бар-Он, Х. Вайсбах, Д. Гоулман, У. Дакс, Д. Карузо, К. Кеннон, Н. Коврига, Г. Кравцов, Дж. Майер, Л. Морріс, Е. Носенко, Е. Оріолі, Г. Орме, П. Селовеї, С. Спасибенко, А. Чеботар та ін. Їх дослідження однозначно показують, що успіх значною мірою залежить від розумного володіння емоціями або емоційним інтелектом (EQ). Саме ним і визначаються характер та рівень сприйняття людиною світу, подій, окремих людей, а також реакція на все, яка, у свою чергу, впливає на ефективність її дій. Незважаючи на те, що, як і кожна особливість людини, емоційний інтелект певною мірою передбачений генетично, й основа для повного використання цього потенціалу закладається у дитинстві, значна кількість необхідних здібностей, якостей людини може бути розвинута. Особливої важливості розвиток емоційного інтелекту починає набувати у шкільному віці, оскільки саме в цей період відбувається формування активного емоційного ставлення особистості до себе та інших, викликане навчальною діяльністю, відбувається процес удосконалення самосвідомості, здатності до рефлексії і децентралізації (вміння зрозуміти позицію однокласни-

ка чи вчителя, враховувати їх потреби, почуття). Шкільний період життя дітей відрізняється високою сенситивністю і гнучкістю усіх психічних процесів, а також глибоким інтересом до свого внутрішнього світу. У кожному з вікових періодів шкільного життя (молодший шкільний, підлітковий, юнацький вік) процес розвитку емоційного інтелекту має свої особливості, проте основні структурні елементи емоційного інтелекту, починаючи розвиватися у молодшому шкільному віці, з часом у дитини не зникають, а вдосконалюються упродовж всього шкільного навчання, тому молода людина має можливість досягти такого рівня розвитку, в тому числі й емоційного інтелекту, щоб у дорослому, післяшкільному житті успішно продовжувати навчання, організовувати позитивне спілкування з новими людьми у нових соціальних умовах, включатися у різні соціальні зв'язки в процесі практичної діяльності з людьми різного віку, майнового та соціального стану.

Розвиток емоційного інтелекту у шкільному віці не просто важливий і бажаний, для цього є об'єктивні передумови, спонукальні фактори, найбільш вагомими серед яких, наприклад, Н. Коврига і Е. Носенко, вважають такі.

Перший фактор. В останнє десятиліття значно вдосконалився інструментарій вивчення емоцій завдяки розробці інноваційних методів дослідження їх енергетичних аспектів, впровадженню методів резонансної томографії мозку.

Дослідники емоційного інтелекту уже навчилися розпізнавати переживання певних почуттів людиною, її уявлення, мрії; визначати, наскільки ці почуття викликають гнів або радість. Це розуміння нейрофізіологічних механізмів функціонування емоцій дає можливість сконцентрувати увагу на виявленні нових засобів для подолання емоційних криз людини чи всього людства. Дослідники цієї проблеми зауважують, що останнім часом роль почуттів у ментальному житті людини значно зменшувалася ученими, залишаючи емоції значною мірою "недослідженим компонентом" у науковій психології. Н. Коврига і Е. Носенко вважають, що нині психологія має змогу досить авторитетно відповісти на складні запитання щодо появи емоцій та можливих форм їх свідомого регулювання.

Другий фактор. У вітчизняній психології вже існують певні теоретичні традиції вивчення складної детермінації психічної діяльності людини, на які можуть спиратися подальші дослідження з проблеми емоційного інтелекту. На основі цих матеріалів є можливість конкретизувати вивчення стану емоційного інтелекту і механізмів його розвитку, хоч варто зазначити, що наявні тести визначення рівня розвитку емоційного інтелекту недосконалі. Є потреба у розробці більш досконалих методик дослідження цьо-

го феномену. Отже, існують об'єктивні спонукальні фактори, а також можливості розвивати емоційний інтелект у шкільний період життя особистості, проте є ряд протиріч, які необхідно розв'язати саме у шкільному віці, коли найбільш активно формуються і розвиваються усі психічні процеси і відбувається соціальне становлення особистості. Разом з тим аналіз досліджень проблеми розвитку емоційного інтелекту, а також матеріалів науково-практичних конференцій, проведених останнім часом з цієї проблеми, дають змогу констатувати наявність ряду протиріч, які потрібно долати практичним працівникам у кожному конкретному випадку. Найбільш серйозними є протиріччя:

- між високим рівнем інтелекту і низькими показниками успішності людини у житті;
- між усталеним традиційним трактуванням значущості інтелектуальних можливостей людини і недооцінюванням значущості її емоційного стану;
- між об'єктивною необхідністю розвитку емоційного інтелекту і переважанням суб'єкт-об'єктної орієнтації у взаємодії учасників цього процесу;
- між зовнішньою оцінкою значущості емоційного інтелекту у житті людини і самооцінкою впливу емоційного інтелекту на прийняття розумних рішень;
- між емоційним станом людини та її здатністю до прийняття виважених рішень;
- між високим рівнем інтелектуального розвитку і нездатністю адаптуватися до нових умов у конкретному мікросоціумі;
- між потребою підвищення рівня розвитку емоційного інтелекту, що зростає, і недостатньою розробленістю механізмів та технологій здійснення цього процесу;
- між усвідомленням необхідності розвивати емоційний інтелект у шкільному віці і відсутністю належної уваги в учасників освітньо-виховного процесу до його розвитку в учнів.

Виходить, що подолання вищезазначених протиріч істотно залежить не тільки від наявності об'єктивних факторів, а й від створення психологічних умов в освітньому закладі, наявності методичного забезпечення (механізмів, методичних матеріалів, технологій, діагностик та ін.), готовності учасників освітньо-виховного процесу до здійснення цієї роботи.

IV. Висновки

Усе вищевикладене дає змогу зробити такі висновки:

1. Емоційний інтелект – важлива складова загального розвитку особистості, яка передбачає гармонійну взаємодію серця і розуму.

2. Одним із корінних недоліків традиційної психології є відрив інтелектуального боку свідомості людини від її афективного, вольового боку.

3. Проблема розвитку емоційного інтелекту особливо актуальна в теоретичному, соціальному та педагогічному аспектах.

4. У психологічній науці і на сьогодні не тільки не існує єдиного тлумачення поняття "емоційний інтелект", а й ставлення до нього неоднозначне.

5. Визначено, що успішність життєдіяльності людини значною мірою залежить не тільки від рівня розвитку розумових здібностей (IQ), а й від розвитку емоційного інтелекту (EQ).

6. Доведено, що емоційний інтелект можна розвивати, і для цього є об'єктивні спонукальні фактори, хоча має місце ряд протиріч, які потрібно долати в процесі його розвитку. Ефективність цієї роботи, крім урахування об'єктивних спонукальних факторів, залежить ще й від створення психологічних умов у освітньо-виховних закладах, методичного забезпечення та усвідомлення спеціалістами необхідності цієї роботи.

Література

1. Куницина В.Н. Межличностное общение / В.Н. Куницина, Н.В. Казаринова, В.М.Погольша. – СПб. : Питер, 2001.
2. Выготский Л.С. О психологических системах / Л.С. Выготский // Выготский Л.С. Собрание сочинений : в 6 т. / Л.С. Выготский. – М. : Педагогика, 1982. – Т. 1. – С. 109–131.
3. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 78–86.
4. Яковлева Е.Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития / Е.Л. Яковлева // Вопросы психологии. – 1997. – № 4. – С. 20–27.
5. Носенко Е.Л. Эмоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія / Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига. – К. : Вища школа, 2003. – 126 с.
6. Библия. Книги Ветхого Завета. – М. : Рос. библейское общ-во, 1994. – С. 648–682.
7. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки. – М. : Альбина Бизнес Букс, 2005.

Зарицька В.В. Значення емоційного інтелекту для життєдіяльності особистості у сучасному суспільстві

Анотація. У статті розкрито значущість емоційного інтелекту для життєдіяльності людини у сучасному суспільстві, проаналізовано розвиток уявлень про взаємозв'язок емоцій та інтелекту у різні історичні періоди.

Ключові слова: емоції, інтелект, емоційний інтелект.

Зарицкая В.В. Значение эмоционального интеллекта для жизнедеятельности личности в современном обществе

Аннотация. В статье раскрыта значимость эмоционального интеллекта для жизнедеятельности личности в современном обществе, проанализировано развитие представлений о взаимосвязи эмоций и интеллекта в разные исторические периоды.

Ключевые слова: эмоции, интеллект, эмоциональный интеллект.

Zarytska V.V. Value of emotional intelligence for the stirring life of personality in modern society

Annotation. The meaning of emotional intelligence for a person's functioning in the modern society is revealed in the article, the ideas about interrelation between emotions and intelligence in different historic periods are analysed.

Key words: emotions, intelligence, emotional intelligence.