

## ХАРАКТЕРИСТИКА СТРУКТУРНИХ КОМПОНЕНТІВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

### CHARACTERIZATION OF THE STRUCTURAL COMPONENTS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE

У статті подається розгорнутий теоретичний аналіз структурних компонентів емоційного інтелекту, які відіграють ключову роль у формуванні новітнього професійного фахівця на українському ринку праці. Ґрунтовний опис усіх типів моделей емоційного інтелекту доводить, як останній впливає на когнітивну, афективну та конативні компоненти кожної людини. Перш за все когнітивний елемент є умінням людиною визначати власні емоції за фізіологічним становищем, а також почуттям й здатністю розуміти емоції інших людей через їх мовлення, зовнішній вигляд, поведінку, або ж форми творчого самовираження. Афективний елемент відповідає за мислення і його фасилітацію, що дає людині здатність краще спрямувати свою увагу й ресурси інтелекту у потрібному напрямку. Конативний компонент емоційного інтелекту є важливою структурною базою, оскільки дає людині змогу керувати емоціями, здійснювати самоконтрольне регулювання та являє собою важливим чинником в сучасному стресогенному світі.

У сучасному світі, наразі успішнішими фахівцями є не ті, котрі мають високий IQ, адже численні дослідження по соціально-емоційному інтелекту доводять це численними емпіричними даними, які насамперед показують вагомість емоційного блоку, яким зараз сучасна освіта нехтує. Педагогічна думка XXI ст. повинна черпати мудрості й здобутки з психології і запроваджувати різні модернізації у підході до освітнього процесу й виховання майбутньої молоді у ЗВО. Підтверджена теорія про те, що саме емоційний інтелект безпосередньо впливає на фахову компетентність і є ключовим конструктором для психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців, перш за все, формує емоційну культуру, емпатію, розуміння того, що є чинними рушіями різних змін у ставленні здобувача вищої освіти до обраної ним майбутньої професії.

**Ключові слова:** емоції, емоційний інтелект, здобувач вищої освіти, компетентність, інтелект, структурні складові емоційного інтелекту, когнітивний компонент, афек-

тивний компонент, конативний компонент, структурно-функціональна модель.

The article presents a detailed theoretical analysis of the structural components of emotional intelligence, which play a key role in the formation of a new professional specialist in the Ukrainian labor market. A thorough description of all types of emotional intelligence models proves how the latter affects the cognitive, affective, and conative components of each person. First of all, the cognitive element is the ability of a person to identify his or her own emotions by physiological state, as well as the feeling and ability to understand the emotions of other people through their speech, appearance, behavior, or forms of creative expression. The affective element is responsible for thinking and its facilitation, which gives a person the ability to better direct their attention and intellectual resources in the right direction. The connotative component of emotional intelligence is an important structural base, as it enables a person to manage emotions, exercise self-control, and is an important factor in the modern stressful world.

In today's world, the most successful professionals are not those who have a high IQ, as numerous studies on socio-emotional intelligence prove this with numerous empirical data, which primarily show the importance of the emotional block, which is currently neglected in modern education. The pedagogical thought of the twenty-first century should draw wisdom and achievements from psychology and introduce various modernizations in the approach to the educational process and education of future youth in higher education institutions. The theory that emotional intelligence directly affects professional competence and is a key construct for the psychological and pedagogical training of future specialists, first of all, forms emotional culture, empathy, understanding of what are the current drivers of various changes in the attitude of a higher education student to his or her chosen future profession, is confirmed.

**Key words:** emotions, emotional intelligence, higher education student, competence, intelligence, structural components of emotional intelligence, cognitive component, affective component, conative component, structural and functional model.

УДК 159.942:612.821.3(045)  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/66.4>

Луца К.Ю.,

аспірант кафедри педагогіки дошкільної, початкової освіти та освітнього менеджменту Мукачівського державного університету

**Постановка проблеми.** Перш за все відзначимо, що межування таких термінів як «емоція» та «інтелект» довгий час носило концептуальний і здебільшого теоретичний зміст. У психолого-педагогічній літературі ці поняття неузгоджені, оскільки одна верства науковців виокремлюють інтелект як феномен істинно догматичним, який бере участь у всіх процесах людської діяльності, в той же час є приборчниками, які межують або ж ділять «інтелект» на різні модулі, з яких «емоційний» є одним з різновидів. На нашу думку, ці аспекти базуються на помилкових твердженнях, оскільки, пізнавальні процеси людини на

протипагу емоційним проходять повільно і носять раціональний характер, тобто більш логічні. Тому можемо стверджувати, що когнітивні процеси людини це миттєвий процес. Окрім того, важливі імпульсивні дії на основі яких формується схематична інформація у нашій пам'яті. А ось емоційна сфера здебільше ґрунтується на ірраціональних думках та символізмі. Вони мають теж вагоме значення, бо доповнюють раціональний компонент нашого інтелекту.

Дослідження емоційного інтелекту розпочало свою історію з XX ст. Емоційний інтелект має прямий вплив на формування компетентності

майбутнього фахівця. Україна взявши курс на євроінтеграцію, перейшла на етап реформування всіх напрямів освіти й науки. Це зумовлено тим, щоб інтегрувати їх в майбутньому у велику наукову базу Західної цивілізації.

Таким чином, визначень термін «емоційний інтелект» має вельми багато, але вони мають чимало «білих плям» і потребують подальших досліджень, уточнень і зрештою побудовою нової педагогічної моделі, яка б дала змогу підняти професійні й емоційні аспекти у здобувачів вищої освіти.

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Поняття «емоційний інтелект» як феномен у наукових доробках бере початок з 60-х рр. ХХ ст. Серед вчених, які займалися цим відзначимо: М. Белдок, Б. Лойнер, в подальшому це розширили американські психологи: Р. Бар-Он [3], П. Саловей, Дж. Мейер [5; 6], Г. Гарднер [4], Д. Гоулман [1]. Р. Бар-он ввів поняття «емоційний інтелект» зі скороченим позначенням EQ. Проте, сучасне розуміння феномену «емоційного інтелекту» бере початки з кінця 90-х рр. ХХ ст. Саме тоді в психолого-педагогічній літературі американських психологів таких як П. Саловей та Дж. Мейер з'явився термін «емоційний інтелект», вчені описали EQ як здатність людини сприймати та розуміти свої й чужі емоції. Другим етапом у дослідженні емоційного інтелекту стала праця відомого вченого Д. Гоулмана «Емоційний інтелект». Саме ця праця стала ядром усіх подальших досліджень на цю тематику у наукових статтях й монографіях серед інших психологів, соціологів та педагогів США.

Варто відзначити, що українська історіографія також збагатилася за останні два десятиліття у сфері емоційних досліджень. Серед українських дослідників, провідні з них Ю. Бреус, О. Власова, С. Дерев'яно, О. Носенко, М. Шпак, та ін. [2] Усі їх погляди мають суперечливий характер, оскільки не повністю висвітлюють дану тему, це обумовлює здійснювати подальші дослідження «емоційного інтелекту» українськими психологами та педагогами.

**Метою статті** є охарактеризувати структурні компоненти емоційного інтелекту.

**Виклад основного матеріалу.** Емоційний інтелект являє собою поєднання інтелектуальних та афективних компонентів [4]. Саме поняття «емоційний інтелект» уособлює в собі як здатність людиною керувати та розуміти свій внутрішній стан, свої почуття й бажання; здібність особистості розуміти інших людей; керувати емоційною сферою шляхом інтелектуального аналізу й синтезу; керувати емоціями й скеровувати їх у позитивне мислення та ін.

На нашу думку, сам EQ має дуже широкий спектр визначень в залежності від суб'єктивних поглядів авторів. Якщо об'єднати усі визначення в єдине розуміння емоційного інтелекту,

то це вміння керувати й розуміти власні емоції та почуття, які здатні змінювати хід мислення людини у позитивний напрямок, адаптуватися до різних стресових ситуацій, успішно взаємодіяти з іншими людьми й будувати з ними дружні-конструктивні відносини. Особистості, які володіють високим рівнем емоційного інтелекту мають рису сенситивності до власних потреб і можуть легко встановлювати сприятливі позитивні контакти з іншими людьми.

Таким чином, емоційний інтелект є віддзеркаленням внутрішнього світу кожної особистості і напряму впливає на її поведінку, сприйняття, та ін. Людина, яка має високий рівень EQ більш здібна розуміти власні почуття та емоції, емоції інших людей. Це зумовлює більшу адаптивність і ефективність у спілкуванні. На нашу думку, такі люди більш відповідальні у прийнятті різних рішень і є успішними у своїй життєдіяльності.

У психолого-педагогічній літературі існують дві моделі «емоційного інтелекту».

Перша модель. Вчені такі як (Дж. Мейер, П. Саловей, Д. Карузо) [6] визначають EQ – як здатність сприймати, викликати емоції, змінювати тип мислення за допомогою корекції власних емоцій. Згідно тверджень згаданих вчених, емоційний інтелект складається з чотирьох структурних під-елементів:

1. Здібність сприйняття емоцій;
2. Використання власних або чужих емоцій;
3. Розуміння емоцій;
4. Здібність керувати емоціями [5].

Друга модель. Її називають гібридною, або ж змішаною, в наукових дослідженнях більш популяризована. Особливості цієї моделі полягають у залученні емоційного інтелекту в когнітивних, мотиваційних, особистісних рисах. Вони передбачають вміння людиною адаптуватися до різних викликів життя та долати їх.

Яскравим прикладом цієї моделі, вважається праця «Емоційний інтелект» Д. Гоулмана [1], який визначає емоційний інтелект як вміння людиною розуміти і розшифровувати власні емоції і емоції оточуючих людей для релізу власних потреб.

Варто відзначити науковий вклад Р. Бар-Она [3]. На його думку емоційний інтелект є нечисленним некогнітивним феноменом. Проте, як зазначається, це вагомий компонент, що впливає на емоційні здібності людини, яка успішно може долати будь-які проблеми [2; 3]. Р. Бар-он створив спеціалізований опитувальник, в свою чергу він детально розкриває наступні особливості емоційного інтелекту:

– Інтерперсональні (емоційна свідомість, самовираження, незалежність, самоактуалізація, самореалізація та ін.);

– Інтерперсональні (емпатія, соціальна відповідальність, інтерперсоналістичні стосунки та ін.);

– Управління стресом (адаптивний режим до стресів, контроль імпульсивності);

– Адаптивізм (перевірка реальності, лабільність, вирішення проблем у спокійному темпі);

– Оцінка загальних баз (реалізм, оптимізм, щастя, керування настрою) [3].

Структурні компоненти емоційного інтелекту подані нами, є систематизованим і теоретично-узагальнюючим варіантом, який базується на основі всезагальної педагогічної та психологічної літератури.

**Когнітивний елемент.** За допомогою нього, людина має знання й уявлення про свої психічні потреби, насамперед такими, як прояв емоцій, що є ключовим у відносинах з іншими людьми. До когнітивного поняття ми відносимо також сприйняття, ідентифікацію емоцій, як власних, так і інших людей. Тобто, людина сама визначає їх через різні фактори: мову, звуки, зовнішньо-естетичний вигляд тощо.

Вміння визначати власні емоції – це результат конструктивного перебігу у трансформуванні наших переживань у внутрішній досвід. Для ефективної комунікації людині необхідно знати розпізнавати емоції, так як це є запорукою ефективних ділових, життєво-побутових взаємодій з іншими. Розуміння власних емоцій – це прийняття загальноприйнятих норми про емоційність людей, з якими людина взаємодіє за місцем проживання.

Емпатія, як спосіб спілкування з іншими, означає інтегрування людини у внутрішній світ іншої людини і перебування там наче «вдома». Тобто, людина як партнер має чутливість до іншого партнера, нагадуючи наскільки життя коротке, тимчасове, але цінне. При цьому все це відбувається без оцінювань й осуду один одного [2].

Таким чином, емпатія дає змогу людині бути відповідальною, активною, сильною і в той же час духовно чутливою. Усвідомлення людиною емоції формуються з сім'ї, школи, університету, в спілкуванні, де емоційний інтелект впливає на комунікативну функцію, творчу природу людини та ін. і це потребує індивідуального підходу та детального психолого-педагогічного аналізу цього феномену.

**Афективний елемент.** Вважаємо, без перебільшень, що емоційність є рушійною силою, яка впливає на прийняття рішень людиною, вміння нею корегувати різні стратегії у житті. Тому це є структурно надважливим компонентом нашої свідомості й регулятором поведінки. На нашу думку, емоції є ядром, яке спрямовує особистість акцентувати увагу на важливому (обставини, інформація, можливості, тощо) і допомагає у роздумах, почуттях та в цілому пам'яті. Сам емоційний стан може впливати по-різному, але загалом це допомагає людині у певних труднощах й обставинах, які потребують негайного вирішення.

Таким чином, можемо підсумувати, що афективний елемент є структурною основою емоційного інтелекту, його невід'ємною частиною і безумовно проявляє себе у фасилітації мислення, що є здатністю особи викликати або ж приборкати свої емоції. Це являє собою певним регулятором, який дозволяє емоціям проходити когнітивну систему і трансформувати їх у різні когніції.

**Конативний елемент.** Це інтелектуальна складова емоційного інтелекту виконує регуляторну функцію прийняття рішень і функцію мотиваційного стимулу в свідомості людини. Інтелектуальний компонент тут виступає у ролі функції, в управлінні емоціями та рефлексивної регуляції.

Управління емоціями має важливе значення для емоційного та інтелектуального розвитку людини. Рефлексивне управління емоціями допомагає людині бути відкритою як до позитивних, так і до негативних емоцій, викликати їх або віддалятися від них відповідно до їхньої корисності чи шкідливості.

Людина може керувати своїми та чужими емоціями, усвідомлюючи власні, оцінюючи їхню прозорість, типовість тощо, пригнічуючи негативні емоції та посилюючи позитивні. Мотиваційна функція емоцій пов'язана з їхньою спрямованістю на діяльність. У зв'язку з цим дуже важливо стримувати емоції. Якщо емоції занадто пригнічені, людину сприймають як ворожу і нечутливу; якщо емоції виражаються не стримано, це небажано як для самої людини, так і для оточення. Правильне вираження емоцій є важливою складовою психічного та фізичного здоров'я людини.

Оскільки елементи, з яких складається конструкт емоційного інтелекту, пов'язані в єдину систему, то ключовим питанням у зв'язку з цим є характер взаємозв'язків між елементами, що складають конструкт і визначають його склад. Саме характер взаємозв'язків між елементами, що складають конструкт емоційного інтелекту, визначає стратегію поведінки людини.

**Висновки.** Таким чином, наукові погляди вчених різняться у розумінні емоційного інтелекту, як феномену. Проте, відстежується єдність в питанні важливості EQ, який відіграє ключову роль у житті людини. Людина з середнім та високим рівнем емоційного інтелекту здатна усвідомлювати власні емоції, емоції оточуючих людей, володіє емпатією і знає як адаптивно реагувати на різні стресові події в житті. Слід зауважити, що для здобувачів вищої освіти це надважливо, оскільки люди молодого віку лише формуються як особистості під психолого-педагогічним впливом і тут варто розуміти, що якщо вища освіта зможе якісно підготувати і виховати молодь, то більш конкурентоспроможні вони будуть на ринку праці, як України так і інших цивілізованих країн.

Ми розібрали структурні елементи емоційного інтелекту і можемо відзначити наступне.

Когнітивна складова є вагомою, оскільки дає змогу людині визначати свої емоції за фізичним станом, розуміє власні почуття й думки. Визначення емоцій – це конструктивний процес, який обумовлений трансформацією наших переживань у внутрішній досвід. Усе це є життєвою необхідністю, оскільки створює соціальний фундамент ефективної комунікації особистості з іншими людьми.

Афективний елемент є структурною основою емоційного інтелекту, його невід'ємною частиною і безумовно проявляє себе у фасилітації мислення, що є здатністю особи викликати або ж приборкати свої емоції. Це являє собою певним регулятором, який дозволяє емоціям проходити когнітивну систему і трансформувати їх у різні когніції. Без цього елементу, людина не мала б таких мотиваторів, які є рушійними силами в змінах і ефективних сприйманнях важливої інформації, яку людині подають.

Концептуальний компонент (когнітивний) емоційного інтелекту виконує регуляторно-приймальну та мотиваційно-стимулюючу функції у свідомості людини. Концептуальний компонент представлений феноменами управління емоціями та рефлексивної регуляції. Управління емоціями відбувається у сфері ставлення до інших людей. Це вимагає розгляду та вибору між різними варіантами розвитку емоцій. Управління емоціями має важливе значення для емоційного та інтелектуального розвитку людини. Рефлексивна регуляція емоцій допомагає людині бути відкритою як до позитивних, так і до негативних емоцій і викликати або відходити від них відповідно до їхньої корисності чи шкідливості.

Концептуальною складовою емоційного інтелекту є здатність до саморегуляції емоцій. Якщо людина занадто пригнічує свої емоції, її сприймають як черству і нечутливу; і навпаки, якщо емоції виражаються нестримано, це шкодить як самій людині, так і її оточенню. Належне емоційне вираження є важливою складовою психічного та фізичного здоров'я людини.

На нашу думку, наука й освіта повинні надалі разом синхронно працювати в цьому русі, тому перспективу подальших досліджень вбачаємо у наукових пошуках ефективних практик для підвищення емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти українських університетів.

#### БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С. Л. Гумецької. Харків: Віват, 2019. 512 с.
2. Москаленко В., Максьом К. Емоційний інтелект: характеристика феномену та його структурні складові. *Актуальні проблеми психології*: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2019. Т. XII, Вип. 25. С. 203–211.
3. Bar-On R. Emotional Intelligence Inventory (EQ – i). Technical Manual. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, 1997. 564 p.
4. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York: Basic Books, 1993. 304 p.
5. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R., Sitarenios G. Emotional Intelligence As a Standard Intelligence. *Emotion*. 2001. 432 p.
6. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Models of emotional intelligence II. *Handbook of human intelligence* / ed. R. J. Sternberg. 2nd ed. New York: Cambridge University Press, 2000. P. 396–422.