

Міністерство освіти і науки України  
Дніпропетровський національний університет

Носенко Е.Л., Коврига Н. В.

**ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ:  
КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ФЕНОМЕНУ,  
ОСНОВНІ ФУНКЦІЇ.**

Монографія

Київ

2003

УДК 159.923 + 159.942:612.176

*Рекомендовано до друку Вченою Радою  
Дніпропетровського національного університету.*

Рецензенти: **Чебикін О.Я.**, академік АПН України,  
доктор психологічних наук, професор;

**Саннікова О.П.**, доктор психологічних наук,  
професор Південно-українського державного  
педагогічного університету.

**Носенко Е.Л., Коврига Н.В.**

**Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції.**

У монографії розглядається феномен емоційного інтелекту як аспект виявлення внутрішнього світу особистості, що відбиває міру розумності ставлення людини до світу, до інших та до себе як суб'єкта життєдіяльності. У суб'єктній парадигмі проаналізовані внутрішні (диспозиційні) та зовнішні (ті, що виявляються в ознаках перебігу емоційного процесу) компоненти емоційного інтелекту. Розглянуті основні функції емоційного інтелекту: стресозахисна та адаптивна; форми його відбиття у свідомості людини (психологічного благополуччя, самооцінка, вибір стратегій подолаючої поведінки). Обґрунтований підхід до оцінки рівня сформованості цієї особистісної властивості, що відрізняється від підходу, запропонованого авторами теорії емоційного інтелекту. Для викладачів, аспірантів, студентів гуманітарних і соціальних спеціальностей та тих, хто цікавиться проблемами психології життєвого успіху.

**ISBN**

**©Носенко Е.Л., Коврига Н.В., 2003**

## ЗМІСТ

Вступ .....	4
РОЗДІЛ 1. ВИТОКИ СТРЕСОЗАХИСНОЇ ТА АДАПТИВНОЇ ФУНКЦІЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ІНТЕГРАЛЬНОЇ ОСОБИСТІСНОЇ ВЛАСТИВОСТІ .....	14
1.1 Напрями досліджень механізму інтегрування досвіду у формуванні властивостей особистості і стилю її поведінки .....	14
1.2 Витоки емоційного інтелекту та концептуалізація поняття .....	24
1.3 Стан розробки підходів до вимірювання емоційного інтелекту .....	36
РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЇ ФЕНОМЕНУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ДОСЛІДЖЕННЯ ЙОГО ОСНОВНИХ ФУНКЦІЙ .....	46
2.1 Особистість у стресогених ситуаціях: диференційна модель .....	46
2.2 Внутрішні та зовнішні компоненти емоційного інтелекту і особливості їх виявлення як динамічної єдності .....	54
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОЗАХИСНОЇ ТА АДАПТИВНОЇ ФУНКЦІЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ .....	74
3.1. Організація та процедура проведення емпіричного дослідження, обґрунтування вибору його методичного забезпечення .....	74
3.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження внутрішніх детермінант емоційного інтелекту в аспекті їх стресозахисної та адаптивної функцій.....	85
3.3. Результати емпіричного дослідження інформативності зовнішніх ознак емоційного інтелекту .....	103
Висновки .....	136
Список використаних джерел .....	143

## ВСТУП

Ще біля десяти років тому словосполучення “емоційний інтелект”, яке з’явилося у психологічному тезаурусі з проблем психології особистості з появою робіт американських психологів Н.Gardner[163, 164], D.Goleman [166], J.Mayer & P.Salovey [175, 176] та інших [177, 147, 187], викликало здивування завдяки незвичному поєднанню понять “емоція” і “інтелект”, які здавались протилежними за глибинним змістом. Не менше здивування викликало твердження авторів, що ввели у науковий перебіг поняття “емоційний інтелект”, відносно ролі цієї інтегральної властивості особистості у детермінації успіху будь-якої діяльності людини в будь-яких умовах [167, 192, 195].

Й досі, хоча проблематика, пов’язана з вивченням емоційного інтелекту, знаходить достатньо широке відображення в тематиці авторитетних наукових психологічних конгресів та спеціальних конференцій з проблем психології особистості, зокрема останньої [184], відчувається певна обережність у визначенні теоретичної значущості проблеми, практичний інтерес до якої значно випереджає рівень її теоретичної розробки. Достатньо зазначити, що після виходу у світ у 1995 році монографії D.Goleman “Емоційний інтелект”[166] вона миттєво перетворилась на бестселер. Це не дивно, адже автор у цій роботі не тільки визначив значущість емоційного інтелекту як провідної детермінанти успіху життєдіяльності, але й запропонував шляхи до опанування такими особистісними властивостями, як самоконтроль, наполегливість, самомотивування на діяльність, розуміння власних емоцій і емоцій інших людей та урахування їх у підтриманні сприятливих стосунків з оточуючими.

Ці властивості він назвав узагальнено “емоційним інтелектом”, використавши термін, що раніше був введений у науковий перебіг J.Mayer та P.Salovey [176]. Епіграфом до книги дуже доречно було обрано висловлювання Аристотеля: “Будь-хто може розгніватись – це легко. Проте виявити гнів по відношенню саме до тієї людини, яка на це заслуговує, в потрібній мірі, у

відповідний час, для досягнення гідної мети і у відповідній формі – це не легко”. Твердження ж відносно того, що емоційний інтелект, на відміну від загального інтелекту (вимірюваного за допомогою IQ і значною мірою детермінованого генетично), піддається розвитку у будь-якому віці та й ще надає перевагу тому, хто їм володіє, перед носіями високого IQ у досягненні успіху життєдіяльності, “прирекло” проблему на роль проблеми “номер один” у психології особистості. Її почали активно висвітлювати популярні загальнонаукові видання, з’явилися різноманітні варіанти вербальних тестів емоційного інтелекту, що базуються як на самооцінюванні людиною рівня притаманності їй та оточуючим їй особам емоційного інтелекту, так і на результатах розв’язання суб’єктом спеціально підібраних проблемних задач [147, 153, 158]. Почали друкуватись популярні брошури серії “Допоможи собі сам – як вдосконалити свій емоційний інтелект”. В Інтернеті проходить широку апробацію комбінований тест емоційного інтелекту, що містить завдання обох зазначених вище типів [158]. Розробники останнього тесту, що базується на теоретичному підході до визначення поняття емоційний інтелект, запропонованому D.Goleman та іншими дослідниками, не тільки надають виконавцям тесту коментар відносно рівня сформованості в них емоційного інтелекту, а й пропонують конкретні рекомендації щодо його вдосконалення шляхом участі у відповідних тренінгах. Останнє, власне, і викликає широкий практичний інтерес до проблеми. Якщо емоційний інтелект, як стверджують автори, дійсно можна формувати, починаючи з дитинства, та вдосконалювати у дорослому віці, то розвиток цієї інтегральної властивості особистості може цілком претендувати на роль своєрідної панацеї від того жахливого лиха XXI століття, яке психологи, на наш погляд цілком виправдано, називають “психічною кризою” [ 4, 21].

Як правомірно стверджують автори, що започаткували розробку проблеми емоційного інтелекту в психології, у світі в цілому спостерігається зараз такий рівень вибуху негативних емоцій людей, який дійсно нагадує “колективне

божевілля” [7], що не дивно у світлі “соціального божевілля”, в умовах якого живе сучасне покоління людей [39].

Емоції виходять з під контролю у повсякденному спілкуванні людей і це навіть вже не викликає здивування з боку оточуючих [3, 7, 14]. В останнє десятиліття, як справедливо відмічає D.Goleman [166], з’явилась велика кількість повідомлень, що свідчать про найвищий за всю історію людства рівень емоційної нестриманості, нехтування будь-якими нормами у виявленні почуттів на всіх рівнях спілкування людей, починаючи з родини і закінчуючи колективом, в якому люди працюють разом. Це виявляється і у відчаї “мовчазної самотності” маленьких дітей, залишених батьками наодинці з телебаченням у ролі “вихователя” або взагалі позбавлених будь-якого батьківського піклування [152], у жахливому насильстві в шлюбних відносинах [13], і, кінець кінцем, у тероризмі на рівні міждержавних відносин, що в останні роки набув міжнародного масштабу. Повна емоційна неосвіченість, яка виказує себе у кількісних показниках різко зростаючої депресії практично у всіх країнах світу, у зростанні вибухів жорстокості, насильства, агресивної поведінки, невмотивованих вбивствах, вандалізмі [14. 27 146], на жаль, набуває вигляду однієї з найхарактерніших ознак цивілізації XXI століття [131].

Недарма на стиці соціальних та гуманітарних наук народжується новий напрям міждисциплінарних наукових досліджень – пейнетика (panetics [188]), предметом якої є вивчення витоків та форм виявлення страждань, що люди спричиняють один одному. Ці страждання додаються до страждань, породжуваних недосконалістю економіки, соціального устрою, політики, перетворюючись у стресор величезної руйнуючої сили, що загрожує не тільки духовному (емоційному), але й фізичному здоров’ю людини. Хоча агресивна поведінка особистості активно вивчається у психології і в її дослідження зробили і роблять значний внесок як зарубіжні [14, 27], так і вітчизняні дослідники [3, 7, 81, 87], в науці поки що не існує, як правомірно зазначає А.О.Реан [108], загально прийнятої теорії агресії і жодна з концепцій агресії не

може претендувати на наявність в ній вичерпного пояснювального потенціалу. З нашої точки зору, це є наслідком недостатньої уваги до вивчення глибинних витоків, особливостей детермінації та форм виявлення й перебігу емоційних проявів особистості.

Метод самоспостереження у вивченні емоційної сфери людини, започаткований В.Вундтом, не вичерпав повністю свої можливості і був витіснений іншими методами, зокрема, поведінковими, психофізіологічними, що, як здається, спричинило певне відставання у вивченні емоцій. Доцільно згадати у цьому зв'язку, що в останній проблемній монографії, виданій в Інституті психології Академії наук колишнього СРСР (Москва, 1989) [127], що була присвячена визначенню основних тенденцій розвитку психологічної науки на найближче десятиліття, В.К.Вілюнас (автор розділу відносно шляхів розвитку дослідження емоцій) прогнозував, що психологію чекає пожвавлення інтересу до вивчення емоцій, зокрема саме методом інтроспекції.

Про те, що це передбачення виявилось виправданим, свідчить, на наш погляд, поява в останні часи нового напрямку в експериментальному вивченні емоції – досліджень з проблеми емоційного інтелекту, або “емоційної розумності”, як цей термін ми запропонували перекладати на українську мову [91].

Отже, проблема, якій присвячена дана монографія, є актуальною у декількох аспектах: теоретичному, бо вона, як зазначалось вище, є недостатньо розробленою у цьому плані; соціальному, бо людська цивілізація може опинитись у стані саморуйнування, якщо й далі емоції будуть розглядатись як протилежні розуму, як такі, що є недоступними свідомому контролю і регулюванню; педагогічному, якщо на підставі експериментального вивчення особливостей перебігу емоційних процесів і станів та стійких властивостей особистості не будуть розроблені науково обгрунтовані підходи до цілеспрямованого формування в процесі навчання та виховання емоційної розумності суб'єктів учіння.

Попри термінологічну неузгодженість, проблема емоційного інтелекту ідентифікована: емоційну сферу людини необхідно вивчати в аспекті її усвідомлення людиною і саморегулювання. Які для цього існують спонукаючі фактори, крім соціального усвідомлення того, що емоційна сфера людини потребує уваги саме у зазначеному вище аспекті і що, можливо, це позбавить людство від “божевілля”, спричиненого повною відсутністю спроб інтелектуального ставлення людини до власних емоцій, буде детальніше розглянуто далі.

По-перше, в останнє десятиліття зроблені великі досягнення в інструментальному вивченні емоцій завдяки розробці інноваційних методів досліджень їх енергетичних аспектів, впровадженню методів резонансної томографії мозку [125, 166]. Вперше в історії людства стало можливим візуально спостерігати те, що було джерелом глибокої таємниці, бачити точну картину того, як по-різному функціонують складні маси нервових клітин під час, коли людина мислить, переживає певні почуття, уявляє щось, або мріє про щось. Як підкреслюють дослідники емоційного інтелекту [166], цей потік нейробіологічних даних дає змогу усвідомити більш чітко, ніж будь-коли раніше, як центри мозку, що відповідають за емоційне реагування, зумовлюють появу людських сліз, або вибухів гніву; і як більш “старі” відділи мозку, які спонукають людину до бійки або вияву любові, налаштовують її на більш чи менш адекватну ситуації поведінку. Ця безпрецедентна ясність відносно нейрофізіологічних механізмів функціонування емоцій [120, 121, 124] і розуміння причин їх виходу з під контроль людини [125] дає можливість сконцентрувати увагу на виявленні нових засобів для подолання колективної емоційної кризи, у якій перебуває людство. Можна погодитись з авторами робіт з проблеми емоційного інтелекту, які зазначають, що місце почуттів у ментальному житті людини було дивовижно призменшено дослідниками у попередні часи, залишаючи емоції значною мірою “недослідженим континентом” у науковій психології. І в цю пустелю устрімились книги з



самодопомоги, про які згадувалось вище, поради з благими намірами, але, у кращому випадку, такими, що базуються на клінічних даних і позбавлені достатнього наукового фундаменту. Зараз психологія взмозі відповісти з достатньою мірою авторитетності на відповідні складні питання відносно появи емоцій та можливих форм їх свідомого регулювання.

У вітчизняній психології існують певні теоретичні традиції вивчення складної детермінації психічної діяльності людини, на які можуть спиратися подальші дослідження проблеми емоційного інтелекту [2, 5, 10, 29, 36, 32, 33, 34, 72, 110, 111]. Одним з теоретичних завдань на сучасному етапі розвитку досліджень у зазначеній вище галузі ми вбачаємо розробку теоретичного фундаменту вирішення проблеми операціоналізації емоційного інтелекту. З нашої точки зору [94], вербальні тести, які створені для оцінювання рівня сформованості емоційного інтелекту, мають певні недоліки. Вони базуються переважно на самооцінюванні і спираються на аналіз змісту ситуацій, особливості поведінки в яких можуть свідчити, на думку розробників тестів, про відсутність чи наявність у виконавця тесту відповідного рівня розвитку емоційного інтелекту. Як будь-які вербальні тести, що базуються на аналізі змісту, тести емоційного інтелекту, побудовані на методі аналізу запропонованих більш-менш типових ситуацій, допускають різні тлумачення якості їх виконання і тому не можуть бути в достатній мірі об'єктивними. Крім того, ці тести, розроблені представниками індивідуалістської культури - авторами фундаментальних робіт з проблеми емоційного інтелекту, потребують адаптації до умов іншої культури. І, - що головне, - вибір ситуацій для побудови тесту не обґрунтований теоретично, а серед варіантів альтернативного вибору правильної відповіді є декілька тверджень, настільки подібних одне до одного, що в певних умовах кожне з них можна вважати правильним. Тому нагальною теоретичною проблемою, яка потребує подальшого рішення і яка зумовлює актуальність обраної нами у даній роботі теми, є, крім розкриття основних функцій емоційного інтелекту, проблема адекватної операціоналізації цього

конструкту з опорою на теоретичний аналіз особливостей внутрішнього світу людини і складної детермінації психічної реальності людини.

У вітчизняній психологічній літературі існує декілька теоретичних підходів, які можуть бути обрані для вирішення задачі операціоналізації емоційного інтелекту. Це теорія єдності зовнішнього і внутрішнього у детермінації психічного [110, 111, 52, 100, 139, 140]; системний підхід до вивчення психічних явищ [36, 76, 77, 65], який, зокрема, знайшов нове цікаве відбиття в останній роботі російських психологів А.В.Петровського та М.Г.Ярошевського [105], що містить так звану категоріальну мережу основних психологічних понять з розкриттям їх змістовних зв'язків як по горизонталях, так і по вертикалях мережі. Крім того, в українській психології активно розробляється структурно-генетичний підхід до вивчення життєвого світу особистості [80, 81, 129 та інші], є певні досягнення у вивченні емоцій як одного з провідних компонентів детермінації поведінки людини [137, 115, 89, 90, 93 та інші], у тому числі в умовах професійної та навчальної діяльності [93, 113, 116, 136 та інші].

Визначенню впливу стійких ознак емоційності у структурі особистості на різних рівнях їх виявлення як детермінант успішності професійної діяльності, зокрема у соціономічних професіях, присвячені роботи О.П.Саннікової та її учнів [113, 114, 115]. О.П.Саннікова дослідила, зокрема, вплив чотирьох базових емоцій, які притаманні людині, на успішність її професійної діяльності (радості, гніву, суму, страху). Виявилось, що існують певні закономірності цього зв'язку. Дослідження О.П.Саннікової з'явилися, певною мірою, предтечею досліджень емоційного інтелекту, бо нею та деякими російськими дослідниками [61, 21, 49 та ін.] запропоновано вивчення психологічної проникливості як багаторівневого складного структурного утворення, яке пов'язане зі стійкими ознаками емоційності в структурі особистості. Автор правомірно розглядає емоційність як стійку характеристику індивідуальності, яка, поряд з психічною активністю, є найважливішою складовою темпераменту. Вона трактується також

як ситемостворюючий фактор у структурі особистості [115] і в структурі її властивостей, у тому числі професійно важливих. Емоційність розглядається як регулятор професійної діяльності і детермінанта її успішності. У дослідженні ролі емоційності як важливої детермінанти успішності діяльності, зокрема професійної, значний внесок зробили такі російські дослідники, як А.Я.Ольшанікова [97], І.В.Пацявічус [101], І.А.Переверзева [102].

Отже, основним напрямом, результати якого розглядаються в даній монографії, є вивчення загальних закономірностей виявлення емоційного інтелекту як стресозахисного фактору, що сприяє успішній самореалізації особистості у житті. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту є, на наш погляд, важливим фактором у з'ясуванні ролі емоційного інтелекту як особистісної детермінанти успіху життєдіяльності. Доведення того факту, що від рівня сформованості емоційного інтелекту залежать інтенсивність і частота стресових виявів у різних ситуаціях життєдіяльності, з'явиться суттєвим внеском у розробку реальних заходів для зниження інтенсивності емоційної кризи, що породжує небезпечно високий рівень агресивності у цивілізованому суспільстві.

Ця проблема має два аспекти, а саме: виявлення стресозахисної функції емоційної розумності як фактору, який сприяє особистісній самореалізації людини, та як фактору, що оптимізує спілкування людини з оточуючими. Останнє, як підкреслюють провідні дослідники в галузі соціальної психології [16, 17], є однією з важливих психологічних проблем, від вирішення якої залежить створення типології особистості за критерієм рівня сформованості соціального інтелекту: вміння пізнавати інших людей, спілкуватись з ними, формувати сприятливе ставлення до них в процесі сумісної діяльності і таке інше.

Дане дослідження замислене як таке, що повинне відповідати новій парадигмі досліджень у галузі психології особистості. Йдеться про заміну парадигми *урахування* фактору людини, що була провідною в середині 60 років,

цілковито новою парадигмою *управління* людським ресурсом, яка, як стверджують сучасні дослідники у галузі прикладної психології [48, 64], вже реально формується.

Ця парадигма передбачає розкриття можливостей і закономірностей розвитку суб'єкта як цілісної істоти, що перебуває у безперервній взаємодії зі світом у своєму найближчому оточенні, в певному соціальному середовищі [11, 12, 40, 58, 99, 100, 126, 138].

На наш погляд, саме дослідження такого спрямування відповідають і вимогам нової ситуації в сучасному суспільстві, характерної, як можна уявити, не тільки для України, але особливо актуальної саме для неї з її специфікою сучасного перехідного етапу соціально економічного розвитку. Цей етап гостро потребує зміни ставлення до людини, зміни усіх основ гуманітарної культури.

Проведене нами дослідження мало в якості “зверхмети”, так би мовити, спробу продемонструвати на конкретному прикладі вивчення стресозахисної та адаптивної функцій емоційного інтелекту важливість урахування в дослідженнях з психології особистості ролі відповідних знань та вмінь поведіння в конкретних ситуаціях життєдіяльності, які, як правомірно стверджують сучасні дослідники [71, 154, 169, 170], не меншою мірою визначають успішність життєдіяльності людини, ніж її диспозиційні особистісні фактори.

Основна мета дослідження обґрунтувати підхід до операціоналізації емоційного інтелекту, що базується на вивченні цього феномену як особливої форми відображення у свідомості та поведінці людини динамічної єдності внутрішніх (диспозиційних) ознак особистості та її зовнішніх актуальних переживань в ситуаціях емоційного реагування)

Завдання дослідження передбачали:

- 1) на підставі теоретичного аналізу змісту та аспектів виявлення емоційного інтелекту як системної інтегральної особистісної властивості визначити його внутрішні (диспозиційні) та зовнішні (ті, що виявляються у актуальних

- переживаннях) компоненти як основу для операціоналізації цього особистісного конструкту;
- 2) з урахуванням особливостей взаємозв'язку зовнішнього та внутрішнього як єдності психічного визначити різні варіанти реалізації внутрішньої природи актів емоційно зумовленої поведінки та психологічні закономірності їх зовнішнього об'єктивного перебігу як основу для диференціації рівнів сформованості емоційного інтелекту;
  - 3) з'ясувати форми репрезентації у свідомості людини рівня сформованості в неї емоційного інтелекту;
  - 4) розробити методичний інструментарій та підібрати систему методичних процедур, адекватних меті та завданням дослідження;
  - 5) емпірично перевірити адекватність підходу до оцінки рівня сформованості емоційного інтелекту людини, запропонованого у роботі, шляхом аналізу диспозиційних та зовнішніх компонентів емоційного інтелекту та особливостей їх відображення у свідомості людини.

## **РОЗДІЛ 1**

### **ВИТОКИ ПРОВІДНИХ ФУНКЦІЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ІНТЕГРАЛЬНОЇ ОСОБИСТІСНОЇ ВЛАСТИВОСТІ**

#### **1.1 Напрями досліджень механізму інтегрування досвіду у формування властивостей особистості і стилю її поведінки**

Сучасний етап розвитку досліджень у галузі психології особистості характеризується активними пошуками шляхів виявлення механізмів інтегрування досвіду, що набувається людиною в процесі життєдіяльності і відбивається у формуванні властивостей її особистості та стилю її поведінки в різноманітних життєвих ситуаціях [25, 71, 154]. Відома точка зору відносно того, що властивості особистості формуються завдяки узагальненню, систематизації та закріпленню безпосередньо психічних процесів [5, 103, 111], уступила місце уявленням про те, що особистість формується під впливом того чи іншого співвідношення видів діяльності, які вона виконує [65, 66].

Теоретичну передумову підходу до вивчення особистості на більш високому рівні системності, на думку Б.Б.Косова, який обґрунтував у своїй останній монографії системно-стильову концепцію особистості [65], створили ідеї В.С.Мерліна [84] відносно індивідуального стилю діяльності як співвідношення властивостей особистості та об'єктивних вимог діяльності.

Проте, як правомірно підкреслює Б.Б.Косов [65], у контексті проблем особистості мова повинна йти не про ті чи інші конкретні види діяльності, а про життєдіяльність людини у цілому. Крім того, можна погодитись з автором, що недоцільно трактувати індивідуальний стиль діяльності тільки як засіб компенсації неефективних у даних конкретних умовах властивостей нервової системи, що звужує поняття стилю діяльності. Прагнення розширити “життєвий простір” особистості і дослідження її розвитку до рівня людського життя у цілому прослідковується у роботах все зростаючого числа авторів [1, 2, 8, 10, 18, 19, 44, 45, 58, 129].

Хоча систематичних конкретних досліджень у цьому напрямку проводиться порівняно мало, сучасні дослідники з достатньою мірою впевненості підкреслюють, що конкретна поведінка людини пов'язана як з її особистісними властивостями, так і з ситуаційними умовами [65]. Невирішеною залишається проблема, як сумістити в теорії особистості (наприклад, у самій

структурі особистості) єдність стійких особистісних властивостей та “зовнішніх” ситуацій.

Недарма останнім (ситуаціям) зараз приділяється значна увага як у роботах вітчизняних [29, 43, 47, 25], так і зарубіжних [154, 169] дослідників, що знайшло відображення у спробах розробити психологічну теорію ситуації [25].

На складність проблеми адекватного описання і діагностики особистості та обмеженість теорії “особистісних рис” вказувалось і на останній Європейській конференції з проблем особистості [184]. Зокрема підкреслювалось, що особистість очима її носія (тобто особистісна ідентичність) відрізняється від цієї ж особистості очима спостерігача (репутації), репутацію вивчити значно легше, ніж особистісну ідентичність [170].

Теорія особистісних рис, як стверджують деякі автори [169], у більшій мірі придатна для вивчення особистості “очима спостерігача”, ніж очима її носія, тобто в плані ідентичності, бо в основі останньої знаходяться не поведінкові акти, а особистісні цінності.

Цікавим, з нашої точки зору, є заклик одного з провідних сучасних дослідників у галузі психології особистості, що пролунав на останній Європейській конференції з відповідних проблем, перейти при дослідженні особистості від “рис” до “умінь та навиків” (типів поведінки), які особистість демонструє в конкретних актах життєдіяльності [154].

Цей заклик є співзвучним з деякими положеннями “системно-стильової концепції” особистості [65], на аналізі змісту якої ми вважаємо доцільним у зв’язку з цим зупинитись дещо докладніше. Одне з вихідних положень цієї концепції полягає в твердженні, що особистість є найбільш узагальненою системою психічного відображення життєдіяльності людини. Ідея узагальненості була провідною, як відомо, в попередніх уявленнях про особистість, оскільки у будь-якій властивості особистості як абстракції вже міститься певне узагальнення. Однак, фактично, різні автори розуміють це по-своєму і неоднозначно. Так, в останньому психологічному словнику

міститься таке твердження: “риса особистості – це стійкі особливості поведінки індивідуума, які повторюються в різних ситуаціях” [69, с.391]. Обов’язковими властивостями риса особистості є ступінь виявлення їх у різних людей, трансситуативність (риса особистості індивіда виявляються у будь-яких ситуаціях).

У цьому визначенні узагальненість як провідна характеристика особистісної риси фактично прирівнюється до генералізації. Проте узагальненість виявлення певної риси автор системно-цільової концепції особистості трактує як таку властивість особистісних рис, яка характеризує їх виявлення вибірково, у різних ситуаціях, - не обов’язково у всіх, - в які потрапляє дана конкретна людина.

Розуміння особистісних рис як життєвих узагальнень і основного потенціалу особистості, що пропонується автором, означає розуміння самої особистості як індивідуального розподілення її потенціалу по видах життєдіяльності в умовах його виявлення.

Занадто абстрактне розуміння самих особистісних рис у відриві від різноманітних умов їх виявлення у житті все частіше усвідомлюється практиками як серйозна перешкода у роботі. Цю точку зору сформулював досить проникливо Ф.Н.Гоноблін [40], який відмічає, що для успіху, скажімо, в роботі вчителя має значення деяка діалектичність у виявленні його особистісних властивостей. Зокрема, про хорошого педагога не завжди можна сказати, що він суворий чи м’який, активний чи пасивний і таке інше. Він, зазвичай, буває і таким і іншим в залежності від обставин. Отже, сумуючи основні положення системно-стильової концепції особистості, Б.Б.Косов формулює такі питання для подальших досліджень.

1. Просте узагальнення на рівні широких сфер життєдіяльності людини виступає в якості системостворюючого “механізму” його особистості. В літературі вказують на системостворюючі фактори, головні риси чи



характеристики особистості. Так, найбільш часто йдеться про “спрямованість” особистості.

2. Необхідною умовою виникнення особистісних властивостей як узагальнень індивідуального життєвого досвіду людини є процеси диференціації (розрізнення елементів цього досвіду), тобто виявлень активності в різних життєвих ситуаціях. У цьому зв'язку автор нагадує про роботи, в яких обґрунтовується системостворююча значущість процесу розрізнення і розрізненої чутливості у всіх процесах сприйняття [65].

3. Узагальнення розглядаються в психології, як правило, в аспекті пізнавальних процесів, але це зовсім не означає, що концепція, яку представляє Б.Б.Косов, є тільки когнітивною і зводить особистість до пізнання. Це лише свідчить про єдність психіки людини, в якій пізнавальна сфера є невід'ємною від особистісної. Проте, у застосуванні до вивчення особистості узагальнення здійснюється по відмінних, більш широких критеріях, ніж, наприклад, при оволодінні знаннями та вміннями в процесі навчання.

4. Виникає питання, чи можна вважати основою особистісних узагальнень суб'єктивну тотожність психічних процесів чи видів діяльності. Автор вважає, що й ті і другі впливають на формування “особистісних узагальнень” у різній мірі, бо своєрідність видів активності в тих чи інших ситуаціях безпосередньо пов'язана з наявністю в них тих чи інших процесів. Більш того, і самі процеси змінюються і вдосконалюються під впливом переважаючої активності людини у відповідних сферах її життя. Прикладом можуть слугувати факти вибіркової професійної пам'яті, спостережливості і таке інше.

Одним із важливих положень, що розглядається в сучасних дослідженнях з психології особистості, є твердження про те, що особистість є багатомірною та багаторівневою системою [83]. Це витікає з того, що вона включає не тільки певну кількість рис, що робить її багатомірною, але й з того, що кожна властивість – узагальнення пов'язана з ієрархізованою системою ситуацій, які відносяться до цієї властивості, або видів життєдіяльності, в яких ця властивість

виявляється. Такою є базова, двоєрівнева модель особистості. Основою багаторівневості особистісної структури вважають не тільки багаторівневості особистісних властивостей, але й багаторівневості ситуацій виявлення активності (видів занять, діяльності) [65].

Завершуючи розгляд цієї концепції особистості, підкреслимо, що структурованість особистості вважають залежною від сформованості тих чи інших параметрів: мотивації, емоційності, вольової регуляції дій і таке інше. В результаті, в залежності від характеру узагальнення одна й та ж людина може бути сумлінною, комунікабельною в одних ситуаціях і умовах, але виявляти і інші, зазвичай, протилежні властивості - в інших. Причини цього навряд чи полягають у домінуванні надситуативних чи ситуативних факторів, як цей феномен пояснюють деякі автори, а “в діалектиці розвитку особистісної властивості як узагальнення життєвого досвіду” [65, с.27].

Розвиток властивостей узагальнення залежить від багатьох зовнішніх та внутрішніх факторів: здібностей суб'єкта, спрямованості його активності, задоволення його потреб, успішності діяльності та інших. Зміна зовнішніх та внутрішніх умов людини може призводити до “переузагальнень”, зміни властивостей: зміни їх полярності і , навіть, до їх повного згасання [65, с.27].

Хоча проаналізована вище концепція особистості дійсно дозволяє по-новому розглянути ряд актуальних проблем, пов'язаних з розвитком особистості і вивченням цього розвитку, вона, на наш погляд, має певні недоліки. Головний з них полягає в тому, що діагностику рівня розвитку особистості пропонують здійснювати за допомогою певного упорядкування самими досліджуваними видів власних занять та життєвих задач, які вони вирішують, з точки зору виявлення в них тієї чи іншої власної особистісної властивості.

Аналіз сучасних зарубіжних публікацій з проблеми теорії особистості показує, що існують спроби зменшити кількість аспектів, по яких встановлюються індивідуальні особливості особистості. Протиставлення

номотетичного та ідеографічного підходів до діагностики особистості розглядається як завдання, яке має рішення вже зараз, а не планується на майбутнє. У цьому аспекті, з нашої точки зору, певний інтерес представляє так звана когнітивно-експерієнціальна модель теорії особистості [161]. Згідно цієї теорії пропонується виділяти чотири основних аспекти для вивчення індивідуально-особистісних властивостей. Поведінка людини, з точки зору авторів експерієнціальної теорії, виявляється у формі своєрідного компромісу між чотирма базовими мотивами, які виконують, таким чином, роль своєрідних стримуючих факторів відносно один одного. Ці мотиви виявляються в процесі формування кожною людиною певного уявлення про оточуючий світ та власну роль, активність і місце у цьому світі.

Ця своєрідна індивідуальна теорія реальності є ієрархічно організованим набором схем та мереж схем. Найбільш узагальненими схемами є згадані вище чотири мотиви, які спрямовують життєдіяльність людини. Перший мотив відбиває оцінку того, у якій мірі власне світорозуміння дозволяє людині сприймати оточуючий світ як такий, що є або упорядкованим, доброзичливим, або, навпаки, ворожим, незрозумілим, неупорядкованим, позбавленим змісту. Характеристиками цього аспекту сприйняття людиною оточуючого світу є оцінка його передбачуваності, можливості контролювати, добротності подій у світі і таке інше.

Оскільки людина в процесі своєї життєдіяльності не тільки спіткається з оточуючим світом, певною мірою оцінює його, але й співпрацює і спілкується з іншими людьми, в неї формується певне ставлення до оточуючих її людей. Останні можуть розглядатись з позитивної точки зору, або як джерело можливої небезпеки, яку вони несуть по відношенню до індивіда.

Четвертий мотив, який теж певною мірою впливає на життєдіяльність людини і усвідомлюється нею, відбиває міру, в якій людина розглядає себе як суб'єкта життєдіяльності, що заслуговує на повагу, тобто в якій мірі людина задоволена собою, як вона оцінює своє функціонування у світі.

Автори цієї теорії справедливо вважають, що ситуаційно специфічні акти пізнавальної діяльності людини в процесі функціонування її у світі не є достатньо інформативними з точки зору діагностики чи оцінки особистості людини у відсутності знань щодо їх зв'язків з вищерозглянутими конструктами. Виділення чотирьох основних аспектів, по яких доцільно, як вважають автори, вивчати індивідуальні особливості функціонування особистості, на наш погляд, є дуже цікавим, бо вони дійсно охоплюють основні аспекти функціонування людини як суб'єкту пізнання, діяльності та спілкування. Модель враховує, на наш погляд, основні мотиви, які спрямовують і регулюють активність людини, а саме: пізнання оточуючого світу, усвідомлення ставлення до нього, пізнання себе як суб'єкту діяльності, вдосконалення себе, прагнення досягти самоповаги і успішної взаємодії з іншими людьми, які перебувають у найближчому оточенні цієї людини.

Завершуючи даний розділ нашого дослідження, вважаємо за доцільне зупинитись на широко розповсюдженій на даний момент п'ятифакторній моделі особистості, крізь призму якої переважна більшість дослідників особистості зараз розглядає індивідуальні розбіжності в успішності функціонування людини як суб'єкту життєдіяльності [165]. З нашої точки зору, саме п'ятифакторна модель особистості є провідною моделлю для вивчення диспозиційних характеристик особистості і виявлення основних мотивів її функціонування як суб'єкту пізнання, засвоєння світу і соціалізації.

Психологічна реальність п'ятифакторної моделі особистості підтверджена багатьма дослідниками на матеріалі різних етносів [155, 156, 26]. До основних факторів, що розглядаються у межах цієї моделі, належать, крім екстраверсії та інтроверсії, які відбивають фундаментальні особливості темпераменту, тобто генетично успадковані індивідуальні розбіжності, такі фактори, як: *сумлінність*, що характеризує ставлення людини до тієї діяльності, яку вона виконує; *доброзичливість* - прийняття оточуючих людей такими, як вони є; *емоційну стійкість* при подоланні складних ситуацій життєдіяльності та *відкритість*

новому досвіду. Як бачимо, чотири з виділених факторів певною мірою співвідносяться з аспектами вивчення особистості, що пропонуються прихильниками так званої когнітивно-експірієнціальної моделі особистості. Так, фактор „сумлінність” виявляється при здійсненні людиною діяльності у будь-яких сферах чи формах. Це може бути і пізнавальна діяльність, і діяльність, спрямована на задоволення вітальних потреб; і професійна діяльність. „Відкритість новому досвіду” як один з факторів п’ятифакторної моделі має безпосереднє відношення до пізнавальної та перетворюючої діяльності людини, бо, засвоюючи світ, вона постійно здійснює процес пізнання. „Доброзичливість” - прийняття інших людей такими, як вони є, відбивається безпосередньо у стосунках суб’єкта з іншими людьми, у співпраці та спілкуванні з ними. Пізнання себе як суб’єкту діяльності та спілкування здійснюється людиною, як ми вважаємо, на рівні емоційної регуляції поведінки, виявлення емоцій в процесі спілкування. Наявність емоційної стійкості або, навпаки, притаманність людині ознак нейротизму та тривожності виявляються відповідним чином у актуальних емоційних станах, які виникають в процесі діяльності та спілкування.

Зазначені вище основні чотири фактори особистості й були обрані нами у якості диспозиційних характеристик для діагностики індивідуальних розбіжностей на рівні емоційного інтелекту, бо усі вони мають безпосереднє відношення до емоційного аспекту функціонування людини як суб’єкту життєдіяльності [94, 181].

За допомогою обраного нами підходу до вивчення емоційного інтелекту, який надає п’ятифакторній моделі особистості статусу диспозиційних характеристик емоційного інтелекту людини, ми, як здається, долаємо невиправдавший себе підхід до розрізнення аспектів вивчення індивідуальних особливостей особистості на рівні її інтелектуальних, емоційних та вольових процесів, що піддається зараз критиці, як вказувалось в попередній частині огляду літератури. Фактично, диспозиційні компоненти емоційного інтелекту людини й є системоутворюючим фактором особистості. Вони зумовлюють

стабільність емоційних переживань людини [171], її схильність до переживання позитивних або негативних емоцій [173], у формі яких, як відомо, відбивається оцінка людиною усіх аспектів її життєдіяльності. В результаті емпіричних досліджень встановлено, зокрема, що сумлінність як фактор особистості, що виявляється як провідна характеристика її діяльності, має стресозахисний потенціал [186]. Доброзичливість як фактор, що характеризує особистість у плані її спілкування з іншими людьми, теж має емоційний компонент, бо знак емоцій, які забарвлюють відношення з іншими людьми і сприйняття інших людей, може бути або позитивним, або негативним. Інші можуть сприйматись або як такі, що ставляться доброзичливо до даного індивідуума, або як джерело певної загрози, чинник тривоги.

Відкритість новому досвіду як особистісна риса, що пропонується в п'ятифакторній моделі, теж має емоційний компонент. Доведено, що ця особистісна властивість має високий рівень зворотної кореляції з рівнем тривожності [178] та прямої - з креативністю [172, 190]. Цей фактор високо корелює також з толерантністю до невизначеності як стійкою особистісною ознакою. Він виявляється як в індивідуальній діяльності людини, спрямованій на пізнання світу та виживання в ньому, так і в сфері взаємодії, співпраці та спілкування з іншими людьми. Тобто це – своєрідна „наскрізна” характеристика особистості, яка може бути обрана як основа для глибокої диференціації індивідуальних розбіжностей.

Отже, як бачимо, емоційність є, мабуть, найважливішою характеристикою як диспозиційного, так і безпосередньо поведінкового аспектів функціонування людини як суб'єкту життєдіяльності. Тому вивчення узагальнених характеристик емоційного інтелекту відкриває нові перспективи досліджень у галузі психології особистості, які тільки-но починають усвідомлюватись дослідниками. Щоб цей перспективний напрям досліджень не дискредитував себе передчасною появою практичних рекомендацій щодо його використання

для вирішення конкретних прикладних задач, він потребує теоретичного усвідомлення.

У даному розділі роботи ми проаналізували дослідження, у світлі яких, як здається, можна зробити деякі висновки на підтримку гіпотези даного дослідження про притаманність емоційному інтелекту стресозахисної та адаптивної функції.

По-перше, в цій інтегральній особистісній властивості відбиваються, як ми детальніше покажемо й далі, усі найважливіші аспекти функціонування людини як суб'єкту життєдіяльності: ставлення до оточуючого *світу*; до *себе* як до суб'єкту діяльності, до *інших* як партнерів по спілкуванню і взаємодії.

По-друге, саме у формі емоцій, як підкреслювалось вище, на рівні індивідуального світосприймання здійснюється оцінка суб'єктом усіх аспектів власної життєдіяльності, що зумовлені як диспозиційними характеристиками особистості, так і досвідом її індивідуальної активності. Це, власне, і зумовлює, витоки стресозахисної та адаптивної функцій емоційного інтелекту.

Ще один висновок, який можна зробити на цьому етапі аналізу проблеми дослідження, полягає в тому, що не все зумовлено й в емоційній поведінці диспозиційними факторами, що дійсно правомірно стверджувати наявність в емоційній поведінці *інтелектуального* компоненту, рівень усвідомлення якого детермінує рівень розумності емоційного реагування.

Отже, у наступному розділі розкриємо детальніше зміст емоційного інтелекту, його компоненти та структуру, щоб глибше прослідкувати витоки його найважливіших функцій, які зумовлюють роль цієї інтегральної властивості особистості у детермінації успіху життєдіяльності людини, зокрема, у захисті її від стресу та адаптації до змінюваних умов життєдіяльності.

## **1.2 Витоки емоційного інтелекту та концептуалізація поняття**

Поняття емоційний інтелект з'явилося у перебігу в психологічній літературі, як зазначалось у вступі, з виходом у світ відомої монографії Говарда Гарднера “Frames of mind” у 1983 р. [163]. В ній фактично вперше було обгрунтовано необхідність переглянути тлумачення поняття інтелект, що вимірювалось за допомогою коефіцієнту інтелектуального розвитку IQ, розширивши його.

Гарднер висловив припущення, що існує не один єдиний тип інтелекту, який впливає певним чином на успіх життєдіяльності людини, а скоріше достатньо широкий спектр підвидів інтелекту з сьома основними варіантами цих підвидів. Запропонований ним перелік підвидів інтелекту включав: вербальний, логіко-математичний, просторовий, кінестичний, музичний та емоційний види інтелекту. Останній Гарднер підрозділив ще на два підвиди: внутрішньоособистісний і міжособистісний. Міжособистісний інтелект раніше вже фігурував у психологічній літературі під назвою соціального інтелекту, або соціальної компетентності. Він характеризує вміння людини взаємодіяти з іншими людьми. Внутрішньоособистісний інтелект передбачає вміння людини самореалізуватись у житті, мотивувати себе на активну діяльність, досягнення успіху. Гарднер запропонував вживати термін „множинність” виявлення інтелекту як такий, що більш адекватно описує поняття єдиного інтелекту, яке існувало раніше.

Пізніше, через десять років, коли вийшла в світ його книга: “Множинність виявлення інтелекту”, він дав більш детальне визначення поняття “емоційний інтелект” у двох формах його репрезентації [164].

Під *міжособистісним* емоційним інтелектом він запропонував розглядати спроможність людини розуміти інших людей, усвідомлювати мотиви їхньої діяльності, ставлення їх до роботи, вирішувати, як краще співпрацювати з цими людьми.

Для поняття *внутрішньоособистісного* емоційного інтелекту він запропонував визначення, у якому підкреслив, що цей вид інтелекту позначає



властивість людини, спрямовану на себе: спроможність формувати точну адекватну модель власного “я” та використовувати цю модель, щоб ефективно функціонувати у житті.

Пізніше, уточнюючи запропоновані поняття, Гарднер додав до тлумачення міжособистісного емоційного інтелекту наявність у людини спроможності правильно розпізнавати настрої, вияви темпераменту, мотивів та прагнень інших людей і відповідним чином реагувати на них. Що стосується уточнення поняття внутрішньоособистісного інтелекту, то до його визначення були додані наступні деталі. Внутрішньоособистісний інтелект – це спроможність людини розуміти власні почуття, їх витoki і регулювати на цій основі власну поведінку.

Треба зазначити, що ще на початку ХХ століття Торндайк, який зробив значний внесок у популяризацію поняття IQ, висловив припущення відносно існування одного з аспектів емоційного інтелекту, який він назвав соціальним інтелектом, розуміючи під ним спроможність людини розуміти інших людей та діяти розумно в процесі міжособистісної взаємодії та спілкування. Він включив цей аспект виявлення інтелекту у визначення коефіцієнту інтелекту IQ. На жаль, пізніше у 60-х роках теоретики проблем інтелекту запропонували виключити поняття „соціальний інтелект” з числа компонентів загального інтелекту, що вимірювався за допомогою IQ.

Проте, Роберт Стернберг, відомий психолог із Єйла, запропонував учасникам одного з досліджень, що проводилось під його керівництвом, описати розумну людину, тобто людину, яка володіє розвиненим інтелектом, і довів емпірично, що серед властивостей, які відмічались як притаманні людині з розвиненим інтелектом, фігурували властивості, пов’язані з практичними навиками взаємодії та спілкування [183]. Більш систематичні дослідження Стернберга дали йому змогу повернутися до висновку, який раніше був зроблений Торндайком, що соціальний інтелект відрізняється від академічних здібностей і виступає як найбільш важлива детермінанта успішної практичної діяльності людини у житті.

В останні роки з'явилося багато публікацій, переважно зарубіжних, в яких дослідники обґрунтували більш детальне визначення поняття емоційного інтелекту [166, 175, 176, 177].

В роботах Мейера і Саловея [175, 176] пропонується більш деталізоване тлумачення компонентів емоційного інтелекту, яке можна розглядати як подальший розвиток розуміння концепції емоційного інтелекту, запропонованої Гарднером.

Властивості, притаманні людині, яку можна охарактеризувати як таку, що володіє емоційним інтелектом, охоплюють п'ять основних здібностей.

Перша реалізується у вигляді усвідомлення людиною власних емоцій. Ця властивість вважається провідною в емоційному інтелекті, бо спроможність керувати власними емоціями, регулювати їх виявлення починається з того моменту, коли людина зрозуміє причини виникнення в неї переживань, їх характер та інтенсивність. Спроможність усвідомити свої істинні переживання і зрозуміти їх походження дає можливість людині краще впоратись з ними.

Другий компонент емоційного інтелекту виявляється у вигляді регулювання емоцій. Можливість регулювати власні переживання базується, як зрозуміло, на їх самоусвідомленні. Управління власними емоціями виявляється у вигляді зусиль заспокоїти себе, позбавитись тривожного стану, який виникає, суму, або роздратованості. Люди, які не володіють такою властивістю, постійно перебувають у стані дистресу та безпорадних спроб подолати власні негативні почуття. У той час як ті, що мають здібності контролювати емоції, значно ефективніше та швидкіше долають небажані емоційні стани.

Третій компонент емоційного інтелекту був визначений як спроможність мотивувати себе до діяльності. Він реалізується у зусиллях людини спрямувати власні емоції на користь досягнення мети діяльності, на самомотивування на нові досягнення, на креативну діяльність. Одним з компонентів спроможності мотивувати себе на досягнення мети діяльності є самоконтроль. Він реалізується у вигляді вміння відкладати отримання миттєвого задоволення

заради досягнення більш значущої віддаленої мети. Автори стверджують, що наявність у людини спроможності відкладати задоволення миттєвих імпульсів є дуже важливою передумовою її подальшої успішної діяльності.

Четвертий компонент емоційного інтелекту трактується як розпізнавання та розуміння емоцій, що виникають в інших людей. Ця здібність реалізується, зокрема, у вигляді виявлення емпатії. Люди, які спроможні виявляти емпатію, є більш чутливими до слабких соціальних ознак, які вказують на те, що інші оточуючі їх люди мають якісь проблеми чи переживання і їх необхідно врахувати у спілкуванні [37].

П'ятий компонент емоційного інтелекту реалізується у вигляді вміння підтримувати доброзичливі відносини з оточуючими. Він розглядається авторами, цілком справедливо, як своєрідне мистецтво позитивного ставлення до інших людей, як дуже цінна соціальна навичка, що реалізується у спроможності людини впорюватися з емоціями, які виникають при взаємодії з іншими людьми. Цей підвид емоційного інтелекту, який в роботі Гарднера та в більш ранніх публікаціях Торндайка та Стернберга був названий соціальним інтелектом, зумовлює популярність людини, її лідерські здібності, її ефективність в міжособистісному спілкуванні. Люди, які володіють соціальним інтелектом, вмінням впоратись з емоціями, що у спілкуванні з ними виявляють інші люди, досягають великих успіхів у взаємодії з оточуючими. Так, дослідниками, на роботи яких ми посилались вище, встановлено, що між так званим загальним інтелектом, що вимірюється за допомогою IQ, та емоційним інтелектом існує певний кореляційний зв'язок, але є всі підстави вважати їх окремими видами виявлення розумності.

З нашої точки зору, термін „емоційний *інтелект*” можна було б перекласти на українську мову за допомогою поняття „розумність”, бо, як ми зазначали в одній з наших публікацій [94], посилаючись на відому роботу “Психологія життєвого успіху” [107], “розумність не тільки підіймає нас над нашими пристрастями та слабкостями, а й допомагає скористатись з наших

переваг, талантів та добродійності” [107, с.23]. Дійсно, саме це значною мірою пов’язано зі змістом емоційного інтелекту, серед аспектів виявлення якого, як ми перелічили вище, фігурують спроможність людини долати власні пристрасті, підійматись над ними; користатись перевагами, талантами та добродійністю, тобто мотивувати себе на виявлення власного особистісного потенціалу.

Як відомо, ще з XIX століття психологи визнавали доцільність диференціації різних аспектів ментальної активності людини у вигляді: а) когнітивної активності, тобто тої активності, що реалізується у мисленні; б) афективної активності, яка включає емоції; та в) мотиваційної активності. Якщо когнітивна сфера охоплює такі процеси, як пам’ять, мислення, здібність до формування абстрактних понять і при вимірюванні когнітивних здібностей враховується наявність у людини спроможності адекватно комбінувати та розрізнявати поняття, робити висновки, формулювати судження, абстрактно мислити, то емоції належать до другої, так званої афективної сфери ментальної активності людини, яка включає як самі емоції, так і настрої, оцінки, різноманітні емоційні стани, почуття. Визначення емоційного інтелекту має на меті певним чином пов’язати емоції з інтелектом у тому розумінні кожного з понять, яке традиційно в них вкладується.

Що стосується мотиваційного аспекту, то він, певним чином, представлений у запропонованому вище тлумаченні поняття емоційного інтелекту і тому розглядається в цьому тлумаченні як другорядний, як один з компонентів, який входить в описання аспектів емоційного функціонування людини, бо він має відношення до різноманітних потреб і цілеспрямованої поведінки, яка здійснюється для задоволення цих потреб.

Стислий огляд тлумачень поняття „емоційний інтелект” показує, що дослідники, розкриваючи зміст цього поняття, звертались, перш за все, до існуючого раніше повного розмежування конструктів „емоції” та „інтелект”, які розглядались до цього часу як протилежні один одному. Як відомо, емоції,

зокрема негативні, розглядались як ірраціональна сила, яка може справляти руйнуючий вплив на діяльність, знижуючи її ефективність.

З досліджень перебігу когнітивних та емоційних процесів відомо, що в деяких випадках емоції можуть повністю блокувати мислення і, як встановлено дослідниками з проблем психології стресу [124, 89, 56], навіть призводити до втрати цілі діяльності. З іншого боку, відомо, що досить інтенсивні емоційні реакції можуть сприяти виявленню інтелектуальних здібностей, бо вони гальмують інші процеси, які паралельно реалізуються, і спрямовують увагу на те, що має найбільшу значущість для людини у даний конкретний момент діяльності. В цьому аспекті емоції, так би мовити, поліпшують умови для перебігу когнітивних процесів. Про роль емоцій у сприянні пізнанню свідчить те, що, наприклад, страх вказує на те, що перед людиною виникає порівняльно сильна та слабоконтролюєма загроза [166].

З іншого боку, щастя чи радість, зазвичай, вказують на гармонійні взаємовідносини з іншими людьми, а гнів є формою відображення на рівні свідомості оцінки певного ставлення оточуючих до суб'єкта як несправедливого. У відповідності з такою точкою зору можна зробити деякі узагальнення відносно закономірностей функціонування емоцій, які можуть бути використані при розпізнаванні емоцій та почуттів оточуючих людей. Наприклад, існують певні універсальні закономірності емоційних виявлень, у відповідності з якими партнери по спілкуванню розпізнають ставлення один до одного. Це потребує певного інтелектуального компоненту: судження про чинники емоційних переживань розширюють розуміння особливостей емоційно забарвленої поведінки до типу поведінки, яка стосується *розуміння* взаємовідносин між людьми, тобто до інтелектуальної поведінки. Наприклад, людина, яка потерпіла образу, може відчувати гнів. Людина, яка відчуває себе невпевнено та небезпечно, може демонструвати у поведінці емоції сорому, приниження, або подавленого гніву. Адекватне розпізнавання цих емоцій вимагає певних

інтелектуальних зусиль. В цьому дослідники і вбачають зв'язок емоцій та інтелекту, що дає підстави вживати саме термін емоційний *інтелект*.

Визначення емоційного інтелекту, що були розглянуті вище, та характеристика аспектів його виявлення продовжують уточнюватись. В останніх публікаціях до тлумачення цього поняття були додані деякі аспекти. Так, якщо у першому визначенні емоційного інтелекту, який запропонували Мейер та Саловей, емоційний інтелект тлумачився як “спроможність регулювати власні почуття та почуття інших людей, розпізнавати їх адекватно для того, щоб спрямовувати своє мислення та діяльність” [176, с.435], то переглянуте останнє визначення емоційного інтелекту формулюється у такий спосіб: “емоційний інтелект включає здібність адекватно сприймати, оцінювати та виражати емоції; спроможність породжувати почуття, коли вони сприяють мисленню; спроможність розуміти емоції та знання, що стосуються емоцій, а також здібність регулювати емоції, щоб сприяти власному емоційному та інтелектуальному зростанню” [175, с.85]. На рис.1 наведена схема тлумачення поняття „емоційний інтелект” (за Мейером та Саловей).

<b>Рефлексивна регуляція емоцій, що сприяє емоційному та інтелектуальному зростанню</b>	<b>Розуміння й аналіз емоцій. Використання знань про закономірності емоційного реагування</b>	<b>Фасилітація мислення за допомогою емоцій</b>	<b>Сприйняття, оцінка та вираження емоцій</b>
Спроможність залишатись відкритим почуттям, як приємним, так і неприємним.	Спроможність розпізнавати емоції, розуміти різні форми їх вираження.	Емоції можуть сприяти мисленню, якщо за їх допомогою забезпечується пріоритетна увага до важливої інформації.	Спроможність ідентифікувати емоції, що супро-воджують власний фізичний стан, почуття та думки.
Спроможність	Спроможність	Емоції, достатньо	Спроможність

рефлексивно включатись чи утри-муватись від оцінки інформативності чи корисності емоцій.	інтерпретувати зміст, який передають емоції з урахуванням ситуативних факто-рів (емоція суму може супроводжу-вати переживання втрати)	ясні та доступні розумінню, можуть свідомо породжу-ватись як форма підтримки зробле-них висновків, або як засіб покращення запам'ятовування подій, що викликали певні почуття.	ідентифікувати емоції в інших людях, в творах мистецтва, при вира-жені їх за допомогою вербальних засобів, міміки та поведінки.
Спроможність рефлексивно регулювати емоції у відношенні до себе та оточуючих, роблячи при цьому висновки, наскільки зрозуміли-ми, типовими, впли-вовими, адекватними ці емоції у межах конкретної ситуації.	Спроможність розуміти змішані почуття: одночасне виявлення почуття любові та не навісти, або змішані почуття страху та здивування.	Емоційні перепади настрою, які спри-чиняють перехід від оптимістичного до песимістичного погляду на події, свідчать про можли-вість свідомого регу-лювання власних емоцій, формування відповідних ставлень до них.	Спроможність вира-жати емоції точно і адекватно, форму-лювати потреби, які пов'язані з цими емоціями.
Спроможність керувати власними емоціями та емо-ціями інших людей шляхом оптимізації негативних емоцій та підвищення інтен-сивності позитивних емоцій без зменшен-ня чи перебільшення інформації, яку вони можуть передати.	Спроможність розпізнавати вірогідні переходи між емоціями: від гніву до задоволення; від гніву до сорому і такі інші.	Емоціональні стани по-різному сприяють формуванню специ-фічних підходів до вирішення проблем. Наприклад, радість чи щастя підсилюють індуктивне мислення та креативність.	Спроможність розрізняти між точ-ними та неточними виявленнями емоцій, або між відвертими та спотвореними (штучними) виявлен-нями почуттів.

Рис. 1 Схема тлумачення емоційного інтелекту [175, с.120-121]

Вище були розглянуті підходи до тлумачення емоційного інтелекту та визначення його компонентів та здібностей, якими потрібно оволодіти, щоб мати розвинений емоційний інтелект.

Розгляд проблеми розвиненого емоційного інтелекту порушує питання відносного того, чи існує емоційне досягнення та емоційна компетенція,

скажімо, у тому ж вигляді, у якому прийнято визначати академічні досягнення або академічну компетентність. Що стосується академічних досягнень, то вони виявляються у вигляді того, що людина зробила, тобто у певній матеріалізованій формі. Компетентність вказує на те, чи відповідають результати діяльності людини конкретним встановленим вимогам.

Стосовно емоційного інтелекту судження відносно рівня його сформованості, як вважають дослідники, зробити складніше, бо емоційний інтелект, на відміну від, скажімо, академічного чи загального інтелекту, формується як в процесі навчання, так і в процесі життєдіяльності певною мірою стихійно. На необхідність його цілеспрямованого формування ніхто ще не звертав спеціальної уваги в процесі надання освіти, а в спонтанному сімейному вихованні виявлення емоцій може або контролюватись і певним чином стримуватись в даній конкретній родині, або, навпаки, бути повністю занедбаним. Тому багато педагогічних психологів вважають доцільним обговорювати цю проблему, користуючись терміном „емоційна компетенція”, а не „емоційний інтелект”. Ідея необхідності розвитку емоційної компетенції вже була порушена в роботах Каролін Саарні [166, с.338]. Емоційну компетентність запропоновано оцінювати по наявності у суб’єкта певних **знань** та **вмінь**, якими він може оволодіти, щоб адекватно функціонувати в різноманітних ситуаціях міжособистісного спілкування.

Останнім часом з’явилась значна кількість різноманітних тестів емоційного інтелекту, які побудовані на описанні змісту цього конструкту. Вони базуються або на самооцінюванні досліджуваними наявності в них тих чи інших властивостей та здібностей контролювати власні емоції і розпізнавати їх, або на реагуванні на спеціально підібрані ситуації повсякденного спілкування чи діяльності, пов’язані з виявленням емоційного інтелекту [158, 147, 153 та інші]. Респондентам пропонується обрати певну лінію поведінки у запропонованих ситуаціях з декількох варіантів, що наведені у тесті. Як ми вже згадували у вступі, ці тести не тільки культурно забарвлені, але й базуються, на наш погляд,



не на найбільш ефективному підході до оцінки рівня сформованості емоційного інтелекту, бо аналіз змісту конкретних ситуацій досліджуваними, як відомо, передбачає можливість різноманітних тлумачень їх відповідей. Об'єктивне оцінювання подібних тестів виявляється дуже складною задачею, не говорячи вже про те, що передбачити усе різноманіття ситуацій, в яких доцільно було б перевірити рівень сформованості емоційного інтелекту, практично неможливо.

Один з чинників, чому поява теорії емоційного інтелекту була прийнята з ентузіазмом, зокрема робітниками сфери освіти, полягає в тому, що в кожній культурі існує певне розуміння критеріїв адекватного чи неадекватного поведіння як в емоціогенних ситуаціях, так і в звичайних ситуаціях повсякденного спілкування. Тому наявність більш деталізованих визначень аспектів виявлення емоційного інтелекту може допомогти робітникам сфери освіти здійснювати необхідну виховну роботу в процесі навчання, яка раніше спрямовувалась досить нечіткими узагальненими критеріями відносно того, що є добро, а що є зло у взаємостосунках з колегами та учнями, у власній поведінці.

Що стосується оцінки емоційного інтелекту, то треба зазначити, що деякі властивості, які повинні бути притаманні емоційно розумним людям, можуть бути виміряні за допомогою відповідних психологічних тестів. В дослідженнях зарубіжних авторів, було встановлено, що деякі аспекти емоційного інтелекту можна виміряти досить об'єктивно не за допомогою тестів самооцінювання, а за допомогою таких прийомів, як, скажімо, розпізнавання емоційного стану людей по фотографіях їх облич, або виявлення емоційного забарвлення абстрактних дизайнів чи творів мистецтва. Експериментально було доведено, що спроможність адекватно розпізнавати емоційний тон у дизайні або у кольорових малюнках, настрої людей по фотографіях облич і таке інше корелює із спроможністю людини виявляти емпатію по відношенню до інших людей [166]. Отже, деякі аспекти розпізнавання емоцій можна оцінити за допомогою досить нескладних та достатньо надійних психометричних засобів. Ці результати

підтверджують існування емоційного інтелекту у різних аспектах його виявлення, що були запропоновані вище.

У дослідженнях Mayer та Geher [177] було також встановлено, що емоційна перцепція характерів у запропонованих ситуаціях корелює з балами, які людина отримує при вимірюванні її інтелекту, академічних здібностей, емпатії та емоційної відкритості.

В роботі D.Goleman [166, с.261-290] описуються спеціальні завдання для оцінки емоційної креативності. В одному із завдань респондентам пропонувалось зробити стисле описання ситуації, в якій вони могли б відчувати такі емоції, як, скажімо, радість, полегшення, дистрес. Як передбачалось, успішність описань певною мірою прогнозує успішність реальної поведінки в ситуаціях, коли людина відчуває такі емоційні переживання. Звичайно, автор підкреслює, що численні спроби розробити тести емоційного інтелекту, або застосувати інші методи оцінювання цієї особистісної властивості (зокрема, проєктивні) вимагають великої обережності. Таким чином, проблема адекватного вимірювання емоційного інтелекту фактично залишається відкритою.

Закінчуючи огляд аналізу змісту поняття емоційний інтелект та аспектів його виявлення, ми вважаємо за необхідне зупинитись й на тому, **що** можна прогнозувати за допомогою емоційного інтелекту, якщо будуть знайдені відповідні шляхи його вимірювання. У зв'язку з тим, що емоційний інтелект як об'єкт досліджень має досить коротку історію вивчення, поки ще не існує достатньо надійних даних стосовно того, до яких наслідків може призвести відсутність чи наявність цієї властивості. Психологи визнають, що загальний інтелект прогнозує деякі аспекти успіху діяльності людини, наприклад, у навчанні, або у виконанні певних видів професійної діяльності. Проте, як встановлено, загальний інтелект, який досліджується вже на протязі дуже довгого часу і вимірюється за допомогою відомих тестів IQ, тільки на 10 чи 20% прогнозує успішність професійної діяльності людини, залишаючи 80 чи 90%

успіху для пояснення якимось іншими факторами [166]. Можна цілком уявити собі, що серед цих 80% чи 90% факторів, що зумовлюють успішність діяльності, значне місце належить саме емоційному інтелекту.

Автори вважають, що емоційний інтелект може стати аспектом спеціального тренування. Знання про адекватну поведінку в ситуаціях соціальної взаємодії можуть бути корисними як при навчання у середній школі, так й у будь-яких навчальних закладах. Вони необхідні при вихованні дітей у сім'ї та у дошкільних навчальних закладах; на робочих місцях в процесі професійної діяльності [167, 192, 194].

З точки зору сучасних дослідників, особливо корисним є включення описань емоційного інтелекту та вимог до нього у програми виховної роботи початкових шкіл. Їх доцільно розглядати на уроках читання при знайомстві з цікавими розповідями, по яких діти можуть дізнатись про почуття та форми їх виявлення, а також про наслідки виявлення цих почуттів, про те, як треба адекватно контролювати власні почуття, як поводитись в ситуаціях емоційних конфліктів тощо. Деякі підходи до практичного втілення ідей, пов'язаних з можливістю цілеспрямованого формування емоційного інтелекту, представлені в роботі Ланди Ланцієрі, яка веде спеціальну програму в одній із шкіл Нью Йорка по розв'язанню конфліктних ситуацій, що виникають при спілкуванні дітей [166, с.261-287. гл.16 Schooling the Emotions]. Ця програма містить певні розділи, в яких наводяться методичні поради щодо навчання учнів ідентифікації емоцій свого опонента [166].

Школи конче потребують спеціальних програм для зниження насильства і це одна з найважливіших та центральних цілей виховання дітей в школі, де існує велика загроза того, що агресивність дітей заважає концентрації на успішному навчанні. Звичайно, базові соціо-емоційні навички теж можуть бути, як вважають дослідники, аспектом спеціального навчання емоційного інтелекту під час надання середньої освіти.

Таким чином, роблячи певні висновки, треба зазначити, що емоційний інтелект є дійсно дуже важливою інтегральною характеристикою особистості, яка реалізується в її здібностях розуміти емоції, узагальнювати їх зміст, виокремлювати емоційний підтекст у міжособистісних відносинах, регулювати емоції таким чином, щоб сприяти за допомогою позитивних емоцій успішній когнітивній пізнавальній діяльності та долати негативні емоції, які заважають спілкуванню чи загрожують досягненню індивідуального успіху.

Можна погодитись з авторами одної з останніх монографій з проблеми емоційного інтелекту [166], що дослідники стоять ще на початку шляху вивчення цього психологічного феномену, і наступні роки повинні принести додаткові наукові результати, які стануть внеском в наше розуміння цього важливого особистісного конструкта та його ролі у життєдіяльності людини.

### **1.3 Стан розробки підходів до вимірювання емоційного інтелекту**

Останнім часом з'явилась певна кількість тестових методик, за допомогою яких шляхом аналізу відповідей на питання вербальних тестів здійснюється оцінка рівня притаманності індивіду емоційного інтелекту. Як всі вербальні тести, такі методики мають певні недоліки, головним з яких є той, що коментар відносно рівня сформованості емоційного інтелекту індивідууму, який виконує такі тести, базується на оцінці змісту відповідей на пункти тесту, призначених для оцінювання рівня врівноваженості людини, її доброзичливості (чи, навпаки, ригідності у спілкуванні з іншими людьми), уміння самообілізуватись на діяльність, спроможності контролювати власні емоції, чутливості до емоційних станів інших і таке інше. Фактично, коментуються ознаки емоційної компетенції людини, які об'єднуються навколо зазначених у попередньому розділі п'яти ключових угруповань, а саме: самосвідомості людини, що стосується її емоційних переживань; саморегуляції власних емоцій, самомотивації до діяльності, соціальної свідомості та певних соціальних вмінь.

Ці властивості, на думку дослідників емоційного інтелекту, значною мірою зумовлюють успішність життєдіяльності людини, бо емоційний інтелект розглядається ними як найважливіша передумова ефективності будь-якої діяльності людини в будь-яких умовах.

Автори існуючого тесту емоційного інтелекту, що проходить зараз широку апробацію в мережі Internet і містить 70 пунктів [158], вважають, що емоційний інтелект можна удосконалити шляхом спеціального тренінгу. Проте, аналіз різних варіантів вербальних тестів емоційного інтелекту дає підстави зробити висновок, що, по-перше, тести значною мірою культурно детерміновані, бо вони містять описання ситуацій, які представники різних культур, зокрема, колективістських та індивідуалістських, можуть інтерпретувати і оцінювати по-різному. По-друге, оскільки критерії оцінки відповідей на пункти тесту базуються на урахуванні їх змісту, адекватність відповідей дуже важко оцінити, що є, як відомо, недоліком більшої частини вербальних тестів, оцінка якості виконання яких базується на аналізі змісту запитань чи відповідей.

Зазначене вище з урахуванням тверджень розробників теорії емоційного інтелекту про високу значущість цієї інтегрованої властивості особистості для прогнозування успішності її життєдіяльності надає проблемі пошуку інших шляхів операціоналізації емоційного інтелекту велику актуальність як у суто науковому, так і у соціальному аспектах.

Ми проаналізували деякі коментарі, які наводяться у тому варіанті тесту, що проходить апробацію в мережі Internet, на результати виконання тесту нашими досліджуваними - студентами Дніпропетровського національного університету та студентами Медичної Академії. Результати виконання тесту, як зазначалось, оцінюються в описовій формі і містять, наприклад, такі формулювання: „рівень Вашого емоційного інтелекту набагато перевищує середній”, або „погана новина для Вас – рівень Вашого емоційного інтелекту значно нижчий за середній” і таке інше.

Крім загального рівня сформованості емоційного інтелекту учасникам тестування надається стислий коментар, в якому пояснюється, чому саме рівень їхнього емоційного інтелекту вважається високим чи низьким. Коментар базується на оцінці змісту відповідей учасників тестування на пункти тесту, призначені для оцінки розглянутих у попередньому розділі п'яти компонентів емоційного інтелекту.

Перед виконанням емпіричного дослідження, що розглядається у даній монографії, нами було проведено пошукове дослідження, підчас якого оцінка рівня сформованості емоційного інтелекту групи досліджуваних - студентів університету здійснювалася за допомогою інших засобів вербального тестування окремих аспектів емоційного інтелекту, що були підібрані за описаннями розглянутих вище компонентів емоційного інтелекту. Так, для оцінки спроможності людини розпізнавати емоційні переживання інших людей та сензитивності до них досліджуваним пропонувався тест на оцінку рівня сформованості емпатії.

Для оцінки соціальних вмінь, тобто вмінь лагодити з іншими людьми, знаходити шляхи урахування емоцій інших людей у спілкуванні був застосований відомий тест комунікативних і організаційних здібностей. Для оцінки самомотивування досліджуваних на виконання власної діяльності застосовувався тест самоконтролю, який розроблений американськими дослідниками Джейн і Джоном Блок [149]. Він був використаний для завдань цього дослідження з дозволу авторів тесту. Для оцінки соціальної компетенції - уміння лагодити з іншими людьми в процесі спілкування був також застосований тест тих же авторів, за допомогою якого оцінюється емоційна пластичність людини. Зразки двох згаданих тестів, які були з дозволу авторів перекладені Е.Л.Носенко та студенткою ДНУ І.Л.Івановою з англійської мови на українську наведені у Додатку А.

Результати пошукового дослідження показали, що деякі з компонентів емоційного інтелекту, які були оцінені за допомогою зазначених вище методик,

корелюють з певними аспектами реальної поведінки досліджуваних. Так, результати виконання тесту на оцінку пластичності у спілкуванні, як виявилось, мають значущу позитивну кореляцію із соціальним рангом досліджуваних у колективі, в якому вони навчаються.

Результати виконання тесту на оцінку рівня самоконтролю, який ми розглядали як певну характеристику внутрішньоособистісного емоційного інтелекту, виявились значуще корелюючими з рівнем академічної успішності студентів. З академічною успішністю корелює також тест комунікативних та організаційних здібностей, зокрема у тій його частині, що відбиває організаційні здібності. Комунікативні ж здібності, у свою чергу, виявились корелюючими із соціальним рангом досліджуваних у колективі.

Таким чином, первинна апробація підтвердила значущість емоційного інтелекту для оцінки успішності адаптаційних процесів досліджуваних та їх спроможності самоорганізовуватись на виконання провідної діяльності. Це надало нам змогу спланувати більш репрезентативне дослідження, результати якого будуть розглянуті у третьому розділі даної монографії.

Зупинимось далі на обґрунтуванні *гіпотези* відносно провідних функцій емоційного інтелекту - стресозахисної та адаптивної. Основою для визначення цієї гіпотези слугували результати емпіричних досліджень функцій психологічної проникливості.

Так, у дослідженні Е.А.Кисельової [61], виконаному під керівництвом О.П.Саннікової, представлені результати експериментальної перевірки зв'язку психологічної проникливості з певними аспектами досвіду професійної діяльності людини та індивідуальними особливостями ознак емоційності в структурі особистості. Як повідомляють автори цього дослідження, вони виявили зв'язок рівня сформованості психологічної проникливості, яка за описаннями відбиває частину аспектів емоційного інтелекту (зокрема, спроможність людини розпізнавати емоції інших людей, адекватно реагувати на них, виявляти емпатію по відношенню до інших людей), з рівнем освіченості

людини відносно особливостей функціонування емоцій в процесі міжособистісного спілкування. Так, за їх даними, *професійні психологи* та студенти, які мали досвід роботи *психолога –практика*, що входили до складу досліджуваних, краще розпізнавали емоції інших людей і виявляли більш високий рівень сформованості відповідних компонентів психологічної проникливості, ніж студенти інших факультетів, які *не мали* відповідної психологічної підготовки. Цей результат, на наш погляд, свідчить про те, що емоційний інтелект піддається формуванню, модифікації і має когнітивний компонент, тобто базується на певній сумі знань, що стосуються особливостей функціонування емоційної сфери людини.

Крім того, у досліджуваних зазначених авторів був виявлений ефект впливу тренінгу на підвищення рівня психологічної проникливості. Автори зазначають, що різні аспекти феномену психологічної проникливості пов'язані з домінуючою емоцією в структурі індивідуальності. Так, за їх даними, найвищим рівнем чутливості до емоцій інших людей і адекватності їх розпізнавання володіють досліджувані, у яких домінуючими є емоції суму та печалі. З нашої точки зору, це дуже цікаве спостереження, яке свідчить на користь того, що люди, які самі відчують негативні емоції, набувають властивості точніше помічати відповідні емоційні переживання інших людей і враховувати їх у спілкуванні, прагнуть до контактів з людьми, яким притаманне переживання емоції печалі та страху. Цей висновок свідчить про вплив власного емоційного досвіду переживання певних емоцій на спроможність розпізнавати емоції інших людей, а також вплив компоненту знань відносно емоцій на ефективність їх розпізнавання.

Практично зазначеними вище дослідженнями у вітчизняній психології завершується перелік спроб перевірки ефективності урахування стійких ознак емоційності у структурі особистості як фактору, який сприяє спілкуванню і самомотивуванню людини на досягнення мети життєдіяльності.



Емпіричне дослідження, яке було проведено нами як частина дисертаційної роботи Н.В.Ковриги, є на сьогоднішній день фактично одним з перших вітчизняних фундаментальних досліджень ролі ознак емоційного інтелекту в життєдіяльності людини.

Щоб забезпечити достатню повноту огляду емпіричних даних щодо релевантності виділених і розглянутих у попередньому розділі даної роботи ознак стійкої інтегральної властивості особистості, яка отримала назву емоційного інтелекту, зупинимось на деяких результатах ідеографічних досліджень емоційного інтелекту, що наводяться в роботах американських дослідників, зокрема у монографії D.Goleman [166].

Зазначимо деякі найбільш цікаві посилання на спостереження особливостей виявлення емоційного інтелекту у різних ситуаціях життєдіяльності. Так, D.Goleman наводить в своїй монографії результати дослідження практичного психолога університету Емори у США Стефана Новицькі [166, с.122-123]. Останній вивчав здібності до невербального вираження емоцій у дітей і встановив, що, діти, які не можуть „читати” емоції інших людей або адекватно виражати невербально власні емоції, перебувають у постійному стані фрустрації, бо фактично не розуміють, що відбувається у міжособистісному спілкуванні. Коли дитина не може контролювати вираз власного обличчя, або позу, змінювати тон голосу в залежності від особливостей міжособистісного спілкування, особливо коли здійснюється обмін емоційно забарвленими повідомленнями, оточуючі реагують на її поведінку зовсім не так, як вона цього очікує. Діти з подібними дефектами поведінки відчують соціальну ізоляцію. Цікавим спостереженням, яке зробив цей практичний психолог, є те, що діти, які відчують помітні ускладнення в емоційному аспекті їх взаємодії з оточуючими, починають відставати в навчанні, хоча рівень їх інтелектуального розвитку, виміряний за допомогою тестів IQ, знаходиться на середньому рівні. Це свідчить про велику роль емоційного інтелекту в забезпеченні успішності соціалізації дитини.

В монографії, що ми розглядаємо, наводяться також численні ідеографічні описання людей, яких автор спостерігав у різноманітних ситуаціях життєдіяльності. Наприклад, на стор. 124 монографії він описує поведінку людини, яка, на його погляд, володіє найвищим рівнем сформованості міжособистісного інтелекту. Ця людина спілкувалась з іншою людиною, котра переживала емоцію гніву. Успіх у спілкуванні був досягнутий завдяки тому, що людина з високим рівнем емоційного інтелекту спромоглась відвернути увагу людини, що переживала гнів, від предмету гніву. Переключення бесіди на альтернативну тему дозволило привести емоції співбесідника у нормальне русло. Це був своєрідний приклад “емоційного дзюдо”, як його влучно назвав автор монографії.

Дослідники Леслі Броді та Джудіт Холл [цит. за 166, с.131-133] вивчали гендерні розбіжності в емоційних реакціях і встановили, що у дівчат раніше формується спроможність висловлювати емоції вербально, ніж у хлопців. Це призводить до того, що жінки більш точно висловлюють свої почуття, ніж чоловіки, і заміщують фізичні емоційні реакції вербальними. Вони також встановили, що у віці до 10 років хлопці та дівчата не відрізняються суттєво щодо виявлення агресивної поведінки. Коли вони відчують емоцію гніву, вони демонструють фізичну агресію по відношенню один до одного. Але у віці 13 років спостерігається дуже помітна різниця між представниками жіночої та чоловічої статі. Дівчата набувають значно кращих навиків, ніж хлопці в тактиці вербального та невербального висловлення емоцій, а хлопці продовжують вживати фізичні акти як засіб виявлення гніву. Це дослідження, з нашої точки зору, свідчить про те, що існують різні засоби виявлення емоційної поведінки під час переживань, зокрема гніву, і вони можуть здійснюватись у різних формах.

Зупинимось ще на декількох прикладах ідеографічних досліджень, присвячених вивченню різних *рівней* сформованості емоційного інтелекту у поведінці одружених пар. Практичний психолог Джон Готтман [цит. за 166, с.134-142] виявив, що неадекватна емоційна поведінка може порушувати

подружнє життя. В його лабораторії бесіди з подружжям, що звертались з приводу постійних конфліктів, записувалось на відео-плівку, а потім аналізувалось за допомогою прийомів мікроаналізу, спеціально розроблених для виявлення тих емоційних факторів, які, на думку автора, знаходились в основі конфліктів. Автор встановив, що тільки невміння стримувати емоції і низький рівень емоційного інтелекту призводять більшість подружжів до розводів. Обстеживши більше 200 пар, серед яких були і тільки-но одружені, і такі, які вже мали певний досвід сумісного життя, Готтман виявив критерії прогнозування того, які подружні пари, з тих, що він спостерігав в лабораторії, дійдуть до розводу в найближчі 3 роки, а які зможуть продовжити сумісне життя. Його передбачення збулись з точністю до 94%. Слухаючи розмову пар у відеозапису, він й його помічники звертали увагу і на зміну фізіологічних показників стану співрозмовників, які були доступні зовнішньому спостереженню, і аналізували вираз обличчя, використовуючи систему „зчитування” емоцій, розроблену психологом Полом Екманом, і реєстрували інші досить тонкі нюанси виявлення почуттів. Не будемо зупинятись на конкретних аспектах, які допомагали зробити досить точні прогнози щодо подальшого успіху подружнього життя, зазначимо лише, що жорстка критика *характерів* одне одного чоловіком і жінкою є дуже серйозною ознакою загрози успішності подружнього життя. Тон висловлювання критичних зауважень відносно характеру, а не конкретних виявів поведінки, на думку автора, є одним з аспектів, який допомагає зробити прогноз відносно вірогідності розлучення.

Розглянемо ще одне дуже показове ідеографічне дослідження, яке було проведено по виявленню ролі емоційного інтелекту в організаційній діяльності. Американські дослідники Роберт Келлі і Джанет Каплан [цит. за 166, с.161-163] спостерігали роботу групи фахівців в електронних лабораторіях Белла біля Принстона. В цих лабораторіях працюють наукові співробітники та інженери, які мають дуже високі показники академічних досягнень і високі бали по тесту інтелекту. Серед них дослідники виявили так званих, „зірок”, тобто людей, які

мають високий рівень популярності серед співробітників, та людей, які не користуються такою популярністю. Рівень їх IQ був абсолютно однаковим, але, оскільки успішність у роботі в цих лабораторіях значною мірою залежить від групової взаємодії, дослідники помітили, що люди, які вміють встановлювати міжособистісні контакти, при виникненні ситуацій, в яких вони потребують допомоги колег, отримують цю допомогу більш своєчасно, ніж ті, що не вміють налагодити взаємодію з колегами. Залежною змінною у цьому дослідженні був латентний період надання допомоги після звернення за нею члена групи. Виявилось, що люди, які мають високий соціальний ранг в колективі, при виникненні ситуації, коли вони потребують допомоги чи консультації від колег, отримують її майже миттєво. Люди, які не вміють встановити соціальні контакти, чекають відповіді на свої звернення за порадами чи консультаційною допомогою значно довше.

Таким чином, підводячи підсумки розглянутих в цьому розділі ідеографічних досліджень, можна стверджувати, що велика кількість досліджень свідчить про значну роль емоційної сфери людини у міжособистісному спілкуванні і самоорганізації на діяльність. Все це підтримує правомірність гіпотези про велику роль емоційного інтелекту у детермінації успіху життєдіяльності й у подоланні того жахливого сплеску виявлення антагоністичного ставлення людей один до одного, про яке ми згадували, посиляючись на численні дослідження актів тероризму, вандалізму, агресії у вступі до монографії.

Отже, існує значна кількість ідеографічних досліджень, які свідчать про значущість проблеми виявлення стресозахисного та адаптивного потенціалу емоційного інтелекту. Але, як видно з аналізу зазначених досліджень, методика виявлення ознак адекватності чи неадекватності емоційної поведінки потребує досить високого рівня кваліфікації з боку дослідника чи спостерігача і є дуже складною. Тому залишається дуже актуальною проблема пошуку інших, більш

науково обґрунтованих та універсальних підходів до виявлення рівня сформованості емоційного інтелекту.

Дослідження, результати якого розглядаються у даній монографії, на наш погляд, дає відповідь на питання, як можна адекватно оцінити рівень емоційного інтелекту як важливої передумови самореалізації людини і її успішної соціальної взаємодії з оточуючими.

## **РОЗДІЛ 2.**

### **МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЇ ФЕОМЕНУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ДОСЛІДЖЕННЯ ЙОГО ОСНОВНИХ ФУНКЦІЙ**

#### **2.1 Особистість у стресогенних ситуаціях: диференційна модель**

Як зазначалось у вступі, метою дослідження, результати якого аналізуються у даній монографії, було обґрунтування нового підходу до операціоналізації емоційного інтелекту як інтегральної особистісної властивості, що базується на вивченні цього феномену як особливої форми відображення у свідомості та поведінці людини динамічної єдності внутрішніх (диспозиційних) ознак особистості та її зовнішніх актуальних переживань в ситуаціях емоційного реагування. Розглянемо у даному підрозділі роботи стан дослідження зв'язку особистісних диспозицій з особливостями поведінки людини в стресогенних ситуаціях.

Дослідники стверджують, що особистість є важливою детермінантою характеру поведінки людини у стресогенних ситуаціях життєдіяльності і, як наслідок цього, її здоров'я і психологічного благополуччя [131, 133, 143, 150, 151, 162, 171, 173 та інші].

Хоча дослідники не з'ясували в повній мірі, у який спосіб здійснюється вплив особистісних властивостей на здоров'я людини та відчуття нею психологічного благополуччя, є достатньо підстав вважати, що досвід переживання стресу і те, як людина долає стрес, відіграють важливу пояснювальну роль у цьому аспекті [174]. Вивчаючи особливості поведінки особистості у стресогенних умовах життєдіяльності, дослідники в пошуках індивідуальних розбіжностей відокремлюють два аспекти цієї поведінки: *сензитивність* індивіда до стресорів, тобто міру схильності до переживання тих чи інших ситуацій як стресових, та *інтенсивність* перебігу самої стресової реакції [150].

Вивчаючи роль особистісних властивостей у реагуванні на стресогенні ситуації, дослідники розглядали чотири припущення, за допомогою яких намагались пояснити механізм зв'язку особистісних властивостей з поведінкою особистості у стресогенних умовах:

- особистість не впливає а ні на сензитивність до стресорів, а ні на інтенсивність переживання (так звана нульова модель);

- особистісний фактор впливає на сензитивність до стресорів, але не впливає на інтенсивність стресового стану (тобто, якщо стресовий стан виникає, він універсально виявляється у кожного індивіда). У цьому варіанті особистість розглядається як фактор, який зумовлює лише частоту переживання стресу, а не його інтенсивність. Такий варіант рідко розглядається в практиці емпіричних досліджень, проте в одному з досліджень [цит. за 150] доведено, що частота виникнення змін у житті людини, які потенційно можуть спричинити виникнення стресових станів, є опосередковуючим фактором зв'язку між нейротизмом як особистісною рисою та психологічним дистресом.

Висловлюється ще одне припущення, згідно якому від особистісних властивостей залежить інтенсивність емоційних реакцій, тобто особливості перебігу стресового стану, а не сензитивність до стресогенних впливів. В літературі з проблем стресу є достатньо даних, які свідчать про наявність такого зв'язку. Так, встановлена залежність інтенсивності переживання стресу від особливостей подолаючої поведінки [179, 160]; від емоційної стійкості людини [162]; від самосвідомості [155].

На думку дослідників N.Bolger і A.Zukerman [150], оптимальна модель взаємозв'язку властивостей особистості з її поведінкою в стресогенних ситуаціях повинна містити як оцінку сензитивності до стресорів, так і урахування інтенсивності перебігу стресових реакцій. На підтримку правомірності цього твердження вони посилаються на дослідження Smith, T and Anderson, N. [цит. за 150, с.892], в якому доведено, що обидва фактори: висока сензитивність до стресорів та інтенсивність переживання стресу можуть слугувати поясненням того, чому особистості типу А частіше страждають від судинних захворювань. В їх роботі міститься також посилання на дослідження N.Bolger & E.Schilling, які емпірично продемонстрували, що саме частотою виникнення стресових реакцій і їх інтенсивністю можна пояснити те, як високий рівень нейротизму як особистісної властивості призводить до дистресу у

повсякденному житті. Вони також довели, що інтенсивність переживання стресу вдвічі більше зумовлює зв'язок нейротизму з дистресом, ніж сензитивність до стресорів [цит. за 150, с.892-893].

Подальше уточнення механізму зв'язку особистісних факторів з реактивністю людини на стресові впливи йшло шляхом диференційованого аналізу поведінки людини у критичних ситуаціях життєдіяльності з точки зору: а) вибору стратегії подолання стресу; б) ефективності подолаючої поведінки. Добір стратегій подолаючої поведінки має відношення до того, які зусилля людина докладас для виконання тієї чи іншої діяльності при виникненні стресової ситуації, а ефективність подолаючої поведінки виявляється в тому, якою мірою ці зусилля подолання стресу виявляються ефективними і призводять до зменшення негативних наслідків стресової ситуації.

Було продемонстровано, що вплив індивідуальних особистісних розбіжностей у виявленні реактивності до стресу, тобто інтенсивності перебігу стресового процесу, може бути операціоналізований за допомогою диференціального аналізу вибору стратегій подолаючої поведінки та оцінки ефективності зусиль по подоланню стресу [150, с.893-901]. Дослідження базувалось на аналізі спостережень його учасників за власними емоційними переживаннями на протязі 14 днів. Досліджуваними були студенти університету з різними рівнями нейротизму. Вивчалась, зокрема, частота міжособистісних конфліктів, зареєстрованих досліджуваними у щоденниках, та тип стратегії подолаючої поведінки, яка застосовувалась в цих конфліктних ситуаціях. Результати дослідження свідчать про те, що учасники дослідження, які мали високий рівень нейротизму, відрізнялись більшою сензитивністю до переживання стресових реакцій в ситуаціях повсякденних міжособистісних конфліктів, а також переживали ці конфлікти більш інтенсивно. Крім того, автори встановили, що досліджувані з високим та низьким рівнями нейротизму відрізняються як у доборі стратегії подолаючої поведінки, так і в ефективності їх зусиль по подоланню стресу. Вони стверджують, що такий комплексний підхід



до вивчення взаємозв'язку особистісних факторів з актуальними переживаннями раніше не застосовувався і є певним внеском у дослідження механізму впливу особистісних факторів на інтенсивність та частоту виникнення стресових станів у різноманітних ситуаціях життєдіяльності.

Це дослідження дозволило також встановити, що інтенсивність переживання емоційного стану в ситуаціях конфлікту в більшій мірі пояснює вплив нейротизму на повсякденні переживання дистресу, ніж сензитивність до конфліктів, тобто частота виникнення емоційних реакцій в ситуаціях конфлікту.

Хоча дослідники не звертали достатньої уваги на вивчення ролі інших властивостей особистості як вірогідних детермінант ефективності її поведінки у подоланні стресу, отримані результати дослідження, проаналізованого вище, підтверджують доцільність подальшої уваги у майбутніх дослідженнях саме до цього аспекту вивчення поведінки людини в умовах стресу.

Взаємозв'язок особистісних факторів з характером реактивності чи ефективності поведінки при виникненні стресогенних ситуацій вивчався також з позицій так званої транзактної моделі стресу [173, 162].

Згідно цієї моделі, стрес розглядається як результат оцінки суб'єктами подій та ситуацій як таких, що перевищують його адаптаційні ресурси. В цій моделі роль когнітивної активності, тобто активності, пов'язаної з оцінкою, є центральною, а емоції розглядаються як результат цієї оцінки. Як відомо, подібна модель стресу розробляється і у вітчизняній психології стресу, зокрема, в роботах П.В.Сімонова [120] (так звана інформаційна теорія емоцій). Згідно цієї моделі обґрунтованим виявляється твердження, що, емоції, хоча і частково, є результатом саме когнітивної оцінки особистістю певної ситуації як загрозової чи незагрозової. Емоції виступають як детерміновані і стійкими особистісними властивостями. Подібне припущення висловлюють такі сучасні автори, як P.McCrae and P.Costa [178], D.Watson [195], D.Gallagher [162] та інші.

Крім нейротизму як особистісного фактору, який пов'язується із сензитивністю до стресогенних впливів та інтенсивністю переживання

стресових реакцій, дослідники згадують також і можливий вплив екстраверсії/інтроверсії, відкритості новому досвіду, сумлінності на оцінку стресогенних ситуацій життєдіяльності в негативному чи позитивному аспектах [186, 173, 178, 191 та інші].

Як згадувалось вище, велика увага у вивченні механізму впливу особистості на ефективність її функціонування в критичних ситуаціях життєдіяльності останнім часом стала приділятися стратегії подолаючої поведінки. Тенденцію добирати ті чи інші стратегії в ситуаціях подолаючої поведінки почали розглядати як більш менш стійку характеристику поведінки, пов'язану з рисами особистості [159, 160, 179, 35 та інші].

Якщо роль нейротизму і частково екстраверсії у перебігу стресового процесу вже дуже добре описана і детально з'ясована в літературі [162], то значно менше досліджень проведено у напрямку вивчення ролі інших особистісних факторів, які можуть впливати на емоційну поведінку людини. Проте, останнім часом проведено декілька спостережень, які вказують на те, що сумлінність як один з п'яти великих факторів особистості та гнучкість у спілкуванні теж відбиваються певною мірою у поведінці людини в стресогенних ситуаціях [186]. Зокрема вказується, що ці фактори особистості пов'язані зі стресом і поведінкою, спрямованою на подолання стресу [171, 173, 174]. Вони пов'язані також і з почуттям психологічного благополуччя [178], а також з поведінкою, спрямованою на підтримку людиною власного здоров'я [159]. Деякі автори констатують на підставі проведених ними досліджень та спостережень, що сумлінність як фактор особистості можна розглядати як психологічний фактор для прогнозування довголіття людини [цит. за 159]. Ці дослідження можна вважати дуже цікавими і такими, що відкривають можливості для прогнозування ефективності життєдіяльності людини.

Завершуючи огляд публікацій з проблеми зв'язку особистісних факторів з особливостями поведінки людини в емоціогенних ситуаціях, ми вважаємо доцільним зупинитись ще на дослідженні, результати якого доповідались на 8-ій

Європейській конференції з психології особистості в Генті [186]. Автор дослідив, що стрес, пов'язаний з професійною діяльністю людини, виявляється пов'язаним і з такими факторами особистості, як сумлінність та гнучкість у спілкуванні або прийнятті інших людей такими, як вони є. Це дослідження, проведене французьким дослідником Роландом Жан П'єром [186], дозволило підтвердити, перш за все, центральну роль нейротизму (емоційної стійкості) в стресовому процесі. Емоційна стійкість виявилась пов'язаною як із сензитивністю до ситуацій, які потенційно можуть викликати стресові реакції, так і з добором стратегій подолаючої поведінки в стресі. Автор посилається на серію досліджень, при виконанні яких було встановлено, що переважаючим типом подолаючої поведінки при високому рівні нейротизму або низькому рівні емоційної стійкості є емоційне реагування на стресову ситуацію. Подібні ж результати зафіксовані і в наших дослідженнях [62, 94, 181, 182]. Дуже цікавими, на наш погляд, є результати, які свідчать про зв'язок інших особистісних диспозицій, зокрема, таких факторів, як гнучкість у спілкуванні, з поведінкою в емоціогенних ситуаціях [186].

Наводяться суперечливі дані щодо впливу гнучкості у спілкуванні на емоційний стан людини в стресогенних ситуаціях. Деякі автори повідомляють про зв'язок між гнучкістю у спілкуванні та сензитивністю до стресогенних ситуацій професійного спрямування [186]. Одночасно встановлена наявність позитивного зв'язку між особистісними досягненнями у професійній сфері діяльності та гнучкістю у спілкуванні. Ми вже посилались на роботи, в яких згадується такий зв'язок [166]. Встановлено, що вміння спілкуватись з іншими людьми, - а воно зумовлюється саме гнучкістю, - сприяє ефективності у професійній діяльності. Автори вважають, що їх останні висновки відносно того, що гнучкість у спілкуванні знаходиться у позитивному зв'язку з досягненням успіху у професійній діяльності підтверджується також тим, що цей фактор має позитивний зв'язок із психологічним благополуччям.

Що стосується особливості впливу сумлінності як одного з п'яти факторів так званої великої п'ятірки факторів на перебіг поведінки, спрямованої на подолання стресу, то відносно цього у авторів дані більш чіткі і не протиречуть даним, отриманим іншими авторами. Стверджується, зокрема, що ця особистісна властивість має зворотній зв'язок із сензитивністю до стресу і прямий - з вірогідністю вибору продуктивної подолаючої стратегії у стресогенній ситуації, зокрема стратегії концентрації на задачі (problem – solving technique) [186].

У попередніх дослідженнях було також встановлено, що ця особистісна властивість позитивно пов'язана з психологічним благополуччям [178] й з особистісними досягненнями в сфері професійної діяльності, а також з поведінкою, спрямованою на підтримку здоров'я та з прогнозуванням довголіття [159].

Таким чином, сумлінність, яку до цього часу майже не розглядали при аналізі особливостей емоційного функціонування людини, виявляється особистісним фактором, що справляє як стресозахисний, так і адаптивний вплив на поведінку людини у критичних ситуаціях діяльності.

Звичайно, автори зауважують, що потрібні подальші дослідження у напрямку вивчення стресозахисної функції особистісних характеристик.

Таким чином, ми розглянули деякі фактори, які входять у п'ятифакторну модель особистості, з точки зору їх стресозахисної та адаптивної ролі. Ця модель особистості зараз перебуває в центрі уваги дослідників з проблем психології особистості, як можна судити по матеріалах останньої спеціальної Європейської конференції з психології особистості у Йені (Німеччина, 2002р.) [184]. Саме ця модель є провідною у вивченні особливостей впливу особистісних факторів на ефективність функціонування людини в різноманітних ситуаціях життєдіяльності. Чотири фактори особистості були розглянуті як такі, що мають безпосереднє відношення до вивчення особливостей поведінки людини в емоціогенних ситуаціях, а саме нейротизм (емоційна стійкість), екстраверсія, гнучкість у спілкуванні, сумлінність [162, 186, 172, 173, 178(a), 178(b)].

Останній фактор, на якому необхідно зупинитись у цьому контексті, це відкритість новому досвіду, тобто фактор, який має безпосереднє відношення до виявлення інтелектуальної активності людини. Дослідження, які проведені з приводу ролі цього фактору у функціонуванні особистості, свідчать про те, що відкритість новому досвіду позитивно пов'язана з креативністю і негативно - з тривожністю; люди, які мають низький рівень відкритості досвіду, схильні переживати високу ситуативну та особистісну тривожність [172, 178]. Крім того, в літературі є дані, які свідчать про те, що відкритість новому досвіду корелює з толерантністю до невизначеності як особистісною характеристикою: люди, що характеризуються як нетолерантні до ситуацій невизначеності, мають більш високий рівень особистісної та ситуативної тривожності, ніж ті, що мають високий рівень толерантності до невизначеності, що пов'язано з відкритістю досвіду [178, 190].

Таким чином, аналіз літератури, представлений у цьому підрозділі, дає підстави вважати, що практично усі п'ять факторів особистості мають безпосереднє відношення до поведінки в емоціогенних ситуаціях і детермінують цю поведінку. Тому нам здавалося цілком можливим запропонувати, - що й було зроблено у доповіді на Європейській конференції з психології особистості у 2000р. [181], - розглядати ці фактори особистості як диспозиційні ознаки емоційної розумності людини, які мають безпосереднє відношення до визначення і операціоналізації емоційного інтелекту.

## **2.2 Внутрішні та зовнішні компоненти емоційного інтелекту і особливості їх виявлення як динамічної єдності**

Одним з основних принципів, на якому фактично базується будь-яка концепція і теорія, що існує на даний момент в психології, зокрема, теорія діяльності, установки, системної організації психічних процесів і функцій,

відносин, соціальної перцепції, індивідуальних розбіжностей, є принцип єдності зовнішнього і внутрішнього у детермінації психічного.

Більш того, різноманітні напрями психотерапії: психоаналіз, аналітична психологія, гештальттерапія, індивідуальна психотерапія, нейролінгвістичне програмування звертаються до цього принципу, імпліцитно чи експліцитно, у пошуках засобів проникнення з зовнішнього світу людини у внутрішній, у спробах модифікувати внутрішній світ людини з метою оптимізації її функціонування у зовнішньому світі, забезпечивши гармонізацію одного з іншим [19, 20, 144, 145]. Хоча наукових робіт, у яких ця проблема виступала б як самостійний предмет дослідження, дуже мало і вони переважно пов'язані з вивченням відбиття внутрішнього світу людини у її творчій діяльності [51, 52, 53], важко знайти конкретні психологічні дослідження, в яких би ідея єдності зовнішніх та внутрішніх аспектів психічного не розглядалася б у тому чи іншому вигляді [8, 9, 10, 11, 12, 15, 24, 41, 42, 55, 74, 75 та інші], зокрема, у застосуванні для вирішення провідної задачі психологічної науки – побудови моделі внутрішнього світу людини [77, 99, 100, 130, 139, 140, 138, 123 та інші].

Метою цього розділу є спроба продемонструвати плідність застосування деяких психологічних положень, що витікають з цього принципу, для вирішення двох основних задач дослідження:

- 1) обґрунтування правомірності виділення феномену емоційного інтелекту як самостійного об'єкту дослідження, який нещодавно ідентифікувався у психології особистості [166, 175, 176, 177 та інші] і ще недостатньо вивчений у вітчизняній психології [91, 94, 95, 96, 135];
- 2) для розкриття механізму зв'язку внутрішніх (диспозиційних) характеристик особистості з її актуальними переживаннями в різноманітних ситуаціях життєдіяльності як основи для операціоналізації феномену емоційного інтелекту і визначення його стресозахисної та адаптивної функцій.

Розглянемо деякі вихідні положення зазначеного принципу у формулюваннях, запропонованих С.Л.Рубінштнейном [110, 111], який, як відомо, ввів у науковий перебіг принцип єдності внутрішнього і зовнішнього у детермінації психічного [110], що знайшов подальшу конкретизацію, зокрема, при вирішенні задачі побудови моделі суб'єктивного (внутрішнього) світу людини у численних дослідженнях, у тому числі в дипломній роботі студентки Дніпропетровського національного університету І.Л.Павлової, яка містить досить глибокий аналіз сутності цього принципу та зразок його вдалого застосування для аналізу творчої професійної діяльності трьох видатних російських режисерів: А.А.Тарковського, В.Е.Мейерхольда та К.С.Станіславського<sup>1</sup>.

Існування внутрішнього світу людини у певний час розглядалося як несумісне з визначенням відображувального характеру психіки, хоча, як правомірно стверджує Б.Ф.Ломов, внутрішній світ є відображенням, але таким,

---

<sup>1</sup> Павлова О.А. *Зовнішнє та внутрішнє як єдність психічного. – Дипломна робота (рукопис). Дніпропетровськ: ДНУ, 2001, -113с.*

що складно організоване, накопичене на протязі життя, що містить різні рівні глибини і аспекти усвідомленого та неусвідомленого, що відбиває унікальність кожної особистості [76, с.189].

Одне з провідних тверджень, що витікає з принципу єдності зовнішнього і внутрішнього у детермінації психічного, сформульоване С.Л.Рубінштнейном, полягає в тому, що „різні рівні і типи свідомості визначають разом з тим і різні рівні або типи поведінки (реакція, свідомі дія, вчинки), тобто свідомість як вища форма розвитку психіки людини зумовлює зміну внутрішньої природи дії, або актів поведінки, а зміна природи є разом з цим і зміною психологічних закономірностей їх зовнішнього об'єктивного перебігу” [110, с.11].

Конкретні форми реалізації єдності зовнішнього і внутрішнього та характер їх відбиття в актах життєдіяльності людини змінюються в процесі психологічного розвитку, що виявляється у зростанні активності людини як суб'єкту власної життєдіяльності.

Активність є фундаментальною ознакою психіки людини. Відповідно до визначення, що надається у психологічному словнику, “активність характеризується зумовленістю дій суб'єкту специфікою його внутрішніх станів безпосередньо в момент здійснення дій, на відміну від реактивності, коли дія зумовлена попередньою ситуацією” [106, с.14-15].

Активність може бути і надситуативною, тобто такою, що спрямовується особистісними настановами та цінностями, виходить за межі вихідних цілей діяльності [28]. Отже, підвищення у зовнішній поведінці „питомої ваги” активності в порівнянні з реактивністю свідчить про збільшення ролі внутрішнього у порівнянні з зовнішнім у детермінації цієї поведінки [106].

Саме це фундаментальне положення психологічної теорії, що знайшло відображення у психологічних словниках, тобто набуло статусу загальноновизнаного, і можна вважати вихідним для визначення психологічної реальності існування різних рівнів свідомого регулювання емоційних процесів. Воно дає підстави вести розмову про інтелектуальне (свідоме) у детермінації зовнішніх форм поведінки, породжених і спрямованих емоційними процесами. Можна припустити, що реактивна дія позбавлена інтелектуального компоненту, вона детермінована попередньою ситуацією і фактично дзеркально відбиває її за модальністю емоційного забарвлення (на мене гримнули дверима – я у відповідь гримну теж).

На жаль, як справедливо зазначає В.П.Зінченко, “... не так уж мало людей мыслят, точнее, принимают решения по механике условных рефлексов.” [53, с.146].



Таку поведінку можна розглядати як форму зовнішнього відбиття досить низького рівня внутрішньої активності суб'єкта (у дії присутній емоційний компонент і мабуть повністю відсутній інтелектуальний).

Усвідомлена дія, на відміну від реактивної, спирається на мисленеву активність: розмірковування, співвіднесення наявної ситуації з минулим, прогнозування її майбутніх наслідків, що може відбивати появу інтелектуального компонента у детермінації зовнішнього виявлення емоцій, тобто певного рівня виявлення емоційного **інтелекту**.

Як відомо, центральним компонентом цієї властивості розробники концепції емоційного інтелекту вважають, саме, здатність людини стримувати імпульсивні реакції (на мене гримнули дверима, а я замислюсь, чому це відбулося, перш ніж якимось реагувати).

Отже, про психологічну реальність існування феномену емоційного інтелекту свідчить наявність у людини властивості відображення зовнішньої ситуації у різних формах. Відображення ситуації у різних формах, як відомо, є випереджаючим. В процесі його здійснюється селекція інформація. Це дає можливість прогнозувати майбутнє. Що трапиться, якщо у відповідь на образу від когось людина відповідатиме образливою поведінкою? Тільки загострення конфлікту.

Отже, існування зазначених вище різних форм реагування на одну й ту ж ситуацію є аргументом на підтримку ствердження Б.Ф.Ломовим [76] існування різних видів відображення, які здійснюються на:

- сенсорно-перцептивному рівні діяльності;
- рівні поняттєвого мислення, інтелекту;
- вищому рівні свідомості.

Вищою формою відображення дійсності, що виступає як складна система, здатна до розвитку і саморозвитку, згідно класифікацій форм психічного відображення, розглянутих вище, можна вважати свідомість. Свідомість несе у своїх структурах „привласнений” суспільний досвід. Той факт, що одна і та ж

людина поводиться в одних і тих же ситуаціях, зокрема пов'язаних з емоційним реагуванням, по-різному: в одній ситуації – у відповідності з вимогами соціальних норм, культурних стереотипів, в інших – на сенсорно-перцептивному рівні (реактивна дія), свідчить про принципову можливість довільного контролювання людиною власних емоцій, регулювання поведінки у відповідності з певними настановами.

Це підтверджує правомірність виділення емоційного інтелекту як специфічної властивості особистості, що виникає на достатньо високому рівні відображення дійсності - рівні свідомості.

Доступність людині ідеальної форми відображення дійсності надає їй відносну незалежність від безпосереднього моменту. Її поведження у кожний даний момент визначається не тільки даним моментом, але також попередньою „історією” і уявленнями про майбутнє, задумами, цілями, уявленнями про принципи поведження – що і є складовими „внутрішнього світу людини” [76, с.188].

Звідси логічним здається висновок, що емоційний інтелект можна вважати однією з форм відображення у зовнішній поведінці суб'єкта його відносної незалежності від безпосереднього моменту життєдіяльності, у якому відбувається емоційне реагування. Зростаючі рівні цієї незалежності і виявляються у різних типах внутрішньої форми організації дій, розглянутих вище: реактивна дія - низький рівень ситуаційної незалежності, свідомо дія - більш високий рівень незалежності від ситуації; вчинок - “надситуативна дія”, що базується на особистісних настановах, - найвищий рівень незалежності.

Можна уявити різні форми зовнішнього виявлення особливостей внутрішньої детермінації дії, які відбиватимуться у поведінці у різних формах. Наприклад, у міжособистісній взаємодії наявність внутрішніх настанов відносно емоційного реагування може знайти виявлення у меншій сензитивності людини до емоціогенних ситуацій, у зовнішній – у певній „неконгруентності”

модальності емоцій суб'єкта і партнера по спілкуванню при виявленні з боку останнього негативних емоцій і таке інше.

Життєдіяльність людини з розвиненою свідомістю характеризується активним перетворенням середовища, зумовленим моделлю потрібного майбутнього суб'єкта, бо з підвищенням рівня психічного відображення підвищується адаптивність організму при взаємодії з навколишнім середовищем [30, 31].

Емоційний інтелект, на наш погляд, теж можна розглядати як одну з форм виявлення високого рівня психічного відображення, адже він передбачає спроможність людини співпрацювати з оточуючими, встановлювати сприятливі стосунки з ними (міжособистісний інтелект) та самоорганізовуватись на діяльність, досягаючи певної „екологічної майстерності”, вміння упорядковувати, перетворювати власне середовище на власну користь (внутрішньоособистісний інтелект).

Згідно з сучасними загальнопсихологічними уявленнями про динамічну єдність зовнішнього і внутрішнього у детермінації життєдіяльності людини [58, 86, 104, 138, 139, 140 і такі інші], збільшення ролі внутрішнього у детермінації поведінки реалізується не тільки у появі функції прогнозування майбутніх наслідків діяльності, але й у здійсненні суб'єктом свідомого вибору тієї чи іншої форми діяльності, бо на високому рівні розвитку свідомості активність людини здобуває якісну своєрідність. Як правомірно підкреслював Л.М.Веккер, “... уникальность по сравнению с другими, более элементарными проявлениями характера активности психического процесса состоит в том, что на всех уровнях поведения – от простейшего локомоторного акта до высших проявлений разумности и нравственности в произвольном человеческом поступке конкретные параметры структуры и динамики этого акта не могут быть непосредственно выведены ни из физиологических сдвигов внутри организма, ни из физических свойств воздействующих на него стимулов” [30, с.16].

Визнання такої специфіки перебігу психічних процесів на вищому рівні розвитку свідомості дає всі підстави стверджувати, що і відносно емоційних процесів (як різновиду психічних процесів) цілком можливою є ситуація, коли суб'єкт, незалежно від фізіологічних змін, що відбувається в його організмі при перебігу емоційного процесу, а також незалежно від фізичних властивостей зовнішніх стимулів, що зумовили виникнення емоційного процесу, може реагувати на ситуацію по-різному, тобто регулювати власний емоційний стан у відповідності з уявленнями про норми розумної поведінки, моральними настановами, обирати відповідну форму поведінки. Це дозволяє вважати емоційний інтелект – формою виявлення активності у людському вчинку, тобто вести розмову про принципову можливість регулювання власних емоцій ( в чому і виявляється „невиводимість” безпосередньої поведінки людини з фізіологічних змін у її організмі, що супроводжують емоційний процес). Це можна розглядати і як гідний аргумент критикам концепції емоційного інтелекту, що ставлять під сумнів правомірність поєднання емоцій з інтелектуальними (свідомими) зусиллями суб'єкту, не заперечуючи при цьому наявність емоційної стійкості як емоційної властивості людини.

Як ми покажемо пізніше при аналізі результатів емпіричного дослідження, особи з низькою емоційною стійкістю можуть демонструвати певний рівень емоційно розумної поведінки, хоча „ціна” внутрішніх зусиль для здійснення такої форми поведінки в них вища, ніж у емоційно стійких суб'єктів.

Отже, психіка є внутрішньою стосовно навколишньої дійсності і вона містить в собі своє власне психічне „внутрішнє” і власне психічне „зовнішнє”. У відношенні до розмежування цих сторін психічного у феномені емоційного інтелекту, можна говорити про **інтелектуальну** складову цього феномену як внутрішнє, а **емоційну** – як зовнішнє.

Уявлення людини про адекватність тієї чи іншої форми поведінки, те, що детермінує вибір конкретної форми поведінки з ряду можливих альтернатив, – і можна вважати **внутрішнім** у емоційному інтелекті, а самі характеристики

перебігу емоційної поведінки (її зміст, якісні та кількісні ознаки) – **зовнішнім**. Зовнішнім по відношенню до вивчення емоційного інтелекту як компоненту внутрішнього світу людини є форми поведінки людини, її діяльність, характер її спілкування, тощо.

За влучним висловлюванням Д.О. Леонтєва [73, с.7] “... внутрішнє не тільки відбиває, але й породжує продуктивну здатність внутрішнього”. Емоційний інтелект теж, на наш погляд, як відбиває певний аспект внутрішнього світу людини, так і породжує конкретні форми розумної зовнішньої поведінки людини. Проте, цей зв’язок є дуже складним. Як відмічає С.Л.Рубінштейн, “зовнішній аспект поведінки не визначає її однозначно, тому, що акт діяльності сам виступає як єдність зовнішнього і внутрішнього, а не тільки як зовнішній акт, який лише зовнішнє співвідноситься із свідомістю” [110, с.11].

В.П.Зінченко зазначає два напрями “особисто-суспільної” взаємодії людини: соціалізацію індивіда та індивідуалізацію соціального життя, породження індивідуальної свідомості, нового змісту [53]. Щоб зрозуміти функціонування свідомості людини, необхідно вийти за її межі, звернувшись до контексту реального життя. Таке бачення внутрішнього у контексті життєдіяльності розробляється у межах діяльнісного підходу [72, 74]. Як стверджують прихильники діяльнісного підходу до аналізу життєдіяльності людини, у термінах цього підходу можна описати будь-яку взаємодію суб’єкта зі світом: конкретне поведіння людини в тій чи іншій ситуації діяльності, спілкування, професійну діяльність.

Психічна реальність – це специфічний спосіб взаємодії людини з оточуючим середовищем – з фізичним і соціальним. Як ми детальніше проаналізували в попередньому підрозділі цієї роботи, розглянувши когнітивно-експерієнціальну модель сприйняття особистістю навколишнього світу [161], індивідуальна психічна реальність особистості відбивається і в актах її взаємодії зі світом, і в актах спілкування з оточуючими, і у ставленні до себе як суб’єкту життєдіяльності.

Оскільки, як ми вважаємо, емоційний інтелект людини є основним аспектом відбиття її психічної реальності, до його операціоналізації можна застосувати ті підходи, які сформувались до дослідження психічної реальності у цілому. Розглянемо детальніше деякі з них, щоб з'ясувати специфіку їх застосування до вивчення феномену емоційного інтелекту.

У відповідності з тим, що психологічні механізми, стратегії і тактики способу життя індивіда не є іманентними, а формулюються і закріплюються в процесі індивідуальної за формою реалізації способу життя людей [2], емоційний інтелект теж не є іманентним, він може розвиватись, вдосконалюватись, зростати. Справа в тому, що взаємодія зовнішнього та внутрішнього у суб'єктивному світі людини є не тільки формою їх співіснування в єдності, але й необхідною умовою їх розвитку. Як стверджують дослідники проблеми форм співвіднесення зовнішнього і внутрішнього, "... человеческий индивид в процессе своей жизнедеятельности приобретает такие свойства, которые не predetermined однозначно ни внешними воздействиями, ни внутренними природными данными. Они – результат их взаимодействия, деятельности индивида как единого саморегулирующегося целого" [139, с.7]. Провідна роль тут належить власній активності суб'єкта, результатом якої є не тільки перетворення зовнішнього світу, але формування специфічного цілісного, відносно-самостійного внутрішнього світу людини [139].

У формуванні внутрішнього світу людини дослідники [139] виокремлюють три його плани, які, на наш погляд, співвідносяться з аспектом виявлення емоційного інтелекту, а саме:

- інтеріндивідуальний – простір міжіндивідуальних зв'язків, у якому людина здійснює свої вчинки (цей план співвідноситься, як ми вважаємо, з міжособистісним інтелектом);

- інтраіндивідуальний план – занурення у внутрішній простір, вихід за межі ситуативних вимог і рольових предписань – здійснення "надситуативної активності" (який можна співвіднести з внутрішньоособистісним інтелектом,

провідним аспектом виявлення якого, як зазначалось у попередньому розділі роботи, можна вважати самомотивування суб'єкта на діяльність);

- метаіндивідуальний план – вплив, що особистість робить на інших людей .

Хоча метаіндивідуальний аспект не визначається окремо в структурі емоційного інтелекту, він цілком впливає з неї – людина з високим рівнем емоційного інтелекту спроможна впливати своїм власним прикладом поведінки на оточуючих.

Характеризуючи інтраіндивідуальний план виявлення емоційного інтелекту, дослідники цього феномену, як згадувалось вище [175, 176], стверджують, що особи, які володіють розвиненим емоційним інтелектом, демонструють “... вміння, що дозволяють ним гармонійно вписуватись в картину людських взаємовідносин” [175, с.160], встановлювати доброзичливі стосунки, адекватно інтерпретувати емоції інших, виявляти соціальну адаптивність і толерантність.

Інтраіндивідуальний емоційний інтелект виявляється відповідно у вмінні здійснювати самостереження, ідентифікувати власні емоції в момент їх виникнення, знаходити шляхи, які дозволяють долати жах, гнів, тривогу, сум, здійснювати самоконтроль, відкладати задоволення теперішніх потреб заради більш значущих віддалених цілей, самомотивуватись на діяльність. Можна припустити, що найвищий рівень розвитку емоційного інтелекту дає можливість людині здійснювати і вплив на інших людей, тобто реалізовувати метаіндивідуальну активність. Проте розробники концепції емоційного інтелекту, на наш погляд, недостатньо розкривають механізм його формування, що необхідно для розробки критеріїв оцінки рівня його сформованості. Адже конкретна поведінка людини в різноманітних ситуаціях спілкування є вторинною, зовнішньою, без розуміння внутрішніх механізмів якої неможливо розвивати емоційний інтелект. Отже, на роль структурної одиниці емоційного

інтелекту може, як здається, претендувати емоційний процес як різновид психічних процесів.

Як стверджують дослідники процесу становлення внутрішнього світу людини, механізмом його формування є інтеріоризація та екстеріоризація досвіду. Процес інтеріоризації, - за П.Я.Гальпериним [37], - є процес формування внутрішнього плану здійснення діяльності, тобто інтелектуальний процес. Він здійснюється в ході інтеріоризації зовнішніх форм діяльності і знову реалізується в них. Можна припустити, що ці процеси обслуговують механізм розвитку й емоційного інтелекту: людина інтеріоризує знання і спостереження (і результат власного досвіду) щодо ефективних форм емоційного реагування, які сприяють успішній адаптації в умовах взаємодії з навколишнім світом і спілкуванню з оточуючими, і екстеріоризує їх у вигляді відповідних дій і вчинків.

Останнє, звичайно, потребує певних вольових зусиль, бо регуляція внутрішніх і зовнішніх дій, психічних процесів лежить, як відомо, в основі вольової регуляції, одним з механізмів якої є зміна змісту дій [43, 137, 142]. Можливо саме в цьому напрямку – зміні змісту дій і доцільно вести пошуки шляхів управління розвитком емоційного інтелекту та виокремлення його структурних одиниць, основною з яких є емоційний процес. Саме в його перебігу і необхідно шукати механізм формування емоційного інтелекту та шляхи його операціоналізації як основу для розробки критеріїв оцінки рівня сформованості цієї особистісної властивості. Адже конкретна поведінка людини в різноманітних ситуаціях спілкування є вторинною, зовнішньою, без розуміння внутрішніх механізмів якої неможливо розвивати емоційний інтелект. Ми вже посилались вище, цитуючи Л.М.Веккера, на особливу роль психічних процесів у формуванні внутрішнього світу людини, додамо до цього, що, на його думку [30, 31], саме психічні процеси є парадоксальним втіленням властивостей зовнішнього світу у станах іншого об'єкту – органах психічного акту, або, навпаки, “перевтілення власного нутра” (за оригіналом Веккера Л.М. [30, с.14])



носія психіки у властивостях іншого об'єкту. Можна погодитись з Веккером, що психічні процеси є структурними одиницями внутрішнього світу. Звідси логічним здається висновок, що емоційні процеси, зокрема, показники їх перебігу: частота, умови виникнення, зміст можна вважати структурними одиницями емоційного інтелекту, які можна вивчати у різних їх вимірах як критерії рівня сформованості цієї інтегральної властивості особистості і як основу для її цілеспрямованого формування. Справа в тому, що, як цілком слушно стверджує К.А.Абульханова-Славська [2, с.35], психічні процеси є якби “посередниками” між внутрішнім і зовнішнім світом людини на будь-якому рівні активності. Таке визначення ролі психічних процесів відкриває шлях до реалізації суто психологічного підходу до операціоналізації емоційного інтелекту - крізь аналіз особливостей перебігу емоційних процесів.

В пошуках шляхів операціоналізації емоційного інтелекту ми звернулись до більш детальної характеристики виникнення і перебігу психічних процесів як структурного елемента, що відбиває особливості психічної суб'єктивної реальності людини. За Б.Ф.Ломовим [76] на перебіг психічного процесу впливає діяльність, яку він супроводжує, отже перебіг психічного процесу відбиває взаємодію зовнішнього і внутрішнього світу людини, що здійснюється в руслі діяльності. Саме в результаті діяльності, інтеріоризації її зовнішніх форм, формується, а потім збагачується досвід [71].

Характеризуючи індивідуальні ознаки внутрішнього світу людини, дослідники звертаються до різноманітних аспектів перебігу психічних процесів, які є притаманними і діяльності. На підставі досвіду, що накопичений людиною, “... возникает возможность моделировать обобщенный идеальный образ действия и отражать реальный способ действия. Сознание осуществляет функцию контроля и оценки, строит стратегию и тактику деятельности, выделяет принцип действия все более высокого уровня (с точки зрения ее иерархии)” [2, с.311].

Картина взаємодії зовнішнього і внутрішнього в єдності психічного доповнюється категоріями ставлення і змісту. Так В.М.М'ясищев [86], розвиваючи ідею Лазурського А.Ф. про енто- і екзопсихіку [69], зазначає, що психологічним “ядром” особистості є індивідуальна цілісна система її суб'єктивно оцінювальних ставлень до дійсності, що представляють собою інтеріоризований досвід взаємовідносин з іншими людьми в умовах соціального оточення і процес взаємодії зі світом як результат цього досвіду.

На наш погляд, у емоційному інтелекті теж міститься у якості його інтелектуального компоненту певна система суб'єктивно оцінювальних ставлень особистості до світу, взаємовідносин з іншими людьми, ставлення до себе як суб'єкту життєдіяльності, яка і реалізується у поведінці в процесі життєдіяльності. Саме наявність цілісної індивідуальної системи оцінювальних ставлень і дає змогу людині реалізувати активність на “надситуативному” рівні “у вигляді вчинків, а не дій” [68], які здійснюються у безпосередній ситуації. Отже, це ще раз підтверджує правомірність твердження про існування емоційного інтелекту, про реальність різних рівнів його виявлення і відкриває нові шляхи до пошуку критеріїв його об'єктивного оцінювання та цілеспрямованого розвитку.

Як підкреслює Д.О.Леонтьєв [73], смислова регуляція життєдіяльності людини дає їй можливість “звільнитись від влади” безпосередньої ситуації, довільно регулювати власну поведінку, ставити і реалізовувати віддалені цілі. Детермінованість життєдіяльності суб'єкту світом, у якому відбиваються змістовні зв'язки, розвиваючись переходить у свою діалектичну протилежність – здатність суб'єкту активно діяти, цілеспрямовано змінюючи свій життєвий світ [73, с.29]. Динаміка смислоутворення на рівнях зрілої, “самоусвідомлюючої себе особистості” [117, 72] відбиваються в упорядкуванні свого внутрішнього світу, коли саме змістовна сфера все в більшій мірі стає “точкою приложення сил личности” (Братусь Б.С.).

Якщо звернутись до нещодавньої спроби А.В. Петровського і М.Г.Ярошевського упорядкувати 24 основних поняття психології у вигляді „категоріальної мережі”, спираючись на яку, як вони стверджують [105], можна чітко усвідомити багаторівневу системну детермінацію і структуру психічного, в емоційний аспект функціонування людини можна вписати і поняття емоційного інтелекту. Як відомо, цей аспект представлений у згаданій мережі такою ієрархією понять (у напрямі від нижчого рівня до вищого): афективність, переживання, почуття, зміст. Афективність відповідає протопсихологічному рівню, тобто організменому рівню емоційного реагування. Реагування на цьому рівні базується на розрізненні зовнішніх умов на такі, що є сприятливими, чи несприятливими для організму. Це - найнижчий рівень психічної адаптації.

Рівням “психосфери” (тобто рівню “індивіда” та “я”) відповідають в ієрархії афективності: переживання і почуття, а на вищому рівні, який співвіднесений авторами з “ноосферою”, емоційне реагування здійснюється з опорою на зміст. Цей рівень характеризує функціонування суб’єкту життєдіяльності як особистості. На наш погляд, емоційний інтелект як складова внутрішнього світу особистості відповідає саме цьому вищому рівню функціонування суб’єкту життєдіяльності, провідною ознакою якого можна вважати внутрішню мотивацію емоційного реагування. Внутрішню мотивацію дослідники визначають як “... конструкт, описуючий такой тип детерминации поведения, когда иницирующий и регулирующий его факторы проистекают из внутриличностного “я” и полностью находятся внутри самого поведения”[ 138, с.118].

Етапи зміни характеру емоційного реагування людини в процесі її психічного розвитку ми спробували визначити, враховуючи підходи і результати досліджень індивідуальних особливостей функціонування внутрішнього світу людини і аспектів його відбиття у її зовнішній поведінці. Крім розглянутих вище у даному розділі особливостей взаємодії зовнішнього і внутрішнього як єдності психічного, варто зупинитись ще на декількох аспектах взаємодії

зовнішнього та внутрішнього, у світлі яких дослідники розглядають процес розвитку суб'єктивної реальності особистості або її внутрішнього світу. Необхідно підкреслити, зокрема, особливість свідомості, яка на відміну від пізнання, відображає світ відносно суб'єкту: людина сприймає не тільки те, що є у світі, а, передусім, те, що для неї самої є значущим [2, с.311].

У відповідності з цим індивідуальна особистість здійснює вчинки, котрі вона обирає довільно і за котрі відчуває власну відповідальність [68, с.67]. Дослідники у зв'язку з цим показниками розвитку внутрішнього світу людини вважають, зокрема, способи її поведінки в процесі життєдіяльності, а саме:

- 1) відповідно до сформованих стереотипів, звичних способів дій (що відбивають логіку її характеру і соціальних ролей);
- 2) відповідно до її відносин зі світом (що відбиває систему значень);
- 3) відповідно до власного особистісного вибору на основі волі і відповідальності [74].

Згідно моделі багаторівневої регуляції соціального поведінки, запропонованої В.А.Ядовим [143], спрямованість у виборі тієї чи іншої форми поведінки визначається багатьма факторами. Серед них фігурують:

- 1) ситуативні неусвідомлені установки, що зумовлюють оперативний аспект поведінки;
- 2) фіксовані соціальні установки, що зумовлюють повторення людиною тих самих дій у подібних ситуаціях поведінки;
- 3) диспозиційні установки, що, сформувавшись, визначають загальну домінуючу спрямованість особистості в тій чи іншій сферах. Це, як підкреслює автор, - стійкі психологічні утворення, які визначають не випадкову послідовність вчинків і зумовлюють здатність особистості протистояти випадковим змінам ситуацій;
- 4) система ціннісних орієнтацій, що зумовлює зміст життя, гідні способи його досягнення. Цей рівень відбиває моральну спрямованість особистості, її екзистенціальну сутність - світоглядну позицію.

Вибір людиною тієї чи іншої форми поведінки визначається ознаками “просторової структури вибору”. За визначенням, яке дають цьому поняттю Л.С.Бурлачук і С.М.Морозов [122, с.45], структура вибору містить три виміри:

- поле можливостей (нескінченна кількість можливостей, неозначена та неосмислена людиною);
- “поле можливостей для мене” (у яких відбивається внутрішній момент самовизначення суб’єкту стосовно нескінченного поля можливостей);
- “сфера альтернатив” (у якій відбивається співвіднесення внутрішнього ставлення людини з умовами зовнішньої діяльності).

Отже, вибір є діючою перевагою, що підкреслює її більш високу цінність (у порівнянні з відкинутою альтернативою). Таким чином, у виборі відбивається і внутрішній, і зовнішній світ людини.

У моделі рівневої детермінації емоційного реагування людини на ті чи інші ситуації діяльності, яка буде представлена у заключній частині цього розділу дослідження, ми обрали в якості форми фіксації типу вибору поведінки людиною у конкретній ситуації життєдіяльності вибір стратегії подолаючої поведінки. Вибір тієї чи іншої подолаючої стратегії, спонукою для якого є емоційний процес, відбиває, як ми конкретизуємо пізніше, різні рівні сформованості емоційного інтелекту людини і особливі форми їх зовнішнього виявлення.

Завершуючи стислий огляд взаємодії зовнішнього і внутрішнього в аспекті дослідження розвитку внутрішнього світу людини, зазначимо, що дослідники виділяють принаймні три основних форми їх взаємодії [52, 53, 138, 139 та інші]:

1. Домінування зовнішнього над внутрішнім, що знаходить виявлення в екстернальності локусу контролю, привалюванні зовнішньої мотивації поведінки над внутрішньою, екстраверсії над інтроверсією, імпульсивної, ситуаційно залежної поведінки над довільною, що спрямовуються внутрішніми установками людини.

2. Домінування внутрішнього над зовнішнім, що реалізується у тенденціях поведіння, протилежних вищезазначеним, провідною з яких є зростання ролі свідомості, довільності у прийнятті рішень відносно вибору форм діяльності, у здійсненні діяльності, її регулюванні і таке інші.

3. Гармонійна взаємодія зовнішнього і внутрішнього у детермінації життєдіяльності людини. Остання базується на розумінні принципу функціонування підсистем психічного у функціональній системі, що забезпечує гомеостаз організму: підсистеми не тільки взаємодіють у підтриманні гомеостазу, але взаємосприяють одна одній (П.К.Анохін).

Розгляд варіантів взаємодії співвідношення зовнішнього і внутрішнього в єдності психічного під кутом зору одного чи іншого компонента є традиційним для психології. У різних аспектах дослідження цієї проблеми домінування одного з аспектів єдності здобуває якісну своєрідність.

Отже, розглянемо далі запропонований нами варіант застосування принципу єдності зовнішнього і внутрішнього у детермінації психічного для пояснення структури, механізму розвитку та критеріїв оцінювання рівня сформованості емоційного інтелекту. Це – перша спроба вивести проблему вивчення емоційного інтелекту у контекст досліджень, метою яких є виявлення тих аспектів єдності зовнішнього і внутрішнього у психіці людини, що зумовлюють більш-менш розумну регуляцію нею власних емоцій в процесі життєдіяльності і, кінець-кінцем, впливають на саморегуляцію людини і, цілком можливо, на досягнення нею успіху життєдіяльності.

В розробленому нами підході до виокремлення рівнів сформованості емоційного інтелекту поєднані уявлення про закономірності та етапи розвитку суб'єктивного (внутрішнього) світу особистості, про його структурні компоненти і форми зовнішнього виявлення та постулати когнітивно-експерієнціальної теорії суб'єктивної реальності.

Основні положення підходу до оцінки рівня сформованості емоційного інтелекту і детермінації його стресозахисної та адаптивної функцій.

1. Оскільки внутрішній світ особистості відбиває усі аспекти функціонування людини, зокрема її взаємодію з оточуючим світом, з іншими людьми, уявлення про себе як суб'єкт життєдіяльності, емоційний інтелект можна розглядати як один з аспектів виявлення суб'єктивного (внутрішнього) світу особистості, що відбиває міру *позитивного ставлення* людини до світу (як такого, у якому вона може досягти успіху); до інших (як таких, що гідні доброзичливого ставлення); до себе (як спроможного діяти активно і гідного поваги). Такий погляд на емоційний інтелект передбачає притаманність йому стресозахисної та адаптивної функцій.

2. У формі емоційного інтелекту відбивається міра *позитивного ставлення* людини до світу (як такого, у якому вона може досягти успіху), до інших (як таких, що гідні доброзичливого ставлення); до себе (як спроможного діяти активно і гідного поваги). Такий погляд на емоційний інтелект передбачає притаманність йому адаптивної і стресозахисної функцій.

3. Оскільки ядром особистості є індивідуально-цілісна система її суб'єктивно-оцінювальних *ставлень* до дійсності, в емоційному інтелекті як одній з форм виявлення внутрішнього світу особистості теж містяться у якості його інтелектуального компоненту уявлення людини про певний “порядок у світі”, про те, що є розумним і допустимим у поведінці, а що – ні. У мережі ієрархічно і лінійно упорядкованих психологічних понять, що розкривають систему психологічного знання (А.В.Петровський, М.Г.Ярошевський), уявлення людини про “порядок у світі” позначені поняттям “логос”.

4. Активність людини по відношенню до світу та оточуючих її людей може здійснюватись на різних рівнях детермінації:

- сенсорно-перцептивному (суто ситуативному) –реактивна дія;
- мисленневому (опосередковано-ситуативному) – усвідомлена дія;
- на рівні особистісних настанов, ідеалів, цінностей (надситуативному) –вчинок.

Зазначена рівнева організація внутрішньої структури активності співвідноситься з різними рівнями сформованості емоційного інтелекту, операціональним критерієм чого виступає *міра опосередкованості* емоційного процесу інтелектуальним. Саме спроможність людини реалізувати активність на “надситуативному” рівні (тобто звільнитись від ситуаційних обмежень) у вигляді вчинків, а не дій підтверджує правомірність трактування емоційного інтелекту як одної з форм виявлення *інтелекту*, що відкриває нові шляхи для пошуку критеріїв його об’єктивного оцінювання та цілеспрямованого розвитку. Характер детермінації активності можна розглядати як внутрішній аспект зовнішнього у виявленні емоційного інтелекту.

5. Оскільки засобами взаємодії внутрішнього і зовнішнього у детермінації психічного є психічні процеси (К.О.Абульханова-Славська, Л.М.Веккер, Б.Ф.Ломов та інші), в перебігу *емоційного процесу* як різновиду психічного процесу відбивається рівень сформованості емоційного інтелекту, найважливішою ознакою якого можна вважати спроможність людини діяти розумно (на рівні власних уявлень про розумність), не зважаючи на інтенсивність фізіологічних процесів, що супроводжують емоційний процес, та ситуаційні фактори. Можливими операційними ознаками рівня сформованості емоційного інтелекту при цьому можуть бути конгруентність/неконгруентність ознак зовнішнього виявлення емоцій, що супроводжують емоційний процес, емоційному забарвленню їх чинників; частота появи емоційних процесів, умови їх виникнення, модальність емоцій, їх інтенсивність тощо. Це – зовнішні ознаки емоційного інтелекту.

6. Оскільки, як свідчать результати новітніх досліджень у галузі психології особистості (De Raad, 2002) більше 90% розбіжностей у поведінці людей в різноманітних ситуаціях життєдіяльності (аналізувалось 134 ситуації, угрупованих за функціональним призначенням), пояснюється факторами, що входять до складу “великої п”ятірки”, у тому числі 60% - емоційною стійкістю, 25% - екстраверсією і 13% - відкритістю новому досвіду, емоційну стійкість



поряд з іншими диспозиційними факторами особистості можна вважати *опосередкуючими внутрішніми компонентами* емоційного інтелекту. До них належать як онтологічні, так і феноменологічні фактори. Перші об'єднують сутнісні риси особистості, другі – відбивають знання, ідеали, цінності, досвід людини.

7. Емоційний інтелект *відбивається у свідомості* людини: інтегрально - у формі почуття *психологічного благополуччя* та диференційовано - у вигляді *самооцінки та стратегій подолаючої поведінки*, які людина свідомо і довільно обирає при виникненні критичних ситуацій життєдіяльності.

### **РОЗДІЛ 3.**

## **ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОЗАХИСНОЇ ТА АДАПТИВНОЇ ФУНКЦІЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ**

### **3.1 Організація та процедура проведення емпіричного дослідження, обґрунтування вибору його методичного забезпечення**

Для проведення емпіричного дослідження була залучена група досліджуваних – студентів Медичної національної академії м.Дніпропетровська у кількості 150 осіб з рівномірним представленням у виборці досліджуваних чоловічої та жіночої статі. Вік досліджуваних від 18 до 22 років.

Основною задачею емпіричного дослідження було вивчення стресозахисної і адаптивної функцій емоційного інтелекту. Гіпотеза емпіричного дослідження базувалась на низці наступних припущень:

- чим вище рівень емоційного інтелекту, тим вірогідніше людина відчуватиме високий рівень самопочуття психологічного благополуччя і навпаки;
- чим вище рівень емоційного інтелекту, тим вірогідніше наявність у суб'єктів високих показників по чотирьох з п'яти “великих” факторів особистості, а саме: сумлінності, позитивного ставлення до оточуючих (доброзичливості), відкритості новому досвіду, емоційної стійкості і навпаки;
- чим вище рівень сформованості емоційного інтелекту, тим вірогідніше у перебігу емоційних процесів, які супроводжують різноманітні акти діяльності і спілкування людини, будуть виявлятися ознаки гармонійного поєднання зовнішніх та внутрішніх аспектів взаємодії факторів емоційного інтелекту;
- чим вище рівень сформованості емоційного інтелекту, тим нижчими виявляться показники особистісної та ситуативної тривожності суб'єктів і навпаки;
- чим вище рівень сформованості емоційного інтелекту, тим вірогідніше у зовнішній поведінці людини виявлятимуться характеристики, що свідчать про більш низький рівень сензитивності до емоціогенних подразників, меншу інтенсивність перебігу емоційних реакцій, превалювання емоцій позитивного знаку над негативними та більшу помірність у вираженні негативних емоцій у порівнянні з характером виявлення негативних емоцій у досліджуваних, що мають більш низький рівень сформованості емоційного інтелекту.

**Методичне забезпечення емпіричного дослідження.** З метою вирішення поставлених завдань використовувався комплекс методів. Оскільки тест емоційного інтелекту, який досліджувані виконували, користуючись тим варіантом, що представлений в мережі Internet ([www.QueenDom.com](http://www.QueenDom.com)), ще проходить опробування з метою стандартизації, ми вважали необхідним знайти

ще якусь методику, яка б найбільшою мірою співвідносилась з оцінкою емоційного інтелекту.

Згідно припущення, яке ми обґрунтували у попередньому розділі цієї роботи, позитивне уявлення людини про навколишній світ і про себе як суб'єкт життєдіяльності можна оцінити у вигляді почуття психологічного благополуччя. Отже, ми обрали рівень психологічного благополуччя як один з найважливіших показників сформованості у людини емоційного інтелекту. Правомірність такого підходу спробуємо обґрунтувати, проаналізувавши основні складові змісту феномену психологічного благополуччя. Як стверджують автори концепції психологічного благополуччя [151, 185], зміст феномену психологічного благополуччя був розкритий ними з урахуванням попередніх теоретичних досліджень стосовно ознак **позитивного** психологічного функціонування людини. Маються на увазі відомі роботи Маслоу, який запропонував концепцію самоактуалізації особистості; Роджерса, що сформулював зміст феномену активно функціонуючої людини; Юнга, що сформулював положення про самоактуалізацію людини і її спирання на власні можливості та сили; Олпорта - відносно зрілості людини. Крім цих робіт, в літературі є багато досліджень [178, 171, 159, 173, 174, 194], в яких розглядаються різноманітні критерії оцінки позитивного функціонування людини, що роблять внесок у її психологічне і фізичне здоров'я.

Аналіз трактувань феномену психологічного благополуччя показує, що більша частина дослідників оперує аналогічними ознаками так званого "позитивного психологічного функціонування". На підставі аналізу цих ознак автори останніх публікацій з проблеми психологічного благополуччя [151, 185] сформулювали зміст шести провідних конструктів цього феномену. Найважливіший з них трактується як „прийняття себе”, тобто позитивне ставлення до себе і свого минулого. У більшості зазначених вище і інших публікацій з проблеми психологічного благополуччя [64]\*, **прийняття себе** суб'єктом **як гідного поваги** розглядається як центральна ознака ментального

здоров'я людини і як характеристика особистості, що самоактуалізувалась, оптимально функціонує і досягла особистісної зрілості. Це - основний конструкт, який використовується у дефініції поняття психологічного благополуччя.

Другий конструкт передбачає вміння й готовність людини підтримувати **позитивні стосунки з іншими**. Дійсно, більшість дослідників підкреслюють важливість теплих, довірливих міжособистісних стосунків. Спроможність людини виявляти позитивне ставлення до оточуючих її людей розглядаються як одна з центральних функцій ментального здоров'я. Люди, яких вважають особистостями, що самоактуалізувались, описуються як спроможні виявляти розвинене почуття емпатії та позитивного ставлення до інших людей; як таких, що володіють більшим потенціалом до любові, до глибоких дружніх стосунків

---

\* У вітчизняній психології це поняття введено аспірантом Л.Ф.Бурлачука Д.К.Корольовим під назвою "емоційно-оціночне ставлення до життя", структура, детермінанти та функції якого розглянуті в його кандидатській дисертації, захищеній у 2001 році у Київському університеті [64]

з іншими, і як спроможних більш повно ідентифікувати себе з іншими. Ось чому позитивність стосунків з іншими найбільш часто підкреслюється як важлива ознака в концепціях психологічного благополуччя.

Третій конструкт, який розглядається при аналізі поняття психологічного благополуччя, – **автономність**. В літературі є посилання на те, що самоактуалізація людини базується на її незалежності, на її спроможності саморегулювати власну поведінку зсередини [149]. Люди, які характеризуються як такі, що самореалізувались, виявляють високий рівень автономного функціонування і властивість протистояти окультурації. Таким особистостям притаманний інтернальний локус контролю, вони не чекають схвалення або оцінки себе з боку інших. Індивідуалізація розглядається як властивість, що включає спроможність людини не дотримуватись колективних страхів, вірувань, забобонів. Наявність у людини відчуття автономності зумовлює її

спроможність регулювати власне поведіння, творити власне життя і надає людині відчуття певної свободи у регулюванні норм її повсякденного життя.

До ознак психологічного благополуччя належить також конструкт так званої “**екологічної майстерності**” (environmental mastery) [185]. Спроможність суб’єкту активно обирати та створювати власне середовище, яке відповідає його чи її психологічним умовам життя, визначається як характерна ознака ментального здоров’я. Зрілість розглядається як спроможність брати участь в активності поза власним оточенням. Таким чином, цей конструкт психологічного благополуччя визначає спроможність людини сприяти прогресу у світі і змінювати його креативно, шляхом фізичної та інтелектуальної діяльності.

Ще одним конструктом психологічного благополуччя вважають наявність **цілі життя**. Ментальне здоров’я людини визначається як стан, що включає впевненість у наявності цілі і змісту життя, а визначення зрілості людини також базується на підкреслюванні усвідомлення нею цілі життя і сенсу спрямованості життя на досягнення певних цілей.

Шостий конструкт відчуття психологічного благополуччя це **індивідуальне самовдосконалення**. Вважається, що оптимальне психологічне функціонування вимагає не тільки того, щоб індивід досягнув тих характеристик, які були розглянуті вище, а щоб він продовжував розвивати власний потенціал. Потреба реалізації себе і власного потенціалу розглядається як центральна у характеристиці ментального здоров’я людини. Між іншим, дуже важливим аспектом ставлення людини до себе як особистості, спроможної до самовдосконалення є її відкритість новому досвіду. Це розглядається як провідна характеристика “повно функціонуючої” особистості.

Спираючись на розглянутий вище стислий огляд основних конструктів феномену психологічного благополуччя, ми розробили для завдань цього дослідження спеціальний опитувальник, який включав запитання, відповіді на які давали певне уявлення про рівень самооцінювання досліджуваними себе як

суб'єктів життєдіяльності з точки зору психологічного благополуччя (див. Додаток 3).

Як видно з розглянутих вище конструктів, з урахуванням яких розроблявся опитувальник, поняття психологічного благополуччя відбиває основні ознаки провідних компонентів емоційного інтелекту. Почнемо з першого конструкту – самосприйняття. В концепції емоційного інтелекту позитивне ставлення людини до себе розглядається як одна з найважливіших ознак емоційного інтелекту [175, 176, 166]. Якщо ми звернемося до коментарів, що були надіслані нашим досліджуваням з Internet по результатах виконання ними тестів емоційного інтелекту, усі вони містять посилення на те, як людина ставиться до себе (позитивно чи негативно). Позитивне ставлення до себе як суб'єкту життєдіяльності розглядається як ознака високого рівня емоційного інтелекту, а негативне – відповідно як недостатнього. Тому ми вважали, що перший конструкт почуття психологічного благополуччя цілком і повністю відповідає поняттю емоційний інтелект.

Другий конструкт не потребує ніякого коментування, бо спроможність людини підтримувати позитивні стосунки з іншими описується як основа міжособистісного емоційного інтелекту. Тому ми з повною впевненістю вважали, що розробляємо паралельно анкету для тесту емоційного інтелекту, вводячи декілька питань для самооцінювання людиною спроможності підтримувати позитивні стосунки з іншими.

Автономність як конструкт почуття психологічного благополуччя, як зрозуміло, цілком і повністю відповідає компоненту емоційного інтелекту, який є провідним у понятті так званого внутрішньоособистісного емоційного інтелекту. Він розглядається як спроможність людини до самомотивування, активізації себе на автономну діяльність, а згадування інтернальності локусу контролю підкреслює, що мається на увазі саме одна з провідних ознак емоційної розумності.

Що стосується так званої „екологічної майстерності” як ознаки психологічного благополуччя, то вона теж, - якщо не безпосередньо, то опосередковано, - доповнює той компонент емоційного інтелекту, який визначається як внутрішньоособистісний інтелект і передбачає спроможність людини самомотивуватись на активну діяльність.

Наявність цілі у житті і прагнення до її досягнення теж перегукується з одним з компонентів внутрішньоособистісного інтелекту.

Прагнення до самовдосконалення, самозростання – це теж одна з ознак, що поєднує зміст поняття психологічного благополуччя з поняттям емоційного інтелекту. Останній характеризується відкритістю новому досвіду, що є одною з важливіших характеристик психологічного благополуччя.

Таким чином, ми розробили спеціально для завдань цього дослідження методичне забезпечення, що дозволило паралельно з тестом емоційного інтелекту, який є в мережі Internet і пропонується на різних мовах, здійснити оцінку психологічного благополуччя як форми самооцінювання людиною рівня сформованості власного позитивного чи негативного ставлення до себе як суб’єкту життєдіяльності і спілкування та до оточуючого світу. Здається, що концепт психологічного благополуччя добре відбиває внутрішню картину психологічної реальності особистості у варіанті, в якому вона описується когнітивно-експерієнціальною теорією особистості, бо усі аспекти функціонування людини знаходять відбиття в цій теорії, а саме: ставлення до світу, до оточуючих, до себе. Тому для оцінювання стресозахисної функції емоційного інтелекту необхідно було довести, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту мають високі показники саме по відчуттю психологічного благополуччя.

Ми припустили також, що кореляція показників психологічного благополуччя з іншими аспектами функціонування людини як суб’єкту життєдіяльності може дати уявлення про її самовідчуття, тобто про стресозахисну функцію емоційного інтелекту. Ми не наводимо детальних

посилань на дуже велику літературу, в якій розкривається провідна роль відчуття людиною психологічного благополуччя як показника оптимального психологічного функціонування і підкреслюється його стресозахисна функція, зазначимо лише, що цей показник корелює, як свідчать дослідження, з довголіттям людини [151].

Між іншим, як видно з розглянутих вище шести основних ознак психологічного благополуччя як особистісного конструкту, усі вони мають певне відношення й до п'яти “великих факторів” особистості, зокрема до сумлінності. Остання розглядається нами як один із опосередкуючих факторів виявлення емоційного інтелекту, бо наявність високого рівня сумлінності сприяє досягненню людиною завдань самоактуалізації, самомотивування на діяльність і, головне, забезпечує, як встановлено [186], захист від стресу в процесі трудової діяльності.

Відкритість новому досвіду фігурує в описанні одного з конструктів психологічного благополуччя безпосередньо.

Позитивне ставлення до оточуючих як фактор особистості теж фігурує в понятті психологічного благополуччя.

Ми знайшли форму диференційованої оцінки за допомогою розробленого нами опитувальника міри відчуття людиною себе психологічно благополучною особистістю, запропонувавши оцінювати відповіді на питання анкети за 4-х бальною шкалою Лайкерта.

Для того щоб оцінити диспозиційні (внутрішні) компоненти емоційного інтелекту, ми використали таксономічну модель „Великої п'ятірки” особистісних факторів, на підставі якої розроблено опитувальник, що пройшов апробацію для української етнічної реальності в дослідженні Л.Ф.Бурлачука і Д.К.Корольова [26]. Усі п'ять факторів були запропоновані, бо, як обґрунтовано у попередньому розділі, ми вважали високі показники по цих факторах особистості диспозиційними онтологічними опосередкуючими компонентами,



що сприяють досягненню людиною емоційного інтелекту і виявленню високого рівня його розвитку.

Оскільки в завдання дослідження входило оцінити саме стресозахисну функцію емоційного інтелекту, ми звернули велику увагу на вивчення аспекту особливостей емоційного реагування наших досліджуваних в різноманітних ситуаціях життєдіяльності. Для цього крім самооцінювання рівня особистісної та ситуативної тривожності за відомою методикою Спілбергера в адаптації Л.Ханіна ми також застосували спеціальний тест Карвера і Шеєра, за допомогою якого вивчався добір досліджуваними стратегій подолаючої поведінки в різноманітних ситуаціях їх життєдіяльності. Саме цей варіант тесту був обраний тому, що він дає уявлення про конструкт емоційного реагування на ситуацію, в якій людині необхідно робити вибір власної діяльності. Цей аспект ми окремо аналізували в процесі емпіричного дослідження.

Враховуючи те, що відкритість новому досвіду вважається важливою передумовою виявлення людиною емоційного інтелекту, ми оцінювали цю властивість особистості як за допомогою п'ятифакторного опитувальника, так і за допомогою тесту нетолерантності до невизначеності, розробленого Р.Нортоном [180]. Цей тест пройшов широку апробацію і за даними досліджень [180, 190] нетолерантність до невизначеності як особистісна властивість корелює з показниками тривожності та креативності. Позитивна кореляція встановлена з рівнем тривожності, а негативна - з креативністю. Це дозволяло сподіватись, що за допомогою цього тесту можна оцінити і рівень сформованості відкритості новому досвіду як важливу передумову виявлення як міжособистісного, так і внутрішньоособистісного емоційного інтелекту.

Серед методик, якими ми користувались при проведенні емпіричного дослідження, фігурують також спеціальні опитувальники его-контролю (ego-control) та его-пластичності (ego-resiliency). Вони розроблені відомими американськими дослідниками Джоном і Джейн Блок [149] і були перекладені нами на російську мову для задач цього дослідження за дозволом авторів, який

був отриманий для цілей дослідження емоційного інтелекту людини. Вибір цих методик зумовлений тим, що у авторів, які розробили згадані тести, є цікаві дані відносно регулювання емоцій дітьми у віці від 7 до 14 років. Вони вважають, що емоційний інтелект починає формуватись дуже рано (з трьох років). Тому еґо-контроль і еґо-пластичність фігурують як аспекти спеціального аналізу та виховних зусиль. Крім того, обираючи тести еґо-контролю і еґо-пластичності, ми сподівались з їх допомогою окремо вимірити внутрішньоособистісний і міжособистісний інтелект. Як відомо, провідною ознакою внутрішньоособистісного емоційного інтелекту є спроможність людини саморегулювати емоції і мотивувати себе на діяльність. Тест особистісної пластичності (або еґо-пластичності) допомагає оцінити рівень сформованості міжособистісного інтелекту. Між іншим, в дослідженні, яке було проведено як пошукове перед даним дослідженням, отримані цікаві кореляційні зв'язки цих двох параметрів з ефективним функціонуванням людини як суб'єкту учбової діяльності і суб'єкту міжособистісної взаємодії у малій (академічній) групі [91]. За даними цього дослідження виявлений позитивний кореляційний зв'язок рівня еґо-контролю з академічною успішністю студентів, і рівня еґо-пластичності – із соціальним рангом суб'єкту у студентському колективі. На підставі цього дослідження був зроблений висновок, що рівень самоконтролю характеризує певним чином рівень розвитку внутрішньоособистісного інтелекту, а рівень еґо-пластичності - міжособистісного. Опитувальник еґо-пластичності був перевірений також на кореляційний зв'язок з опитувальником комунікативних та організаційних здібностей людини, та з тестом на виявлення емпатії [91]. Встановлено високий кореляційний зв'язок між емпатією та комунікабельністю і рівнем еґо-пластичності людини у спілкуванні. Отже, обидва опитувальники виявились адекватними методичними засобами для емпіричного вивчення рівня сформованості внутрішньоособистісного і міжособистісного підвидів інтелекту.

Крім зазначених вище методичних засобів ми використали також так званий емоційний щоденник, для того щоб отримати уявлення про зовнішні ознаки рівня сформованості у досліджуваних емоційного інтелекту [168]. Емоційний щоденник містить спеціальні підрозділи, орієнтуючись на які досліджувані шляхом самопостережень фіксують різноманітні актуальні емоції, що вони переживають в різних ситуаціях їх життєдіяльності. У щоденнику передбачена реєстрація інтенсивності перебігу емоційних реакцій, їх тривалості, наявності фізіологічних компонентів, виявлення яких у перебігу емоційних процесів можна зафіксувати на рівні індивідуального спостереження; комплексність емоційного переживання і таке інше.

За допомогою емоційного щоденника ми отримали результати самопостережень досліджуваних на протязі 4-х днів за тими емоціями, які в них виникали в процесі навчання, а також під час позааудиторного спілкування: в сім'ї, з друзями, викладачами, незнайомими людьми. В емоційному щоденнику фіксувались й чинники, які викликали емоційні процеси, що досліджувані встановлювали шляхом самопостереження.

Остання методика, яку ми застосували для задач цього дослідження, забезпечувала вимірювання самооцінки досліджуваними себе як суб'єктів спілкування і діяльності (методика Дембо-Рубінштейн). Вона передбачає самооцінку здоров'я, ума, характеру, щастя. Крім того, за допомогою цієї методики досліджувані здійснювали самооцінку емоційної стійкості.

Для завдань емпіричного дослідження був проведений також аналіз академічної успішності досліджуваних за останні 2 роки, бо в ролі досліджуваних виступали студенти 2 курсу Дніпропетровської медичної академії.

Процедура проведення дослідження передбачала три етапи. На першому етапі досліджувані пройшли психологічне тестування за розглянутими вище методиками, що дозволило встановити їх особистісні характеристики та оцінити ставлення до себе як суб'єктів життєдіяльності.

На другому етапі ми вивчали модальність актуальних емоційних переживань і інші особливості емоційних процесів за допомогою емоційного щоденника. Для узагальнення результатів самооцінювання були використані параметри інтенсивності емоційного переживання, яке оцінювалось за допомогою 10-ти бальної шкали оцінки емоційного стану, запропонованої Кириленко Т.С. [59, 60]. Крім цього оцінювались тривалість емоційного переживання, різноманіття емоцій, їх модальність, представленість фізіологічних компонентів у емоційному реагуванні, а також проводився аналіз ситуаційних факторів, які стимулювали виникнення емоційних процесів.

На останньому етапі емпіричного дослідження за допомогою кластерного аналізу досліджувані були розподілені на 3 кластери (алгоритм К-середніх). Цей метод кластеризації застосовується, коли вже сформульовані гіпотези відносно кількості кластерів по спостереженнях або по змінних. Згідно нашої гіпотези ми попередньо розподілили досліджуваних на 3 кластери, яким “приписали”: 1 – низький, 2 – середній, 3 – високий рівні емоційного інтелекту. Кластеризація була проведена по спостереженнях, тобто по обраних показниках диспозиційних та зовнішніх ознак емоційного інтелекту. Це – саме той тип задач, котрий вирішує алгоритм методу К-середніх кластерного аналізу. Кластеризація здійснювалась по нормованих показниках кожної із змінних (нормування здійснювалось для вибірку у цілому). Загальна кількість змінних дорівнювала – 21. Серед розглянутих і охарактеризованих вище аспектів оцінювання внутрішніх та зовнішніх гіпотетичних компонентів емоційного інтелекту ми визначали: 5 факторів особистості; показники рівня тривожності: ситуативної та особистісної; показники рівня самооцінки, толерантності до невизначеності, рівня академічної успішності та характеристики переваг, що віддавались досліджуваними різними стратегіям подолаючої поведінки. Зокрема, визначався комплексний коефіцієнт ефективності стратегій психологічного подолання, який обчислювався як коефіцієнт К за показниками тесту Карвера і Шеєра. Він

включав бали за вибір стратегії концентрації на задачі у чисельнику, та емоційного реагування і уникнення проблеми (сумарно) – у знаменнику.

Коли результати кластерного аналізу методом К-середніх були отримані, обчислювались середні для кожного кластеру по кожній із змінних, щоб оцінити, наскільки кластери відрізнялись статистично один від одного. Рівень значущості розбіжностей між кластерами по середніх показниках оцінювався за допомогою критерію t-Стюдента. Більшість з них статистично значуща на 0,05% рівні.

Після отримання емпіричних даних проводився їх якісний аналіз та інтерпретація.

### **3.2 Аналіз результатів емпіричного дослідження внутрішніх детермінант емоційного інтелекту в аспекті їх стресозахисної та адаптивної функцій**

Як зазначалось у попередньому розділі, для розподілення масиву досліджуваних на підгрупи з очікуваними різними рівнями виявлення емоційного інтелекту нами був виконаний кластерний аналіз із застосуванням алгоритму К– середніх. Хоча досліджувані, як зазначалось, виконували тест емоційного інтелекту, що у той період, коли проводилось дослідження, проходив широку апробацію у мережі Internet з метою здійснення його стандартизації, ми не включили показники цього тесту у перелік змінних, за якими здійснювалось розподілення досліджуваних на групи за рівнем виявлення емоційного інтелекту, хоча використовували результати тестування пізніше, коли виокремили кластери за змінними, добір яких був обґрунтований вище. Справа в тому, що, як зазначалось у відповідному розділі цієї роботи, присвяченому аналізу тестових підходів до оцінки рівня емоційного інтелекту, тест, що пропонувався, на наш погляд, має певні культурно-детерміновані особливості. Вони стосуються, на наш погляд, як аспекту виявлення міжособистісного інтелекту (у більшій мірі), так і внутрішньоособистісного інтелекту (у меншій мірі).

Що стосується оцінки рівня сформованості міжособистісного емоційного інтелекту як підвиду емоційного інтелекту, то ми вважали, що тест, створений представниками індивідуалістської культури, не буде повною мірою відбивати рівень сформованості міжособистісного інтелекту представників колективістської культури, до якої належали наші досліджувані, бо ці культури, як відомо, суттєво відрізняються як за зовнішніми, так і за внутрішніми аспектами виявлення міжособистісного інтелекту.

Що стосується внутрішньоособистісного інтелекту, то в індивідуалістських культурах, зокрема американських та західноєвропейських на вияв цієї форми емоційного інтелекту значною мірою впливає монохронність у сприйнятті часу, притаманна носіям західноєвропейських культур. Саме монохронність у сприйнятті часу як культурно зумовлена особливість відбивається на формуванні та виявленні такої особистісної властивості, як сумлінність, що, зокрема, знаходить відображення у методичності, здатності суб'єкту організувати і планомірно виконувати власну діяльність. Представники української культури у сприйнятті часу характеризуються поліхронністю, тобто в них сумлінність виявляється не у вигляді методичності при виконанні діяльності, а в інших формах. Проте тест емоційного інтелекту, який був використаний [158], побудований з урахуванням особливостей американської та західноєвропейських індивідуалістських культур, тому він не може бути повністю інформативним для представників іншої культури. У зв'язку з цим ми спланували дослідження таким чином, щоб виявити різні аспекти сформованості емоційного інтелекту іншими методами, які відповідають теоретичному підходу, викладеному детально у попередньому розділі роботи.

Після розподілу досліджуваних на підгрупи з різним рівнем сформованості емоційного інтелекту, здійсненому у межах цього підходу, ми проаналізувати представленість у кожній з підгруп суб'єктів, які відрізнялись по показниках тесту емоційного інтелекту (і, у цілому, виявили відповідність, яка докладніше буде розглянута пізніше).

Отже, зупинимось на основних групах внутрішніх та зовнішніх ознак емоційного інтелекту, які були виділені з урахуванням розглянутої у монографії концепції операціоналізації цього особистісного конструкту.

У першу групу ми включили **онтологічні** опосередкуючі внутрішні ознаки емоційного інтелекту, до яких, як ми обґрунтували у попередньому розділі, були віднесені фактори особистості, які входять у “велику п’ятірку” факторів. Для аналізу був застосований таксономічний варіант опитувальника для самооцінювання притаманності суб’єкту п’яти факторів особистості, хоча, згідно з гіпотезою, вважали, що фактор інтроверсія – екстраверсія не виявить суттєвих розбіжностей у рівні сформованості емоційного інтелекту, бо він належить до властивостей особистості, зумовлених більшою мірою темпераментом і тому меншою мірою доступних свідомому регулюванню.

У другу групу міжособистісних ознак ми об’єднали **феноменологічні** внутрішні ознаки емоційного інтелекту. До цієї групи ми віднесли: показник еґо-контролю, який, як відомо, формується в процесі соціалізації та діяльності людини і є властивістю, поява якої залежить від умов життєдіяльності людини, від її виховання та інших соціальних факторів. До цієї групи був віднесений також показник еґо-пластичності, який, на наш погляд, теж характеризує феноменологічні ознаки емоційного інтелекту. Еґо-пластичність формується під впливом настанов та відповідних знань і досвіду їх застосування, якими людина користується у повсякденній діяльності. Принаймні аналіз тестів, які використовувались для оцінки цих властивостей, свідчить про те, що під еґо-пластичністю розуміється особистісна ознака, яка доступна змінюванню та формуванню в процесі соціалізації і особистісного розвитку людини.

В цю ж групу ознак ми включили також рівень толерантності до невизначеності. Толерантність до невизначеності як особистісна ознака є, на наш погляд, проміжною між феноменологічними і онтологічними ознаками, але ми віднесли її до феноменологічних ознак, бо, проаналізувавши зміст питань, які входять до тесту нетолерантності до невизначеності, ми переконались, що вони

містять і значну кількість аспектів, що можуть розвиватись в процесі соціалізації людини. Особливо це стосується тих аспектів толерантності до невизначеності, які пов'язані з взаємодією людини з оточуючими.

В третю групу ознак емоційного інтелекту ми включили ознаки сензитивності суб'єктів до емоціогенних подразників. Ця узагальнена група особистісних ознак відбиває „зовнішній” аспект виявлення „внутрішнього” у детермінації емоційного інтелекту. Вона оцінювалась за показниками самовідчуття людиною власної успішності як суб'єкта життєдіяльності. Остання була операціоналізована за допомогою самооцінки досліджуваними власного рівня психологічного благополуччя із застосуваннями розробленого нами для задач цього дослідження опитувальника, а також за показниками самооцінки себе як суб'єкту життєдіяльності, зокрема самооцінки характеру, ума, щастя, емоційної стійкості та здоров'я. Ці показники вимірювались, як зазначалось у попередньому підрозділі, за допомогою стандартних тестів для виявлення самооцінки Дембо-Рубінштнейн.

Крім цього, в цю групу ми включили показники самооцінки досліджуваними власної ситуативної та особистісної тривожності за відомими шкалами самооцінки Спілбергера у адаптації до російськомовної вибірки Ханіна.

В останню підгрупу параметрів, які ми вважали придатними для виявлення особистісного відчуття суб'єктом успішності власної життєдіяльності, ввійшли показники самооцінки ефективності стратегій подолаючої поведінки, які суб'єкт обирає в тих чи інших ситуаціях життєдіяльності, коли йому необхідно приймати відповідальні рішення, тобто робити вибір поведінки, що пов'язана з реагуванням на емоціогенні подразники. Ця підгрупа ознак включала показники за тестом Карвера і Шеєра. Оцінка, як зазначалось, здійснювалась диференційовано по трьох основних стратегіях: концентрації на задачі, уникненню проблеми та емоційному реагуванню при виникненні проблеми. Обчислювався також коефіцієнт ефективності стратегій подолаючої поведінки,



який поєднує у єдиному показнику притаманність суб'єкту зазначених трьох стратегій.

Проаналізуємо окремо по кожній із зазначених вище груп ознак результати, які були отримані в процесі емпіричного дослідження, та результати статистичної обробки емпіричних даних.

Перш за все, зазначимо, що на рисунку 2 відображені результати кластеризації нашої вибірки на 3 кластери за ознаками, які були охарактеризовані вище і згруповані відповідно їх функціональному призначенню у 3 підгрупи.

В перший кластер потрапили досліджувані з **низьким** рівнем виявлення ознак по показниках (1-4; 6-8; 10, 16) та високим по показниках (5, 9, 11, 12, 15) – на рис. 2 цей кластер позначений як кластер номер 1; в нього ввійшло 37 досліджуваних.



**Рис.2. Результати кластеризації спостережень за алгоритмом К середніх**

*Кластер №1 – низький рівень середніх значень змінних (1-4; 6-8; 10, 16) та високий (5, 9, 11, 12, 15)*

*Кластер №2 – середній рівень середніх значень змінних*

*Кластер №3 – високий рівень середніх значень змінних (1-4; 6-8; 10, 16) та низький (5, 9, 11, 12, 15)*

*Змінні:*

*1. Сумарна оцінка академічної успішності за 2 роки*

*2. психологічне благополуччя*

*3. еґо-контроль*

*4. еґо-пластичність*

*5. нетерпимість до невизначеності*

*6. рівень інтроверсії*

*7. доброзичливість*

*8. сумлінність*

*9. нейротизм*

*10. відкритість новому досвіду*

*11. ситуативна тривожність*

*12. особистісна тривожність*

*Стратегії подолаючої поведінки*

*13. концентрація на задачі*

*14. уникнення ситуації*

*15. емоційне реагування*

*16. зведений показник ефективності*

*стратегій подолаючої поведінки*

Другий кластер об'єднав 54 досліджуваних з **середнім** рівнем показників по вимірюваних ознаках.

Третій кластер об'єднав 58 досліджуваних, які виявили найбільш **високі** для вибірки у цілому показники за ознаками (1-4; 6-8; 10, 16) та низькі – по показниках (5, 9, 11, 12, 15).

Як пояснювалось вище, на другому етапі дослідження ми провели співставлення результатів кластеризації досліджуваних за обраними показниками з метою встановлення статистичної значущості розбіжностей, які відображені на рис.2.

Усереднені по трьох кластерах ознаки представлені в таблицях 3.1, 3.2, 3.3.

Таблиця 3.1 містить усереднені по трьох кластерах показники за ознаками, які ми розглядали як **онтологічні** опосередкуючі внутрішні ознаки емоційного інтелекту.

Аналіз таблиці 3.1 показує, що, як ми й очікували, між кластерами 1 і 2 виявлені значущі розбіжності у готовності до позитивного ставлення до оточуючих, тобто за фактором особистості, який, за нашою гіпотезою, є важливою опосередкуючою онтологічною внутрішньою передумовою виявлення більш високого рівня міжособистісного інтелекту.

Як показано в таблиці 3.1, у представників 1 групи показник доброзичливості становить 28,5 балів в середньому для групи, а у досліджуваних, об'єднаних у II кластер, – 33,3 балів (розбіжності значущі за критерієм t–Стюдента на 5% рівні). Значущі розбіжності зафіксовані на 5% рівні також по показниках сумлінності та відкритості новому досвіду. Досліджувані другого кластеру суттєво відрізняються від першого за відкритістю досвіду. Зокрема, зафіксовані дуже високі та статистично значущі розбіжності за сумлінністю.

Таблиця 3.1

**Усереднені по трьох кластерах показники онтологічних опосередкуючих внутрішніх ознак емоційного інтелекту**

Кластери	Усереднені по кластерах рівні виявлення ознак				
	інтроверсія	доброзичли-вість	сумлінність	нейротизм	відкритість новому досвіду
№1 (N=37)	22,37	28,5	24	25,2	21,7
№2 (N=54)	21,6	33,3	27,8	23,4	32,4
№3 (N=59)	23,2	33,5	29,6	16,1	30,4
Рівні значущості розбіжностей за t – критерієм Стьюдента між кластерами: *					
№1 і №2	Не значущі	Значущі при p<0,05	Значущі при p<0,05	Не значущі	Значущі при p<0,05
№3 і №2	Значущі при p<0,05	Не значущі	Значущі при p<0,05	Значущі при p<0,05	Значущі при p<0,05

\* Рівні значущості розбіжностей обчислювались по нормованих величинах показників.

Що стосується виявлення рівня нейротизму, то у представників першого кластеру, які мають, за нашою гіпотезою, більш низький рівень сформованості емоційного інтелекту, спостерігається тенденція до більш високого рівня нейротизму, хоча розбіжності незначущі. Проте, порівняння показників онтологічних опосередкуючих ознак виявлення емоційного інтелекту за 5-ти факторною моделлю у представників 3 та 2 кластерів виявило статистично значущі розбіжності за всіма ознаками п’ятифакторної моделі, а саме: інтроверсії сумлінності, нейротизму, відкритості новому досвіду за винятком доброзичливості. Тут між представниками другого та третього кластерів не має

статистично значущих розбіжностей, хоча тенденція у бік зростання готовності до позитивного ставлення до оточуючих простежується у досліджуваних, об'єднаних у третій кластер, тобто у кластер з більш високими показниками за обраними ознаками.

На наш погляд, отримані данні свідчать про те, що, кластеризація досліджуваних з точки зору розбіжностей у опосередкуючих ознаках емоційного інтелекту, відібраних нами як його внутрішні (диспозиційні) ознаки, дійсно дозволила отримати групи, які у цілому достатньо суттєво розрізняються між собою і тому можуть слугувати основою для здійснення подальшого аналізу факторів виявлення розбіжностей емоційного інтелекту між групами з різними диспозиційними характеристиками.

Той факт, що значущі розбіжності за фактором “**доброзичливість**” виявлені тільки при порівнянні даних представників першого кластеру з другим та третім кластерами, а між представниками другого та третього кластерів таких суттєвих розбіжностей не має, свідчить про те, що, можливо, фактор зростання емоційної розумності у стосунках з іншими людьми у більшій мірі є доступним особистісному регулюванню із загальним зростанням рівня емоційної розумності. Показники доброзичливого ставлення до інших людей виявляються більш високими у представників другого та третього кластерів, що ми вважаємо характерною ознакою представників колективістської культури.

За онтологічним особистісним фактором “**сумлінність**”, який, на наш погляд, опосередкує виявлення внутрішньоособистісного емоційного інтелекту, зафіксовані статистично значущі розбіжності між трьома кластерами у напрямку його поступового зростання при підвищенні рівня емоційного інтелекту.

Що стосується рівня **нейротизму**, то він значно більш високий у представників кластерів як з низьким, так і з середнім рівнями сформованості емоційного інтелекту і статистично значуще відрізняється (у бік суттєвого зниження) у представників кластеру з найвищими показниками рівня емоційного інтелекту. Порівняємо: 25,2 – показник нейротизму для першого

кластеру; 23,4 – для другого кластеру та 16,1 – для представників вищого рівня емоційного інтелекту (третій кластер).

Отримані дані свідчать про те, що при середньому рівні сформованості емоційного інтелекту, коли суб'єкти приймають ті чи інші рішення відносно самоорганізації власної діяльності з опорою на мислення, тобто на рівні актуального усвідомлення, зберігається досить високий рівень нейротизму. Усвідомлені дії пов'язані з більш високим рівнем емоційного напруження, що відбивається у досить високих показниках нейротизму. Показник нейротизму знижується у досліджуваних з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту, бо, на наш погляд, низький рівень нейротизму свідчить про те, що людина звільнилась певною мірою від ситуаційних вимог і може приймати рішення, що стосуються вибору тих чи інших актів поведінки, спираючись на сформовані в неї настанови, ідеали, а не на аналіз конкретних ситуаційних спонук.

Суттєве зростання **відкритості новому досвіду** у досліджуваних другого та третього кластерів у порівнянні з представниками першого кластеру (дивись відповідні дані у таблиці 3.1) свідчить про те, що відкритість новому досвіду є важливою передумовою, як ми намагались обґрунтувати, успішної адаптації до нових умов, нових завдань, які постійно змінюються під час життєдіяльності. Високий рівень цієї ознаки у представників, об'єднаних у другий кластер, свідчить про те, що, мабуть, саме більш високий рівень відкритості новому досвіду й є важливою передумовою успішності діяльності суб'єктів на рівні актуального аналізу ситуаційних вимог, факторів, що детермінують цю діяльність.

Досліджувані першого кластеру з низькими показниками відкритості новому досвіду приймають відповідні рішення щодо вибору напряму поведінки на сенсорно-перцептивному рівні сприйняття ситуаційних спонук, що може бути зумовлено й більш низьким рівнем їх відкритості новому досвіду.

В таблиці 3.2 наведені усереднені по трьох кластерах показники феноменологічних внутрішніх ознак емоційного інтелекту.

Таблиця 3.2

**Усереднені по трьох кластерах показники феноменологічних внутрішніх ознак емоційного інтелекту**

Кластери	Усереднені по кластерах рівні виявлення ознак		
	его-контролю	его-пластичності	Нетолерантності до невизначеності
№1	89,4	38,8	276,3
№2	91,2	42,7	278,3
№3	96,4	43,1	267,5
Рівні значущості розбіжностей за t – критерієм Стьюдента між кластерами: *			
№1 і №2	Не значущі	Значущі при $p < 0,05$	Не значущі
№3 і №2	Значущі при $p < 0,05$	Не значущі	Значущі при $p < 0,05$

\* Рівні значущості розбіжностей обчислювались по нормованих величинах показників.

Аналіз наведених у таблиці 3.2 даних свідчить про те, що між представниками першого та другого кластерів за показником **его-контроль** не має значущих розбіжностей, але між представниками другого та третього кластерів розбіжності суттєві і вони ще більш контрастно виявляться, якщо співставити представників третього кластеру з першим. Це свідчить про те, що зростання рівня его-контролю у представників третього кластеру відповідає на онтологічному рівні досить високим показникам сумлінності, відкритості новому досвіду, доброзичливості у ставленні до оточуючих. Тобто високі показники его-контроля свідчать про те, що людина може контролювати свою діяльність відповідно з настановами, ідеалами, особистісними цінностями.

Той факт, що між представниками другого та третього кластеру розбіжності за показником “его-контроль” значущі за критерієм t–Стюдента, а між представниками першого та другого кластерів – не значущі, свідчить про те, що спроможність контролювати власну діяльність зростає поступово. Це властивість, формування якої потребує певних вольових зусиль, і вона найвища у представників третього кластеру.

Що стосується **его-пластичності**, то, як видно з табл. 3.2, ознаки цього показника суттєво відрізняються у досліджуваних першого та другого кластерів, зберігаючи тенденцію до зростання, хоча суттєвих розбіжностей при порівнянні показників представників другого та третього кластерів не зафіксовано. Це свідчить, на наш погляд, про те, що его-пластичність зростає у представників нашої культури під впливом свідомих зусиль, спрямованих на оптимізацію спілкування, швидше, ніж ознаки внутрішньоособистісного інтелекту, тобто ознаки самоорганізації людини на діяльність, самоконтроль в процесі досягнення мети.

Що стосується нетолерантності до невизначеності (а ми вимірювали цю ознаку саме за **нетолерантністю**, як це передбачено у тесті Нортон), то між представниками першого та другого кластерів не має суттєвих розбіжностей, але вони виявляються між представниками другого та третього кластерів. Це свідчить, на наш погляд, про те, що нетолерантність до невизначеності зменшується поступово із зростанням емоційного інтелекту і те, що у представників третього кластеру вона є нижчою, ніж у представників першого та другого кластерів, свідчить про вдалість вибору цього параметру для дослідження внутрішніх особистісних ознак емоційного інтелекту. Цей показник функціонує згідно гіпотези цього дослідження у такому напрямку: із зменшенням нетолерантності зростає рівень відкритості досвіду, зменшується рівень нейротизму, покращуються доброзичливі стосунки з іншими і таке інше.



В таблиці 3.3 наведені усереднені по трьох кластерах ознаки сензитивності досліджуваних до емоціогенних подразників, що відбивають, на наш погляд, почуття власної успішності досліджуваних як суб'єктів життєдіяльності.

Таблиця 3.3

**Показники сензитивності до емоціогенних подразників, що відбиваються у свідомості людини**

Кластери	Усереднені по кластерах рівні виявлення ознак											
	Пси-хологічне благополуччя	Самооцінки					Три-вожності		Стратегій подолаючої поведінки			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
№1	179	* 5,08	* 5,41	* 4,46	* 4,68	51,3	2,5	2,5	46,0	42,2	39,4	0,57
№2	203	4,23	4,53	3,83	4,13	54,1	2,1	2,3	49,3	44,2	39,4	0,88
№3	212,4	3,7	3,66	3,49	3,71	61,3	1,7	1,8	52,1	43,3	30,7	0,71
Рівні значущості розбіжностей за t – критерієм Стьюдента між кластерами:												
№1 і №2							При p<0,05	При p<0,05				
№3 і №2		При p<0,05	При p<0,05				При p<0,05	При p<0,05	При p<0,05		При p<0,01	

**Перелік показників:** Психологічне благополуччя (1); Самооцінка: здоров'я (2), характеру (3), щастя (4); Тривожність: ситуативна (7), особистісна (8); Стратегії подолаючої поведінки: концентрація на задачі (9), уникнення проблем (10), емоційне реагування (11), зведений показник ефективності стратегій подолаючої поведінки К (12).

\* Примітка: чим вищою є абсолютна величина показника тим нижчою, згідно методики самооцінки Дембо-Рубінштейн, є показник самооцінки.

Як можна судити по даних, представлених у цій таблиці, спостерігається дуже виразно виявлені розбіжності між представниками першого, другого та третього кластерів за показником інтегрованої самооцінки досліджуваними рівня психологічного благополуччя. Він дорівнює 179 у першому кластері; 203 – у другому кластері; 212,4 – у третьому кластері. Це свідчить про те, що гіпотеза

дослідження відносно того, що в залежності від розбіжностей у онтологічних опосередкуючих характеристиках особистості спостерігаються різні рівні емоційного інтелекту підтверджується. Успішному функціонуванню людини сприяє низький рівень нейротизму. Самовідчуття психологічного благополуччя зростає у напрямку, який був сформульований у гіпотезі дослідження. Він найнижчий у досліджуваних 1 кластеру з низькими показниками онтологічних ознак емоційного інтелекту і найвищий - у представників 3 кластеру.

Що стосується **самооцінки** нашими досліджуваними окремих аспектів власного функціонування як суб'єкта життєдіяльності, які були виміряні за допомогою тесту самооцінки характеру, здоров'я, розуму, щастя, емоційної стійкості, то, як показано у табл.3.3, між досліджуваними, що належать до кластеру з найвищим рівнем емоційного інтелекту (кластер №3), та досліджуваними з середнім рівнем емоційного інтелекту виявлені суттєві розбіжності за самооцінками **характеру**, тобто показника, який у найбільшій мірі сприяє досягненню успішності життєдіяльності (розбіжності суттєві за критерієм  $t$  – Стьюдента на 5% рівні). На такому ж високому рівні значущості відрізняється самооцінка досліджуваним 3 кластеру власного **здоров'я** у порівнянні з представниками інших кластерів. Це свідчить про оптимістичну орієнтацію досліджуваних з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту.

Досліджувані третього кластеру вище оцінюють власний результат у порівнянні з досліджуваними другого і, тим більше, першого кластерів за показником **емоційної стійкості** (розбіжності суттєві за критерієм  $t$ –Стьюдента на 1% рівні).

Тільки за рівнем самооцінки **щастя** не виявлено суттєвих розбіжностей між представниками другого та третього кластерів, хоча показники представників другого кластеру суттєво відрізняються від першого.

Між першим та другим кластерами не зафіксовано суттєвих розбіжностей по показниках самооцінки досліджуваними характеру та розуму. Це дуже симптоматично. Цей результат дає підставу зробити припущення, що представникам середнього кластеру притаманний більш високий рівень вольових зусиль, щоб діяти у відповідності з тими уявленнями про норми поведінки, які в них сформувались. Принаймні, такий варіант трактування відсутності значущих розбіжностей у порівнянні з третім кластером здається нам цілком виправданим і логічним у світлі визначення змісту внутрішніх ознак емоційного інтелекту, запропонованих у другому розділі цієї роботи.

Що стосується самооцінки рівня **тривожності**, то за цими показниками виявлені дуже переконливі розбіжності між всіма трьома кластерами наших досліджуваних. Показники самооцінки рівня тривожності поступово зменшуються у представників нашої вибірки із зростанням належності до більш високого кластеру. Тобто, найбільш високий рівень тривожності у представників першого кластеру, більш низький у другого і ще більше низький у третього. Це стосується як особистісної, так і ситуативної тривожності, але остання має дещо більш високий рівень. Це свідчить про те, що зусилля, які притаманні досліджуваним з середнім рівнем сформованості емоційного інтелекту, відбиваються у самосвідомості у вигляді дещо більш високої ситуативної тривожності, що зумовлено необхідністю контролювати власну поведінку й свідомо її регулювати.

Що стосується характеру вибору **стратегій подолаючої поведінки** як відбиття на рівні свідомості самооцінки ефективності власного функціонування в ситуаціях прийняття відповідальних рішень, то ми бачимо наявність значущих розбіжностей за показниками стратегії **концентрації на задачі**, які поступово зростають, і за **сумарним показником** ефективності стратегій подолання, за яким виявлені суттєві розбіжності між кластерами №3 та №2 і №1.

Значущі розбіжності зафіксовані між представниками третього кластеру у порівнянні з першими двома за показниками стратегії **“емоційне реагування”** і

тільки за стратегією “**зникнення проблем**” не виявлено значущіх розбіжностей між представниками другого та третього кластерів.

Ми можемо запропонувати таке пояснення отриманих даних. Фактично, нас цілком задовольнило в плані обґрунтування правомірності запропонованого підходу до оцінки рівня емоційного інтелекту те, що три кластери наших досліджуваних, які мають різні рівні самовідчуття психологічного благополуччя, відрізняються відповідно за показниками концентрації на задачі. Ті досліджувані, у яких виявлено найнижчий рівень психологічного благополуччя, мають і найнижчі показники концентрації на задачі та порівняльно високий рівень за показником частоти використання стратегії емоційного реагування. Суттєві розбіжності зафіксовані за показником концентрації на задачі при співставленні першого та другого кластерів, та другого та третього кластерів за критерієм  $t$  – Стюдента на 5% рівні. Такий же рівень значущості розбіжностей зафіксований між другим та третім кластерами за емоційним реагуванням. Хоча представники першого і другого кластерів не відрізняються за цим параметром, ці данні свідчать про те, що прийняття відповідальних рішень на рівні, який ще не вийшов на рівень навиків, здійснюється з участю актуального усвідомлення вибору, що супроводжується більш високим рівнем емоційного компонента в умовах подолаючої поведінки. Тому представники другого та третього кластерів за цим параметром не відрізняються. У перших – недостатньо сформована стратегія “концентрації на задачі” і це при високих вимогах до них як до студентів медичного закладу, де контроль рівня академічної успішності дуже суворий, зумовлює підвищений рівень емоційного реагування при необхідності дотримання вимог діяльності.

У досліджуваних другого кластеру емоційне реагування зберігається теж на високому рівні, але при суттєвому зростанні питомої ваги концентрації на задачі як подолаючої стратегії, що свідчить про свідомі зусилля, які відбиваються на емоційному рівні реагування. Тобто, щоб сконцентруватись на

задачі, треба мобілізувати зусилля волі, що переживається не як позитивний факт.

У досліджуваних третього кластеру рівень емоційного реагування при високому рівні концентрації на задачі суттєво нижчий і статистично значуще відрізняється відповідно від рівня цього показника у досліджуваних першого та другого 2 кластерів. Це свідчить про сформовані стереотипи поведінки, яка базується на власних переконаннях, що вже “піднялись” на рівень цінностей та настанов і не потребують ситуативного регулювання.

Таким чином, вибір саме цього аспекту відбиття у свідомості певних внутрішніх детермінант емоційного інтелекту, на наш погляд, здається цілком вдалим, бо динаміка зміни показників у представників трьох кластерів ілюструє, як нам здається, досить переконливо правомірність гіпотези цього емпіричного дослідження.

Завершуючи аналіз результатів даного етапу дослідження, завданням якого була перевірка адекватності вибора внутрішніх особистісних компонентів емоційної розумності як опосередкуючих факторів емоційного інтелекту, наведемо деякі спостереження, що додатково підтверджують правомірність обраного підходу.

Наприклад, ми вже коментували ситуацію, що, скажімо, між представниками першого та другого кластерів не має суттєвих розбіжностей у рівні нейротизму. Він достатньо високий як у тих, так і в інших, але за рівнем тривожності (як особистісної, так і ситуативної) досліджувані цих кластерів відрізняються статистично значуще. Це свідчить про те, що, дійсно, онтологічні диспозиційні фактори впливають на виявлення тих чи інших ознак поведінки в емоціогенних ситуаціях. Проте незалежно від індивідуальних розбіжностей, - у даному випадку рівня нейротизму, - досліджувані могли досягати більш низького рівня ситуативної тривожності, якщо вони у своїй повсякденній життєдіяльності керувались настановами, які відповідають змісту емоційного інтелекту.

Було б доцільно проаналізувати подібні аспекти спостережень більш детально, але це, мабуть, задача майбутнього окремого дослідження, бо на рівні даного дослідження, як нам здається, ми отримали потрібні для вирішення його задач емпіричні результати. Ці результати дозволили підтвердити гіпотези щодо ролі опосередкуючих внутрішніх факторів особистості у досягненні більш низького рівня тривожності і більш високого рівня почуття психологічного благополуччя. Ми виявили кластери досліджуваних, які суттєво відрізняються за самооцінкою психологічного благополуччя та за самооцінками ефективності власного функціонування в ситуаціях прийняття рішень і емоційної стійкості. Те, що одночасно нами зафіксовані відповідні розбіжності у показниках опосередкуючих емоційний інтелект рис особистості, а також у самооцінці рівня тривожності, - як особистісної, так і ситуативної, - теж є вагомим внеском у підтвердження гіпотези відносно стресозахисної функції емоційного інтелекту. Наявність у досліджуваних досить суттєвих розбіжностей за показником доброзичливості, тобто позитивного ставлення до оточуючих, який корелює з відчуттям психологічного благополуччя, свідчить про те, що на рівні виявлених нами у цьому дослідженні внутрішніх ознак адекватного функціонування людини у світі дійсно простежується стресозахисна функція розумного ставлення людини до власних емоцій. Вона виявляється у спроможності контролювати емоції, протистояти виникненню переживань у відповідних ситуаціях життєдіяльності і впорюватись з критичними ситуаціями, обираючи адекватні подолаючі стратегії.

Таким чином, завдання цього етапу дослідження можна вважати досягнутими. Його результати дають підстави зробити висновок про наявність в емоційному інтелекті, якщо його вимірювати за допомогою розглянутих вище ознак, стресозахисної та адаптивної функцій. Стресозахисна функція виявляється, за даними цього дослідження, найбільш виразно на рівні самовідчуття людиною психологічного благополуччя. Тут розбіжності найбільш суттєві між представниками усіх трьох розглянутих кластерів.

Суттєві розбіжності між кластерами, які зафіксовані на рівні самооцінки ситуативної та особистісної тривожності, також свідчать про те, що наявність у суб'єкта відповідних сформованих внутрішніх ознак емоційної розумності, а саме: готовності до позитивного ставлення до інших людей, низького рівня нейротизму, високого рівня відкритості новому досвіду, достатнього рівня сформованості сумлінності, навиків самоконтролю забезпечує людині більш високі адаптаційні можливості та зумовлює позитивне ставлення до себе як суб'єкта діяльності. Це зафіксовано нами також досить виразно на рівні порівняльного аналізу самооцінки людиною власного характеру, розуму, щастя, здоров'я та емоційної стійкості.

У наступному підрозділі роботи будуть розглянуті результати наступного етапу емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення **зовнішніх** ознак емоційного інтелекта за допомогою методики самоспостереження за виявленням переживань у реальних ситуаціях життєдіяльності.

### **3.3 Результати емпіричного дослідження інформативності зовнішніх ознак емоційного інтелекта**

Як зазначалось у розділі 3.1, для виявлення зовнішніх ознак поведінки людини, які свідчать про сформованість у неї різних рівнів емоційного інтелекта, була обрана методика самоспостереження за реальними переживаннями у різноманітних ситуаціях життєдіяльності. Результати цього самооцінювання спостережень здійснювались за допомогою відповідної фіксації їх у емоційному щоденнику. Досліджуваним пропонувалось обрати з визначеного у щоденнику переліку актуальних емоцій, ті, які вони реально переживали в певних ситуаціях життєдіяльності. Згідно методики, досліджуваним необхідно було зафіксувати час, коли вони спостерігали появу тих чи інших емоційних переживань різних модальностей. Крім того вони зазначали у відповідних розділах емоційного щоденника подразники, які зумовили появу того чи іншого переживання, а також оцінювали його тривалість, та наявність в процесі перебігу емоційних

реакцій ознак відчуття фізіологічних змін, які відбувались в організмі, та тенденцію до виявлення певних поведінкових реакцій.

На цьому етапі дослідження за допомогою методики самоспостережень за емоційними переживаннями ми отримали досить великі масиви даних досліджуваних кожного кластеру. Загальна кількість переживань, яка була проаналізована у першому кластері, становила 113; у другому кластері – 211; у третьому кластері – 191.

Перед тим як проводити аналіз отриманих результатів, ми звернулись до аналізу основних аспектів, які автори теорії емоційного інтелекту виділяють при вимірюванні цієї властивості за допомогою тесту емоційного інтелекту (останній, як зазначалось вище, теж виконували наші досліджувані). У зв'язку з тестом зазначимо, що загальний рівень сформованості емоційного інтелекту за показниками його виконання у наших досліджуваних виявився не дуже високим. Значна кількість досліджуваних отримала з Internet повідомлення, в яких зазначалось, що рівень сформованості їх емоційного інтелекту нижчий за середній і що є багато аспектів, в яких їм необхідно працювати над вдосконаленням емоційного інтелекту. Проте, 30% від загальної кількості досліджуваних отримали позитивні оцінки за тестом емоційного інтелекту, в коментаріях до яких зазначалось, що їх рівень емоційного інтелекту є або вищим за середній, або середнім. Необхідно зазначити, що усі досліджувані, які отримали такі повідомлення щодо результатів їх тестування за тестом емоційного інтелекту, потрапили у третій кластер. Це виявилось після того, як була проведена по результатах аналізу внутрішніх особистісних ознак емоційного інтелекту кластеризація досліджуваних на три групи, які максимально відрізнялись за показниками обраних нами ознак спроможності діяти розумно в різноманітних ситуаціях життєдіяльності з точки зору регулювання власних емоцій. Навіть цей результат вже свідчить про те, що обраний нами підхід до виявлення емоційного інтелекту є теоретично обґрунтованим, бо, люди, які мають високі показники за тестами емоційного



інтелекту, потрапили або в другий, або в третій кластери і ні жоден з високими показниками тесту не потрапив до першого кластеру (тобто до кластеру, в який ввійшли досліджувані з найнижчими ознаками емоційного інтелекту, виміряними за допомогою відібраних нами показників).

Отже, приступаючи до аналізу зібраних нами даних самопостережень досліджуваних за їх емоційними переживаннями у різноманітних ситуаціях життєдіяльності, ми знову звернулись до визначення основних ознак емоційного інтелекту, які сформульовані авторами теорії емоційного інтелекту. Зокрема, аналізуючи наші данні, як це буде показано у цьому розділі, ми намагались перевірити: а) спроможність наших досліджуваних розпізнавати власні емоції; б) регулювати вияв негативних емоцій; в) сприяти виявленню позитивних емоцій по відношенню до оточуючих та до ситуацій власної діяльності.

Обробляючи дані самопостережень, зафіксованих в емоційних щоденниках наших досліджуваних, ми також аналізували такі аспекти їх поведінки, як наявність просоціальних емоцій, за допомогою яких реалізується усвідомлення норм розумної поведінки при взаємодії з оточуючими, відкритість новому досвіду, позитивне ставлення до себе як суб'єкту життєдіяльності та інші аспекти емоційного інтелекту, які детально розглянуті у відповідному розділі даної монографії.

Отже, ми почали аналіз зібраного матеріалу самопостережень наших досліджуваних за їх переживаннями з обчислювання показників **частоти** та **інтенсивності** зовнішнього виявлення емоційних процесів. Ці данні наведені у таблиці 3.4.

Таблиця 3.4

**Показники частоти та інтенсивності зовнішнього виявлення емоційних процесів (по результатах самопостереження на протязі 4-х днів)**

Кластери	Кількість ситуацій, в яких спостерігались позитивні емоції (в % від загальної кількості переживань)	Кількість ситуацій, в яких спостерігались негативні емоції (в%)	Усереднена інтенсивність позитивних емоцій (за 10-бальною шкалою)	Усереднена інтенсивність негативних емоцій (за 10-бальною шкалою)
<b>№1</b> (к-сть пере-живань 113)	• 51% / 1,8 *	• 49% / 1,8	6,3	• 6,1
<b>№2</b> (к-сть пере-живань 211)	56% / 2,0	44% / 1,7	5,8	6,1
<b>№3</b> (к-сть пере-живань 191)	• 64% / 2,5	• 36% / 1,4	6,3	• 5,3

\* у знаменнику зазначена кількість позитивних переживань у розрахунку на 1 суб'єкта (бо кількість суб'єктів у кластерах відрізнялось)

\*\* інтенсивність емоцій визначалась методом самооцінювання за 10-бальною шкалою

- розбіжності значущі за критерієм  $\phi^*$  Фішера при  $p < 0,02$

Як видно з таблиці, для досліджуваних першого кластеру було проаналізовано 113 ситуацій, що викликали емоційні переживання, для другого – 211, для третього – 191. Розбіжності у кількості переживань зумовлені тим, що кількість досліджуваних у кластерах дещо відрізнялась, що зазначалось вище, а також тим, що деякі досліджувані зазначали в щоденниках, що вони не помічали особливих емоційних переживань в певні періоди спостережень, тому кількість переживань варіюється. Ми порівняли, як видно з таблиці 3.4, кількість ситуацій, в яких у наших досліджуваних спостерігались **позитивні** емоції та кількість ситуацій, в яких спостерігались **негативні** емоції (обидва показники обчислювались у відсотках від загальної кількості переживань). Як видно з табл. 3.4, у досліджуваних, що належать до першого кластеру, тобто до кластеру, який, за нашими оцінками, з точки зору внутрішніх детермінант емоційної розумності відповідає в даній виборці найнижчому рівню сформованості емоційного інтелекту, в 51% ситуацій зафіксовано поява позитивних емоційних

переживань, а в 49% - негативних. Оскільки кількість досліджених була різною у різних кластерах, ми обчислили також середню кількість переживань у розрахунку на одного досліджуваного. Для першого кластеру вона складає 1,8 позитивних ситуацій і 1,8 – негативних. У другому кластері відсоток позитивних переживань дещо зростає, він становить 56% від загальної кількості ситуацій, в яких вони спостерігали появу тих чи інших емоцій, і відповідно 44% припадає на негативні емоції. Кількість переживань у розрахунку на одного суб'єкта становить: позитивних – 2, негативних - 1,7. Як видно, кількість позитивних переживань зростає, а негативних зменшується у порівнянні з першим кластером.

Ще виразніше ця тенденція простежується для досліджуваних третього кластеру, в якому, як ми зазначали на початку цього підрозділу, переважна більшість досліджуваних були такими, що отримали вищі за середні, або середні оцінки за тестами емоційного інтелекта, що виконувався в мережі Internet. Тут кількість ситуацій, в яких досліджувані спостерігали позитивні емоції, становить 64% (це 121 ситуація за чотири дні самоспостережень); по 2,5 переживання у розрахунку на кожного досліджуваного. Кількість ситуацій, в яких спостерігались негативні емоції, відповідно становить 36% (70 ситуацій), що дорівнює у розрахунку на одного досліджуваного 1,4. Як бачимо, кількість негативних переживань нижча у порівнянні з першим та другим кластерами, а позитивних – вища.

Розбіжності оцінювались між кластерами статистично за допомогою критерію  $\phi^*$  Фішера. В таблиці наведено тільки рівні значущості розбіжностей по показниках, які значущі при  $p < 0,02$ .

В таблиці також містяться дані про усереднений показник інтенсивності як позитивних, так і негативних емоційних переживань за 10 бальною шкалою. Як бачимо, у досліджуваних першого кластеру інтенсивність позитивних емоційних переживань дещо вища, ніж негативних, але розбіжності не суттєві:

6,3 бала та 6,1 бала у середньому інтенсивність переживань позитивних та негативних емоцій відповідно.

У досліджуваних другого кластеру зафіксовано певне зниження інтенсивності позитивних переживань та співпадіння інтенсивності негативних переживань з відповідним показником для досліджуваних першого кластеру. Цей результат, на наш погляд, цілком підтверджує нашу гіпотезу, що у досліджуваних другого кластеру, які мають середній рівень сформованості емоційного інтелекту, діяльність по регулюванню власних емоцій здійснюється на рівні їх актуального усвідомлення, тобто на рівні мислення і тому, мабуть, позитивні емоції в них мають дещо меншу інтенсивність, бо досліджувані більше контролюють виявлення емоцій. Негативні, що правда, залишаються на тому ж рівні, що в попередньому кластері.

Що стосується досліджуваних третього кластеру, яких ми вважали представниками найвищого рівня сформованості емоційного інтелекту в цій виборці, то інтенсивність позитивних емоцій в них зростає у порівнянні з інтенсивністю емоцій досліджуваних другого кластеру і дорівнює інтенсивності емоцій досліджуваних першого кластеру, а негативних - зменшується і становить 5,3 у порівнянні з 6,1 для досліджуваних першого та другого кластерів.

Рівень значущості розбіжностей обчислювався для цього показника за допомогою критерію  $t$  – Стюдента і суттєві розбіжності встановлені в інтенсивності негативних переживань між досліджуваними першого та третього кластеру; другого та третього. Це свідчить про те, що з ростом рівня емоційного інтелекту відбувається підвищення рівня контролю за негативними емоціями. Досить високий стабільний рівень інтенсивності позитивних емоцій, на наш погляд, цілком зрозумілий для цієї вибірки, бо до неї належать молоді люди у віці 18-22 років, які тільки-но стали студентами досить престижного вищого навчального закладу - Медичної академії. Між іншим, вони не мають суттєвих розбіжностей, як видно з рисунку 2 в попередньому підрозділі роботи, між показниками рівня успішності навчання. Тобто, це люди, які досить сумлінно і

активно навчаються в академії. Для молодих людей, що цілком зрозуміло, існують життєві радощі, які виявляють саме молодість, і є дуже важною спонукою для досить інтенсивного переживання позитивних емоцій.

Аналіз щоденникових записів наших досліджуваних свідчить про те, що одна з найбільш часто згаданих емоцій у всіх кластерах є емоція радості, щастя. Це зрозуміло з точки зору підбору досліджуваних.

Аналізуючи отримані результати, ми також звернули увагу на те, як досліджувані з різними рівнями сформованості емоційного інтелекту виявляють здатність **ідентифікувати власні емоції** різних модальностей (одне з завдань для спостережень, що пропонувалось виконувати досліджуваним, передбачало фіксацію кількості випадків, коли вони переживали змішані емоції, тобто більше, ніж одну емоцію одноразово). Якщо вони не могли ідентифікувати, які саме емоції були присутні у змішаних емоціях, їм пропонувалось зазначити, що вони не впевнені у відповіді.

В таблиці 3.5, де аналізуються ознаки здатності досліджуваних ідентифікувати емоції різних модальностей за результатами самоспостережень, в першій колонці міститься кількість випадків, коли досліджувані відчували себе невпевненими при ідентифікації змішаних емоцій. Цей показник підрахований у відсотках від загальної кількості переживань.

Як видно з таблиці 3.5, досліджувані, що належали до першого кластеру, у 18% емоційних переживань, які за їх оцінками носили змішаний характер, виявились неспроможними ідентифікувати, які саме емоції вони переживали. При цьому варто зазначити, що це стосувалось переважно негативних емоцій – 60% змішаних емоцій, які не могли усвідомити досліджувані, були за знаком негативними.

Таблиця 3.5

**Ознаки здатності ідентифікувати емоції різних модальностей  
(по результатах самострежень)**

Кластери досліджуван их	Кількість випадків невпевненості при ідентифікації “змішаних” емоцій (в % від загальної кількості переживань)	Кількість “безпредметних” емоцій		Кількість випадків переживання емоцій з приводу згаданих подій	
		Позитивних (в % від усіх позитивних переживань)	Негативних (в % від негативних переживань)	Пози-ти вних	Нега-тивних
№1 (к-сть пережи-вань 113)	• 18%	• 30 %	• 34 %	-	• 6,5%
№2 (к-сть пережи-вань 211)	• 14%	• 19,5%	• 14%	3,5%	• 2%
№3 (к-сть пережи-вань 191)	• 10%	• 9,8%	-	4%	• 1%

- розбіжності значущі за критерієм  $\phi^*$  Фішера при  $p < 0,05$

У другому кластері, як видно з табл. 3.5, тільки 14% досліджуваних не впорались з ідентифікацією змішаних емоцій. Тенденція до наявності більших ускладнень при ідентифікації негативних змішаних емоцій у порівнянні з позитивними – зберігається.

У третьому кластері, до складу якого входили досліджувані з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту, зокрема, за результатами спеціального тесту, що вони виконували в Internet, тільки 10% досліджуваних не впорались з ідентифікацією змішаних емоцій. Причому, доля негативних емоцій серед них становить 40%. Ці результати, на наш погляд, свідчать про те, що з ростом емоційного інтелекту люди набувають досвід і вміння правильно ідентифікувати емоції, які вони переживають, і кількість випадків, коли у них виникають труднощі в ідентифікації емоцій зменшується у порівнянні з представниками першого та другого кластерів. Те, що люди навіть з високим рівнем емоційного інтелекту не можуть ідентифікувати переважно негативні

емоції, свідчить про дуже велику роль емоційного інтелекту, бо, якщо людина не може усвідомити не тільки чинники емоцій, а навіть сам тип переживання, модальність переживання, то їй дуже важко подолати переживання і впоратись з ними.

Отже, ми знайшли досить інформативний, на наш погляд, та сензитивний показник для розрізнення зовнішніх ознак рівня сформованості емоційного інтелекту, - показник для виявлення розбіжностей у цій інтегральній властивості особистості.

У табл. 3.5, у другій колонці наведені дані про кількість так званих “безпредметних” емоцій. Умови заповнення щоденника вимагали від досліджуваних наводити у відповідній колонці перелік тих ситуацій чи подразників, які викликали появу тих чи інших емоцій.

У певній кількості випадків у досліджуваних всіх кластерів виявлялись ускладнення при ідентифікації чинників, які зумовили появу тих чи інших емоційних реакцій. Як видно з цієї таблиці, кількість **безпредметних** емоцій зменшується досить суттєво у представників другого та третього кластерів, тобто з ростом емоційного інтелекту у порівнянні з представниками першого кластеру, до якого належать досліджувані з низькими показниками внутрішніх детермінант емоційного інтелекту. Таким чином, з числа позитивних емоцій не ідентифіковано адекватно 30% від загальної кількості позитивних переживань. Проте, це не дуже важливо. Більш важливо, що досліджувані першої групи 34% від загальної кількості негативних переживань вважають безпредметними, тобто не можуть визначити ті чинники, які зумовлюють негативні переживання. Це вже свідчить про досить низький рівень сформованості емоційного інтелекту. Тим більше, що серед неспіввіднесених з предметом емоційних переживань є досить інтенсивні, такі, як гнів, тоска, страх, незадоволення ситуацією та інші.

У досліджуваних другого кластеру кількість “безпредметних” емоційних переживань (як позитивних, так і негативних) вдвічі менша у порівнянні з досліджуваними першого кластеру і становить відповідно 19,5% позитивних

переживань і 14% - негативних. Ще більш суттєві розбіжності за цим показником нами зафіксовані для досліджуваних третього кластеру. Як видно з таблиці 3.5, тільки 9,8% від загальної кількості переживань, а їх кількість становила 191, виявились такими, для яких досліджувані не змогли ідентифікувати чинники. Причому, негативних переживань серед „безпредметних” не виявлено.

У останній колонці таблиці 3.5 наведена кількість випадків переживання емоції з приводу згаданих подій. Як зазначають автори теорії емоційного інтелекту, показником наявності у людини вміння адекватно розпізнавати емоції, а в наслідок цього успішно регулювати їх виявлення, є вміння пригадати емоції, які вони переживали раніше, і співвіднести їх з певними фізичними станами, інтелектуальними процесами, в яких ці емоції виникали. Тому ми за змістом пояснень чи коментарів, які містились у щоденниках щодо чинників, які викликали ті чи інші емоції, проаналізували емоційні переживання, серед чинників яких зазначалось: “пригадав певну подію” або “пригадав приємну чи неприємну зустріч” і т. ін. Це були емоції, які містили посилання на попередній досвід.

Як виявилось, у досліджуваних першого кластеру 6,5% переживань були з приводу згаданих подій, але всі вони мали негативний знак. Тобто в пам'яті залишалось негативне емоційне переживання. Це ми вважаємо певним показником загального негативного настрою досліджуваних з низьким рівнем емоційного інтелекту, їх більшої **сензитивності** до переживання негативних емоцій, що виявилось і в загальній більшій кількості серед переживань емоцій негативного знаку у порівнянні з іншими кластерами. Це додатковий показник наявності в емоційного інтелекту стресозахисної функції. У людей з низьким рівнем емоційного інтелекту негативні емоції, які вони переживали у минулому, продовжують домінувати в думках і зумовлюють загальне негативне ставлення до подій у оточуючому досліджуваних середовищі.

Як видно з таблиці 3.5, у досліджуваних другого кластеру кількість негативних переживань, які вони пригадують, становлять 2%, а 3,5% - припадає



на позитивні переживання. Це дуже важливий показник, який свідчить про вміння підсилювати власні позитивні емоції і використовувати їх як основу для самообілізації на створення позитивного ставлення до життя. Між іншим, автори теорії емоційного інтелекту згадують спроможність повертатись в думках до позитивних емоцій як до ознаки досить високого рівня сформованості емоційного інтелекту, бо спроможність стимулювати позитивні емоції у думках свідчить про загальне оптимістичне ставлення до життя.

У третьому кластері кількість позитивних емоцій, які пригадуються у думках, становить 4%, що більше ніж у попередньому випадку, а негативних тільки 1%.

Таким чином, що стосується здатності ідентифікувати емоції і співвідносити їх з конкретними подіями чи чинниками, то ці властивості відрізняються в залежності від рівня сформованості емоційного інтелекту, і, на наш погляд, дані, наведені у таблиці 3.6, можуть слугувати підґрунтям для припущення, що з ростом емоційного інтелекту суб'єкти набувають спроможність позбавлятися від негативних емоційних переживань і контролювати їх виникнення. Про це свідчать досить переконливо й дані, отримані для досліджуваних третього кластеру, хоча й у другому кластері простежується тенденція до поліпшення спроможності ідентифікувати емоції, співвідносити їх з тими факторами, що зумовлюють їх виникнення. Останнє є важливою передумовою свідомого пошуку шляхів подолання негативних емоцій.

В таблиці 3.6 наведені дані статистичної перевірки значущості розбіжностей, які встановлені в плані оцінки здатності досліджуваних різних кластерів **ідентифікувати емоції**. Статистична обробка цих даних проводилась за допомогою критерію  $F^*$  з кутовим перетворенням Фішера. Порівнювались дані розбіжностей між кластерами №1 та №2, №1 та №3, №2 та №3. Як показано у таблиці 3.6, усі розбіжності значущі при 5% рівні значущості.

Таблиця 3.6

**Усереднені по кластерах показники розподілення негативних емоційних реакцій по типах спонук, що їх зумовили**

(в % від загальної кількості зафіксованих переживань: як негативних, так і позитивних)

Кластери (N – загальна кількість проаналізова них переживань)	Емоції, зумовлені стосунками з іншими людьми	Емоції, зумовлені незадоволенн ям собою	Емоції з приводу зовнішніх подій, ставлення до них	Безпредметні ” негативні переживання
Кластер 1 (N = 113)	20% (22 вип)	7% (7 вип)	9% (9 вип)	• 16 % (19 вип)
Кластер 2 (N = 196)	12,5% (24 вип)	11% (22 вип)	11,5% (22 вип)	• 5,5% (11 вип)
Кластер 3 (N = 173)	12,7% ( 22 вип)	7,2% (13 вип)	8,6% (15 вип)	• 5% (11 вип)
Рівень значущості розбіжностей за критерієм $\phi^*$ Фішера при порівнянні кластерів:				
<b>Між кластерами 1 і 2</b>	при $p < 0,05$	не значущі	не значущі	при $p < 0,01$
Між кластерами 3 і 2	розбіжності не значущі	не значущі	не значущі	не значущі
Між кластерами 3 і 1	при $p < 0,05$	не значущі	не значущі	при $p < 0,01$

Продовжуючи аналіз отриманих результатів самоспостережень досліджуваних за характером їх емоційних процесів в різних ситуаціях життєдіяльності, ми звернулись до порівняння питомої ваги у загальній кількості переживань емоцій позитивного та негативного знаку, зумовлених стосунками з іншими людьми, незадоволенням собою як суб'єктом

життєдіяльності а також емоцій, які виникали у суб'єктів як з приводу зовнішніх подій, так і ставлення до них. Порівнювалось також розподілення позитивних та негативних емоцій по типах спонук, що їх зумовили, між трьома кластерами. Ці дані наведені у таблиці 3.6.

У першому кластері було проаналізовано 113 емоційних реакцій, які були зареєстровані досліджуваними у їх щоденниках, у другому кластері - 196 і у третьому кластері – 173. Отже, загальна кількість проаналізованих емоційних реакцій становить біля 500. Це достатній масив даних, для того щоб зробити статистично надійні висновки відносно впливу рівня сформованості емоційного інтелекту на характеристики перебігу актуальних емоцій, що виникають у досліджуваних з приводу різних аспектів їх життєдіяльності. У відповідності з когнітивно-експеренціальною моделлю формування уявлень про внутрішній світ [161], ми обрали для аналізу характер трьох класів емоцій: а) пов'язаних із **спілкуванням**, тобто із ставленням до оточуючих; б) емоції, які виникають з приводу **самооцінювання** себе як суб'єкту діяльності; в) емоції, породжені сприйняттям та формуванням **ставлень до подій зовнішнього оточення**.

Це дало нам отримати відповідні уявлення щодо рівня сформованості міжособистісного та внутрішньоособистісного підвидів інтелекту наших досліджуваних, бо, як зазначалось у розділі, присвяченому аналізу теорії емоційного інтелекту, міжособистісні стосунки і емоційні реакції, що виникають при спілкуванні, характеризують рівень сформованості міжособистісного інтелекту, а емоції, зумовлені самооцінкою суб'єктом власної поведінки, відбивають певною мірою рівень сформованості внутрішньоособистісного інтелекту.

Отже, розглянемо конкретніше отримані нами дані. В таблиці 3.6 наведені усереднені по кластерах показники розподілення негативних емоційних реакцій по **типах спонук, що їх зумовили**. Вони підраховувались у відсотках від загальної кількості зафіксованих переживань (як негативних, так і позитивних).

У досліджуваних першого кластеру, як видно з таблиці, 20% від загальної кількості переживань припадає на долю негативних емоційних реакцій, зумовлених **стосунками з іншими людьми**. Загальна кількість випадків, коли виникали такі негативні реакції, становить для цього кластеру 22 випадки, (20% від загальної кількості 113 випадків) Характер негативних емоцій, які зафіксовані у ставленні до інших людей, описується в емоційних щоденниках наших досліджуваних як сварки з оточуючими, незадоволення їх поведінкою відносно суб'єкту; як конфлікти, що виникають у стосунках між суб'єктами та їх батьками, товаришами по навчанню, викладачами тощо. Як видно з таблиці 3.6, кількість таких переживань у досліджуваних, що об'єднанні у другий та третій кластери, тобто тих що мають середній та вищий рівень емоційного інтелекту, статистично значуще відрізняється від кількості переживань у досліджуваних першого кластеру і становить відповідно 12,5% (24 випадки) для другого кластеру та 12,7% для третього кластеру. Розбіжності значущі між першим та другим кластерами, та першим та третім кластерами на 5% та 1% рівнях за критерієм  $\phi^*$  з кутовим перетворенням Фішера.

Між другим та третім кластерами у цьому аспекті розбіжності не встановлено, тобто вони перебувають на однаковому рівні розвитку міжособистісного інтелекту, якщо такий висновок можна зробити по результатах аналізу самоспостережень.

Що стосується емоцій, які виникали у досліджуваних відносно **себе як суб'єкту діяльності** (в таблиці вони позначені як емоції, зумовлені незадоволенням собою тобто негативні емоції), то їх кількість у кластеру 1 становить всього 7% від загальної кількості емоцій, у другому кластері – 11%, у третьому кластері – 7,2%.

Про що свідчать отримані данні? Їх можна адекватно прокоментувати, якщо звернутись, що ми і зробили, до аналізу **характеру** зареєстрованих емоційних реакцій відносно себе. У першому кластері негативні реакції, які зумовлені, скажімо, незадоволенням собою, стосуються таких ситуацій, як

навчання: “отримав незадовільну оцінку – несправедливо”. Досліджуваний не бере на себе відповідальність за успішність його власної діяльності, а приписує свій недостатній рівень успішності оточуючим. Досліджувані другого кластеру демонструють більш критичне ставлення до самих себе, що свідчить про наявність в них інтернального локусу контролю і більш високого рівня сформованості контролю за власними подіями. В такій же самій ситуації отримання незадовільної оцінки суб’єкти цього кластеру, на відміну від представників першого кластеру, приписують собі відповідальність за неуспіх діяльності і зазначають, що це викликало в них досаду або роздратування з приводу власного неуспіху. Серед негативних емоцій, що зареєстровані у другому кластері, дуже цікаво відмітити значну кількість емоцій, пов’язаних з незадоволенням тим, що важливі для суб’єкта цілі діяльності не були досягнуті. Наприклад, суб’єкти другого кластеру згадують негативні ситуації, в яких виникали негативні емоції, такого плану: “запізнився на семінар”, “невдало виступив на конференції”, “не зумів потрапити в операційну, щоб побачити перебіг операції”. Такі коментарі свідчать про наявність у цих досліджуваних важливих особистісних цілей, спрямованих на самовдосконалення, поліпшення власних знань, а неможливість їх здійснення у зв’язку з тими чи іншими причинами викликає в них емоційні переживання.

У досліджуваних третього кластеру кількість емоційних переживань дорівнює той кількості, яка зареєстрована у першому кластері, тобто кількісної відмінності не має. Якісні відмінності теж є і дуже суттєві. Досліджувані третього кластеру це люди, які досягли досить високого рівня розвитку емоційного інтелекту, і негативні емоційні реакції, які зареєстровані в цій групі, відрізняються від реакцій досліджуваних першого кластеру. Наприклад, зареєстровані такі реакції: негативна емоція (страх) виникла, “коли викладач виставив всій групі неявку на семінар, бо більшість пропустила заняття”. Це свідчить про негативні емоції, які зумовлені відповідальним ставленням до діла. Емоція тривоги, що виникала у ситуації чекання опитування по питаннях, в яких

суб'єкти відчували себе некомпетентними, свідчить про наявність високої самооцінки і страху не підтвердити її в очах інших людей. Емоція незадоволення, як ми вже згадували для другого кластеру, з приводу того, що досліджуваний “не попав в операційну”, пов'язана з прагненням людей до набування нових знань і усвідомлення перешкод на цьому шляху. Загальна доля негативних емоцій досить мала.

Якщо у досліджуваних цього кластеру ситуація, коли не було змоги виконати цікаве практичне заняття, потрапити в операційну викликає негативні емоції, то у досліджуваних першого кластеру, навпаки, з приводу, подібних ситуацій – „відмінили семінар з мікробіології”, „отримав хорошу оцінку, хоча не готувався”, виникають позитивні емоції.

Отже те, що у досліджуваних другого кластеру відсоток емоцій незадоволення собою вищий, ніж у досліджуваних першого кластеру, ми пояснюємо перехідним етапом у формуванні емоційного інтелекту, коли пильна свідома увага приділяється власній поведінці і досліджуваний намагається діяти у відповідності з тими настановами, цілями, які він перед собою ставить, але ще не має відповідних навиків та вмінь, щоб їх досягти.

Досліджувані першого кластеру незадоволення собою приписують зовсім іншим причинам, таким, як, скажімо, “отримання незадовільних оцінок”; „не-виправдання сподівань в процесі якоїсь діяльності”.

Зовнішні фактори теж часто викликають негативні емоції: „не міг вчасно виїхати з дому”; “не можу прокинутися рано вранці”; “подивився футбол і розчарував результат матчу”. Таким чином, в характері негативних емоцій на прикладі наведених вище випадків можна побачити теж суттєві розбіжності між ставленням людини до себе в залежності від рівня емоційного інтелекту і сформованості в неї необхідних ідеалів та настанов у житті, яким вона прагне слідувати.

Емоції з приводу **зовнішніх подій** і ставлення до них виникають у 9% досліджуваних першого кластеру, у 11,5% представників другого кластеру і

8,6% представників третього кластеру. Суттєвих розбіжностей в емоціях, зумовлених зовнішніми подіями, в кількісному плані не простежено, за винятком другого кластеру, в якому відсоток цих емоцій вищий, ніж у представників першого та третього кластерів. Це можна пояснити, на наш погляд, формуванням більш активних зусиль у представників цього кластеру регулювати власну поведінку, оцінювати події в навколишньому середовищі, знаходити їх чинники, та прогнозувати можливі наслідки. Наприклад, у щоденниках представників другого кластеру ми зафіксували наступні пояснення позитивних та негативних емоцій, які свідчать про активне свідоме ставлення до оточуючих, до зовнішніх подій і прагнення надавати їм оцінку. Так, емоцію обурення одна зі студенток, що належить до цього кластеру, пояснює „запізненням викладача”, у той час як у досліджуваних 1 кластеру все, що пов’язано з можливістю не бути присутнім на заняттях, викликає позитивне ставлення. Так, вони радіють з приводу того, що “відмінили опитування з мікробіології”, “мене не спитали на практичному занятті” і подібних ситуацій. Серед подій, які викликають негативні емоції у представників другого та третього кластерів, частіше згадуються просоціальні емоції, у той час як у представників першого кластеру це події, які пов’язані безпосередньо з задоволенням чи незадоволенням життям, типу: “у друга витягнули кошик в тролейбусі”, або “штовхнули в трамваї”, “вкусив кіт” і таке інше. Це свідчить про більш низький рівень загального усвідомлення емоційних переживань і ситуацій, в яких було б варто стримувати власні емоції, бо вони не залежать від свідомих зусиль самого суб’єкту життєдіяльності.

Що стосується “**безпредметних**” негативних переживань, то їх, як ми зазначали, втричі більше у представників першого кластеру ніж у досліджуваних другого та третього кластерів. Принаймні, представники другого та третього кластерів завжди спроможні співвіднести свої негативні переживання з конкретними чинниками, що їх зумовлюють.

Таким чином, аналіз результатів емпіричного дослідження, відображених в таблиці 3.6, як ми вважаємо, свідчить на підтримку нашої гіпотези про зумовленість актуальних емоцій в процесі життєдіяльності людини рівнем її емоційного інтелекту. Як сензитивність до емоційних подразників, так і зміст ситуацій життєдіяльності, подій у світі, які викликають емоційний відгук у досліджуваних, свідчать про стресозахисну функцію емоційного інтелекту. Розбіжності, оцінені по співставленню негативних емоцій, виявились суттєвими між представниками 1 і 2, та 1 і 3 кластерів, а другий та третій кластери практично не відрізняються, за винятком емоцій, які стосуються незадоволення собою та ставлення до подій у світі. Тут негативних емоцій у представників другого кластеру, як ми згадували, більше. Це свідчить, як ми вважаємо, про більш високий рівень самоконтролю у ставленні до подій життя, притаманний досліджуваним другого кластеру.

В таблиці 3.7 наведені усередненні показники розподілення позитивних емоційних реакцій по типах спонук, що їх зумовили. Вони теж підраховані у відсотках від загальної кількості зафіксованих переживань (як позитивних, так і негативних), тобто аспекти, по яких порівнювались групи, ті ж самі, що і в таблиці 3.6 : підрахована кількість ситуацій, пов'язаних із спілкуванням з іншими людьми, які викликали позитивні переживання; кількість ситуацій, коли суб'єкти були задоволені собою; або проаналізовані зовнішні події, що викликали позитивне ставлення.

Як видно з таблиці 3.7, досліджувані першого кластеру мають нижчий ніж представники другого та третього кластерів відсоток позитивних емоцій в ситуаціях, коли вони відчують позитивні емоції, породжені спілкуванням з іншими людьми. Якщо у першому кластеру тільки 15% усіх переживань пов'язуються з позитивним ставленням до оточуючих, то у другому кластері - 18,5%, а у третьому кластері - 23%. Абсолютна кількість зареєстрованих



Таблиця 3.7

**Усереднені по кластерах показники розподілення позитивних емоційних реакцій по типах спонук, що їх зумовили**  
(в % від загальної кількості зафіксованих переживань)

Кластери (N – загальна кількість проаналізо-ва них переживань)	Емоції, зумовлені стосунками з іншими людьми	Емоції, зумовлені незадоволен- ням собою	Емоції з приводу зовнішніх подій, ставлення до них	Безпредметні негативні переживання
Кластер 1 (N = 113)	• 15% (17 вип)	• 9 (10 вип)	• 11% (9 вип)	• 13% (17 вип)
Кластер 2 (N = 196)	18,5% (36 вип)	15,5% (29 вип)	14,5% (28 вип)	11% (22 вип)
Кластер 3 (N = 173)	• 23% (39 вип)	• 16% (28 вип)	• 19,5% (33 вип)	• 7% (13 вип)

- розбіжності значущі за критерієм  $\varphi^*$  Фішера при  $p < 0,05$

переживань теж вища: у 36% та 39% випадків відповідно у другому та третьому кластерах позитивні емоції за 4 дні самостережень виникали з приводу спілкування з іншими людьми. Серед цікавих прикладів, крім позитивних емоцій, викликаних дружніми стосунками з однолітками або позитивним ставленням до батьків, у представників другого та третього кластерів можна зазначити позитивні емоції, які викликало схвалення поведінки інших людей: однолітків, друзів чи подруг.

Наявність досвіду емоційних переживань у суб'єктів другого та третього кластерів, пов'язаних з позитивним ставленням до досягнень інших людей, з якими вони спілкуються, свідчить про високий, на наш погляд, рівень розвитку емоційного інтелекту. Серед позитивних переживань, що згадувались нашими досліджуваними, зокрема у третьому кластері, варто відмітити наявність у

багатьох досліджуваних загального позитивного ставлення до оточуючих. Наприклад, позитивні емоції високого рівня інтенсивності викликані присутністю одного з досліджуваних на вечорі прощання з кафедрою, про що свідчить такий коментар: “багато добрих та чутких людей навкруги, поряд з нами”. Цей цікавий приклад і багато інших подібних прикладів свідчать про зростання позитивного ставлення до оточуючих і прагнення до встановлення дружніх стосунків з ними з ростом рівня емоційного інтелекту. Відповідні кількісні дані дають уявлення про розбіжності між кластерами. Так, у представників першого кластеру 15% емоцій пов’язані з позитивним ставленням до інших; а 20% - з негативним. У представників другого та третього кластерів кількість позитивних емоцій з приводу спілкування з іншими людьми зростає у порівнянні з негативними емоціями. Так, якщо, як видно в таблиці 3.7, представники другого кластеру – мали 12,5% негативних емоцій, що виникали з приводу непорозумінь з іншими людьми, то позитивних емоцій у них було більше – 18,5%. В третьому кластері ці показники ще вищі – 23% загальної кількості всіх емоцій, які виникали при проведенні самоспостереження, пов’язано з дружніми стосунками з оточуючими і з приємними враженнями від спілкування з іншими, у той час як на частку негативних емоцій припадає лише 12,7%, тобто вдвічі менше (див. табл.3.7). Цей результат, як нам здається, дуже яскраво свідчить на користь саме стресозахисної функції емоційного інтелекту, принаймні у міжособистісному варіанті його виявлення.

Що стосується позитивного ставлення до себе як суб’єкту діяльності, то у представників першого кластеру тільки 9% всіх емоцій пов’язані з позитивною самооцінкою; у представників другого кластеру – 15,5% і у представників третього – 16% від загальної кількості емоцій. На наш погляд, цей показник теж свідчить на підтримку нашої гіпотези про те, що зростання рівня емоційного інтелекту призводить до підвищення відчуття позитивної самооцінки і позитивного ставлення до себе як суб’єкту діяльності. Якісний аналіз позитивних емоцій виявляє ще більш переконливу картину розбіжностей між

представниками першого кластеру та другого і третього кластерів. Якщо більшість представників першого кластеру радіють чи відмічають, що у них виникали позитивні емоції з приводу того, що їх “не опитували на практичному занятті”, “відмінили семінар з мікробіології”, “що вони придбали речі, про які мріяли”, “відірвалися”, як деякі студенти жаргонно висловлюються, на дискотеці”, “проглянули передачу “Біла ворона” по телебаченню”, то лише декілька досліджуваних цього кластеру серед факторів, які викликали в них позитивні емоції, згадують такі, як: “зробив доповідь на конференції”, “отримав хорошу оцінку знань”. У досліджуваних третього кластеру і частково другого, позитивне ставлення до себе викликають і “відмінні оцінки на практичних заняттях”, “вміння проявити свої знання”, „запобігти неприємності”, “виспатися”, “добре підготуватись до занять”, “узнати багато нового на конференції”, “добре відпочити на вихідних”, “виграти партію у шахи”, “прогнозування, що повинно трапитись щось позитивне у житті”, “репетиція фрагменту п’єси з моєю участю” і таке інше. Це свідчить про досить різноманітне, активне особисте і суспільне життя представників третього кластеру і про те, що емоції пов’язані в них з досягненнями, з умінням розумно організувати свою життєдіяльність. Тому часто і серед так званих, „безпредметних позитивних емоцій”, які нечисленні у представників цього кластеру, згадуються емоції типу: “прокинувся у хорошому настрої”, “передбачаю щось хороше у житті” Поява таких емоцій у представників третього кластеру свідчить про те, що вони мають більш оптимістичну загальну життєву орієнтацію, ніж представники першого кластеру, у яких відсоток емоцій задоволення собою становить лише 9% від загальної кількості емоцій.

**Зовнішні події** навколишнього життя теж викликають більше позитивних емоцій у представників третього кластеру – 19,5%, на другому місці за цим показником перебувають представники другого кластеру – 14,5% і найнижча кількість зовнішніх подій викликає позитивні емоції у представників першого кластеру - тільки 11%. Статистична оцінка значущості розбіжностей за

критерієм  $F^*$  кутового перетворення Фішера виявила, що по всіх випадках розбіжності значущі, особливо при співставленні першого та третього кластерів, тобто полярних за рівнем виявлення емоційного інтелекту груп досліджуваних, хоча і другий кластер не відрізняється від третього статистично значуще тільки за одним параметром – кількістю емоції, які викликані позитивним ставленням до себе.

Що стосується “безпредметних” позитивних переживань, то їх більше всього, як і негативних, у представників першого кластеру: невміння побачити чи виявити зусилля для того, щоб ідентифікувати чинники позитивних чи негативних емоцій, явно простежується у досліджуваних, об’єднаних у цей кластер, а кількість “безпредметних” позитивних переживань зменшується у кластері 2 і є найменшою - у представників кластеру 3, де вона становить, як видно з таблиці 3.7, всього 7%.

У пошуках розбіжностей між переживаннями в різноманітних ситуаціях життєдіяльності між представниками кластерів з різними рівнями сформованості емоційного інтелекту ми звернулись також до аналізу **просоціальних** емоцій різних знаків. В таблиці 3.8 представлені деякі підрахунки, які зроблені у розрахунку на 100 зафіксованих у щоденниках емоцій. Такий підхід виявився зручним, бо загальна кількість емоцій, що зафіксовані у наших досліджуваних, максимально становила 113 у першому кластері, тому ми вирішили обрати цілком довільно по 100 ситуацій (zareєстрованих у перші 2,5 дні самоспостереження за емоціями). Звівши зафіксовані у щоденниках переживання до “загального знаменнику”, ми підраховували показники „питомої ваги” різних типів емоцій у трьох кластерах. Як видно з таблиці 3.8, у першому кластері zareєстровано 24 просоціальних емоції, тобто емоції, які свідчать про більш високий рівень сформованості емоційного інтелекту, ніж про це свідчить кількість тільки базових емоцій. У представників другого кластеру кількість просоціальних емоцій зростає до 34 (тобто із 100 зафіксованих переживань – 34 просоціальні), а у представників кластеру 3 до 31 (розбіжності між

представниками 1 та 2 і 1 та 3 кластерів значущі за багатофункціональним критерієм  $\varphi^*$  кутового перетворення Фішера на 5% рівні, а між представниками другого та третього кластерів – не значущі).

**Таблиця 3.8**

**Частота переживання просоціальних емоцій різних знаків**  
( у розрахунку на 100 зафіксованих у щоденниках емоцій)

Кластери	Кількість просоціальних емоцій	Коефіцієнт різноманіття емоцій *	У тому числі – позитивних	У тому числі емоції “здивування”	
				позитивне	негативне
№1	24	1,4	9	4	4
№2	31	1,8	12	3	2
№3	34	2,0	18	6	-

\* Обчислювався за формулою

$$K_p = \frac{N_{\text{різних емоцій}}}{\sqrt{2 N_{\text{всіх емоцій}}}}$$

Цей показник, на наш погляд, свідчить про досить високий рівень розвитку емоційного інтелекту у представників другого та третього кластерів, поводження яких характеризується або довольною увагою і усвідомленням виявів емоційних реакцій, або діяльністю на рівні сформованих настанов, цінностей та ідеалів.

Ми підраховали також коефіцієнт **різноманіття просоціальних емоцій**, які доступні переживанню представників різних кластерів (коефіцієнт різноманіття обчислювався за формулою співвідношення емоцій різних типів до квадратного кореню із подвійної кількості усіх емоцій). Така формула застосовується у підрахунках словарного різноманіття, наприклад, при оцінюванні у психологічному тестуванні вербального інтелекту. За цією відомою формулою коефіцієнт різноманіття емоцій, зафіксованих у наших досліджуваних, становить у першому кластері тільки 1,4, у другому кластері –

1,8, у третьому кластері - 2. Отримані дані свідчать про зростання кількості емоцій різних типів, які з'являються в досвіді досліджуваних із зростанням рівня емоційного інтелекту.

Якщо у представників першого кластеру переважаючими є 4 базових емоції: радість, гнів, печаль, страх з приводу якихось подій (радість від успіху, страх з приводу можливості підвести когось, не виконати доручення, яке мав виконати, тощо), то у представників 2 та 3 кластерів фігурують інші емоції, такі, для яких дається чітке вербальне визначення співвіднесення емоції з їх вербальними еквівалентами (“гордість за вчинок подруги”, “пізнавальний інтерес”, “відчуття успіху”, “обурення з приводу поведінки іншого”, “умиротворіння від відвідування церкви”).

Дуже часто у щоденниках фігурує емоція **інтерес**, але її “наповнення” теж відрізняється у представників різних кластерів. Ми підраховали кількість просоціальних емоцій, які були виявлені при аналізі 100 записів ситуацій у щоденниках, і встановили відносну кількість позитивних та негативних емоцій типу “інтерес”. У представників першого кластеру тільки 9 емоцій мали позитивний знак; у другому кластері – 12; у третьому – 18. Спостерігається зростання кількості ситуацій, коли просоціальні емоції мають позитивний знак.

До просоціальних емоцій ми віднесли також емоцію „**здивування**”, проаналізувавши, в яких випадках ця емоція збула пов’язана з позитивними чи негативними переживаннями. Виявилось, що у представників першого кластеру здивування виникало у 4-х випадках з позитивним знаком і у 4-х – з негативним. У представників другого кластеру зростає кількість позитивних емоцій у ситуаціях, коли виникає “здивування”, і зменшується кількість негативних емоцій з відтінком “здивування”. Відповідні співвідношення становлять 3 до 2, а у представників кластеру 3 усі емоції здивування пов’язані тільки з позитивними переживаннями (згадується здивування з приводу “приємної музики”, “хорошого концерту”, “приємної несподіваної події” і таке інше).

Рівень значущості розбіжностей теж підраховувався для цього аспекту за допомогою критерію  $\phi^*$  Фішера.

В таблиці 3.9 представлені результати порівняння переживань досліджуваних, що пов'язані з їх **особистісною діяльністю**, тобто з діяльністю, яка свідчить про задоволення або незадоволення собою як суб'єктом діяльності. Виявлена розбіжність при порівнянні першого кластеру з третім, та другого з третім. В таблиці 3.9 показано, що кількість досліджуваних, які переживали емоції позитивного знаку у першому кластері (з низьким рівнем емоційного інтелекту) є, статистично значуще меншою, ніж у третьому кластері і становить: в першому кластері 52%, а у третьому — 75%. Це результат, який демонструє суттєві відмінності в актуальних переживаннях людей в залежності від рівня емоційного інтелекту. Дійсно, люди, які належать до третього кластеру (з високим рівнем емоційного інтелекту), поведуться таким чином, що діяльність дає їм задоволення і вони переживають позитивні емоції частіше, ніж люди, які належать до першого кластеру з нерозвиненим емоційним інтелектом. Останні не спроможні самоорганізуватись на діяльність, контролювати власні емоції, бо реагують на емоції інших на сенсорному рівні, а не на рівні вже сформованих установок. Розбіжності за критерієм  $\phi^*$  Фішера між кластерами значущі на 5% рівні.

Дані, як видно з таблиці, підтверджують нашу гіпотезу про зв'язок стійких диспозицій з реальним поведінням людей щодо переживання негативних емоцій. Як видно з таблиці, у першому кластері 48% досліджуваних переживають негативні емоції, пов'язані з незадоволенням собою як суб'єктом діяльності; у той час як у третьому кластері кількість таких досліджуваних становить 25%. Цей результат, хоча і не досягає рівня статистичної значущості, але свідчить про наявність тенденції, яка підтверджує основну гіпотезу дослідження.

Таблиця 3.9

Порівняльна характеристика представленості серед досліджуваних з різними рівнями емоційного інтелекта осіб, у яких переважають позитивні чи негативні емоції, пов'язані з **особистісною діяльністю**

(а)

Групи	Кількість ситуацій з позитивним емоційним переживанням	% доля	Кількість ситуацій з негативним емоційним переживанням	% доля	Сума
1 кластер	12	52	9	48	23
3 кластер	27	75	11	25	36
Сума	39		20		59

(б)

Групи	Кількість ситуацій з позитивним емоційним переживанням	% доля	Кількість ситуацій з негативним емоційним переживанням	% доля	Сума
2 кластер	11	41	16	59	27
3 кластер	27	75	11	25	36
Сума	38		27		63

(в)

Групи	Кількість ситуацій з позитивним емоційним переживанням	% доля	Кількість ситуацій з негативним емоційним переживанням	% доля	Сума
1 кластер	12	52	11	48	23
2 кластер	11	41	16	59	27
Сума	23		27		50

Цікаві дані, які доповнюють загальну картину розбіжностей у



поведінці досліджуваних з різними рівнями сформованості емоційного інтелекту, представлені в таблиці 3.9(б). Якщо в першій таблиці ми порівнювали полярні кластери, то в таблиці 3.9(б) представлені дані для другого та третього кластерів, тобто для осіб, які досягли середнього та високого рівней емоційного інтелекту. Тут розбіжності між представниками зазначених груп ще більш суттєві і значущі при  $p < 0,001$ . Відсоткова доля досліджуваних, які переживали позитивні емоції, в другому кластері становить - 41%, а в третьому -75%. Як видно з цього прикладу, досліджувані, що належать до другого кластеру, відчувають менше позитивних емоцій, ніж досліджувані третього кластеру.

Досліджувані третього кластеру регулюють свою поведінку на „надситуативному рівні”. В них сформувались певні установки, які спрямовують їх поведінку, і тому вони переживають менше негативних емоцій, пов'язаних з необхідністю стримувати імпульси реагувати на якісь події чи на власну поведінку на рівні свідомого контролю.

Досліджувані другого кластеру характеризуються тим, що їх установки ще не сформувались, але вони вже відмовляються реагувати на сенсорному рівні, як роблять досліджувані з низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту. Вони приймають рішення на рівні мислення і це свідоме контролювання емоцій призводить до того, що вони переживають більше негативних емоцій.

Суттєві розбіжності встановлені і за показником, який ілюструє переживання емоцій негативного знаку: у другому кластері— 59%, а у третьому — 25%. Розбіжності значущі за критерієм  $\phi^*$  Фішера при  $p < 0,01$ . Ці дані підтверджують закономірність, яку ми прослідкували, аналізуючи дані таблиці 3.9(а): досліджувані з середнім рівнем емоційного інтелекту стримують свої негативні емоції, тому вони переживають їх частіше, ніж досліджувані з високим рівнем емоційного інтелекту.

Що стосується першого і другого кластерів, то для людей з низьким та

середнім рівнями емоційного інтелекту розбіжності у кількості емоцій позитивного знаку статистично не значущі. Стосовно негативних емоцій можна прослідити тенденцію до збільшення інтенсивності негативних емоцій у досліджуваних 2 кластеру.

Щодо емоцій, які виникають в ситуаціях, пов'язаних із ставленням до подій в оточуючому світі, то тут статистично значущих розбіжностей не зафіксовано, хоча прослідковується тенденція такого ж плану, яка була згадана вище (дивись таблицю 3.10). Це означає, що з ростом рівня емоційного інтелекту люди опановують умінням реагувати на зовнішні емоційні подразники більш спокійно, ніж вони реагують на поведінку інших людей, або на власну поведінку в конкретній ситуації.

Таблиця 3.10.

Порівняльна характеристика представленості серед досліджуваних з різними рівнями емоційного інтелекту осіб, у яких переважають позитивні чи негативні емоції, пов'язані з **зовнішніми подіями**

(а)

Групи	Кількість ситуацій з позитивним емоційним переживанням	% доля	Кількість ситуацій з негативним емоційним переживанням	% доля	Сума
1 кластер	13	81	3	19	16
3 кластер	9	75	3	25	12
Сума	22		6		28

(б)

Групи	Кількість ситуацій з позитивним емоційним переживанням	% доля	Кількість ситуацій з негативним емоційним переживанням	% доля	Сума
2 кластер	13	87	2	13	15
3 кластер	9	75	3	25	12
Сума	22		5		27

(в)

Групи	Кількість ситуацій з позитивним емоційним переживанням	% доля	Кількість ситуацій з негативним емоційним переживанням	% Доля	Сума
1 кластер	13	81	3	19	16
2 кластер	13	87	2	13	15
Сума	26		5		31

В таблиці 3.11 представлені дані, що характеризують особливості емоційних переживань, пов'язаних з **міжособистісним спілкуванням**. Тут відмінності менш суттєво виражені, ніж при аналізі поведінки, що супроводжується емоційними переживаннями, які пов'язані із самооцінюванням.

Таблиця 3.11.

Порівняльна характеристика представленості серед досліджуваних з різними рівнями емоціональної розумності осіб, у яких переважають позитивні чи негативні емоції, пов'язані з **міжособистісним спілкуванням**

(а)

Групи	Кількість ситуацій з позитивним емоційним переживанням	% доля	Кількість ситуацій з негативним емоційним переживанням	% Доля	Сума
1 кластер	22	54	19	46	41
3 кластер	22	67	11	33	33
Сума	44		30		74

(б)

Групи	Кількість ситуацій з позитивним емоційним переживанням	% доля	Кількість ситуацій з негативним емоційним переживанням	% доля	Сума
2 кластер	24	53	21	47	45
3 кластер	22	67	11	33	33
Сума	46		32		78

(в)

Групи	Кількість ситуацій з позитивним емоційним переживанням	% доля	Кількість ситуацій з негативним емоційним переживанням	% доля	Сума
1 кластер	22	54	19	46	41
2 кластер	24	53	21	47	45
Сума	46		40		86

І, нарешті, таблиця 3.12 містить аналіз емоційних переживань за **якісними характеристиками**. При порівнянні першого і третього кластерів було виявлено, що кількість досліджуваних, які відчували інтенсивні переживання (відчай, гнів, обурення) і більш слабкі (тривогу, роздратування) розрізняється при:  $p = 0,05$  за критерієм  $\varphi^*$  Фішера. Інтенсивні емоції переживають частіше особи з низьким рівнем емоційного інтелекту.

Порівняння кластерів з низьким та середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту суттєвих розбіжностей не виявило, але між другим та третім кластерами розбіжності значущі за критерієм  $\varphi^*$  Фішера при  $p=0,05$ .

Таблиця 3.12.

Порівняльна характеристика представленості серед досліджуваних з різними рівнями емоційного інтелекту осіб, які переживали сильні або слабкі негативні емоції

(а)

Групи	Кількість ситуацій з сильними емоціями	% доля	Кількість ситуацій з слабкими емоціями	% доля	Сума
1 кластер	32	66	16	34	48
3 кластер	18	41	25	59	43
Сума	50		41		91

(б)

Групи	Кількість ситуацій з сильними емоціями	% доля	Кількість ситуацій з слабкими емоціями	% доля	Сума
1 кластер	32	66	16	34	48
2 кластер	30	58	21	42	51
Сума	62		37		99

(в)

Групи	Кількість ситуацій з сильними емоціями	% доля	Кількість ситуацій з слабкими емоціями	% доля	Сума
2 кластер	30	58	21	42	51
3 кластер	18	41	25	59	43
Сума	48		46		94

Інші спостереження за поведінкою досліджуваних з різними рівнями розвитку емоційного інтелекту в реальних ситуаціях спілкування дозволили зробити ще декілька важливих висновків, які ми не змогли проілюструвати на

кількісному рівні. Серед них треба зазначити, наприклад, те, що досліджувані першого кластеру у порівнянні з досліджуваними третього кластеру вказують на більшу кількість факторів, що викликають в них емоційні переживання негативного знаку.

Встановлено розбіжності і в частоті появи фізіологічних реакцій при виникненні емоцій у осіб, що відрізняються за рівнями сформованості емоційного інтелекту.

Різноманіття факторів, що викликають емоційні переживання, свідчить про те, що найважче досліджуваним вдається контролювати власну поведінку, самоорганізуватись на діяльність і на навчання.

Ці дані свідчать про те, що необхідно враховувати при організації навчання схильність тих чи інших досліджуваних до переживання різних емоційних станів при виникненні однотипних ситуацій учбової діяльності чи інших видів життєдіяльності. Це дуже важливе спостереження, яке свідчить про наявність розбіжності у сформованості рівня емоційного інтелекту.

Як було зазначено вище, найскладнішим є контроль за власною поведінкою; на другому місці стоїть вміння лагодити з іншими людьми, і найменше розбіжностей зафіксовано відносно реакції на зовнішні події чи ситуації. Таким чином, виявлена певна ієрархія переживань під впливом стійких характеристик особистості у людей, які мають різні рівні сформованості емоційного інтелекту.

Наведені вище дані обробки емпіричних результатів дослідження актуальних емоційних переживань осіб в різноманітних ситуаціях їх життєдіяльності, зафіксованих методом самоспостереження, свідчать про те, що гіпотеза дослідження підтверджується і розбіжності, встановлені між кластерами як на рівні внутрішніх детермінант емоційного інтелекту, онтологічних та феноменологічних, так і на рівні зовнішнього виявлення емоційних процесів є статистично значущими. Це підтверджує продуктивність підходу до виявлення розбіжностей в рівні розвитку емоційного інтелекту з

позиції аналізу єдності внутрішнього і зовнішнього в детермінації емоційного інтелекту, який був розроблений, обґрунтований та проілюстрований у даній роботі. Те, що розподілення наших досліджуваних за запропонованими критеріями у цілому відповідає оцінкам емоційного інтелекту за допомогою тесту, розробленого авторами теорії емоційного інтелекту [166, 175, 176], теж підтверджує правомірність обраного підходу, його надійність та інформативність.

У порівнянні з вербальним тестуванням запропонований нами підхід виявив дуже важливий аспект дослідження і прогнозування розвитку емоційного інтелекту, пов'язаний з вивченням внутрішніх особистісних детермінант емоційного інтелекту, зокрема, феноменологічних аспектів, тобто тих внутрішніх ознак емоційного інтелекту, які піддаються свідомому контролю, формуванню, розвитку. Як нам здається, новий підхід до операціоналізації емоційного інтелекту та його діагностики відкриває більш широкі перспективи для проведення тренінгів емоційного інтелекту, для аналізу конкретних аспектів поведінки суб'єктів в різноманітних ситуаціях життєдіяльності, бо на його підставі можна обрати більш узагальнені критерії для оцінювання емоційного інтелекту. Ці критерії пов'язані, насамперед, з існуванням і виявленням феномену взаємозумовленості та взаємозв'язку внутрішнього і зовнішнього в емоційно розумній поведінці і аналізом емоційної поведінки з точки зору її суто психологічних детермінант і аспектів виявлення.

## **ВИСНОВКИ**

1. У монографії представлений теоретичний та експериментальний аналіз підходів до концептуалізації інтегральної особистісної властивості, яка в останнє десятиліття набула статусу окремого предмету психологічних досліджень, - емоційного інтелекту. Доведена зумовленість основних функцій емоційного інтелекту (стресозахисної та адаптивної) характером його зв'язку з внутрішнім світом людини, у структурі якого він відіграє роль аспекту, що відбиває міру розумності ставлення людини до **світу**, до **інших** та до **себе** як суб'єкту життєдіяльності.

З позицій когнітивно-експерієнціальної теорії внутрішнього світу особистості поглиблено тлумачення змісту самого конструкта “емоційний інтелект”, який запропоновано розглядати як форму виявлення **позитивного** ставлення людини до **світу** (оцінки його як такого, у якому людина може здійснювати успішну життєдіяльність); до **інших** (як гідних доброзичливого ставлення); до **себе** (як спроможного самостійно визначати цілі власної життєдіяльності й активно діяти у напрямку їх здійснення; як гідного самоповаги). Такий погляд на емоційний інтелект передбачає притаманність йому стресозахисного та адаптивного потенціалу.

2. В роботі доведено, що автори теорії емоційного інтелекту, описавши його основні компоненти: здатність адекватно ідентифікувати власні емоції і почуття та емоції оточуючих, регулювати їх з метою підтримання доброзичливих стосунків з оточуючими, самомотивуватись на досягнення цілей власної діяльності і такі інші, недостатньо уваги приділили розкриттю внутрішніх особистісних детермінант емоційного інтелекту та вивченню характеру його відбиття в актах зовнішньої поведінки та у свідомості людини.

3. З урахуванням провідного принципу вітчизняної психології – єдності внутрішнього і зовнішнього у детермінації психічного в роботі визначені найменш досліджені внутрішні (онтологічні і феноменологічні) детермінанти емоційного інтелекту і обґрунтований принципово новий підхід до його операціоналізації і діагностики рівнів розвитку крізь аналіз різних форм



виявлення цього особистісного конструкту у зовнішній поведінці та відбиття у свідомості. За допомогою цього підходу долаються обмеження вербальних тестів як засобів вимірювання емоційного інтелекту з їх культурною детермінованістю та труднощами однозначного тлумачення результатів.

4. З опорою на концептуальну мережу 24 основних понять психології, за допомогою яких упорядковані уявлення про системну організацію психологічного знання [105], в монографії пропонується підхід до інтерпретації емоційного інтелекту як такої інтегральної властивості особистості, що базується на відповідних знаннях стосовно того, що є добро і що є зло у ставленні людини до світу, до себе як суб'єкту життєдіяльності та інших як партнерів по спілкуванню, для чого запропоновано застосувати термін „логос”, який у категоріальній мережі загальнопсихологічних понять знаходиться на вищому рівні пізнання світу – рівні ноосфери поряд із свідомістю. Це – інтелектуальний компонент емоційного **інтелекту**, про який цілком правомірно говорити у такій постановці саме як про форму інтелекту (недарма у „вертикалі” основних понять категоріальної мережі, в якій представлені поняття „афективного ряду”: афективність, переживання, почуття, міститься й поняття „зміст”).

Отже, в монографії уточнена інтелектуальна складова емоційного інтелекту, причому це зроблено з урахуванням базових понять системи психологічного знання, та продемонстрований механізм спирання на цю інтелектуальну складову в процесі життєдіяльності людини, що вимагає мотиваційних і вольових зусиль. Це забезпечує **емоційному** компоненту емоційного інтелекту крізь механізм його динамічної взаємодії з **інтелектуальним** компонентом єдність внутрішнього і зовнішнього в детермінації характеру емоційного реагування. Здійснення емоційного реагування з опорою на зміст характеризує функціонування суб'єкта життєдіяльності як особистості, а емоційний інтелект як складова внутрішнього світу особистості відповідає саме цьому вищому рівню функціонування суб'єкта

життєдіяльності, провідною ознакою якого можна вважати внутрішню мотивацію емоційного реагування як такий тип детермінації поведження, при якому ініціюючий і регулюючий його фактори витікають з внутрішнього „Я” і повністю знаходяться всередині самого поведження .

5. В монографії продемонстровано з опорою на отримані авторами емпіричні дані, що виявлення емоційного інтелекту опосередковано **внутрішніми** (онтологічними і феноменологічними) ознаками особистості. В якості онтологічних (сутнісних) ознак запропоновано розглядати принаймні чотири з п’яти „великих” факторів особистості, а саме: емоційну стійкість, сумлінність, доброзичливість (готовність до прийняття людей такими, як вони є), відкритість новому досвіду, яким приписується роль диспозиційних компонентів емоційного інтелекту. Висунута гіпотеза, яка знайшла в роботі емпіричне підтвердження, що особистісний фактор “сумлінність” сприяє (якщо сумлінність є високою), або заважає (якщо низькою) виявленню **внутрішньособистісного** емоційного інтелекту, одним з провідних компонентів якого є здатність до самомотивування, наполегливість і методичність у здійсненні діяльності. Фактор доброзичливість („гнучкість у спілкуванні”) сприяє підтримці добрих стосунків з іншими людьми і тому може вважатись провідним диспозиційним фактором до виявлення людиною у спілкуванні **міжособистісного** емоційного інтелекту (за ознаками емпатії, комунікабельності, товариськості і таких інших). Фактори „великої п’ятірки” – “емоційна стійкість” і “відкритість новому досвіду” сприяють (якщо вони мають високі рівні розвитку) формуванню і виявленню як міжособистісного, так і внутрішньособистісного підвидів інтелекту. Усі зазначені фактори особистості мають відношення до емоційного аспекту функціонування особистості, бо виконують, як встановлено, безпосередньо або опосередковано стресозахисну та адаптивну функції.

В якості феноменологічних ознак суб’єктивного світу людини, опосередкуючих зовнішнє виявлення емоційного інтелекту, пропонується

розглядати поряд з індивідуальними уявленнями про порядок у світі, також цінності, настанови, ідеали й досвід суб'єкта життєдіяльності, що виявляється у навичках самоконтролю, пластичності у спілкуванні, рівні тривожності.

6. Інтегрованим відбиттям внутрішніх детермінант емоційного інтелекту у свідомості людини можна вважати за даними проведеного дослідження **почуття психологічного благополуччя**, у формі якого фіксується позитивне ставлення індивідуума до себе як суб'єкта життєдіяльності. Крім цього, в роботі доведено, що формою внутрішньої оцінки ставлення індивідуума до оточуючого світу, себе як суб'єкта діяльності і спілкування є також **самооцінка**, яку можна вважати диференційованою формою відбиття внутрішньоособистісних факторів емоційного інтелекту (самооцінку можна здійснювати по відношенню до власного ума, характеру, здоров'я, щастя).

Ще одною формою відбиття у свідомості людини рівня розвитку емоційного інтелекту запропоновано розглядати **вибір** нею **подолаючих стратегій поведінки** в критичних ситуаціях життєдіяльності і спілкування, бо домінування тих чи інших стратегій психологічного подолання відбиває відповідні аспекти внутрішнього суб'єктивного світу особистості.

7. Зовнішні аспекти вияву емоційного інтелекту теж мають рівневу структуру: їх „внутрішнім компонентом” можна вважати **характер мотивації діяльності** (внутрішня чи зовнішня), **характер контролю** (інтернальний, екстернальний), **характер вибору актів поведінки**: а) з широкого поля можливостей, не диференційованого суб'єктом; б) з поля „можливостей для себе” і в) з поля можливих альтернатив поведінки. Зазначені аспекти відбивають **феноменологічний рівень** зовнішнього або внутрішній компонент зовнішнього. Основною **структурною одиницею** емоційного інтелекту на рівні аналізу його зовнішніх аспектів доведено доцільним розглядати перебіг емоційного процесу (як якісні, так і кількісні його характеристики: інтенсивність, частоту виникнення емоційних процесів, знак основної емоції, що супроводжує емоційний процес; модальність емоційного процесу,

конгруетність/неконгруетність модальності емоційного процесу ситуаційним подразникам тощо).

8. В ході емпіричного дослідження, розкрита **ієрархічна структура** рівнів сформованості емоційного інтелекту, яка виявляється в залежності від характеру його внутрішніх опосередкуючих компонентів.

**Найнижчому рівню** сформованості емоційного інтелекту відповідає здійснення емоційного реагування по механізму умовного рефлексу (реактивна дія); ініціювання активності на сенсорно-перцептивному рівні; здійснення активності з переважанням зовнішніх компонентів над внутрішніми, на низькому рівні її усвідомлення, при низькому виявленні самоконтроля, з високою ситуативною зумовленістю.

**Середньому** рівню сформованості емоційного інтелекту відповідає здійснення зовнішньої активності (діяльності, спілкування) доволіно, на підставі уявлень (мислення), із застосуванням певних вольових зусиль, що відповідним чином відбиватиметься у свідомості на рівні емоційних переживань; переважання внутрішнього над зовнішнім; високий рівень виявлення самоконтролю; поєднання у подолаючій поведінці стратегії концентрації на задачі зі стратегією емоційного реагування, з відбиттям на рівні відчуття психологічного благополуччя позитивного ставлення до себе як суб'єкта життєдіяльності та спілкування. Для цього рівня сформованості емоційного інтелекту характерним є також і високий рівень самооцінки суб'єкта. Це специфічна усвідомлення суб'єктом власного емоційного інтелекту.

**Найвищий рівень** сформованості емоційного інтелекту відповідає, як ми обґрунтували теоретично і довели в процесі емпіричного дослідження, найвищому рівню розвитку внутрішнього світу людини. Він базується на наявності у суб'єкта відповідних настанов щодо можливих для нього особисто альтернатив поведінки у конкретних ситуаціях життєдіяльності. Ці настанови відбивають індивідуальну систему цінностей суб'єкта, яка чітко усвідомлена ним. Активність зароджується на рівні уявлень людини про те, як треба

поводитись у цілому класі подібних ситуацій життєдіяльності, які свідчать про наявність у нього системи знань про розумну особистісну поведінку. Такий етап розвитку емоційного інтелекту характеризується гармонійним співвіднесенням внутрішнього і зовнішнього, бо людина відчуває себе звільненою від безпосередніх ситуаційних вимог. Вибір характеру поведінки, адекватного ситуації, здійснюється нею без надмірних зусиль волі, бо він відбиває систему соціальних навиків, які сформувались під впливом переконань на рівні свідомості. Мотивування такої поведінки здійснюється суб'єктом не ззовні, а із середини. Достатній рівень самоконтролю має інтернальний локус і людина у зовнішній поведінці виявляє досить помірний рівень сензитивності до можливих емоціогенних подразників та інтенсивності реагування на них. Самооцінка суб'єкта, який володіє високим рівнем емоційного інтелекту, то вона є досить високою у всіх аспектах її виявлення. Людина відчуває також досить високий рівень психологічного благополуччя як форми відбиття у свідомості власного оцінювання адекватності своєї поведінки уявлення про те, як її треба здійснювати розумно у гармонії з іншими людьми. В цьому виявляється стресозахисна і адаптивна функції емоційного інтелекту.

Людина з високим рівнем емоційного інтелекту відчуває певну незалежність від ситуації вибору стратегій подолаючої поведінки, ці стратегії базуються на настановах, які сформувались і закріпились у досвіді. У суб'єктів з високим рівнем формування емоційного інтелекту різні форми подолаючої поведінки, у тому числі і запобігання певних ситуацій представлені рівномірно у гармонійному поєднанні з загальним переважанням у подолаючих стратегіях найбільш продуктивної з них - концентрації на задачі. Показники за стратегією емоційного реагування – найнижчі у порівнянні з іншими групами досліджуваних.

В ході емпіричного дослідження підтверджена наявність зазначених трьох рівней виявлення емоційного інтелекту. На підставі аналізу актуальних емоційних переживань групи досліджуваних, які вивчались за допомогою

методики самопостереження шляхом фіксування його результатів у емоційному щоденнику, виявленні статистично значущі розбіжності між групами досліджуваних по показниках інтенсивності, частоти, знаку, модальності, тривалості, різноманіття актуальних емоцій досліджуваних, відчуття ними різних рівнів психологічного благополуччя та інших ознак відбиття у свідомості емоційних переживань. Результати підтвердили наявність у емоційному інтелекті як стресозахисної, так і адаптивної функцій.

Емпіричні дані свідчать про те, що найважче досліджуваним вдається контролювати власну поведінку, самоорганізовуватись на діяльність і навчання.

Вплив уявлень про зміст емоційно розумної поведінки в різноманітних ситуаціях життєдіяльності (тобто інтелектуального компонента емоційного інтелекта) на актуальні емоції суб'єктів досить чітко виявився при співставленні характеру актуальних емоцій досліджуваних, розподілених на полярні групи за показниками онтологічних і феноменологічних ознак емоційного інтелекту. Зокрема, встановлено, що на одні й ті ж ситуації життєдіяльності суб'єкти з різними рівнями емоційного інтелекту реагують в деяких випадках протилежними за знаком емоціями.

Отже, емпіричне дослідження дозволило продемонструвати зв'язок емоцій з інтелектом у різних ситуаціях життєдіяльності людини і практичну можливість і доцільність цілеспрямованого формування емоційного інтелекту.

Встановлено також, що розбіжності у рівнях сформованості емоційного інтелекта найбільш контрастно виявляються в показниках, що характеризують ставлення людини до себе як суб'єкту життєдіяльності. На другому місці в цій своєрідній ієрархії знаходяться розбіжності, що виявляються у ставленні суб'єкта до інших як партнерів по спілкуванню і взаємодії і найменш суттєво суб'єкти з різними рівнями сформованості внутрішніх ознак емоційного інтелекта відрізняються в аспекті ставлення до світу і оцінювання зовнішніх подій

### **Список використаних джерел**

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М.:Наука, 1991 -302с.

2. Абульханова-Славская К.А. Личность в процессе деятельности и общения //Психология личности. Хрестоматия. –Самара. -1999. –т.2. -С.301-331.
3. Алфимова М.В., Трубников В.И. Психогенетика агрессивности //Вопросы психологии. -2000. -№6. –С.112-123.
4. Амбурова А.Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика //Психол. журнал. -1985. –Т.6. №6. –С.107-115.
5. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. С.-Пб.: Питер, 2001. –288с.
6. Андреева Г.М. Процессы казуальной атрибуции в межличностном восприятии //Вопросы психологии. -1979. –№6. –С.26-38.
7. Антонова-Турченко О.Г. Як вижити серед конфліктів –Київ: Т-во „Знання” України, 1991. -32с.
8. Анциферова Л.И. К психологии личности как развивающейся системы //Психология формирования и развития в психологии. М.: Наука. –1978. -С.3-20.
9. Арсеньев А.С. Размышления о работе С.Л.Рубинштейна “Человек и мир” //Вопросы философии. -1993. -№5. –С.130-160.
10. Асмолов А.Г. Движущие силы и условия развития личности //Психология личности. Хрестоматия. –Самара. -1999. –Т.2. -С.345-384
11. Балл Г.А. Для розробки теоретичної моделі вільної особистості //Психологія суб’єктивної активності особистості. -К., 1993. –С.12-13.
12. Балл Г.А. Психологическое содержание личностной свободы: сущность и составляющие //Психол. журнал. -1997. –Т.18. №5. –С.7-19.
13. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия: изучение влияния воспитания и семейных отношений: Пер. с англ. –М.: Апрель Пресс: Эксмо-пресс, 2000. -508с.
14. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. –С.-Пб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. -501с.
15. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. Пер. с англ. –М.: Прогресс, 1986. –423с.

16. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. –М.:МГУ, 1982. -200с.
17. Бодалев А.А. Личность и общение. М.:Педагогика, 1983. – 273с.
18. Божович Л.И. Психологический анализ условий формирования и строения гармонической личности //Психология формирования и развития личности. –М.: Наука. –1981. –с.257-284.
19. Бондаренко А.Ф. Социальная психотерапия личности (психосемантический подход). Киев: КГПИИЯ, 1991. –189с.
20. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: Теория и практика. К.:Укртехпрес, 1997. –215с.
21. Борисова А.А. Психологическая проницательность как проблема психологии общения //Социально-психологические проблемы ускорения социального развития общества в период перестройки. Тезисы докл. к VII съезду общ.-психол. СССР. –М., 1989. –С.101-102.
22. Боришевский М.И. Развитие саморегуляции поведения школьников: Дис. в форме науч. доклада ....д.психол.н. 19.00.07. –М., 1990. –77с.
23. Брушлинский А.В. Проблема субъекта в психологической науке //Психол.журнал. -1991. –Т.12, №6. –С.3-11.
24. Брушлинский А.В. Деятельность и опосредование //Психол. журнал. –1998. –Т.19. -№6. –С.118-126.
25. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. –М.:Российское Педагогическое Агентство, 1998. –с.5-10.
26. Бурлачук Л.Ф., Корольов Д.К. Адаптация опросника для диагностики пяти факторов личности //Вопросы психологии. –2001. -№1. –С.126-134.
27. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия: Пер. с англ. /Под ред. В.Усманова. –С.-Пб.: Питер, 1998. -330с.
28. Васильев Я.В. Надситуативность в структуре личности. –Николаев: Темп, 1994. -264с.



29. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). –М.: Изд-во МГУ, 1984. -200с.
30. Веккер Л.М. Психические процессы: Субъект. Переживание. Действие. Сознание. –Л.:Изд-во ЛГУ, 1981. –Т.3. – 326с.
31. Веккер Л.М. Психика и реальность: единая теория психических процессов. –М.: Смысл, 1998. –685с.
32. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. –М.:Изд-во МГУ, 1976. -142с.
33. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. –М.:Изд-во МГУ, 1990. -288с.
34. Вилюнас В.К. Эмпирические характеристики эмоциональной жизни //Психол. журнал. –1997. -№3. –С.26-34.
35. Виноградова Л.В. Проблема совладающих стратегий в современных исследованиях //Журнал практикующего психолога. –1999. -№5. –С.92-99.
36. Выготский Л.С. О психологических системах //Собрание сочинений: В 6-ти томах. –Т.1. –М.:Педагогика, 1982. –С.109-131.
37. Гальперин П.Я. К учению об интериоризации //Вопросы психол. –1966. -№6. –С.25-33.
38. Гилфорд Дж. Три стороны интеллекта //Психология мышления. –М.:Прогресс, 1969. –С.433-456.
39. Головаха Е.И., Панина Н.В. Социальное безумие: история, теория и современная практика. –Киев: Абрис, 1994. -168с.
40. Гоноблин Ф.Н. О некоторых психических качествах личности учения. //Вопросы психологии. –1975. №1. –С.100-111.
41. Гуменюк О. Феномен полімотивації: сутнісний зміст взаємин за модульно –розвивальної оргсистеми. //Психологія і суспільство. -2001. -№1. –С.74-123.
42. Гуменюк О. Психологія Я-концепції. Тернопіль: Економічна думка, 2002. –186с.

43. Дикая Л.Г., Махнач А.В. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы его формирования. //Психол. журнал. -1996. –Т.17. №3. –С.137-148.
44. Донченко Е.А. Социетальная психика. –К.: Наукова думка, 1994. -208с.
45. Донченко Е.А., Титаренко Т.М. Личность: конфликт, гармония. –Киев:Политиздат Украины, 1987. -158с.
46. Дубинко Н.А. Влияние когнитивных процессов на проявление агрессивности в детском возрасте //Вопросы психологии. -2000. -№1. –С.53-57.
47. Життєві кризи особистості: Науково-методичний посібник: В 2ч. /Ред рада: В.М.Доній, Г.М.Несен, Л.В.Сохань, І.Г.Єрмаков та ін. –Київ: Вид-во ІЗМН, 1998. –Ч.1:Психологія життєвих криз особистості. -339с.
48. Забродин Ю.М. Вопросы развития прикладной психологии в реформирующейся России //Прикладн. психология. -1998. -№2. -С.1-17.
49. Зазыкин В.Г. Основы психологической проницательности. М.:Тривола, 1997. -88с.
50. Занюк С.С. Психологія мотивації та емоцій. –Луцьк: ред.-вид. відд. Волин. держ. ун-ту ім.Лесі Українки, 1997. –180с.
51. Зинченко В.П. Миры сознания и структура сознания //Вопросы психологии. -1991. -№2. –С.24-36.
52. Зинченко В.П. Проблема внешнего и внутреннего и становление образа себя и мира как реализация сознания //Мир психологии. –1999. -№1.
53. Зинченко В.П. Проблемы психологии развития (читая О.Мандельштама) //Вопросы психологии. –1991. -№5, -С.146.
54. Изард К.Э. Эмоции человека. Пер. с англ. /Под ред. Л.Я.Гозмана, М.С.Егоровой. –М.: Изд-во МГУ, 1980. –439с.
55. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. –С.-Пб.: Питер, 2001. –752с.
56. Каган М.С. Системный подход и гуманитарное знание. –Л.:Наука, 1991. -340с.

57. Калуев А.В. Проблемы изучения стрессовых реакций. –Киев:СФС, 1998. -98с.
58. Карпенко З.С. Аксіопсихологія особистості. –К.:ТОВ „Міжн.фін.агенція”, 1998. -216с.
59. Кириленко Т.С. Виховання почуттів. –Київ: Політвидав України, 1989. -93с.
60. Кириленко Т.С. Гармонізація емоційних станів особистості //Наука і освіта – 2000. -№1-2. –С.22-23.
61. Киселева Е.А., Санникова О.П. Психологическая проницательность и ее диагностика //Виховання економічної культури. Одеса, 1997. –С.91-98.
62. Коврига Н.В. Операційні критерії емоційної розумності людини та результати їх емпіричної перевірки //Вісник Дніпропетровського університету Серія „Педагогіка і психологія”, 2001. -Вип..7.
63. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. –М.:Политиздат, 1984. -335с.
64. Корольов Д.К. Структура, детермінанти та функції емоційно-оціночного ставлення до життя. Автореф. дис... канд. психол. наук. –К., 2001, -18с.
65. Коссов Б.Б. Личность: теория, диагностика и развитие. –М.:Изд-во “Академический проект”, 2000. -236с.
66. Коссов Б.Б. Личность: актуальные проблемы системного подхода //Вопросы психологии, 1997. -№6. –С.38-42.
67. Котик М.А., Емельянов А.М. Эмоции как показатель субъективных предпочтений при принятии решения //Психол. Журнал. –1992. –Т.13. -№1.
68. Кочубей Б.Б. Действие и поступок //Знание сила. –1991. -№7. –С.67-72.
69. Лазурский А.Ф. О составе личности //Психология личности в трудах отечественных психологов. –С.-Пб.:Питер, 2000. –С.17-23. (составитель Куликов Л.В.)
70. Лактионов А. Координаты индивидуального опыта. –Харьков: Бизнес-Информ, 1998. –489с.

71. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. –М.: Политиздат, 1975. –304с.
72. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: В.2-х т. –М.:Педагогика, 1983. –Т.1. –392с. –Т.2. –320с.
73. Леонтьев Д.А. Три грани смысла //Традиции и перспективы деятельностного подхода в психологии. Школа А.Н.Леонтьева. –М.:Смысл, 1999.
74. Леонтьев Д.А. Очерк психологии личности. –М.:Смысл, 1997.
75. Леонтьев Д.А., Пилипко Н.В. Выбор как деятельность: личностные детерминанты и возможности формирования //Вопросы психологии. –1995. –№1. –С.97-110.
76. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984. –354с.
77. Ломов Б.Ф. Направленность личности. Субъективные отношения личности. –В кн.: Психология личности в трудах отечественных психологов. –С.-Пб.: Питер, 2000 /Составитель Куликов Л.В. –С.105-110.
78. Максименко С.Д. Психологічні проблеми загальної психології //Практична психологія та соціальна робота. –1999. -№3. –С.2-4.
79. Максименко С.Д. Навчання і розвиток: психологічні аспекти //Практична психологія та соціальна робота. –1997. -№10. –С.5-8.
80. Максименко С.Д. Основи генетичної психології. –К.: НПЦ Перспектива, 1998. –220с.
81. Максимова Н.Ю. Психотравмуюча ситуація як детермінанта адиктивної поведінки неповнолітніх //Українська психологія: сучасний потенціал. Матеріали Четвертих Костюківських читань (25 вересня 1996р.): В 3.т. -К.: Вид-во ДОК-К, 1996. –Т.2. –С.136-144.
82. Маслоу А. Психология бытия: Пер. с англ.. М.: Рефл.-бук, К.: Ваклер, 1997. –304с.

83. Моргун В.Ф., Ткачева Н.Ю. Проблема периодизации развития личности в психологии. –М.:МГУ, 1981. -84с.
84. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. –М.:Педагогика, 1986. –256с.
85. Мясищев В.Н. Понятие личности в аспектах нормы и патологии. //Психология личности. Т.2.Хрестоматия. –Самара, 1999. С.197-223.
86. Мясищев В.Н. Структура личности и отношение человека к действительности. // Психология личности. Т.2.Хрестоматия. –Самара, 1999. С.223-227.
87. Назаретян А.П. Агрессия, мораль и кризисы в развитии мировой культуры (Синергетика исторического прогресса): Курс лекций. –М.: Наследие, 1996. -184с.
88. Небылицын В.Д. Темперамент //Психофизиологические исследования индивидуальных различий. М., 1976. –С.178-186.
89. Носенко Е.Л. Эмоциональное состояние и речь. Киев: Вища школа. 1981. -192с.
90. Носенко Е.Л., Єгорова С.М. Пам'ять і емоційний стан. Дніпропетровськ: ДНУ, 1996. -176с.
91. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як одна з форм множинності проявів інтелекту //Вісник Дніпропетровського університету. Серія: Педагогіка і психологія, 1998. -Вип.3. -С.3-10.
92. Носенко Е.Л., Нестеренко М.В. Шляхи детекції сприйняття суб'єктом певної інформації як загрозової з позицій когнітивно-семантичної моделі тривоги //Вісник АПН України "Педагогіка і психологія". –1998. –Вип.4. –С.45-54.
93. Носенко Э.Л. Эмоциональное состояние как опосредующий фактор влияния самооценки на эффективность интеллектуальной деятельности подростка //Психол. журнал. –1998. –Т.19. -№1. –С.16-26.

94. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційна розумність як детермінанта успішності життєдіяльності людини і шляхи її операціоналізації //Вісник Дніпропетровського університету. Серія „Педагогіка і психологія”, 2000. -Вип..6. -С.3-9.
95. Носенко Э.Л., Чоботарь А.И., Элькинбард О.Б. Формирование эмоционального интеллекта как фактора предупреждения стрессовых состояний у детей.// Наука і освіта. –2000. -№1-2. –С.190-192.
96. Носенко Е.Л. Диспозиційні та перцептивно оцінювані характеристики емоційного інтелекту //Вісник Харківського університету. Серія Психологія. Харків, 2002. -№550, Ч.1. –С.177-179.
97. Ольшанникова А.Е. Эмоции и воспитание. М.: Знание, 1983. -80с.
98. Онуфрієва Н.М. Внутрішній конфлікт і амбівалентність особистості в умовах суспільної кризи //Соціологія. Психологія. Педагогіка. – Київ: Видавничо-поліграфічний центр „Київський університет”, 1997. –Вип.3. –С.35-43.
99. Орлов А.Б. Восхождение к индивидуальности. –М.:Просвещение, 1991. -240с.
100. Орлов А.Б. Личность и сущность: внешнее и внутреннее Я человека. //Психология личности. Т.2. Хрестоматия. –Самара, 1999, с.509-533.
101. Пацявичюс И.В. Соотношение индивидуально-типических характеристик эмоциональности с особенностями саморегуляции деятельности: Автореф. дис.... канд. психол. наук. –М.: 1981. -26с.
102. Переверзева И.А. Психофизиологический анализ индивидуальных различий по эмоциональности (на примере функции контроля за эмоциональной экспрессией): Автореф. дис ... канд. психол. наук. –М., 1986. -19с.
103. Перов А.К. Развитие черт характера из психических процессов и временных состояний человека. //Материалы совещания по психологии. –М., 1957. - С.79-89.

104. Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности. –Ростов-на-Дону:Феникс, 1996. -512с.
105. Петровский А.В., Ярошевский М.Г., Основы теоретической психологии. –М.:ИНФРА-М, 1998. -528с.
106. Психологический словарь /Под ред. В.П.Зинченко, Б.Г.Мещерякова. –М.:Педагогика-Пресс, 1997. -440с.
107. Психология жизненного успеха. Опыт социально-психологического анализа преодоления критических ситуаций /Авторы Сохань Л.В., Головаха Е.И., Ануфриева Р.А., Балакирева О.Н., Очеретяный В.В. –К.:Институт Социологии НАН Украины. –1995. –149с.
108. Реан А.А., Агрессия и агрессивность личности //Психол. журнал. -1996. -Т.17. -№5. –С.37-49.
109. Роджерс К. К науке о личности //История зарубежной психологи. -М.: Изд-во МГУ, 1986. –С.199-230.
110. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. –С.-Пб.:Питер, 2000. -712с.
111. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. //Проблемы общей психологии. –М.:Изд-во АН СССР, 1973. –424с.
112. Санникова О.П. Взаимодействие учителя и психолога //Педагогическая инициатива. –Одесса, 1991. -С.9-13.
113. Санникова О.П. Системный анализ эмоциональности. //Наука и освіта, 1997. -С.63-67.
114. Санникова О.П. Соотношение устойчивых индивидуально-типических особенностей эмоциональности и общительности //Вопросы психологи. -1982. -№2. -С.109-115.
115. Санникова О.П. Эмоциональность в структуре личности. –Одесса: Хорс., 1995. -334с.
116. Санникова О.П. Эмоциональность и регуляция активности общения //Вопросы психологии. -1984. -№3. -С.123-128.

117. Семенов В.В. Психогенетические исследования эмоциональности //Вопросы психологии. –1983. -№3. –С.149-153.
118. Семиченко В.А. Психологія соціальних відносин. –К.:Магістр-S, 1999. -168с.
119. Симонов П.В. и др. Происхождение духовности /П.В.Симонов, П.М.Ершов, Ю.П.Вяземский. –М.:Наука, 1989. -352с.
120. Симонов П.В. Теория отражения и психофизиология эмоций. –М.:Наука, 1970. -139с.
121. Симонов П.В. Эмоциональный мозг. –М.:Наука, 1981. -211с.
122. Словарь-справочник психологической диагностики /Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. (сост.). Киев: Наукова думка, 1989. –198с.
123. Сохань Л.В., Головаха Е.И., Ануфриева Р.А. и др.. Психология жизненного успеха. Опыт социально-психологического анализа преодоления критических ситуаций. К.: Институт социологии НАН Украины, 1995. -С.23.
124. Суворова В.В. Психофизиология стресса. М.: Педагогика, 1975. –206с.
125. Судаков К.В. Новые акценты классической концепции стресса //Бюлетень экспериментальной биологии и медицины. -1997. -№2. –С.124-130.
126. Татенко В.А. Психология в субъектном измерении. –К.:Просвита, 1996. -404с.
127. Тенденции развития психологической науки. М.:Наука, 1989. -296с.
128. Теплов Б.М. Проблема индивидуальных различий. –М.: Изд-во АПН РСФСР, 1961. –536с.
129. Титаренко Т.М. Жизненный мир личности: структурно-генетический подход. Дис... докт. психол. наук./ АПН України. Інститут психології. –К., 1994. –305с.
130. Франкл В. Человек в поисках смысла. –М.:Прогресс, 1990.-386с.
131. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. –М.:Прогресс, 1994. -327с.



132. Фурман А.В. Духовність – основа нової школи //Освіта. -1996. -30 жовтня. –С.2-3.
133. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості. –Тернопіль: Економічна думка, 2000. –197с.
134. Фурман А.В. Психокультура української ментальності. –Тернопіль: Економічна думка, 2002. –132с.
135. Чеботарь А.И. Эмоциональный интеллект как основа успешности жизнедеятельности человека //Вісник Дніпропетровського університету. Серія “Педагогіка і психологія”. –1999. –Вип.4. –С.129-134.
136. Чебыкин А.Я. Распознавание эмоций школьников педагогами //Вопросы психологии. -1991. -№5. –С.74-80.
137. Чебыкин А.Я. Теория и методика эмоциональной регуляции учебной деятельности. –Одесса: “АстроПринт” -1999. -158с.
138. Чирков В.И. Самодетерминация и внутренняя мотивация поведения человека //Вопросы психологии. –1996. -№3. –С.116-133.
139. Чудновский В.Э. К проблеме соотношения “внешнего” и “внутреннего” в психологии //Психол. журнал. –1993. -Т.14. -№5. -С.3-11.
140. Чудновский В.Э. Смысл жизни: Проблема относительной эмансипированности от “внешнего” и “внутреннего” //Психол. журнал. –1995. -Т.16. -№2. -С.15-26.
141. Шибанова С.Г. Профілактика та корекція агресивної поведінки студентів засобами тренінгу спілкування: Автореф. дис.... канд.психол.наук. Київ, 2000. -18с.
142. Эмоциональная регуляция учебно-познавательной деятельности /Под ред. А.Я. Чебыкина. М., 1988. -254с.
143. Ядов В.А. Диспозиционная концепция личности //Социальная психология в трудах отечественных психологов. –С.-Пб.:Питер, 2000. -С.76-93.
144. Яценко Т.С. Активная социально-психологическая подготовка учителя к общению с учащимися. К.:Освіта, 1993. -208с.

145. Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції: Навч. посібник. –К.:Либідь, 1996. -264с.
146. Aggression and violence: social interactionist perspectives /Edited by R.B.Felson and J.T.Tedeschi. –Washington: American psychological association, 1993. -265p.
147. Bar-On, R. Emotional Intelligence in Men and Women: Bar-On Emotional Quotient Inventory: Technical Manual. Toronto: Multi-Health Systems, 1997.
148. Berkowitz L. Frustration-aggression hypothesis: Examination and reformulation //Psychological Bulletin. -1989. -Vol.106. –P.59-73.
149. Block J. And Block J.H. The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior //Development of Cognition, Affect and Social Relations. –1980. –Vol.13. –P.39-101.
150. Bolger N. And Zukerman A. A Framework for Studying Personality in the stress process //Journal of Personality and Social Psychology. –1995. –Vol.69. –N5. –P.890-902.
151. Bryant,F. And Veroff, J. The structure of psychological well-being: A sociohistorical analysis //Journal of Personality and Social Psychology. –1982. –Vol.43. –P.653-673.
152. Children exposed to domestic violence: current issues in research, intervention, prevention, and policy development /Edited by R.A.Geffner, P.G.Jaffe, M.Silermann. –New York: Haworth, 2000. -373p.
153. Daniel, M. Self-scoring Emotional Intelligence Tests – New york; Barnes and Noble Books – 2000. -50p.
154. De Raad, Kokkonen, M. Traits and emotions: a review of their structure and management. //European Journal of Personality. –2000. –Vol.14. –P.477-496.
155. Digman, J. Personality structure: Emergence of the five-factor model //Annual Review of Psychology. -1990. –Vol.41. -P.417-440.
156. Dollinger, S. Identity styles and the five-factor model of personality //Journal of Research in Personality. -1995. -Vol.29. –N4. -P.475-479.

157. Durrheim, K. And Foster, D. Tolerance of ambiguity as a content specific construct //Personality and Individual Differences. –1997. –Vol.22. -N5. –P.741-750.
158. Emotional IQ Test: [www.QuenDom.com](http://www.QuenDom.com) serious Entertainment.
159. Endler, N.S. & Parker, J.D.A. Assessing a patient's ability to cope. In J.N.Butcher (Ed.), Practical considerations in clinical personality assessment. New York: Oxford University Press. –1995. P.329-352.
160. Endlerr, N.S., Kantor, K & Parker, J.D.A. State-Trait coping, State-Trait anxiety an academic performance. //Personality and Individual Differences. –1994. -Vol.16, N5. –P.663-670.
161. Epstein, S. Cognitive – experiential self-theory //Pervin, Lawrence A. (Ed) Handbook of Personality: Theory and Research. New York: The Guilford Press. – 1990. -P.165-192.
162. Gallagher, D.J. Extraversion, neurotism and appraisal of stressful academic events. //Personality and Individual Differences. -1990. –Vol.11. -N10. -P.1053-1057.
163. Gardner, H. Frames of mind: The theory of multiple intelligences. New York: Basic Books, 1983.
164. Gardner, H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York: Basic Books, 1993. -304p.
165. Goldberg, L. An alternative description of personality: The Big Five structure //Journal of personality and Social Psychology. -1990. -Vol.59. –P.1216-1229.
166. Goleman, D. Emotional Intelligence. New York: Bantam books, 1995. -352p.
167. Goleman, D.. Working with Emotional Intelligence. New York: Bantam Books, 1998. -383p.
168. Grazzani Gavazzi, I. How to do things with emotions: problematic shared plans in everyday life //Proceedings of the 9<sup>th</sup> Conference of ISRE, University of Toronto Press. Toronto, 1996. –P.339-343.
169. Harre, R. Personality as dramaturgical production //11<sup>th</sup> European Conference on Personality. Friedrich-Schiller-Universitat Jena, Abstracts. 21.07.-25.07.2002. Lengerich, Pabst Science Publishers, 2002. -P.76-77.

170. Hogan, R. Reinventing personality //11<sup>th</sup> European Conference on Personality. Friedrich-Shiller-Universitat Jena, 21.07 – 25.07.2002 Conference Program and Abstracts: Lengerich: Pabst Publishers, 2002. -P.33-34.
171. Izard, C.E., Libero, D.Z., Putnam, P. And Haynes, O.M. Stability of emotion experiences and their relations to traits of personality //Journal of Personality and Social Psychology, 1993. –V.64. –P.847-860.
172. King, L. Walker, L., Broyles, S. Creativity and the five-factor model //Journal of Research in Personality. -1996. –Vol.30. –N2. –P.189-203.
173. Larsen, R. and Ketelaar, T. Personality and susceptibility to positive and negative emotional stress. //Journal of Personality and Social Psychology. -1991. –Vol.61. –P.132-140.
174. Lazarus, R.S. Emotion and adaptation. N.Y.: Oxford University Press. –1991.
175. Mayer, J.D. and Salovey, P. Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings //Applied and Preventive Psychology. –1995. -V.4. -P.197-208.
176. Mayer, J.D., and Salovey, P. The Intelligence of emotional intelligence //Intelligence. –1993. -V.17. -N4. -P.433-442.
177. Mayer, J.D. and Geher, G. Emotional Intelligence and the Identification of Emotion //Intelligence. -1996. -V.22. -P.89-113.
178. McCrae, R.R. & Costa, P.T. Adding Liebe und Arbeit: The full five factor model and well being. //Personality and Social Psychology Bulletin.-1991. –Vol17. –P.227-232.
178. McCrae, R.R. and Costa, P.I., Jr. Conceptions and correlates of openness to experience. In R.Hogan; J.Johnson and S.Brigges (Eds.) Handbook of Personality Psychology, 1997, San Diego, London; Academic Press. –P.824-826.
179. Milgram, N. Stress and coping in Israel during the Persian Gulf War //Journal of Social Issues. –1993. –Vol.49. –P.103-123.
180. Norton R. Measurement of ambiguity tolerance //Journal of Personality Assessment. –1975. –P.607-619.

181. Nosenko, E., Kovriga, N. Trait-oriented approach to operationalizing emotional Intelligence. //Abstracts of the 7<sup>th</sup> European Congress of Psychology. Great Britain, London, 2001. July 1-6, p.211.
182. Nosenko E.L., Kovriga, N. V. An approach to operatiolizing emotional intelligence as a dynamic unity of its internal and external components //In.B.Rammstedt, R.Riemann(Eds.) 11<sup>th</sup> European Conference of Personality. Friedrich-Schiller-Universitat, Jena, 21.7-25.7.2002. Conference Program and Abstracts. –Lengerich: Pabst Science Publishers. –2002. –P.232.
183. Nosenko E., Tverdomed O. Some peculiarities of emotionality in the personality structure and their “panetics” potential //Abstracts of the 6<sup>th</sup> European Congress of Psychology. Rome. Italy. July 4-9, 1999. P.321
184. Ramstedt, B., Rieman, R. (Eds). //11<sup>th</sup> European Conference on Personality. Friedrich-Shiller-Universitat Jena, 21.07 – 25.07.2002 Conference Program and Abstracts: Lengerich: Pabst Publishers, 2002, -P.47-54.
185. Ryff, C.D. Happiness is everything or is it explorations on the meaning of psychological well-being. //Journal of Psychology and Social Psychology. –1989. –Vol.57. –N6. –P.1069-1081.
186. Rolland, J.P. Job-related stress: Examining the role of consciousness and Agreeableness //8<sup>th</sup> European Conference on Personality. Ghent, Belgium, July 8-12, 1996.
187. Salovey, P and Sluyter, D (Eds). Emotional development and Emotional Intelligence: Implications for educators. New York: Basic Books, 1997. -288p.
188. Siu, R. Understanding and minimizing the infliction of suffering: an integrated discipline called panetics //Panetics. -1997. -V.6. -N4. -P.30-39.
189. Sternberg, R. Beyond I.Q.: A Triarchic theory of human intelligence. –N.Y.: Cambridge University Press. -1985.
190. Stoycheva, K. Ambiquity tolerance in adolescents //Abstracts of the 8<sup>th</sup> European Conference on Developmental Psychology. Rhenne, France, 1997, p.111.

191. Thayer, R. The origin of everyday moods. New York: Oxford University Press, 1996. -372p.
192. The emotionally intelligent workplace: how to select for, measure, and improve emotional intelligence in individuals, groups and organizations //Eds. Cary Cherniss, Daniel Goleman. San Francisco; California: Jossey-Bass. A Wiley Company, 2000. -352p.
193. Thronkike, R., Hagen, E., and Sater, J. Stanford- binet Intelligence Scale: 4<sup>th</sup> edition (Technical Mannual) –Chicago: Riverside. -1986.
194. Watson, D., & Pennebaker, J. Health complaints, stress, and distress: Exploring the central role of negative affectivity //Psychological Review. –1989. –Vol.96. –P.234-254.
195. Weisinger, H. Emotional intelligence at work. San Francisco, California: Jossey – Bass Inc., 1998. -218p.

Наукове видання

*Носенко Елеонора Львівна,  
Коврига Наталія Валентинівна.*

Емоційний інтелект:  
концептуалізація феномену,  
основні функції.

Монографія

---

Підписано до друку . Формат .  
Папір друкарський. Друк плоский. Ум.друк.арк. . Ум.фарбо-відб. .  
Обл.-вид.арк Тираж пр. Зам. №