

Відомості про автора:

**Лупійко Людмила Василівна** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри теоретичної та консультативної психології Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.

*Статтю подано до друку 15.04.2015.*

УДК: 159.942

© О. П. Лящ, 2015 р.

О. П. Лящ (м. Вінниця)

## ДЕТЕРМІНАНТИ ТА МОЖЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСОБИСТОСТІ

*У статті розглядається емоційний інтелект як складний особистісний конструкт. Розглянуто детермінанти розвитку емоційного інтелекту. Розвиток емоційного інтелекту розглядається у двох аспектах: у плані вивчення онтогенетичних змін у здібностях до розуміння та управління емоціями і в контексті цілеспрямованого (тренінгового) впливу на розвиток окремих сторін емоційного інтелекту. Відзначається, що в якості теоретичних підстав для програм розвитку емоційного інтелекту можуть виступити гуманістичний, поведінковий і когнітивний напрямки.*

**Ключові слова:** емоційний інтелект, розвиток емоційного інтелекту, біологічні фактори розвитку, соціальні фактори розвитку, тренінг.

*В статье рассматривается эмоциональный интеллект как сложный личностный конструкт. Рассмотрены детерминанты развития эмоционального интеллекта. Развитие эмоционального интеллекта рассматривается в двух аспектах: в плане изучения онтогенетических изменений в способностях к пониманию и управлению эмоциями и в контексте целенаправленного (тренингового) воздействия на развитие отдельных сторон эмоционального интеллекта. Отмечается, что в качестве теоретических оснований для программ развития эмоционального интеллекта могут выступить гуманистический, поведенческий и когнитивный направления.*

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, развитие эмоционального интеллекта, биологические факторы развития, социальные факторы развития, тренинг.

*In article the emotional intelligence as difficult personal construct is considered. Determinants of development of emotional intelligence are considered. Development of emotional intelligence is considered in two aspects: in respect of studying the vital of changes in abilities to understanding and management of emotions and in the context of purposeful (training) impact on development of the separate parties of emotional intelligence. It is noted that the directions can act as the theoretical bases for programs of development of emotional intelligence humanistic, behavioral and cognitive.*

**Key words:** emotional intelligence, development of emotional intelligence, biological factors of development, social factors of development, training.

**Постановка проблеми.** Технічний прогрес XXI ст., зміна морально-етичних засад суспільства, насичений темп життя, прагнення до успіху, матеріальних благ і реалізації себе в кар'єрі та особистому житті формують нову активну життєву позицію людини, змушують її задуматися про вибір цілей і засобів їх досягнення, роблять особистість працездатнішою, енергійнішою, винахідливішою. У контексті таких процесів виникає необхідність побудови сприятливих і продуктивних взаємин з оточуючими, так як особистість не може обійтися без суспільства.

У всі часи існувала категорія людей, які не володіли високим коефіцієнтом розумового розвитку, але досягали великих успіхів у навчанні, кар'єрі та особистому житті, вміли викликати симпатію оточуючих, заряджали позитивним настроєм. У компанії таких людей завжди було весело і цікаво, їм неможливо було відмовити, вони мали велику кількість друзів і хороших знайомих, до таких людей завжди тягнуло, в їхньому товаристві було приємно перебувати. Раніше таку особистість називали «хваткою», «пробивною», «хитрою» і т.д.. Наразі з упевненістю можна сказати, що ці люди володіли високим рівнем розвитку емоційного інтелекту.

Розвиток EI є важливим фактором адаптації в соціальному оточенні. Згідно з результатами емпіричного дослідження О.І. Власової, «емоційно обдаровані» діти легко уживаються в колективі, часто набувають статусу лідера, добре адаптуються до нових умов, сприяють поліпшенню соціально-психологічного клімату колективу [3, с. 126].

**Метою нашої статті є** дослідження чинників емоційного інтелекту та можливих шляхів його формування.

**Виклад основного матеріалу.** Емоційний інтелект (EI) виражається у здатності розуміти власний емоційний стан і стан оточуючих, а також аналізувати, які дії необхідно зробити в тій чи іншій ситуації і що за цим може послідувати. Це розумне управління емоціями для гармонізації своїх стосунків з іншими людьми і досягнення намічених цілей.

Чимало науковців наразі займаються вивченням емоційного інтелекту: Д.В. Люсін, Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига, О.І. Власова, С.П. Дерев'янка, М.А. Манойлова, Г.В. Юсупова, А.С. Петровська та інші.

З приводу можливості розвитку EI в психології існують дві відмінних одна від іншої думки. Ряд учених (наприклад, Дж. Мейер) дотримуються позиції, що підвищити рівень EI практично неможливо, оскільки це відносно стійка здатність. У той же час емоційні знання - вид інформації, якою емоційний інтелект оперує, відносно легко формуються, у тому числі і в процесі навчання [8, с. 18].

Їх опоненти (зокрема, Д. Гоулман) вважають, що емоційний інтелект можна і потрібно розвивати. Однією із підтверджень цієї позиції є той факт, що нервові шляхи мозку продовжують розвиватися аж до середини людського життя. У зв'язку з цим стає можливим і емоційний розвиток, який проявляється у свідомому регулюванні емоцій [7, с. 257].

Іншої точки зору дотримується Т.П. Березовська, результати емпіричного дослідження якої вказують на можливість розвитку EI шляхом спеціально організованого навчання і виховання. В її дослідженні встановлено, що навчання сценічної діяльності сприяє розширенню емоційної компетентності старшокласників в цілому, і, зокрема, у юнаків – емпатії, як розвитку здатності розпізнавати емоції інших людей, у дівчат - розвитку довільності в управлінні емоційною сферою [2, с. 18]. Можна припустити, що навчання в школі з театральним нахилом робить можливим розвиток андрогінних психологічних характеристик у осіб обох статей, що сприятиме підвищенню EI.

Прихильники розвитку EI стверджують, що в школі необхідно проводити спеціальне навчання, спрямоване на розвиток емоційної компетентності. Зазначена «емоційна освіта» може здійснюватися як через пряме навчання, так і через створення певного психологічного клімату, залучення учнів, вчителів та батьків у спільну діяльність. Як зазначають психологи-практики, робота за подібними програмами позитивно впливає на психічне здоров'я, сприяє зниженню вживання алкоголю та куріння, зменшення антисоціальної поведінки. Однак, більшістю психологів наголошується, що належить провести значну роботу з розробки наукової основи для методів розвитку і тестів EI до і після проведення програм з метою оцінки їх ефективності [4].

Очевидно, що розробка наукової основи для розвитку EI повинна опиратися на знання його передумов (табл. 1.). Ми цілком погоджуємося з І.М. Анреєвою, яка в якості передумов емоційного інтелекту бачить вроджені (біологічні) та соціальні (набуті) чинники [1, с. 196].

## Передумови розвитку емоційного інтелекту

Вроджені (біологічні)	Соціальні (набуті)
Рівень емоційного інтелекту батьків; спадкові задатки емоційної сприйнятливості; властивості темпераменту; особливості переробки інформації	ступінь розвитку самосвідомості; впевненість у своїй емоційній компетентності; рівень освіти батьків і сімейний дохід; емоційно благополучні відносини між батьками; андрогінність, зовнішній локус контролю та релігійність

До біологічних передумов EI можна віднести: рівень емоційного інтелекту батьків, спадкові задатки емоційної сприйнятливості, властивості темпераменту, особливості переробки інформації.

Рівень емоційності батьків діє опосередковано: як «збагачене середовище», в якому дитина може придбати необхідні для її адаптації знання, навички і розвинути впевненість в своїй емоційній компетентності. Найбільш значущим фактором впливу такого середовища для дитини є мати, яка як правило, проводить з дитиною більше часу ніж батько. В підлітковому і юнацькому віці коли сім'я втрачає першорядне значення як фактор розвитку, збагаченого середовища для розвитку емоційного інтелекту дітей стає група ровесників. Цим і пояснюється важливість групового впливу порівняно з сімейними зв'язками. Також рівень емоційного інтелекту в цілому вищий у молодого покоління, ніж у їх батьків.

Слабо розвинена емоційна сприйнятливість, яка є частково спадковою і передбачає незрілі почуття. Для осіб, у яких вона розвинена досить на високому рівні, характерним є поєднання задоволення особистих потреб з інтересами суспільства. Таким чином, емоційна сприйнятливість пов'язана з ефективною обробкою інформації, що стосується емоцій.

Властивості темпераменту можна віднести до вроджених задатків емоційної чутливості. На думку А.В. Лібіна, і темперамент, і інтелект є характеристиками інструментальної сфери індивідуальності. Лише темперамент характеризує її з боку активності, енергії, а інтелект - з боку можливостей суб'єкта, вміння розпорядитися цією енергією [5]. У структурі кожного із зазначених психічних явищ «існують загальні фундаментальні енергоінформаційні процеси, залежні, мабуть, від одних і тих же біологічних властивостей людини (чи задатків)» [8]. Очевидно, що інтелект поряд з властивостями темпераменту входить в єдину систему психічних властивостей.

Особливості темпераменту дитини багато в чому визначають такі особистісні характеристики, як нейротизм, екстраверсія і свідомість, які високо корелюють з опитувальниками на EI. Це означає, що властивості темпераменту утворюють взаємозв'язок з емоційним інтелектом. Поряд з активністю як базового параметру темпераменту є емоційність. Високий рівень останньої може розглядатися як показник EI, оскільки передбачає когнітивний аналіз емоційної інформації на досить високому рівні. При цьому прояви емоційності переважають у екстравертів.

З такими властивостями темпераменту, як екстраверсія і нейротизм, пов'язані особливості переробки інформації. У дослідженнях особистості виявлено існування індивідуальних відмінностей при переробці стимулів з позитивною і негативною валентністю. При цьому екстраверсія сприяє переробці позитивних, а нейротизм - негативних стимулів. Можна припустити існування когнітивних факторів, що сприяють переробці когнітивно забарвлених стимулів і, отже, впливають на рівень EI. Однак незрозуміло, чи вигідна для організму швидка переробка позитивних стимулів і повільна переробка негативних (або навпаки) [1, с. 192].

До набутих (соціальних) передумов EI можна віднести: ступінь розвитку самосвідомості дитини, впевненість у своїй емоційній компетентності, рівень освіти батьків і сімейний дохід,

емоційно благополучні відносини між батьками, андрогінність, зовнішній локус контролю та релігійність [1, с. 198].

Емоційні реакції найближчого оточення на дії дитини не тільки виступають як умови для розвитку емоційності, але і є орієнтирами для її самоставлення і самооцінки. Основи реалістичного сприйняття себе і самоприйняття закладаються на ранніх стадіях онтогенезу, визначаючись вихідним прийняттям дитини з боку батьків [6].

На ранніх щаблях розвитку особистості формуються також і механізми саморегуляції. На особистісному рівні саморегуляція здійснюється за трьома рівнями: смислового, особистісних утворень і психічних станів. Саморегуляція психічних станів пов'язана безпосередньо з самоконтролем. Вся система особистісної саморегуляції базується на ступені розвиненості самосвідомості [8]. Іншими словами, рівень розвитку самосвідомості виступає в якості передумови управління власними емоціями.

Процеси самооцінки і саморегуляції лежать в основі впевненості у своїй емоційній компетентності (тобто в основі уявлень людини про те, чи може вона розуміти емоції, керувати ними і міжособистісними взаємодіями). Даний конструкт залежить від образу Я, який формується у ході соціального навчання.

Чим вищий рівень освіти батьків і сімейний дохід, тим вищими є показники емоційного інтелекту у підлітків [8]. Грунтуючись на досить оптимістичній позиції Д. Гоулмана [7], можна припустити, що досягнення батьками кар'єрних і матеріальних успіхів є наслідком високого рівня EI; при цьому відповідні задатки можуть успадковуватися їхніми дітьми. В той же час, можливо, що люди з більш високим рівнем освіти (і тому з більш високим матеріальним доходом, оскільки ці показники в західних країнах взаємопов'язані) можуть віддавати більше часу самопізнанню і саморозвитку, при цьому їх діти розвиваються в більш емоційно та інтелектуально «збагаченому середовищі», ніж нащадки неосвічених і малозабезпечених батьків.

Відомо, що створення оптимальних умов для емоційного розвитку дитини багато в чому залежить від характеру взаємовідносин між подружжям, від того, наскільки батьки задоволені сімейним життям. У дослідженні, проведеному в США, було виявлено, що люди, задоволені своїм сімейним життям, мали значно більш високе значення EI, ніж не задоволені. Можна припустити, що батьки з високим рівнем EI здатні створити гармонійні умови сімейних взаємин, що детермінують, у свою чергу, розвиток EI їхніх дітей. У такій сім'ї її члени більш уважно ставляться до переживань один одного і частіше обговорюють емоційні проблеми.

Локус контролю формується в процесі соціалізації і стає надалі стійкою особистісною якістю [5]. Результати досліджень показують, що досліджуванні з внутрішнім локус-контролем частіше засуджують себе і є більш чутливими до ситуації, коли засуджують інших, в той час як їхні колеги з зовнішньої локалізацією контролю більш схильні прощати як інших, так і себе. Здатність до прощення пов'язана з усвідомленням власних емоцій та управлінням ними, емпатією по відношенню до кривдника [7]. Це означає, що зовнішній локус контролю і здатність до прощення припускають досить високий рівень розвитку когнітивних здібностей, пов'язаних з обробкою емоційної інформації.

Виявлено взаємозв'язок між високими оцінками за шкалою «релігійність» і за шкалою «емоційний інтелект» [1]. На думку Анреєвої І.М., існує декілька можливих пояснень цьому зв'язку. По-перше, у релігійних людей переважає зовнішній локус контролю, який, як було показано вище, сприяє емпатії та самоконтролю емоцій: у всіх подіях свого життя віруючі бачать прояв Божої волі. По-друге, релігійне виховання передбачає виховання моральних почуттів, в першу чергу розвиток почуття безумовної любові. По-третє, підготовка до церковних таїнств неможлива без самоаналізу діяльності та супроводжуваних її емоцій; сповідь супроводжується переживанням катарсичного звільнення і є стимулом до самовдосконалення, яке вимагає самообмеження і саморегуляції. Варто погодитися з положенням В.Д. Шадрикова про те, що віра не тільки робить почуття людини

емоційно насиченими, але і перебудовує все її внутрішнє життя, збагачує її емоції та почуття, надаючи їм нову якість [1, с. 203].

Тому розвиток EI є важливим фактором адаптації, оптимізації міжособистісної взаємодії, просоціальної та іншої позитивної поведінки. З підвищенням EI пов'язано зниження деструктивних тенденцій у поведінці людей.

Проблема можливості розвитку емоційного інтелекту знаходиться в центрі наукових дискусій. Особливої уваги в контексті нашого дослідження заслуговує питання розвитку емоційного інтелекту, так як вивчення даного явища втрачає сенс без можливості його вдосконалення. В даний час за кордоном відкриті інститути та дослідницькі центри, які займаються проблемою взаємозв'язку почуттів і розуму, а також створені спеціальні програми для розвитку емоційного інтелекту дітей і дорослих.

Дослідники емоційного інтелекту виявили деякі вікові особливості розвитку цієї якості: в міру набуття життєвого досвіду емоційний інтелект підвищується і зростає в період юності та зрілості. Це означає, що у дитини він є нижчим, ніж у дорослого. Тим не менш, формування емоційних здібностей в дитячому віці є особливо важливим [4, с. 82].

Існують дані про те, що спеціальні навчальні програми суттєво підвищують рівень емоційної компетентності дітей. Особливе значення та актуальність роботи з розширення емоційного інтелекту набуває в дошкільному та молодшому шкільному віці, оскільки саме в ці періоди йде активне емоційне становлення дітей: їх самосвідомості, здатності до рефлексії та децентрації (вміння стати на позицію партнера, враховувати його потреби і почуття). Розвивати емоційний інтелект доцільно і у підлітків, які відрізняються високою сенситивністю і гнучкістю всіх психічних процесів, а також глибоким інтересом до сфери свого внутрішнього світу. Наразі особливо популярні програми, тренінги та коучінг для дорослих з метою вдосконалення і застосування емоційного інтелекту в професійній діяльності спеціаліста.

На думку більшості психологів, діти, які розуміють емоції, більш чуйні, соціально адаптовані, їх частіше обирає група. Для розвитку емоційного інтелекту людині необхідна певна частка об'єктивності, адже вміння поставити себе на місце іншої людини і відчувати її переживання – це вже не суб'єктивний погляд на ситуацію. Подібні вміння допомагають розвинути в дитині дорослого, а також приймати вірні рішення і успішно орієнтуватися в сучасному світі. Поступаючи з урахуванням норм моральності, дитина відчуває переживання інших людей (перед тим як давати оцінку їх вчинкам), в результаті чого вона з кожної життєвої ситуації отримує так звану емоційну інформацію.

Одним із можливих варіантів розвитку емоційного інтелекту в роботі практичного психолога може бути тренінг. Очевидно, що розробка і використання програм тренінгу EI повинні базуватися на принципах наукової обґрунтованості, системності, врахування вікових та індивідуальних особливостей учасників. Необхідним є вироблення механізмів оцінки ефективності подібних програм. Всі учасники навчального процесу (школярі, вчителі, батьки, адміністрація) повинні усвідомлювати значимість розвитку емоційної компетентності та створити умови, які сприяють вирішенню широкого кола соціальних проблем учнів. Необхідно культивувати практичне застосування набутих умінь у повсякденному житті. Проблемою залишається підготовка кваліфікованого штату учителів і психологів [1].

Так, С.П. Дерев'яно розглядає програми вдосконалення емоційної компетентності в рамках гуманістичного, поведінкового та когнітивного напрямків [4, с. 83].

В рамках гуманістичної психології акцент робиться переважно на емоційні аспекти, почуття, а не інтелектуальні судження, оцінки. Тренінг розвитку EI може бути направлений на реорганізацію Я-концепції шляхом асиміляції раніше неперороблених переживань (тренінг особистісного зростання), розвиток здібностей до рефлексії та саморегуляції, емпатії і фасилітативного впливу (тренінг навичок і вмінь).

У тренінгу з розвитку EI, розробленому в рамках поведінкового напрямку, увага акцентується на довільних способах управління емоціями і їх експресивним вираженням. Кінцевою

метою тренінгу є навчіння способам емоційної поведінки та експресивного реагування в різних життєвих ситуаціях. Розвиток ЕІ в руслі даного напрямку є досить ефективним в роботі з дітьми.

У когнітивному підході акцент ставиться на можливості навчання новим способам емоційного мислення, стимулюючи розуміння емоцій і ефективне управління ними. І як результат зазначеного напрямку може бути зміна способів мислення, які підтримують неадаптивну емоційну поведінку.

Системні характеристики тренінгу розвитку емоційного інтелекту з урахуванням методологічних аспектів, представлені в табл. 2. [4].

Таблиця 2

### Системні характеристики тренінгу розвитку емоційного інтелекту

Методологічний напрям	Характер тренінгового впливу	Об'єкт тренінгового впливу	Ціль тренінгового впливу
Гуманістичний напрям	Недирективний	Емоційні стани	Актуалізація здібностей дорозумінню та управління емоційними станами
Поведінковий напрям	Директивний	Емоційна поведінка	Навчання прийомам управління емоційною поведінкою і експресивним реагуванням
Когнітивний напрям	Директивний	Емоційне мислення	Продуктування способів емоційного мислення

Найбільш продуктивними методами розвитку ЕІ є гра, арт-терапія, психогімнастика, поведінкова терапія, дискусійні методи [4], моделювання, програвання ролей, зворотній зв'язок, демонстрації, проектування [7] та інші.

Стосовно комплектування груп з метою розвитку ЕІ, то вони повинні відповідати загальним рекомендаціям формування тренінгових груп (щодо гомогенності / гетерогенності, відсутності психічних розладів, добровільної участі, кількісного складу групи). На думку С.П. Дерев'яно, додатковою умовою комплектування груп є невключення до тренінгової групи учасників з високим рівнем сформованості ЕІ і його компонентів. Це обумовлено тим, що посилений розвиток здатності до розуміння емоцій інших людей може стимулювати значне підвищення відчуття, що сприяє прояву депресивного і песимістичного фону в настрої, особливо в напружених ситуаціях міжособистісного спілкування [7]. Також, надмірно розвинена здатність до управління емоціями посилює маніпулятивне ставлення до оточуючих [8].

**Висновки.** Отже, уявлення про можливості розвитку емоційного інтелекту в психології розрізняються, однак вчені не заперечують можливості формування емоційної компетентності. З цієї причини, коли мова йде про розвиток емоційного інтелекту, поняття ЕІ та емоційної компетентності використовуються як взаємозамінні. Розвиток емоційного інтелекту розглядається у двох аспектах: у плані вивчення онтогенетичних змін у здібностях до розуміння та управління емоціями і в контексті цілеспрямованого (тренінгового) впливу на розвиток окремих сторін ЕІ.

Для розробки наукової основи для розвитку емоційного інтелекту слід опиратися на знання його детермінантів, що мають вроджений та набутий характер прояву. Відзначається, що в якості

теоретичних підстав для програм розвитку ЕІ можуть виступити гуманістичний, поведінковий і когнітивний напрямки.

Подальші наукові дослідження вбачаємо в проведенні емпіричного дослідження з ціллю виявлення детермінуючих факторів емоційного інтелекту.

### Література

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И.Н. Андреева. – Новополоцк: ПГУ, 2011. – 388 с.
2. Березовская Т.П. Психологические особенности эмоционального интеллекта старшеклассников / Т.П. Березовская // Когнитивная психология: сб. ст.; под. ред. А.П. Лобанова, Н.П. Радчиковой. – Минск: БГПУ, 2006. – С. 16 – 20.
3. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: моногр. / О.І. Власова. – Київ: Видавничо-поліграф. Центр «Київський університет», 2005. – 308 с.
4. Деревянко С.П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах / С.П. Деревянко // Психологический журнал. – 2008. – №2. – С. 79 – 84.
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. – М.: Ин-т психологии РАН, 2004. – С. 29 – 36.
6. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості / Е.Л. Носенко // Психологія і суспільство. – 2004. – №4. – С. 95 – 109.
7. Goleman D. Working with emotional intelligence / D. Goleman. – N.Y.: Bantam Books, 1998. – 383 p.
8. Mayer J.D. What is emotional intelligence? / J.D. Mayer, P. Salovey // P. Salovey, D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Educational implications. – New York: Basic, 1997. – P. 3 – 31.

Відомості про автора:

**Ляц Оксана Павлівна** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Вінницького соціально-економічного інституту Університету «Україна».

*Статтю подано до друку 15.04.2015.*

УДК 159.9: 316.48

© Я. І. Мельник, 2015 р.

Я. І. Мельник (м. Київ)

## ОБГРУНТУВАННЯ ТЕОРЕТИЧНОЇ МОДЕЛІ ДЕТЕРМІНАЦІЇ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

В статті зроблена спроба наукового обґрунтування теоретичної моделі детермінації девіантної поведінки військовослужбовців, що складаються з структурно-функціонального і структурно-динамічного компонентів. Відзначається, що основною моделлю детермінації девіантної поведінки військовослужбовців є конфліктна взаємодія між дисфункціональним військовослужбовцем та дисфункціональними умовами військово-соціального середовища. Підкреслюється, що в реальній ситуації конфліктна взаємодія залежить від розвитку процесів соціалізації особистості військовослужбовця (інтеріорізації, адаптації, ідентифікації, цілепокладання) та рівня дисфункціональності організаційно-групових процесів (експектації, санкції, інтеграції). Їх дисфункція ініціює конфліктну ситуацію, котра призводить до відхилень в поведінці військовослужбовців.