

Развитие представлений об эмоциональном интеллекте в XX–XXI веке

В.Н. ДВОРАК, А.А. ПЕТЕЛИНА

Настоящая статья посвящена анализу достаточно нового феномена в психологии – эмоционального интеллекта. Одной из главных задач настоящей работы стало описание основных периодов развития и становления данного понятия как научной дефиниции. Рассмотрены ключевые концепции, посвященные изучению эмоций и интеллекта, которые оказали заметное влияние на современную трактовку эмоционального интеллекта.

Ключевые слова: эмоциональный, интеллект, психология, концепции, способность, идентификация, представления, формирование.

Detailed analysis of the formation of such a specific term in psychological science as emotional intelligence is presented. In this scientific work, one of the main tasks is to describe the main points in the formation of this thesis. In the process of studying this concept it was revealed that many theories devoted to the study of emotions and intelligence have had a significant impact on the modern interpretation of emotional intelligence.

Keywords: emotional, intelligence, psychology, concepts, ability, identification, formation.

Введение. На современном этапе развития социально-гуманитарных наук актуальным становится вопрос об изучении достаточно сложного, но, вместе с тем, и очень интересного конструкта – эмоционального интеллекта. Необходимо отметить, что лишь относительно недавно анализ данного феномена приобрел популярность именно в научном сообществе. Контроль чувств и правильная установка разума – одна из главных проблем мыслителей древнего времени, имеющая воспитательный характер и выражавшаяся в форме нравоучений (например, законы Хаммурапи, православие (где ум приобретает большое значение в принятии истины, но он лишён смысла, если существует без взаимодействия с сердцем) и «Риторика» Аристотеля (в этой книге автор рассуждает не только о проблеме прекрасного, но и подробно изучает аффекты человека). [1].

Начальный этап: формирования предмета эмоционального интеллекта. Прежде чем окончательно ввести термин «эмоциональный интеллект» в научный обиход, происходит долгий процесс разработки соотношения эмоций и интеллекта. Двадцатый век обрел особое значение для вышеупомянутого тезиса, так как в это время происходит динамичное совершенствование психологической науки, вследствие чего активизируются исследования, ориентированные на построение теорий о психике в самых разных направлениях. Так, Дж. Мейер выделяет несколько этапов развития идей об эмоциональном интеллекте в двадцатом веке. Первый период, по версии американского учёного, длится с 1900 г. и заканчивается в 1969 г. Данный промежуток времени характеризуется отдельным изучением эмоций и интеллекта, также происходит развитие учений о структуре интеллекта [1]. На последнюю тему разрабатывались две теории: первая представляла мысль о том, что интеллект – это единая система, не подразделяющаяся на разные части, а вторая заключалась в утверждении, что мыслительные способности являются слаженной работой нескольких областей. Первую точку зрения поддерживали Ч. Спирмен и А. Дженсен. Ч. Спирмен разработал теорию двухфакторной модели интеллекта. Согласно указанной концепции интеллект содержит в себе общий компонент, представляющий собой «умственную энергию» («G»-фактор), и специализированный компонент, являющийся специфическим для отдельной способности индивида («S»-фактор). Теория Спирмена заложила новые тенденции развития идей о том, что интеллект может проявляться в различных областях, ведь «S»-фактор, используя «умственную энергию», может реализовать себя в любых сферах деятельности. Представителями второго направления считались Дж. Гилфорд и Л. Терстоун. Особое значение имела концеп-

ция Л. Терстоуна, в которой учёный выделил семь интеллектуальных потенций: словесное понимание, речевая беглость, числовой фактор, пространственный фактор, ассоциативная память, скорость восприятия и индуктивный фактор [2]. Концепция Терстоуна утверждала идею о множественности сторон интеллекта, однако, как было установлено позже, изложенные в ней факторы не имеют отношения к интеллектуальной обработке эмоций [1].

Американский психолог Пол Экман, специализирующийся в психологии эмоций и межличностного общения, провел исследование в области выражения эмоций у разных народов мира. Главной целью учёного являлась проверка гипотезы Чарльза Дарвина об универсальности выражения эмоций. Идея Дарвина заключалась в том, что все люди одинаково демонстрируют свои чувства независимо от того, к какой социальной группе относится конкретный человек. Проводя опрос племени, проживающего в Новой Гвинее, П. Экман пришёл к выводу, что в культурах, где среди населения не преобладает грамотность, плохо различается страх и удивление. С нахождением отличий других эмоций у племени проблем не было. Однако интересен тот факт, что когда видеозаписи с выражениями лица жителей Новой Гвинии были показаны студентам колледжа США, то и у них возникли трудности с дифференцировкой вышеупомянутых эмоций. Учащиеся смогли понять и правильно интерпретировать другие эмоции, из чего можно сделать вывод, что выражения эмоций в какой-то степени универсальны. Однако Рэй Бердвистел (американский антрополог, занимавшийся анализом эмоций у людей) опроверг точку зрения Дарвина, когда заметил, что люди из разных стран, получив грустную новость, могут по-разному на неё реагировать: кто-то плачет, а кто-то улыбается [3].

Второй этап: изучение эмоций и интеллекта как особых согласованных процессов.

Следующий период развития идей об эмоциональном интеллекте начинается с 1970 г. и продолжается до 1990 г. В психологии начался активный процесс изучения взаимодействия эмоций и интеллекта. Немаловажное значение для формирования интерпретации основных положений данного понятия имел термин «множественный интеллект», введённый в научный обиход Говардом Гарднером. По мнению Гарднера, интеллект содержит около шести разносторонних характеристик, проявляющихся в любых сферах деятельности человека: личностный, музыкальный, телесно-кинестетический, пространственный, лингвистический, а также логико-математический. Одна из вышеуказанных областей, а именно «личностный интеллект», повлияла на современную формулировку эмоционального интеллекта, ведь именно она, следуя концепции Г. Гарднера, может отвечать за правильное определение эмоций у других людей. Концепция «практического интеллекта», которая была сформулирована Р. Стенбергом, также оказала сильное влияние на представления об эмоциональном интеллекте. Суть его учения заключалась в том, что интеллект – это особая информационная конструкция, главной задачей которой является адаптация к окружающей среде. Согласно своей теории Стенберг выделил три психических процесса: регуляция деятельности решения проблемы, сам процесс устранения проблемы и процесс сохранения приобретенных знаний [3].

Третий этап: окончательное представление об эмоциональном интеллекте. Начало развития научных знаний об эмоциональном интеллекте, как об отдельном психологическом навыке, начинается с 90-х гг. прошлого века, когда данный термин начинает распространяться в научных публикациях. В 1990 г. была издана первая научная работа под руководством Дж. Мейера и П. Сэловэй. Важным положением в приведенной публикации было первое описание модели эмоционального интеллекта, а также его первое официальное определение. По мнению учёных, эмоциональный интеллект – это отличительная способность понимать, анализировать и регулировать эмоции с целью совершенствования эмоциональных и интеллектуальных навыков. Впоследствии американские учёные дорабатывали описанную ими структуру, в итоге сформулировав четыре компонента входящих в эмоциональный интеллект, позже обозначив их как «ветви» и выстроив в иерархии:

1. Идентификация эмоций, которая представляет собой способность отличать эмоции друг от друга.
2. Эмоции для мышления. Эмоциональное состояние становится объектом для мыслительной деятельности.

3. Понимание эмоций. Человек на этом этапе может понять причины вызванных эмоций у себя, либо у другого человека.

4. Управление эмоциями. Эта стадия характеризуется способностью индивида регулировать свои чувства в зависимости от сложившейся ситуации [4].

Четвертый этап: популяризация эмоционального интеллекта. На данном отрезке времени (1994–1997) «эмоциональный интеллект» всё больше популяризируется. Особенно важным прорывом в этот период стал выпуск книги Даниэля Гоулмана «Эмоциональный интеллект» в 1995 г. Согласно Гоулману вышеуказанный термин содержит в себе пять способностей:

1. способность индивида к пониманию связей между разными эмоциями, а также нахождение причин их возникновения;
2. способность управлять своим эмоциональным состоянием;
3. способность к формированию определенных действий для достижения цели;
4. способность к эмпатии;
5. способность к поддержке хороших отношений.

Многие исследования специалистов в сфере социобиологии утверждают, что эмоции всегда будут доминировать над рассудком, так как описанный феномен является эволюционным наследством человека. Исходя из представленного утверждения, Д. Гоулман приводит в пример ситуацию, когда родители, находящиеся в опасности, спасли свою дочь, но при этом сами пожертвовали своими жизнями ради её спасения. Такой поступок логически объясняется биологами-эволюционистами, так как в поведении родителей демонстрируется желание достижения «успешной репродукции», свойственное не только человеку, но и многим животным [5].

Пятый этап: современное понимание эмоционального интеллекта. Данный период начинается с 1998 г. Джон Мейер утверждает, что в этот период времени активно развивается два русла понимания эмоционального интеллекта: «смешанный» и «научный». Первый трактуется по-разному, но является хорошей «почвой» для успеха в жизни, а второй подход определяет эмоциональный интеллект как особый психический феномен, который необходимо изучать с объективной точки зрения. В последнее время особой популярностью пользуется «смешанное» представление об эмоциональном интеллекте, при этом развивается гипотеза о том, что с помощью эмоционального интеллекта человек может добиться успеха в любой деятельности. Однако, например, тот же Дж. Мейер скептически относится к такому утверждению, считая, что эмоциональный интеллект является лишь одной из характеристик человека, которая содействует успешности в жизни [6]. Это отчасти подтверждают результаты исследования вопроса взаимосвязи эмоционального интеллекта и выбора профессии. Так, согласно полученным результатам студенты, имеющие более высокий эмоциональный интеллект по сравнению со своими однокурсниками, выбирали профессию в социальной сфере, в то время как студенты с более низким уровнем эмоционального интеллекта отдавали предпочтение специальностям в области предпринимательской деятельности [1]. В сфере спорта повышение уровня эмоционального интеллекта связано, с одной стороны, с увеличением эмоциональной устойчивости спортсменов в процессе состязания, а с другой – с уменьшением интенсивности отрицательных переживаний, которые могут возникать в процессе соревнования. Автор исследования подчеркивает, что эмоциональный интеллект взаимообусловлен улучшением протекания процессов саморегуляции поведения у атлетов. При этом существуют определенные различия в гендерных аспектах изученной проблемы. Так, в группе юношей-спортсменов с повышением уровня эмоционального интеллекта учащается применение проблемно-ориентированного копинга. У девушек дело обстоит иначе: повышение эмоционального интеллекта больше связано с эмоционально-ориентированным копингом». Исходя из вышеизложенного, эмоциональный интеллект в спортивной деятельности рассматривается как значимый ресурс и необходимый фактор повышения конструктивного реагирования атлетами на соревновательный стресс [7, с. 93]. Огромный вклад в изучение проблемы эмоционального интеллекта на данном этапе внесла белорусский ученый И.Н. Андреева, которая предложила рассматривать данный феномен как «интегральное когнитивно-личностное образование с наиболее выраженным когнитивным компонентом, совокупность

умственных способностей к пониманию эмоций и управлению ими, компетенций, связанных с обработкой и трансформацией эмоциональной информации, а также коммуникативных, эмоциональных, интеллектуальных и регулятивных личностных свойств, содействующих адаптации индивида» [8, с. 104].

Заключение. В настоящее время существует большое количество трактовок дефиниции эмоционального интеллекта и различных подходов к определению сущности данного психологического феномена. Однако все они сходятся в одном аспекте: эмоциональный интеллект – это особый навык человека понимать свои и чужие эмоции, а также способность управления ими. Из ретроспективного анализа обозначенных в настоящей статье моментов необходимо отметить, что фундамент учения об эмоциональном интеллекте присутствовал всегда. Во все времена учёных, специализирующихся в сфере эмоций, интересовал вопрос о том, как люди могут понимать чувства друг друга. Но лишь относительно недавно данная проблематика получила своё собственное наименование и стала одной из главных тем для изучения современной психологии.

Литература

1. Андреева, И.Н. Азбука эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева. – СПб. : Изд-во БХВ-Петербург, 2012. – 288 с.
2. Экман, П. Психология эмоций / П. Экман. – СПб. : Изд-во ООО «Питер», 2014. – 240 с.
3. Гарднер, Г. Структура разума / Г. Гарднер. – М. : ООО «И.Д. Вильямс», 2007. – 512 с.
4. Люсин, Д.В. Социальный интеллект. Теория, измерение, исследования / Д.В. Люсин. – М. : Изд-во Институт психологии РАН, 2004. – 176 с.
5. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – М. : ООО АСТ МОСКВА, 2009. – 478 с.
6. Сергиенко, Е.А. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея, Д. Карузо «Эмоциональный интеллект» (MSCEIT v. 2.0) : руководство / Е.А. Сергиенко, И.И. Ветрова. – М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. – 176 с.
7. Пирожкова, В.О. Связь уровня эмоционального интеллекта со способностью к саморегуляции поведения в условиях соревновательного стресса на примере игровых видов спорта / В.О. Пирожкова // Актуальные вопросы современной психологии: материалы II Междунар. науч. конф., г. Челябинск, февраль 2013 г. – Челябинск : Два комсомольца, 2013. – С. 91–93.
8. Андреева, И.Н. Современные представления об эмоциональном интеллекте и его месте в структуре личности / И.Н. Андреева // Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология. – 2017. – № 2. – С. 104–109.