

## **РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК ФАКТОР УПРАВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТНЫМ РОСТОМ**

Гапон О.Е.

Научный руководитель – к. филос. н., доц. Бордюгова Т.Г.  
Харьковский национальный университет радиоэлектроники  
(61166, Харьков, пр. Ленина, 14, каф. философии, тел. (057) 702-14-65)  
e-mail: [volka\\_g@meta.ua](mailto:volka_g@meta.ua)

In this paper it is considered the problem of personality growth, which arises in connection with intensive processes of individualization and globalization, taking place in modern society. Personal success depends not only on intellectual facilities, but on the personality ability such as skill to keep any situation under control, ability of self-development, creativity etc.

В условиях информационного общества, когда успешность в большей степени определяется не столько высокими интеллектуальными способностями, сколько личностными качествами, а именно умением контролировать ситуацию, способностью собирать вокруг себя единомышленников, наличием креативности, способностью к саморазвитию и другими, чрезвычайно актуальной становится проблема личностного роста работника. В условиях глобализации, индивидуализации и мобильности не вызывает сомнения необходимость постоянного приобретения человеком новых профессиональных и личностных качеств, чего невозможно добиться, постоянно не совершенствуясь, не приобретая новые знания и не применяя их для личностного развития.

Проблема личностного роста и развития описана во многих источниках философского, психологического, социологического и даже религиозного знания. В последние годы известность приобретает теория четырех (в некоторых случаях пяти, хотя иногда называют и больше) типов интеллекта, одним из которых является эмоциональный интеллект. Эмоциональный интеллект представляет собой способность выявлять и понимать эмоции, как собственные, так и возникающие у других людей, а также способность использовать понимание эмоций для управления своим поведением и отношениями с людьми.

Напрямую эмоциональный интеллект (EQ) никак не связан с уровнем интеллектуального развития (IQ) и, как было выяснено исследователями, люди с самым высоким показателем интеллектуального развития (IQ) переигрывают людей со средним IQ лишь в 20 процентах случаев, в то время как люди со средним IQ переигрывают людей с высоким IQ в 70 процентах. Такое положение вещей нанесло значительный удар по представлению о важности коэффициента IQ, который прежде казался огромному числу людей источником успеха. К тому же способность к обучению (интеллект) практически не изменяется в

течение жизни и зависит в большей степени от генетики и периода раннего развития ребенка, в то время как эмоциональный интеллект, напротив, является гибким навыком, которому можно научиться.

С точки зрения индивидуальной практики человек стремится изучать, а затем управлять своими эмоциями, чувствами, переживаниями, но чтобы этот процесс стал осознанным, требуется вооружиться определенными теоретическими знаниями в этой области. Как известно из психологии, все человеческие эмоции можно свести к пяти основным: счастье, печаль, гнев, страх и стыд. Как правило, чем интенсивнее выражение той или иной эмоции, тем у человека больше шансов оказаться во власти эмоций (что, я думаю, случалось с каждым неоднократно). Это объясняется тем, что человеческий мозг устроен таким образом, что в первую очередь проявляется реакция на эмоцию (и этот процесс трудно контролировать), а только потом включается логика (к сожалению не всегда) и человек разрешает возникшую ситуацию на основании полученной информации, своих целей и приоритетов в жизни (либо случайным образом, что тоже вероятно). Одним из способов контролировать проявления своих эмоций (заметьте не сами эмоции) является способность «увеличивать» интервал между стимулом и реакцией, то есть между моментом возникновения эмоции и ее внешним проявлением. Этому можно и нужно учиться, для этого необходимо проанализировать собственные реакции на возникающие эмоции, выбрать для себя более подходящие типы реакций на них и выработать навык определенной заранее заданной реакции на ту или иную эмоцию. Стоит заметить, что этот метод является одним из многих и направлен на управление эмоциями, а не выработку методов разрешения проблем вообще, поэтому не стоит абсолютизировать представленную здесь методику.

Эмоциональный интеллект рассматривается не только как способность или личностное качество, но и как психологическая концепция, которая объясняет и обучает, как узнавать, отслеживать и управлять эмоциями на индивидуальном и групповом уровне. Концепция эмоционального интеллекта возникла на рубеже 1980-1990-х годов и изначально применялась в качестве противопоставления традиционному показателю – коэффициенту интеллекта (IQ). Сейчас концепция эмоционального интеллекта и вообще идея того, что от способности управлять эмоциями зависит профессиональный и личностный успех, применяется во многих методиках подбора и анализа персонала, управления, концепциях лидерства и много другое. Для личности развитие эмоционального интеллекта означает переход от инстинктивного существования к осознанной жизни, полной радости и удовольствия, а также движение от реактивного поведения в проактивному, от бесцельного существования к эффективной реализации своих намерений.