

измеренного в порядковой шкале. Полученные результаты: $U_{эмп} = 13,5$; $U_{кр} = 3$ ($p \leq 0,01$); $U_{кр} = 5$ ($p \leq 0,05$). $U_{эмп} > U_{кр}$, следовательно, принимается статистическая гипотеза об отсутствии достоверных различий в двух исследуемых группах.

В ходе проведенного эксперимента нами не была подтверждена гипотеза о влиянии характера деятельности на эффективность запоминания: одинаково успешным оказалось и целенаправленное, и произвольное запечатление материала. Эти результаты можно объяснить небольшим количеством участников, а также хорошо развитой краткосрочной памятью, в силу специфики ведущей деятельности студентов.

О.М. Ботова

г.Екатеринбург, РГПТУ

ПОНЯТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ПРОБЛЕМЫ ЕГО ДИАГНОСТИКИ

Понятие эмоциональный интеллект является для России пока новым термином. Исследования показывают, что успех в жизни не зависит от высокого показателя IQ. Сегодня все чаще обращается внимание на EQ, то есть на эмоциональный интеллект личности. Почему же этот показатель стал столь важен в последнее время?

Вообще, развитие эмоционального интеллекта является важным фактором адаптации в социальном окружении. Высокий EQ способствует теплым отношениям родителей к детям. Так же «эмоционально одаренные люди» легко уживаются в коллективе, часто приобретают статус лидера, хорошо адаптируются к новым условиям, способствуют улучшению социально-психологического климата в коллективе. В то же время эмоциональный интеллект отрицательно коррелирует с проблемами в

поведении, такими как агрессивные проявления, жестокость, курение, употребление наркотиков. Эмоциональный интеллект не является чем-то кардинально отличным от того, что измеряется посредством IQ. Это тоже ментальная способность, при помощи которой, однако, осуществляется переработка нового типа информации – информации эмоциональной. Замечено, что люди с высоким IQ, но невысоким EQ часто не в полной мере используют свой потенциал и теряют шансы на успех потому, что мыслят, взаимодействуют и общаются неконструктивно.

Первые публикации по проблеме эмоционального интеллекта принадлежат Дж. Мейеру и П. Сэловею, которые предложили первое определение и показали, что его можно измерять. Согласно их представлениям, эмоциональный интеллект – это группа ментальных способностей, которые способствуют осознанию и пониманию собственных эмоций и эмоций окружающих. Структура эмоционального интеллекта таким образом такова:

- оценка и выражение эмоций: собственных (вербальных и невербальных); других людей (невербальное восприятие или эмпатия);
- регуляция эмоций: собственных; других людей;
- использование эмоций: гибкое планирование; творческое мышление; переключение внимания; мотивация.

В то же время Дж. Мейер придерживается позиции невозможности повысить EQ, поскольку это относительно устойчивая способность.

Весьма популярная книга на Западе Д. Гоулмана «Эмоциональный интеллект» вышла только в 1995 году. Гоулман считает, что эмоциональный интеллект это перечень различных, порой весьма далеких друг от друга личностных особенностей, среди которых мотивация, оптимизм, настойчивость, сердечность и др. Он и его сторонники считают, что эмоциональный интеллект можно и нужно развивать. Одним из

подтверждений этой позиции является тот факт, что нервные пути мозга продолжают развиваться вплоть до середины человеческой жизни.

Сторонники развития эмоционального интеллекта считают, что в школе необходимо проводить специальное обучение, направленное на развитие эмоциональной компетентности. Подобное эмоциональное образование может осуществляться как через создание определенного психологического климата, вовлечение учеников, учителей и родителей в совместную деятельность.

Эмоциональный интеллект расширяет представление о том, что означает «быть умным». Это значит, что в головах людей, которых принято относить к «романтикам», «очень чувствительным» имеет место серьезная обработка информации. Эмоциональный интеллект отражает внутренний мир и его связи с поведением личности и взаимодействием с реальностью. Конечный продукт эмоционального интеллекта – принятие решений на основе отражения и осмысления эмоций, которые являются дифференцированной оценкой событий, имеющих личностный смысл. Критики концепции эмоционального интеллекта приводят для обоснования своей позиции следующие аргументы. Во-первых, «интеллект» в данном случае является неуместной, вводящей в заблуждение метафорой, которую, для более точного выражения сути обсуждаемого феномена, следует заменить термином «компетентность»; во-вторых, интеллект определяется как способность, а «никаких сколько-нибудь уникальных способностей, связанных с эмоциями, не существует»; в-третьих, в представлениях об эмоциональном интеллекте эмоции подменяются интеллектом. в отечественной психологии эмоциональный интеллект иногда понимается как некий дефектный компонент мыслительного процесса, снижающий объективность познания и отличающийся «ригидностью, косностью». Зачастую отечественные исследователи ограничиваются лишь констатацией наличия данного

понятия, не определяя его, не выделяя четко его структурные компоненты, что, возможно, связано как с семантической неоднозначностью понятия, так и с вытекающими отсюда проблемами операционализации эмоционального интеллекта. В противоположность изложенной выше точке зрения в ряде современных зарубежных и отечественных теорий эмоция рассматривается как особый тип знания. Психологи, принадлежащие к этому направлению, рассматривают эмоции как упорядоченную реакцию, которая с целью адаптации фокусирует когнитивную активность и последующие действия. Так, Р.У. Липер предположил, что эмоции являются первоначальными мотивирующими факторами, поскольку эмоциональные процессы позволяют побуждать активность, поддерживать ее и управлять ею. Действительно слово «эмоция» произошло от латинского *emovere*, что означает двигаться. Эмоция — это средство, с помощью которого взаимодействуют тело и разум, они постоянно изменяются и «перемещаются»: *e-motion* (э-моция). Так, если мы полностью функциональны и благополучны, эмоции позитивны, если нет — они «перемещаются» к негативному полюсу.

Дж. Мейер и П. Сэловей определяют эмоции как упорядоченные реакции, пересекающие границы многих психологических подсистем, включая физиологическую, когнитивную, мотивационную, эмпирическую. Это адаптивные реакции, которые могут потенциально быть причиной трансформации персонального и социального взаимодействия в обогащении опыта.

Наиболее распространенным определением интеллекта является определение Д.Векслера: интеллект — это совокупность способностей, или глобальная способность индивида действовать целеустремленно, мыслить рационально и эффективно общаться с окружением. По мнению Дж. Мейера, такое определение настолько расширено, что располагает к ограничению понятия.

Эмоциональный интеллект рассматривается как подструктура социального интеллекта, которая включает способность наблюдать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и использовать эту информацию для управления мышлением и действиями.

В настоящее время эмоциональный интеллект включает четыре компонента, которые в совокупности описывают четыре сферы эмоциональных умственных способностей, а именно способности:

- Безошибочно различать свои эмоции и эмоции других людей;
- Использовать эмоции для эффективности мыслительной деятельности;
- Понимать значение эмоций;
- Управлять эмоциями.

Согласно усовершенствованной модели, эмоциональный интеллект включает в себя следующие ментальные способности:

- Осознание регуляции эмоций;
- Понимание (осмысление) эмоций;
- Ассимиляция эмоций в мышлении;
- Различение и выражение эмоций.

В настоящее время существует потребность в дальнейшем исследовании этого феномена, его структуры, путей его развития, что открывает реальную возможность оптимизации взаимоотношений через более глубокое осознание эмоциональных процессов и состояний, возникающих между людьми в процессе межличностного взаимодействия. В развитии эмоционального интеллекта могут помочь и специальные тренинги, и отдельные программы, и психологическая литература, способная помочь в освоении некоторых методик саморазвития. Совершенно очевидно, что для различных сфер жизни и разных профессий первостепенную важность обретает те или иные сферы EQ, но это не

значит, что об оставшихся стоит забыть. Ведь эмоционально развитый человек сочетает в себе все качества и умения.

В настоящее время практически нет методик, определяющих уровень эмоционального интеллекта. А те методики, которые существуют, являются непрофессиональными и недостоверными. Приведем примеры существующих на сегодняшний день методик: SEI (Six Seconds Emotional Intelligence Test) и OVC (Organizational Vital Signs), разработанные группой «6 секунд»; EQ-i Рэвена Бар-Она; ECI (Emotional Competence Inventory) Хая МакБера, представляемый И. Андреевой (Полоцкий Госуниверситет) опросник Н. Холла, MSCEIT (The Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Tests), разработанный на основе теории «первых пионеров» эмоционального интеллекта Питера Салоуэя и Джона Майера, тест-анкета: «Эмоциональная направленность» Б.И.Додонова, тест Сонди «Диагностика эмоционального состояния, влечений и потребностей».

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта можно рассматривать как значимый фактор повышения психологической культуры общества в целом.

А.О. Ващенко

г.Ижевск

Удмуртский государственный университет

ДИНАМИКА ПЕРЕЖИВАНИЙ ТЕЛЕСНОЙ ГРАНИЦЫ

У МАЛЬЧИКА 12 ЛЕТ

Образ телесной границы представляет собой совокупность представлений субъекта о своей локализованности и ограниченности во внешнем мире. Данное понятие подчеркивает осознание субъектом собственной изолированности от внешних (не-Я) объектов (Мельникова, 2005). В ходе психического развития представления субъекта о своей