

УДК 37. 025

## **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В КОНТЕКСТЕ РАССМОТРЕНИЯ МОДЕЛЕЙ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Кузембаева Бану Тулеубаевна**

Gul.zhan.2018@mail.ru

магистрант ЕНУ им. Л.Н.Гумилева, Нур-Султан, Казахстан

Научный руководитель-Рахимжанова Майра Муратбековна

к.п.н., и.о. доцента кафедры социальной педагогики и самопознания факультет  
социальных наук ЕНУ им. Л.Н.Гумилева, Нур-Султан, Казахстан

Ученые считают, что концепция эмоционального интеллекта EQ вызывала интерес как в общественной, так и научной областях [1]. Сегодня в ландшафте EQ доминируют несколько моделей: те, которые были разработаны Питером Саловеем и Джеком Майером и усовершенствованы в сотрудничестве с Дэвидом Карузо, Дэниелом Гоулманом и Реувеном Бар-Оном. Каждый определяет EQ несколько по-своему. Точно так же, как определение когнитивного интеллекта было движущейся целью в прошлом столетии, определение EQ менялось в зависимости от того, кто его дает. Каждое определение имеет значение. Пока преждевременно и, вероятно, не нужно останавливаться на общепринятом определении. Разные подходы к EQ ведут к разным направлениям исследований и практики, и все они способствуют обучению.

Вот определения, предлагаемые рассматриваемыми теориями: По словам Саловея и Майера (1989–1990):

Эмоциональный интеллект — это способность воспринимать эмоции, получать доступ к эмоциям и генерировать их, чтобы помогать мышлению, понимать эмоции и эмоциональные знания, а также рефлексивно регулировать эмоции, чтобы способствовать эмоциональному и интеллектуальному росту.

Как резюмировал Вольф, модель Гоулмана утверждает, что:

Эмоциональный интеллект — это способность распознавать собственные чувства и чувства других, мотивировать себя и эффективно управлять эмоциями в себе и других. Эмоциональная компетентность — это приобретенная способность, основанная на эмоциональном интеллекте, которая способствует эффективной работе [2].

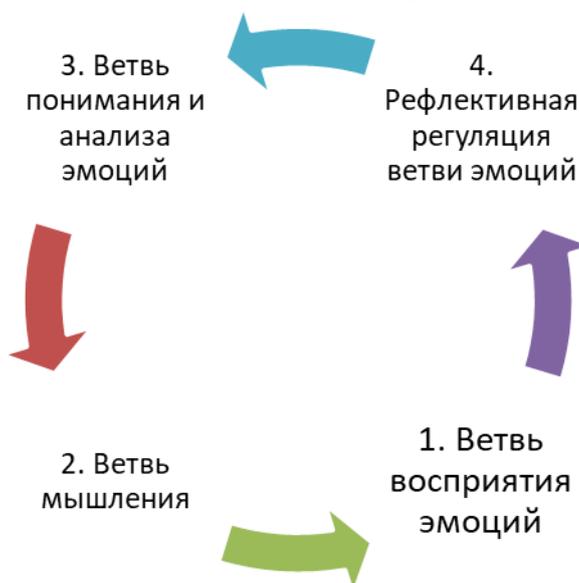
Ученый Бар-Он (1997) считает, что, эмоциональный интеллект — это набор некогнитивных способностей, компетенций и навыков, которые влияют на способность

человека успешно справляться с требованиями и давлением окружающей среды [3]. Суть EQ заключается в интеграции эмоций с когнитивными способностями для воздействия на производительность. Эмоции без логики могут иметь катастрофические последствия. Но логика без эмоций не имеет смысла, поскольку смысл возникает из того, что имеет значение. То, что имеет значение, по определению основано на эмоциях.

Как люди достигают успеха в интеграции логики и эмоций? Саловей и Майер (1989–1990) утверждают, что способность обучаться навыкам EQ возникает благодаря врожденной форме интеллекта. Они утверждают, что точно так же, как IQ предсказывает способность усваивать познавательный материал, EQ предсказывает способность человека осваивать эмоциональные навыки. Их модель называется моделью способностей.

Гоулман (1995, 1998) и Бар-Он (1997) утверждают, что EQ — это набор навыков, которым можно научиться. В научной литературе их модели называются моделями черт. Каждая позиция имеет значение, определяя ключевые элементы, которые следует учитывать, но, возможно, ни одна из них не раскрывает всю историю. Важно знать, что означает каждая модель, потому что это дает вам представление о том, что вы получите, когда будете измерять EQ с помощью инструмента оценки каждой модели.

Саловей и Майер рассматривают EQ как форму врожденного интеллекта, в значительной степени врожденный набор способностей, которые влияют на то, как люди управляют своими эмоциями, понимают и влияют на эмоции других. Хотя они считают, что люди могут улучшить свои навыки EQ, они считают, что степень, в которой они могут это сделать, ограничена способностью к обучению EQ, с которой они родились. Они выделяют четыре ветви своей общей концепции EQ (Mayer, Salovey, & Caruso, 2002). Эти ветви описывают то, как люди распознают свои эмоции и управляют ими (рисунок 1).



**Рисунок 1 Модель Эмоционального Интеллекта Саловей Майер**

Согласно рисунку 1, модель Саловей-Майера включает в себя 4 компонента:

1. Ветвь восприятия эмоций включает в себя способность идентифицировать эмоции в себе, в других и в виде объектов, таких как изображения, а также способность точно выражать эмоции.

2. Эмоциональное содействие ветви мышления включает использование эмоций для определения приоритетов мысли и использование чувств в качестве вспомогательных средств для суждения. Изменения в настроении приводят к изменениям в перспективе.

3. Ветвь понимания и анализа эмоций включает в себя точную маркировку эмоций, понимание эмоций и отношений, понимание сложных чувств и понимание переходов между эмоциями.

4.Рефлексивная регуляция ветви эмоций включает в себя способность оставаться открытым к чувствам, рефлексивно вовлекаясь и отстраняясь от чувств по мере необходимости, а также управляя эмоциями в себе и пытаясь влиять на них в других.

Простая иллюстрация того, как эти четыре ветви связаны с разумным использованием эмоций, может быть следующей: два студента планируют проектную работу с презентацией:

Ветвь 1: студент 1 понимает, что чувствует волнение, но замечает, что студент 2, колеблется. Они выражают свое волнение, энергично комментируя возможные способы проведения презентации.

Ветвь 2: волнение Студента 1 заставляет его думать о том, чего он ждет от презентации, и о том влиянии, которое он ожидаете от нее. Это также помогает ему предвидеть, что ему нужно подготовить. Нерешительность Студента 2 заставляет его задуматься о том, что может пойти не так, и о его общем страхе перед неудачей. Точка зрения Студента 1 отличается от точки зрения Студента 2.

Ветвь 3: Студент 1 говорит Студенту 2, что он в восторге от презентации. Частично, волнение С1 основано на его отношениях с С2, с кем ему нравится работать. Думая о нерешительности С2, С1 начинает немного опасаться, что С2 может отступить или проиграть.С1 понимает, что его опасения приводят к тому, что он немного меньше волнуется перед презентацией.

Ветвь 4: В то время как С1 наслаждается своим волнением, он понимает, что по мере того, как он показывает больше волнения, С2 выражает больше колебаний. С1 сдерживает свое волнение до более низкого уровня, чтобы он могли более внимательно выслушать опасения С2. Настройка С1 на то, что говорит С2, помогает С2 чувствовать себя услышанным, что помогает С2 стать менее тревожным и более ориентированным на решение проблем, которые его беспокоят.

Таблица 1 Модель Мейера-Саловея по эмоциональному интеллекту и его оставляющим

Эмоциональный интеллект									
оценка и выражение эмоций				Регуляция эмоций		Использование эмоций			
Свои		Чужие		Своих	Чужих	Гибкое планирование	Креативное мышление	Переадресация внимания	Мотивация
Вербальные	Невербальные	Невербальное восприятие	Эмпатия						

Дэниел Гоулман популяризировал труды своих предшественников, не имея при этом академического фундамента, так как сам не являлся психологом. Он изучил существующие психологические исследования, а также данные из других областей, включая бизнес и образование. Таким образом, он не прошел через разработку и проверку теории, характерные для традиционных научных исследований. (Зигмунд Фрейд также не провел много фундаментальных исследований, и тем не менее его работа оказала огромное влияние на эволюцию психологии.) Тот факт, что Гоулман вышел за пределы психологии, чтобы включить в него опыт из самых разных областей, обогащает и очеловечивает то, что он изучал. Гоулман первоначально выделил 25 эмоциональных компетенций. Со временем

он сократил свою модель до 18 компетенций, разбитых на четыре кластера. Существует значительное количество совпадений с концепциями, разработанными Саловеем, Майером и Карузо. Это неудивительно, потому что Гоулман использовал их ранние исследования, чтобы отчасти направлять собственное мышление. Модель Гоулмана, описанная Вольфом (2005)

определяет четыре кластера следующим образом:

1. Самосознание касается знания своих внутренних состояний, предпочтений, ресурсов и интуиции. Кластер самосознания включает три компетенции: эмоциональную осведомленность (распознавание своих эмоций и их последствий), точную самооценку (знание своих сильных сторон и пределов) и уверенность в себе (сильное чувство собственного достоинства и способностей).

2. Самоуправление относится к управлению своими внутренними состояниями, импульсами и ресурсами. Кластер самоконтроля включает шесть компетенций: эмоциональный самоконтроль (сдерживание деструктивных эмоций и импульсов), прозрачность (поддержание целостности, действие в соответствии со своими ценностями), адаптивность (гибкость в отношении изменений), достижения (стремление к улучшению) или соответствие стандарту совершенства), инициативность (готовность действовать в соответствии с возможностями) и оптимизм (настойчивость в достижении целей, несмотря на препятствия и неудачи).

3. Социальная осведомленность относится к тому, как люди управляют

отношениями и осведомленностью о чувствах, потребностях и проблемах других. Кластер социальной осведомленности включает в себя три компетенции: эмпатия (чувствование чувств и точек зрения других и активное участие в их заботах), организационная осведомленность (чтение эмоциональных потоков группы и властных отношений) и ориентация на обслуживание (предвидение, распознавание и удовлетворение) потребности клиентов).

4. Управление отношениями связано с умением или умением вызывать желаемую реакцию у других. Кластер управления взаимоотношениями включает шесть компетенций: развитие других (чувство потребностей других в развитии и поддержка их способностей), вдохновляющее лидерство (воодушевление и руководство отдельными людьми и группами), катализатор изменений (инициирование изменений или управление ими), влияние (применение эффективных тактик убеждения), управление конфликтами (переговоры и разрешение разногласий), а также работа в команде и сотрудничество (работа с другими для достижения общих целей, создание групповой синергии в достижении коллективных целей).

Реувен Бар-Он — психолог-исследователь, занимавший ряд академических должностей. Однажды в 1980 году, прогуливаясь по кампусу, он подумал о своих коллегах по факультету. Он понял, что, хотя все его коллеги были высокоинтеллектуальными людьми, лишь некоторые из них были весьма успешными. Это понимание привело к прекрасному простому вопросу: «Успех должен основываться не только на интеллекте. Что еще нужно?»

Этот вопрос привел его к 17-летнему исследованию, которое определило список из 15 эмоциональных навыков, которые, по мнению исследования, были связаны с успехом, превышающим то, что предсказывал один только IQ. Подобно Саловее, Майеру и Карузо, Бар-Он основывал свою модель на собственном тщательном исследовании. В отличие от них, Бар-Он рассматривает выявленные им факторы как навыки, которым можно научиться и которые можно улучшить.

Его модель была обновлена MHS в 2011 году. Усовершенствованная модель включает 16 навыков, сгруппированных в пять составных частей, которые, опять же, имеют некоторое соответствие с двумя другими моделями. Пять широких композитов в модели Бар-Она и их определения таковы:

1. Самовосприятие состоит из самоуважения (уважение к себе, уверенность), самоактуализации (стремление к смыслу, самосовершенствование) и эмоционального

самосознания (понимание собственных эмоций).

2. Самовыражение включает в себя эмоциональное выражение (конструктивное выражение эмоций), напористость (сообщение о чувствах и убеждениях, ненаступление) и независимость (самостоятельность, свобода от эмоциональной зависимости).

3. Межличностные отношения состоят из межличностных отношений (взаимно удовлетворяющих отношений), эмпатии (понимание, оценка того, что чувствуют другие) и социальной ответственности (общественное сознание, помощь).

4. Принятие решений включает в себя решение проблем (нахождение решений, когда задействованы эмоции), проверку реальности (объективность, видение вещей такими, какие они есть на самом деле) и импульсный контроль (сопротивление или отсрочка импульса к действию).

5. Управление стрессом включает в себя гибкость (адаптирование эмоций, мыслей и поведения), стрессоустойчивость (преодоление стрессовых ситуаций) и оптимизм (позитивное отношение и взгляды на жизнь).

Размышляя о сходствах и различиях между этими моделями, мы полагаем, что понимание EQ может быть чем-то вроде понимания анатомии мозга. То, что вы видите, когда препарируете мозг, зависит от того, где вы делаете надрезы. Каждая модель имеет ценность, но ни одна из них не дает полной картины. Исходная точка для каждого теоретика, где они делали свои метафорические сокращения, была разной. Саловей и Майер изначально были заинтересованы в расширении нашего понимания интеллекта. Гоулман сосредоточился на преодолении разрыва между психологией и работой, что заставило его сосредоточиться на факторах, связанных с этим вопросом. Бар-Он хотел выйти за рамки традиционных представлений об IQ, чтобы увидеть, какие дополнительные факторы объясняют успех — вопрос, на котором сосредоточилось его исследование.

Изучение процесса разработки тестов, их надежности и валидности для каждого из этих инструментов оценки EQ напоминает нам о том, насколько сложно создать хороший психометрический инструмент. Бар-Он использовал строго научный подход к созданию своего инструмента, что отражено в подтверждающих исследованиях, цитируемых в его руководстве. Первоначальный EQ-i был опубликован в 1997 году. Его версия, EQ-i 2.0, была опубликована в 2011 году. Пересмотренный EQ-i можно использовать как инструмент самоотчета или как полную оценку 360°. Эти инструменты измеряют 15 навыков EQ, разделенных на пять составных частей, плюс показатель благополучия, который не влияет на общий балл EQ. Навыки и их сочетания перечислены выше в описании пересмотренной



модели.

**Рисунок 2 Адаптация модели Бар-Он по EQ-i**

Согласно модели, компоненты делятся на 5 категорий, каждая из которых включает в себя от 2 до 5 характеристик:

1. Интраперсональный. Относятся шкалы «самоуважение», «эмоциональное

самосознание»,

«ассертивность», «независимость», «самоактуализация».

2.Интерперсональный. Относятся шкалы «эмпатия», «социальная ответственность»,

«интерпесональные отношения».

3.Управление стрессом. Относятся шкалы «стрессоустойчивость» (толерантность к стрессу), «контроль импульсивности».

4.Способность к адаптации. Относятся шкалы «реалистичность», «гибкость», «способность к решению проблем».

5.Оценка общего настроения: Относятся шкалы «оптимизм», «счастье».

Таким образом, из анализа источников зарубежных ученых, таких как Р. Бар-Он, Ф. Грин, Д. Карузо, Дж. Мейер, П. Сэловей, Г. Орме, следует, что понятие «эмоциональный интеллект» используют как синоним понятия «эмоциональная культура». Мы предполагаем, что эмоциональная культура относится к субъектно-личностной характеристике человека, тогда как эмоциональный интеллект выступает в качестве ее подструктуры, психического механизма обработки эмоциональной информации.

#### **Список использованных источников:**

1. Гусева А.Ю., Малолеткова А.В. Понятие «эмоциональный интеллект педагогадошкольной образовательной организации» - М.: -2018. - 5 с.

2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. - М.:Манн, Иванов и Фербер. -2018. - 544 с.

3. Ачор Ш., Брегман П., Галло Э. HBR Guide. Эмоциональный интеллект. - М.: М.: Манн,Иванов и Фербер. -2018. - 544 с.