

ЛИТЕРАТУРА:

1. Чернилевский Д.В., Пшеничнюк О.В., Сидячева Н.В. Духовная культура личности. Киев-Винница, 2009.
2. Юркевич А.В. Нравственность как психологическая проблема // Психол. журн. 2009. №4.

УДК 159.9.072

Комарова А.И.**Волгоградская академия государственной службы**

СТРУКТУРА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ВОЗМОЖНОСТИ ЕГО РАЗВИТИЯ*

Аннотация. В статье, помимо анализа теоретических подходов к изучению эмоционального интеллекта, представлены результаты эмпирического исследования эмоционального интеллекта студентов-выпускников по специальностям, относящимся к профессиям «человек-человек». Показаны многоуровневая структура конструкта «эмоциональный интеллект», взаимосвязь его компонентов с социальным интеллектом, обусловленность спецификой профессиональной деятельности, возможности его развития в социально-психологическом тренинге.

Ключевые слова: социальный интеллект, эмоциональный интеллект, внутриличностный и межличностный эмоциональный интеллект.

А. Комарова

Volgograd Academy of Public Administration

THE STRUCTURE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND THE WAYS OF ITS DEVELOPMENT

Abstract. The given article in addition to the analysis of theoretical approaches to the study of emotional intelligence presents the results of empirical research of emotional intelligence of undergraduate students in specialties related to the «person – person» professions. The multilevel structure of the construct «emotional intelligence», the relationship of its components with social intelligence, determinacy by the type of professional activity, possibilities of its development in the socio-psychological training are shown in our paper.

Key words: social intelligence, emotional intelligence, intrapersonal and interpersonal emotional intelligence.

Процесс социального взаимодействия – это постоянный процесс понимания себя и других людей, управления собой и другими. Данные составляющие играют особую роль, так как в процессе общения приходится перерабатывать большое количество эмоциональной информации. Понимание своих эмоций и чувств, а также чувств других людей и управление ими, умение правильно выстраивать свои взаимоотношения, способность получать оптимальный результат в отношениях с собой и другими людьми определяется сегодня как высокий эмоциональный интеллект (EQ). При этом понимание эмоций других людей и управление ими определяется как межличностный эмоциональный интеллект (МЭИ), а понимание собственных эмоций и управление ими – как внутриличностный эмоциональный интеллект (ВЭИ) [1, 78].

В настоящее время в Америке говорят, что доля IQ в жизненном и деловом успехе человека составляет около 20%, доля EQ и везения – около 80%. Благодаря IQ человек только устраивается на работу, а адаптироваться в обществе и делать карьеру помогает высокий EQ. Низкий уровень развития EQ связан с социальной дезадаптацией, аффективными расстройствами, различными формами отклоняющегося поведения.

Несмотря на то, что исследование эмоционального интеллекта получило особую популярность лишь в конце XX в., ещё в 1908 г. немецкий философ и психолог Г. Майер впервые предложил подробную психологическую классификацию основных видов мышления, систематизировал их существенные характеристики [10, 123]. Важной заслугой Г. Майера явилось выделение, наряду с «судящим» (рассуждающим, собственно логическим) мышлением, таких видов интеллектуальной деятельности человека, которые тесно свя-

* © Комарова А.И.

заны с его эмоциональной и мотивационной сферой («эмоциональное», «аффективное» мышление и др.).

Учёные, изучающие это явление, в разное время называли его проявления по-разному – «интеллектуализация аффекта», «обобщение переживаний» (Л.С. Выготский) [2, 379], «эмоциональное воображение» (А.В. Запорожец) [6, 128], «разумность чувств» (В.С. Мухина) [12, 267], «эмоциональная компетентность» (А.Л. Журавлев) [5, 178]. Кроме того, существует ряд взаимосвязанных с эмоциональным интеллектом качеств, например, «эмпатия», то есть процесс вчувствования, эмоционального проникновения в состояние другого.

На сегодняшний день нет общепринятой единой концепции эмоционального интеллекта и его структуры. Конструкты, связанные со способностями в области понимания социальных взаимодействий и внутриличностных процессов, оказались сложны с точки зрения их операционализации и различения с традиционными формами интеллекта.

Идея *эмоционального интеллекта* выросла из понятия *социального интеллекта*, которое разрабатывалось Э. Торндайком, Дж. Гилфордом, Г. Айзенком. Особенно близко подошёл к исследованию эмоционального интеллекта Х. Гарднер, который описал *внутриличностный* и *межличностный* интеллект [9, 29]. Способности, включённые им в эти понятия, имеют непосредственное отношение к эмоциональному интеллекту.

Проведя анализ теоретических подходов, можно выявить частичное отождествление понятий «эмоциональный» и «социальный» интеллект, что связано с выделением в структуре эмоционального интеллекта ряда способностей социально-коммуникативной направленности, таких, как: способность к перцептивно-интерпретативному распознаванию эмоций в межличностном контексте (Дж. Майер, П. Салюэй, Д. Карузо), социальные навыки, осознание социальных взаимодействий (Д. Гоулман), социальные и эмоциональные компетентности, обеспечивающие взаимодействие с окружающими людьми и совладание с различными жизненными ситуациями (Р. Бар-Он), когнитивные способности и личностные характеристики (Д.В. Люсин) [15; 4; 14; 7] и т. д. Вместе с тем выделенные способности также соответствуют традиционному пониманию социального интеллекта как совокупности ментальных способностей, связанных с обработкой социальной информации и способствующих успешности межличност-

ного взаимодействия. Д. Гоулман не только включил понятие «эмоциональный интеллект» в структуру социального интеллекта, но и предложил рассматривать его как важный компонент лидерских способностей [4, 19].

Результаты проведённых в рамках организационной психологии экспериментов указывают на связь эмоционального интеллекта с профессиональной успешностью. При этом выраженность МЭИ и ВЭИ определяется содержанием профессиональной деятельности. Очевидно, что данный конструкт чрезвычайно важен для профессий, связанных с общением. Можно предположить, что одним из важных компонентов эффективной деятельности представителей профессий «человек-человек» является высокий уровень эмоционального интеллекта. Им необходимо грамотно организовывать взаимодействие в группе, владеть не только собой, но и окружающими.

В качестве объекта нашего исследования были выбраны три группы испытуемых – студенты-выпускники, обучающиеся по специальностям: 1) «Менеджмент» (36 человек), 2) «Психология» (36 человек) и 3) «Государственное и муниципальное управление» (50 человек). Данные группы испытуемых были выбраны на том основании, что им в процессе взаимодействия необходимо не только учитывать эмоциональное состояние другого человека (клиента, подчинённого, коллеги, посетителя), но и сохранять собственное психологическое здоровье, справляться с собственными эмоциями, не поддаваясь стрессу.

Изучение обозначенной проблемы проводилось с использованием следующих методик: IV-й субтест теста Дж. Гилфорда «Социальный интеллект» – «Истории с дополнением», опросник «ЭМИн» Д.В. Люсина, методика оценки эмоционального интеллекта Н. Холла.

Автор методики «Социальный интеллект» Дж. Гилфорд рассматривал социальный интеллект как систему интеллектуальных способностей, независимых от фактора общего интеллекта и связанных, прежде всего, с познанием поведенческой информации. Тест состоит из 4 субтестов, из которых нами был выбран субтест «Истории с дополнением», так как необходимо было спрогнозировать успешность построения целостной картины ситуации взаимодействия в случае неполных данных, оценить способность адекватно отражать цели, намерения, потребности участников коммуникации, предсказывать последствия их поведения, умение ориентироваться в невербальных реакциях человека, нормах и правилах, регулирующих поведение в обще-

стве [11, 5].

Опросник «ЭМИн», разработанный Д.В. Люсиным, включает в себя 5 субшкал (понимание чужих эмоций, управление чужими эмоциями, понимание своих эмоций, управление своими эмоциями, контроль экспрессии), которые, в свою очередь, объединяются в четыре шкалы общего порядка (межличностный эмоциональный интеллект, внутриличностный эмоциональный интеллект, понимание эмоций, управление эмоциями) [8, 3].

Методика Н. Холла рассчитана на исследование способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений. Она содержит 5 шкал: эмоциональная осведомлённость, управление своими эмоциями (саморегуляция), самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей [13, 57].

Обработка результатов проводилась с использованием пакета SPSS 13.0 и программы MS Excel. Сравнительный анализ производился при помощи статистического анализа, U-критерия Манна-Уитни, T-критерия Вилкоксона, t-критерия Стьюдента.

Анализ полученных данных указывает на наличие достоверных различий между испытуемыми трёх групп по шкалам методики Н. Холла «эмоциональная осведомлённость» и «управление своими эмоциями». У менеджеров и у будущих чиновников отмечаются более высокие показатели по этим шкалам, чем у психологов (р 0,05).

Результаты теста Дж. Гилфорда «Социальный интеллект» свидетельствуют о том, что показатель социального интеллекта у будущих государственных и муниципальных служащих и у студентов-психологов выше, чем у студентов-менеджеров, то есть эти группы испытуемых лучше ориентируется в невербальном общении, предсказывают, как человек поведёт себя в дальнейшем, грамотнее достраивают недостающие звенья в цепи взаимодействий, используя логические рассуждения.

Интересными, с нашей точки зрения, оказались результаты, полученные по опроснику «ЭМИн» Д.В. Люсина, указывающие на зависимость структуры эмоционального интеллекта от содержания профессиональной деятельности: у менеджеров выявлено преобладание ВЭИ, у психологов – МЭИ. Что касается студентов, обучающихся по специальности ГМУ, у них, в целом, не выявлено достоверных различий между показателями МЭИ и ВЭИ. Однако анализ составляющих

эмоционального интеллекта показал, что у будущих чиновников преобладает «понимание чужих эмоций» над «пониманием своих эмоций», «управление своими эмоциями» над «управлением чужими эмоциями» (р 0,01).

Нам представляется возможным объяснить эти результаты тем обстоятельством, что психологи в процессе обучения получают достаточно теоретических и практических знаний, чтобы распознавать эмоции других людей, но при этом у них возникают трудности в управлении своими эмоциями. Можно предположить, что программа обучения будущих государственных и муниципальных служащих, вероятно, носит более сбалансированный характер и предполагает не только получение знаний, необходимых для понимания чужих эмоций, но и включает целый блок практико-ориентированных дисциплин, направленных на приобретение практических навыков по управлению своими эмоциями.

На основании анализа полученных результатов мы обнаружили, что уровень развития ЭМИн определяется развитием социального интеллекта, при этом последний влияет, в первую очередь, на межличностный эмоциональный интеллект и его компоненты (понимание и управление чужими эмоциями, управление эмоциями), но не определяет уровень развития внутриличностного эмоционального интеллекта. Данная закономерность, выявленная в нашем исследовании, подтверждает выдвинутую гипотезу о том, что и межличностный, и внутриличностный эмоциональный интеллект являются составляющими эмоционального и, в свою очередь, социального интеллекта, влияя на их развитие специфическим образом. Что касается социального интеллекта, он направлен на сферу межличностного общения в целом, а эмоциональный интеллект направлен исключительно на сферу эмоционального общения.

При равных показателях межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта удельный вес их составляющих может существенно различаться, что необходимо учитывать в процедурах оценки персонала, при разработке тренинговых и обучающих программ, в индивидуальном консультировании и коррекционной работе.

Если IQ мало меняется в зрелом возрасте, то EQ, в основе которого лежит опыт управления собой и окружающими, может и должен возрастать. По мнению некоторых авторов (Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Дж. Майер), наиболее оптимальным средством развития эмоционального интеллекта является тренинг. Причём

Р. Бар-Он предлагал проводить тренинговые занятия на протяжении 6 месяцев. Он считал, что это даст возможность не просто развить необходимые компоненты эмоционального интеллекта, но и закрепить полученные изменения в поведении человека [14, 13].

С учётом полученных результатов нами был разработан и апробирован на группе студентов-психологов тренинг «Управление эмоциями», основная цель которого – развитие внутриличностной составляющей эмоционального интеллекта. Всего в тренинге приняли участие 15 человек с различной выраженностью составляющих EQ. В тренинге прорабатывались следующие темы: эмоции человека и их использование, коммуникативные умения и навыки, профессиональная коммуникация, внутренняя мотивация, уверенность в себе, эмпатия.

Повторное тестирование участников тренинга по выбранным методикам выявило положительную динамику по восьми шкалам из исследуемых одиннадцати, достоверное улучшение получено по показателям шкал «эмоциональная осведомлённость» и «управление своими эмоциями» ($p < 0,05$).

Таким образом, студентам, чья будущая профессиональная деятельность, с одной стороны, связана с процессами взаимодействия, а с другой – имеет свои специфические особенности, необходимо развивать эмоциональный интеллект, делая акцент на различные составляющие EQ. Нами доказано, что развитие эмоционального интеллекта – трудное, но не невозможное дело.

Резюмируя вышесказанное, можно сделать вывод о том, что эмоциональный интеллект, во-первых, является сложным, многоуровневым конструктом, включающим в себя способности к опознанию, пониманию и управлению собственными эмоциями и эмоциями других людей; во-вторых, определяется спецификой профессиональной деятельности; и, в-третьих, эффективным средством развития эмоционального интеллекта является тренинг, в процессе которого необходимо учитывать все составляющие EQ.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена [Текст] / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. 2006. №3. С. 78-86.
2. Выготский Л.С. Вопросы детской (возрастной) психологии. – Собрание сочинений: В 6 т. Т.4. [Текст] / Л.С. Выготский. М.: Педагогика, 1984. 432 с.
3. Гилфорд Дж. Три стороны интеллекта [Текст] / Дж. Гилфорд // Психология мышления / Под ред. А.М. Матюшкина. М.: Прогресс, 1965. С. 433-456.
4. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта [Текст]: Пер. с англ. / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Маки. 2-е изд. М.: Альпина Бизнес Букс, 2007. 301 с.
5. Журавлев А.Л. Влияние коммуникативных качеств личности руководителя на эффективность руководства коллективом [Текст] / А.Л. Журавлев // Психология личности и образ жизни / под ред. Е.В. Шороховой и др. М.: Наука, 1987. 219 с.
6. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: в 2 т. Т.1. Психическое развитие ребенка [Текст] / А.В. Запорожец. М.: Педагогика, 1986. 320 с.
7. Люсин Д.В., Марютина О.О., Степанова А.С. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ [Текст] // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. С. 129-140.
8. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн [Текст] / Д.В. Люсин // Психологическая диагностика. 2006. №4. С. 3-22.
9. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте [Текст] / Д.В. Люсин // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Ушакова, Д.В. Люсина. М., 2000. С. 29-39.
10. Майер Г. Психология эмоционального мышления. / Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления [Текст] / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.В. Петухова. М.: Изд-во Московского ун-та, 1981. С. 123.
11. Михайлова Е.С. Методика исследования социального интеллекта (Адаптация теста Дж. Гилфорда и М. Салливена) [Текст]: Руководство по использованию / Е.С. Михайлова. СПб., 1996. 53 с.
12. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст]: Учебник для студ. вузов / В.С. Мухина. 4-е изд., стереотип. М.: Изд. центр «Академия», 1999. 456 с.
13. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст]. М., Изд-во Института Психотерапии, 2002. С. 57-59.
14. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI) [Text] / R. Bar-On // Psychothema. 2006. №18. P. 13-25.
15. Salovey P. Emotional Intelligence [Text] / P. Salovey, J.D. Mayer // Imagination, Cognition and Personality. 1990. № 9. P. 185-211.