

свидетельствовать об отсутствии установки супругов на реализацию хозяйственно-бытовой функции семьи, а также неготовности к воспитанию собственных детей. Отсутствие притязаний и ожиданий в этих сферах как у мужчин, так и у женщин говорит о неразвитости родительских ценностей, о низкой значимости родительской функции супругов, об отсутствии активной родительской позиции брачного партнера. Данный фактор может стать причиной конфликта между супругами и родительской семьей. Молодые супруги не задумываются о ведении хозяйства, о возможных бытовых проблемах, что может с течением времени стать также причиной конфликтов.

Литература

- 1 Андреева, Т. В. Психология семьи / Т. В. Андреева. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 244 с.
- 2 Лидерс, А. Г. Психологическое обследование семьи : учеб. пособие / А. Г. Лидерс. – Москва : Издат. центр «Академия», 2006. – 423 с.
- 3 Сысенко, В. А. Устойчивость брака. Проблемы, факторы, условия / В. А. Сысенко – Москва : Финансы и статистика, 2005. – 198 с.

УДК 159.928.234

И. А. Хацкова

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ: СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ В РАЗЛИЧНЫХ ТЕОРИЯХ

Статья посвящена проблеме эмоционального интеллекта и его основным теориям. В статье освещается история исследования данного феномена. Определено понятие эмоционального интеллекта, рассматривается его психологическое содержание и структура с точки зрения разных авторов, роль и функции, а также взаимосвязь с другими личностными характеристиками.

Эмоциональный интеллект считается подструктурой социального интеллекта, который включает наблюдение, различение собственных эмоций и эмоций других людей, а также использование этой информации для управления мышлением и действиями. Поэтому эмоциональный интеллект не содержит общих представлений о себе и оценки других людей. Эмоциональный интеллект фокусируется на изучении и использовании собственных и чужих эмоциональных состояний для решения проблем и регулирования поведения. Понятие «эмоциональный интеллект» определяется следующим образом:

- способность воздействовать на внутреннюю среду своими чувствами и желаниями;
- способность понимать личные отношения, представленные в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе анализа и интеллектуального синтеза;
- способность эффективно контролировать эмоции и использовать их для совершенствования мышления;
- набор эмоциональных, личных и социальных навыков, которые влияют на вашу общую способность эффективно справляться с требованиями и давлением вашего окружения;
- эмоциональная и интеллектуальная деятельность.

Так как история изучения эмоционального интеллекта достаточно короткая, то до сих пор нет единой точки зрения на его природу.

Изучение эмоционального интеллекта как отдельного психологического феномена началось в 1990 г. У истоков этой концепции стояли профессора Дж. Майер и П. Саловей.

Эмоциональный интеллект, по их мнению, – это умственные способности, помогающие воспринимать собственные чувства и чувства других. Среди множеств, входящих в структуру личности, также выделяются компоненты, каждый со своей структурой. Согласно их теории, компоненты имеют сильную и ярко выраженную иерархию. Кроме того, каждый компонент имеет два направления, а именно сосредоточенность на себе и других [1]. Было высказано предположение, что эмоциональный интеллект состоит из следующих трёх категорий адаптивных способностей:

- оценка и выражение эмоций;
- регулирование эмоций;
- использование эмоций в мышлении и деятельности.

В 1997 году Джон Майер и Питер Саловей усовершенствовали и расширили свою модель эмоционального интеллекта. В обновлённой модели учёные больше внимания уделяли когнитивным компонентам эмоционального интеллекта, связанным с обработкой информации об эмоциональных компонентах. Позже их модель выглядела так:

- сознательное управление эмоциями;
- понимание и анализ эмоций;
- использование эмоций для повышения деятельности и мышления;
- восприятие, оценка и выражение эмоций.

Дэниель Гоулман изменил данную теорию в 1995 году. К компонентам традиционной теории он добавил еще несколько: энтузиазм, настойчивость и социальный навык. Этим он соединил личностные характеристики и когнитивные процессы.

Позже Д. Гоулман доработал свою структуру эмоционального интеллекта, и сегодня она включает в себя четыре компонента эмоционального интеллекта – самосознание, самоконтроль, социальную чувствительность, управление отношениями, а также 18 сопутствующих навыков. Самосознание включает в себя такие навыки, как эмоциональное самосознание, использование интуиции при принятии решений, точную самооценку, уверенность в себе.

Следующая теория эмоционального интеллекта представляет собой теорию Реувена Бар-Она и является смешанной теорией. В 1988 году он ввёл понятие эмоционально-социального интеллекта и предположил, что он состоит из многих способностей, умений, как личных, так и межличностных, которые в совокупности определяют поведение человека. Бар-Он впервые ввёл обозначение EQ – emotional quotient, то есть коэффициент эмоциональности. Однако эта модель даёт очень широкое и расплывчатое объяснение концепции эмоционального интеллекта. Бар-Он определяет этот феномен как совокупность некогнитивных навыков, знаний и умений, позволяющих человеку эффективно действовать в различных жизненных ситуациях. Он определил пять областей навыков, связанных с пятью компонентами эмоционального интеллекта, а именно самосознание, навыки межличностного общения, адаптивность, управление стрессом и настроение [4].

В России вопросом об эмоциональном интеллекте занимался Д. В. Люсин. По его словам, эмоциональный интеллект – это способность человека понимать и управлять своими и чужими эмоциями. Д. В. Люсин создал модель, аналогичную теории Ревена Бар-Она, согласно которой способность человека понимать эмоции объясняется следующим образом:

- человек может распознать как свою, так и чужую эмоцию;
- человек может идентифицировать эмоцию, то есть установить, какую именно эмоцию он или кто-то другой испытывает;
- человек понимает причины, которые вызывали данную эмоцию.

Д. В. Люсин представил межличностный эмоциональный интеллект, который характеризуется пониманием эмоций другого человека через внешнее проявление эмоций; понимание эмоций других людей на уровне интуиции без их вербализации; умение управлять эмоциями других. И внутриличностный эмоциональный интеллект, который характеризуется осознанием, правильным распознаванием и идентификацией собственных эмоций и чувств.

Под способностью понимать и управлять эмоциями Д. В. Люсин понимает следующее. Способность понимать эмоции означает, что человек:

- способен распознавать эмоции, например, установить сам факт наличия эмоционального переживания у себя или у другого человека;
 - может идентифицировать эмоцию, например, установить, какую эмоцию испытывает он или другой человек, и найти для нее словесное выражение;
 - понимает причины, вызвавшие эту эмоцию, и последствия, к которым она приведет.
- Способность управлять эмоциями означает, что человек:
- умеет контролировать накал эмоций, в основном подавляет чрезмерно сильные эмоции;

– может контролировать внешнее выражение эмоций;

– может при необходимости произвольно вызвать такую-то эмоцию.

Основные различия между описанными паттернами эмоционального интеллекта заключаются в следующем. Модель П. Саловея и Дж. Мейера, появившаяся первой, охватывает только когнитивные способности, связанные с обработкой эмоциональной информации. В свою очередь, Гоулман Д. связал когнитивные способности, входившие в модель П. Саловея и Дж. Майера, с личностными характеристиками. Модель Люсина Д. В. не принадлежит ни к одному из двух показанных типов классификаций. В основном она отличается от смешанных моделей тем, что в конструкции не учитываются черты личности, связанные со способностью понимать и справляться с эмоциями.

Таким образом, обобщая все вышесказанное, можно сделать вывод о том, что анализ теоретических взглядов вышеуказанных авторов позволяет определить эмоциональный интеллект как совокупность эмоционально-когнитивных способностей для социально-психологической адаптации человека. Все структурные компоненты эмоционального интеллекта взаимосвязаны, а их тесная взаимозависимость способствует эффективному межличностному взаимодействию.

Литература

- 1 Саловей, П. Эмоциональный интеллект руководителя: как развивать и применять / П. Саловей, Д. Карузо. – Санкт-Петербург : Питер, 2020. – 320 с.
- 2 Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – Москва : АСТ : Астрель, 2011. – 478 с.
- 3 Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Д. Гоулман. – Москва : «Манн, Иванов и Фербер», 2013. – 560 с.
- 4 Бар-Он, Р. Бар-Он-модель эмоционально-социального интеллекта (ESI) / Р. Бар-Он // Психотема. – 2006. – № 18. – С. 13–25.
- 5 Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д. В. Люсин // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования; под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – Москва : Ин-т психологии РАН, 2004. – С. 29–36.