

Эмоциональный и социальный интеллект, модели, способы диагностики Черкасова Н. Г.

Черкасова Наталья Геннадьевна / Cherkasova Natalya Gennadevna - магистр, педагог-психолог МБОУ «Яксовская СОШ»,
кафедра социальной педагогики и психологии,
факультет психологического консультирования,
Астраханский государственный университет, г. Астрахань

Аннотация: в статье исследуются понятия эмоционального и социального интеллекта, методы их диагностики.

Abstract: the article examines the concept of emotional and social intelligence, methods of diagnosis.

Ключевые слова: социальный интеллект, эмоциональный интеллект, диагностика, модель.

Keywords: social intelligence, emotional intelligence, diagnostics, model.

Новейшие исследования показывают, что во многом успешность взрослого человека в обществе определяется не столько академическими знаниями и уровнем общего интеллекта (IQ), сколько умением управлять своим эмоциональным состоянием и предсказывать реакции окружающих (EQ). Современная наука не сомневается в необходимом содружестве интеллекта и эмоций для полноценной жизни человека. А. Дамазио, известный невролог и физиолог, пишет об этом следующим образом: «Хорошо ориентированная и направленная эмоция является той системой поддержки, без которой механизм рассудка не может работать должным образом» [1, с. 4].

Модели эмоционального интеллекта и непосредственная связь с социальным интеллектом

Сама идея эмоционального интеллекта в том виде, в котором этот термин существует сейчас, выросла из понятия социального интеллекта, которое разрабатывалась такими авторами, как Эдуард Торндайк, Джой Гилфорд, Ганс Айзенк. В развитии когнитивной науки в определенный период времени слишком много внимания уделялось информационным, «компьютеробразным» моделям интеллекта, а аффективная составляющая мышления, по крайней мере, в западной психологии, отошла на дальний план [2, с. 7].

Понятие социального интеллекта как раз и явилось звеном, связывающим воедино аффективную и когнитивную стороны процесса познания. В сфере социального интеллекта вырабатывался подход, понимающий познание человека не как «вычислительную машину», а как когнитивно-эмоциональный процесс.

Другой предпосылкой повышенного внимания к эмоциональному интеллекту стала гуманистическая психология. После того как Абрахам Маслоу в 50-х годах ввел понятие самоактуализации, в западной психологии случился «гуманистический бум», который породил серьезные интегральные исследования личности, объединяющие когнитивные и аффективные стороны человеческой природы [2, с. 12].

Один из исследователей гуманистической волны Питер Салоуэй в 1990 году выпустил статью под названием «Эмоциональный интеллект», которая, по признанию большинства в профессиональном сообществе, стала первой публикацией на эту тему. Он писал, что последние несколько десятков лет представления и об интеллекте, и об эмоциях коренным образом изменились. Разум перестал восприниматься как некая идеальная субстанция, эмоции как главный враг интеллекта, и оба явления приобрели реальное значение в повседневной человеческой жизни.

Салоуэй и его соавтор Джон Майер определяют эмоциональный интеллект как «способность воспринимать и понимать проявления личности, выражаемые в эмоциях, управлять эмоциями на основе интеллектуальных процессов». Другими словами, эмоциональный интеллект, по их мнению, включает в себя 4 части: 1) способность воспринимать или чувствовать эмоции (как свои собственные, так и другого человека); 2) способность направлять свои эмоции в помощь разуму; 3) способность понимать, что выражает та или иная эмоция; 4) способность управлять эмоциями [1, с. 12].

Как позже написал коллега Салоуэя Дэвид Карузо, «очень важно понимать, что эмоциональный интеллект это не противоположность интеллекту, не триумф разума над чувствами, это уникальное пересечение обоих процессов».

В сентябре 1997 года была организована ассоциация «6 секунд» (<http://flogiston.ru/www.6seconds.org>) с целью поддержать исследования по эмоциональному интеллекту и обеспечить перенос их результатов в практику («6 секунд» проводят тренинги и группы развития, чтобы улучшить эмоциональный климат в семьях, школах и организациях). Они предлагают свое понимание этого явления, основанное на практике: «способность получить оптимальный результат в отношениях с собой и другими людьми». Как видно, определение с широкими возможностями для трактовки. Варианты возможны как в сторону гуманизма и повышения градуса взаимопонимания, так и в сторону манипуляций с целью получения личной выгоды. В любом случае, «6 секунд» понимают эмоциональный интеллект с чисто прагматической точки зрения.

Ревен Бар-Он предлагает похожую модель. Эмоциональный интеллект в трактовке Бар-Она это все не когнитивные способности, знания и компетентность, дающие человеку возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями [2, с. 11].

Итак, если обобщить все вышесказанное, получается, что люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта хорошо понимают свои эмоции и чувства других людей, могут управлять своей эмоциональной сферой и поэтому в обществе их поведение более адаптивно, и они легче добиваются своих целей во взаимодействии с окружающими.

Способы диагностики эмоционального и социального интеллекта

Следующим шагом исследователи, после определения конструкта эмоционального интеллекта, вполне естественно ставят вопрос о том, как его измерить. Ответ для многих вполне очевиден: если уж проводить аналогию с интеллектом, то нужен некий коэффициент, который будет показывать, насколько человек эмоционально «умен». Естественно, основным методом диагностики является тестирование. Разработано несколько тестов, используемых в рамках тренингов и программ по развитию эмоционального интеллекта. Результаты тестов выдаются по следующим шкалам:

- поведение;
- мотивация;
- знание;
- эмоциональное проникновение в себя;
- выражение эмоций;
- социальная интуиция и эмпатия.

ВРАН в Институте психологии был разработан другой метод диагностики. Там был создан опросник, который соответствовал делению эмоционального интеллекта на внутриличностный и межличностный. В результате тестирования человек может узнать о своих способностях, интерпретировать свои и чужие эмоции.

Тест эмоционального интеллекта. Тест состоит из 70 вопросов и по прогнозам разработчиков занимает около 40 минут. Результаты выдаются по следующим шкалам: «Поведение», «Знание», «Эмоциональное проникновение в себя», «Мотивация», «Выражение эмоций», «Эмпатия и социальная интуиция». Авторы приводят также довольно подробное описание каждого фактора. Поведенческий аспект эмоционального интеллекта характеризует то, каким человек воспринимается окружающими (яркий, коммуникабельный, тактичный или сдержанный, холодный, невыразительный, стремящийся к уединению), а также способность человека контролировать свои эмоции в поведенческих реакциях [3, с. 21].

Фактор «Знания» отражает наличие у человека знаний, необходимых для эмоционально «умного» поведения. Эти знания могут касаться основных принципов социального взаимодействия, навыков саморегуляции, поведенческих проявлений различных эмоций, ситуаций, в которых уместно проявление тех иных чувств.

«Эмоциональное проникновение в себя» означает способность распознавать и называть свои чувства (то есть не только понять по физиологическому состоянию, что переживается какое-то чувство, но и осознать и назвать его), а также осознавать мотивы собственного поведения.

Фактор «Мотивация» авторы понимают вполне традиционно: наличие у респондента внутренней мотивации к выполнению деятельности и самодисциплины, настойчивости в достижении поставленных целей.

Следующий фактор отвечает за способность человека адекватно выражать и контролировать свои эмоции, а также адекватно реагировать на проявления чувств других людей. «Эмпатия и социальная интуиция» отличается от предыдущего тем, что в нем основной акцент делается на то, способен ли человек адекватно понимать мотивы, стоящие за поступками окружающих.

Как видно, авторы этого теста понимают эмоциональный интеллект как сложное образование.

Из русскоязычных тестов на эмоциональный интеллект еще можно отметить представляемый И. Андреевой (Полоцкий Госуниверситет) опросник Н. Холла (со ссылкой на книгу Ильина 2001 года - <http://www.epolotsk.com/psy/>). В нем всего 30 утверждений, степень своего согласия с которыми испытуемый шкалирует от (-3) до (+3), а факторная структура похожа на уже описанные факторы опросника EQ с сайта [Queendom.com](http://www.queendom.com/). - <http://www.queendom.com/>.

Одним из первых специальных измерительных инструментов, направленных на измерение социального интеллекта, следует считать тест Джорджа Вашингтона — GWSIT. Он включал ряд субтестов, оценивающих критические решения в социальных ситуациях. Входящие в тест задания определяют психическое состояние человека после выполнения заданий, оценивают память на имена и лица, определяют человеческое поведение и чувство юмора. В нашей стране этот тест не использовался.

В исследованиях Р. И. Риггио (Riggio R. E., 1991) при тестировании социального интеллекта его оценку предлагалось проводить по следующим социальным навыкам: эмоциональная выразительность, эмоциональная чувствительность, эмоциональный контроль, социальная выразительность, социальная чувствительность и социальный контроль. Данным автором использовался также тест на скрытые этические навыки (когда оцениваются знания правильного поведения в социальных ситуациях). Несложно заметить, что Р. И. Риггио предлагает называть социальным интеллектом то, что многие называют «интеллектом эмоциональным» [3, с. 21].

Американский исследователь Ф. С. Чапин (Chapin F. S., 1967) предложил использовать термин — «социальная интуиция». Особенно ценно то, что он предложил тест для ее оценки. Испытуемых просили

прочитать о проблемных ситуациях и выбрать, на их взгляд, лучшее описание каждой ситуации из четырех альтернативных [3, с. 21].

Р. Розенталь (Rosenthal R., 1979) и его коллеги разработали тест, названный ими «профиль невербальной чувствительности (PONS)». Испытуемых просили расшифровать скрытую информацию, которую они видят на представленной картинке, и из двух альтернативных описаний ситуации выбрать то, которое, на их взгляд, лучше характеризует увиденное или услышанное.

Разработкой теста альтернативного PONS занимались Д. Арчер и Р. М. Акерт (Archer D. & Akert R. M., 1980). Свою методику они назвали «тестом социальной интерпретации» (SIT). При тестировании с использованием SIT внимание уделялось заключениям, сделанным испытуемыми на основе вербальных версий невербальной информации [3, с. 22].

Используя этот тест (SIT), Р. Стернберг и Дж. Смит разработали методику, названную ими «способом определения расшифрованных знаний». Исследователи пришли к заключению, что способность точно расшифровывать невербальную информацию является одним из важных показателей социального интеллекта [3, с. 24].

Литература

1. Геранюшкина Г. П. Социальный интеллект: методики оценки и развития. Иркутск. 2003.
2. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект. Теория, измерение, исследования / Под ред. Д. В. Ушакова, Д. В. Люсина. М., 2004. С. 29-39.
3. Орел Е. Эмоциональный интеллект: понятие и способы диагностики [Электронный ресурс]. – Режим доступа: - <http://flogiston.ru/articles/general/eq>.