

## ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК МЕТАКОМПЕТЕНЦІЯ ОСОБИСТОСТІ

*Стаття містить теоретичні положення щодо осмислення феномену емоційного інтелекту як метакомпетенції особистості. Розглядається суть поняття «емоційний інтелект» та його структура, науково підтверджується необхідність розвитку емоційного інтелекту як основи для успішної самореалізації особистості.*

**Ключові слова:** емоційний інтелект, емоційна компетенція, інтерпретативна функція, регулятивна функція, адаптивна функція, стресозахисна функція, активізуюча функція, успішність особистості.

© Фурман В.В., 2017

**Вступ.** На сучасному етапі розвитку суспільства одним з найбільш актуальних питань наукової психології є розуміння та прийняття інноваційних освітніх процесів в соціально-економічному та духовному житті людства, які нерозривно пов'язані з гуманістичним підходом до розуміння людини. В цих умовах загострилось питання індивідуального підходу до розвитку особистості, її становлення та самореалізації. Тому на сьогодні актуальною є потреба розвитку потенціалу та активної розробки теоретичних засад емоційного інтелекту особистості, яка здатна до реалізації інноваційної освітньої державної політики.

**Мета статті** полягає у розкритті змісту та структури емоційного інтелекту, його функцій та особливостей розвитку на основі вивчення та аналізу психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження.

**Аналіз сучасних досліджень засвідчив**, що увага до проблеми емоційного інтелекту посилилась в останнє десятиліття. Рушійною силою виступають роботодавці, великі компанії, які потребують універсальних фахівців та інвестують в розвиток емпатії у своїх співробітників, тобто роблять акцент на інтелектуальному капіталі особистості.

За результатами Всесвітнього економічного форуму (The World Economic Forum) була окреслена перспектива компетенцій на 2020 рік. Міжнародні експерти інформують, що до десятки актуальних компетенцій на сьогодні входить і емоційний інтелект, без участі якого вкрай складно буде іншим компетенціям, оскільки вони взаємопов'язані [10].

Отже, до актуальних компетенцій фахівці відносять:

— *вміння вирішувати складні завдання.* Потреба у людях, що володіють такою навичкою, зростає на 52 %;

— *критичне мислення.* Ця компетенція також належить до ключових у прогнозах на 10–15 років. Через велику кількість й легку доступність інформації зростає необхідність у навичках її добору і правильного переосмислення;

— *креативність.* Виникає потреба в умінні продукувати нові ідеї, створювати творчі продукти;

— *управління людьми.* Ймовірно, це станеться через зростання значущості трьох попередніх компетенцій, а також вимог до технічної, комп'ютерної грамотності. Багато компаній нараховуватимуть людський і штучний інтелекти, об'єднуюватимуть зусилля людей і роботів.

— *навички координації, взаємодії;*

— *емоційний інтелект;*

— *судження і прийняття рішень.* Важливою буде не тільки якість, але й швидкість прийняття рішень;

— *клієнтоорієнтованість.*

— *уміння вести переговори;*

— *когнітивна гнучкість.* В умовах відкритого, великого й поліваріантного світу ця здатність буде дійсно важливою. Володіючи нею, ми зможемо застосувати свою креативність і вирішувати складні завдання.

Таким чином, актуальність питання дослідження емоційного інтелекту продиктована запитом сучасності, інновацій та стрімкого розвитку соціально-економічної сфери суспільства.

Щодо історії питання, то витoki дослідження емоційного інтелекту можна простежити в роботі Чарлза Дарвіна, який зазначав важливість емоційного вираження для виживання та адаптації. У 1900-х рр., хоча традиційні визначення інтелекту робили наголос на таких когнітивних аспектах, як пам'ять і вирішення проблем, деякі впливові дослідники в галузі вивчення інтелекту почали визнавати важливість не когнітивних аспектів.

Так, у 1920 р. Е.Л. Торндайк ввів у свою роботу термін «соціальний інтелект», щоб описати навички розуміння та управління іншими людьми. У 1940 р. Девід Векслер описав вплив не розумових факторів на інтелектуальну поведінку. Він стверджував, що моделі інтелекту, які розглядаються наукою, не будуть повними, поки ми не зможемо адекватно описати вищезгадані фактори. У 1983 р. Говард Гарднер у роботі «Рамки розуму: теорія множинного інтелекту» (Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences) ввів ідею про множинні інтелекти, окремо розглядаючи міжособистісний інтелект (здатність розуміти наміри, мотиви і бажання інших людей) і внутрішньоособистісний інтелект (здатність зрозуміти себе, оцінити свої почуття, страхи і мотиви). На думку Гарднера, традиційні показники інтелекту, такі як IQ, не в змозі повністю пояснити когнітивні здібності та особливості особистості.

Концепція емоційного інтелекту (EI) як такого з'явилась у психологічній науці наприкінці ХХ ст. Її засновниками стали американські психологи Д. Карузо, П. Саловей і Дж. Майер, які розглядали емоційний інтелект як сукупність ментальних здібностей до розуміння власних емоцій і емоцій інших людей.

На думку М.О. Журавльової, у вітчизняній психології необхідність появи терміна «емоційний інтелект» була зумовлена розвитком досліджень у сфері емоцій та інтелекту, вивченням зв'язку ментального і афективного в структурі психічної діяльності, а також дослідженням емоційних здібностей. Так, в сучасній психологічній теорії та практиці широко вивчені такі особливості емоційної сфери особистості, як емпатія, вразливість, емоційність і емоційна стійкість. Проблема емоційного інтелекту на сьогодні ґрунтується на наукових положеннях вітчизняних та зарубіжних спеціалістів: Д. Гоулмана, Н. Холла, Дж. Майера, П. Саловея, Д. Карузо, Р. Бар-Она, К.К. Кордяліса, Є.Н. Ейдімтайте, С. Дерев'янка, С. Колот та ін.

Психологічна структура емоційного інтелекту має певні форми і зміст залежно від поглядів дослідників. Але можна виокремити дві загальні альтернативні моделі емоційного інтелекту. Змішані моделі включають когнітивні, особистісні та мотиваційні риси, завдяки чому вони виявляються тісно пов'язаними із адаптацією до реального життя (R. Bar-On, D. Goleman, R. Cooper). До змішаних моделей можна віднести уявлення Д. Гоулмана про емоційний інтелект, він популяризував цей конструкт та вплинув на поширення поняття.

На думку Д. Гоулмана, *емоційний інтелект* — це «здатність людини пояснювати власні емоції та емоції оточуючих з тим, щоб використовувати отриману інформацію для реалізації власних цілей».

Конкретна структура емоційного інтелекту, за Д. Гоулманом, є набором різноякісних і навіть різноспрямованих параметрів:

— по-перше, розуміння власних емоцій, цілей і результатів своєї поведінки, разом з тим розуміння емоцій і поведінки інших людей;

— по-друге, вміння регулювати свої емоції і поведінку та впливати на поведінку інших людей.

Іншими прикладом змішаної моделі є концепція Р. Бар-Она. Він визначає емоційний інтелект як «безліч некогнітивних здібностей і навичок, що впливають на здатність успішно справлятися з вимогами і тиском оточуючих».

За теорією Р. Бар-Она, емоційний інтелект визначається як сукупність найрізноманітніших здібностей, які забезпечують можливість успішно діяти в будь-яких ситуаціях. Вчений виділив п'ять субкомпонентів, які характеризують структуру емоційного інтелекту:

1) саморозуміння (усвідомлення власних емоцій, впевненість у собі, самоповага, самоактуалізація);

2) комунікативний потенціал (емпатія, соціальна відповідальність);

3) власне адаптаційні здібності (вміння вирішувати проблеми, долати труднощі, емоційна лабільність);

4) антистресовий потенціал (стійкість до стресів, самоконтроль);

5) загальний настрій (оптимістичність).

Таким чином, на нашу думку, *емоційний інтелект (EI)* (англ. Emotional intelligence) — це група ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні власних емоцій і емоцій оточуючих. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту добре розуміють свої емоції і почуття інших людей, можуть ефективно керувати своєю емоційною сферою, і тому в суспільстві їхня поведінка більш адаптивна і вони легше досягають своїх цілей у взаємодії з оточуючими.

Учені (Д. Гоулман, В. Єрмаков, І. Андреева, О. Власова, А. Мітлош, П. Саловей, Дж. Майер, Д. Карузо, Г. Гарднер, Р. Бар-Он) не дійшли згоди в питанні, чи можна розвивати емоційний інтелект. Частина дослідників вважає, що розвитку піддається лише емоційна компетентність (комунікативні навички), проте емоційний інтелект і емоційна компетентність не тотожні. Їхні опоненти вважають, що EI розвинути можна, адже нервові шляхи мозку розвиваються більшу половину життя. З достатнім ступенем вірогідності можна стверджувати, що на емоційний інтелект особистості впливають як психологічні (тип мислення і темпераменту), так і соціальні чинники. Тож аби підвищити рівень IQ, слід передусім перевірити рівень свого емоційного інтелекту (EI) за допомогою спеціальних тестів.

## СПІВВІДНОШЕННЯ СТРУКТУРИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ З ЙОГО ФУНКЦІЯМИ

Групи здібностей	Структурні компоненти емоційного інтелекту	Функції емоційного інтелекту
Когнітивні	— Сприйняття емоцій (ідентифікація емоцій); — розуміння емоцій (усвідомлення емоцій, їх аналіз та встановлення зв'язків між ними)	Інтерпретативна
Емоційні	— Управління емоціями (вміння підтримувати позитивний модус емоцій)	Регулятивна
Адаптаційні	— Управління емоціями в стресових ситуаціях (самоконтроль, вибір продуктивних долаючих стратегій поведінки); — самомотивація (здатність викликати та підтримувати емоції, які спонукають до діяльності)	Адаптивна та стресозахисна
Соціальні	— Соціальна емпатія (здатність до співпереживання емоційного стану іншої людини); — управління чужими емоціями (вміння впливати на емоційні стани інших)	Активізуюча

Окреслені структурні компоненти емоційного інтелекту співвідносяться з його функціями, що наочно відображено у *табл. 1*.

*Інтерпретативна функція* дає змогу людині продуктивно здійснювати розшифрування емоційної інформації (емоційні вирази обличчя, інтонації голосу тощо), що сприяє накопиченню та систематизації знань, формуванню власного емоційного досвіду.

*Регулятивна функція* сприяє стану емоційної комфортності та забезпечує адекватність зовнішнього вираження емоцій людини.

*Адаптивна та стресозахисна функції* полягають в актуалізації та стимулюванні психічних резервів людини в ускладнених життєвих ситуаціях.

*Активізуюча функція* забезпечує гнучку спроможність до конгруентності у спілкуванні.

Завдяки можливості кількісно виміряти емоційний інтелект вчені можуть оцінювати ступінь його впливу на досягнення людини. Більшість досліджень доводять, що ЕІ — один

з центральних факторів успіху. Вважається, що розвиток емоційного інтелекту в рази підвищує ефективність особистості в різних соціальних сферах і здатність відчувати себе успішною.

**Висновок.** Емоційний інтелект є головною складовою у досягненні максимально успішної самореалізації. Він також є необхідним чинником мотивації розумової активності, оскільки визнання своїх почуттів і керування ними в конструктивний спосіб збільшує інтелектуальні сили особистості.

Отже, розвиток емоційного інтелекту являє собою розвиток самосвідомості, навичок усвідомлення своїх і чужих емоцій, вміння керувати своїми і чужими емоціями й ефективно взаємодіяти з людьми. Підвищити рівень емоційного інтелекту цілком можливо за рахунок тривалої тренінгової практики, особистої мотивації, прагнення змінити себе — все це є істотним кроком на шляху до підвищення емоційного інтелекту і як наслідок — успішної самореалізації.

## ДЖЕРЕЛА

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. — 2006. — № 3. — С. 78–85.
2. Bar-On R. Emotional Intelligence Inventory (EQ-i): Technical Manual. — Toronto, Canada Multi-Health Systems. — 1997.
3. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Дэниел Гоулман, Ричард Бояцис, Энни Макки. — М. : Альпина Паблишер, 2016. — 304 с.
4. Дерев'яно С. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах / С. Дерев'яно // Соціальна психологія. — К., 2008. — № 1 (27). — С. 96–104.

5. Кордялис К.К. Взаимосвязь между показателями психосоциального здоровья и мотивации к учебе / К.К. Кордялис, Э.Н. Эйдимтайте // Вопросы психологии. — 2006. — № 2. — С. 24–30.
6. Либин А.В. Дифференциальная психология / А.В. Либин. — М. : Эксмо, 2006. — 544 с.
7. Merzon E.E., Nurgatina I.E., Bakhayeva G.M. The Technology of Teacher Reflexive Competence Development in Modern Conditions. Review of European Studies / Merzon E.E., Nurgatina I.E., Bakhayeva G.M. 2015. Vol. 7, no. 4. 112–116. — DOI: 10.5539/res.v7n4p112.
8. Robert K. Cooper, Ayman Sawaf. EQ inteligencja emocjonalna w organizacii zarzadzaniu / Robert K. Cooper, Ayman Sawaf. — Warszawa, 2000. — 423 s.
9. Salovey P., Mayer J.D. Emotional intelligence // Imagination, Cognition, and Personality, 1990. Vol. 9. P. 185–211.
10. The 10 skills you need to thrive in the Fourth Industrial Revolution [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://www.weforum.org/agenda/2016/01/the-10-skills-you-need-to-thrive-in-the-fourth-industrial-revolution/>

**Фурман В.В.**

### **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК МЕТАКОМПЕТЕНЦИЯ ЛИЧНОСТИ**

*Статья содержит теоретические положения по осмыслению феномена эмоционального интеллекта как метакомпетенции личности. Рассматривается суть понятия «эмоциональный интеллект» и его структура, научно подтверждена необходимость развития эмоционального интеллекта как основы для успешной самореализации личности.*

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, эмоциональная компетенция, интерпретативная функция, регулятивная функция, адаптивная функция, стрессозащитная функция, активизирующая функция, успешность личности.

**V. Furman**

### **EMOTIONAL INTELLIGENCE AS THE MAIN COMPETENCE OF PERSONALITY**

*The article contains theoretical provisions for understanding of the phenomenon of emotional intelligence as metacompetence of personality. It is examined the content of the concept of "emotional intelligence" and its structure. The article scientifically confirms the need to develop emotional intelligence as the basis for a successful personality self-identity.*

*Analysis of the current research shows that great attention to the problem of emotional intelligence emerged in the last decade. The driving force is the employers, large companies that require versatile professionals and invest in the development of empathy in the staff that focus on intellectual capital personality.*

*Emotional intelligence is the main component in achieving maximum successful fulfillment. It is an essential factor motivating mental activity as recognition of the feelings and manage them in a constructive way to increase the intellectual power of personality. To raise the level of emotional intelligence is completely possible due to the training, personal motivation, a desire to change himself, to get out of the comfort zone of personality — it is an important step to increase the level of emotional intelligence which leads to self-improvement.*

**Key words:** emotional intelligence, emotional competence, interpretive function, regulatory function, adaptive function, stress-resistant function, activating function, personality's success.

*Стаття надійшла до редакції 22.10.2016*

*Прийнято до друку 25.10.2016*