

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ У ВІЦІ РАННЬОЇ ДОРОСЛОСТІ

Передумовами розвитку теорій емоційного інтелекту почали формуватися наприкінці 1960-х. Поняття емоційний інтелект (ЕІ) вперше зустрічається в роботах М. Белдока, а практичне його застосування в формі «м'яких навичок», вперше почали використовувати американські військові. Широкої популярності цей напрямок набув у 1990-х рр. завдяки теоріям таких вчених, як Дж. Мейер, П. Сэловей, Д. Карузо. Вони вважали, що емоційний інтелект є частиною соціального інтелекту та являє собою групу ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій і емоцій оточуючих [7].

Нами розглянуто «змішану модель» ЕІ Д. Гоулмана, яка доповнює властивості ЕІ, сформульовані Дж. Мейером і П. Селовеєм. Вона складається з п'яти компонентів: 1) самопізнання, 2) саморегуляції, 3) мотивації, 4) емпатії та 5) соціальних навичок [4]. Змішана модель характеризується врахуванням низки психологічних функцій особистості - інтерпретаційної, регулятивної, адаптивної, стресозахисної та активізаційної.

Одним з базових елементів ЕІ є емпатія, що характеризується як «якість особистості, її здатність емоційно відкликатися на переживання, почуття і психічні стани інших людей. Вона передбачає суб'єктивне сприйняття іншої людини, уміння поставити себе на її місце, проникнення в її внутрішній світ, розуміння її переживань, думок, почуттів» [6, с].

Якщо ж говорити про процес виникнення емоцій, то він є еволюційно-біологічним, що координується з функціонуванням нервової та гуморальної систем. Передумови формування емоційного інтелекту закладаються в процесі первинної соціалізації у дошкільному віці: діти отримують перший досвід опанування власних емоційних станів через призму комунікації з оточуючими під впливом стратегії виховання та моделі поведінки батьків, їх уваги до внутрішнього світу дитини. Але разом з тим, емоційний інтелект є частково біологічно зумовленим, завдяки особливостям темпераменту, функціональній асиметрії головного мозку, спадковим задаткам до емоційної сприйнятливості. Якщо ж казати про соціальну зумовленість ЕІ, слід зазначити, що в період ранньої дорослості відбувається вторинна соціалізація, і це пов'язано з

професійним самовизначенням, тобто відбувається завершення розвитку дорослого організму та формування особистості.

Перед сучасною молоддю стоять нові виклики адаптації, яких не було на більш ранніх етапах розвитку суспільства, зокрема швидкісна діджиталізація, умови пандемії covid-19: ізоляція, та необхідність зберігати дистанцію в пересуванні.

В професійній сфері застосування м'яких навичок через володіння ЕІ дозволяють керівнику розглядати свої емоції і емоції своїх підлеглих як управлінський ресурс і завдяки цьому підвищувати ефективність своєї діяльності.

Висновки. Емоційний інтелект – це процес розуміння інших, через призму розуміння себе. ЕІ є необхідним сьогодні не тільки в професійному житті у формі м'яких навичок та самореалізації, але і в приватній сфері, що забезпечує більш високий рівень життя. Незважаючи на те, що більшість вчених вважаються сензитивним період раннього дитинства для розвитку ЕІ (І. М00. Андреева, О. І. Власова, Д. Гоулман і ін.), саме у свідомому віці ранньої молодості людина здатна скоригувати та розвинути його, враховуючи життєвий досвід та рівень самопізнання. Вибірка досліджуваних раннього дорослого віку є релевантною згідно з процесом вторинної соціалізації та актуалізації професійного становлення, що ми і розглянемо в нашому дослідженні.

Список використаної літератури

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена. Вопросы психологии. 2006. № 3. С.78–86.
2. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания. - М.: "Медиум", 1995. - 323 с
3. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку. Київ: ВПЦ «Київський університет», 2005. 308 с
4. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. - М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. - 478 с.
5. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. Москва: КСП+, 2003. 272 с.
6. Побірченко Н.А. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК / Авт.-уклад. В.В.Синявський, О.П.Сергеєнкова/
7. Bar - On R. Emotional Intelligence Inventory (EQ - i): Technical Manual. Toronto, Canada: Multi - Health Systems, 1997