

середовища в умовах російсько-української війни. *Європейські гуманітарні студії: Держава і суспільство*, 1 (1), 56-73. <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2023.1.04>.

Володимир МЕЛЬНИК,
аспірант кафедри управління та адміністрування
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ОСНОВНА СКЛАДОВА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КОМФОРТУ ОСОБИСТОСТІ

Емоційний інтелект – це конструкція, яка в останні десятиліття викликала величезний інтерес. Однією з основних областей дослідження був вплив, який він чинить на міжособистісні відносини, сприяючи оптимальному соціальному функціонуванню [1]. Існують дві основні моделі ЕІ: змішана модель [2] та модель здібностей, представлена в основному Майєром, Саловеєм та Карузо [4]. Змішана модель розглядає ЕІ як набір характеристик, пов'язаних із різними когнітивними навичками, стабільною особистістю, мотиваційними аспектами та соціально-емоційними компетенціями. З іншого боку, модель навичок фокусується на тому, як людина емоційно обробляє інформацію, та на навичках, пов'язаних з цією обробкою. У цій моделі передбачається, що емоції та інтелект пов'язані. Таким чином, з цієї точки зору ЕІ розуміється як:

1. здатність точно оцінювати, розуміти, сприймати та виражати емоції;
2. здатність, яка полегшує мислення за допомогою доступу до почуттів та їхньої генерації;
3. здатність, яка сприяє емоційному зростанню за допомогою регуляції емоцій [14]. Ця модель дозволяє вивчити роль, яку емоційні навички грають у соціальному функціонуванні.

Нещодавні дослідження показали позитивний зв'язок між емоційним інтелектом та соціальними навичками. Дослідження, проведені з точки зору моделі Майєра і Саловея [14], припускають, що особистість з високим балом з емоційного інтелекту вважається людиною, більш досвідченою у сприйнятті та розумінні емоцій інших людей і володіє кращими навичками регуляції, що підтримуватиме розвиток більш відповідних моделей поведінки з своїми однолітками [14]. Крім того, різні дослідження показали, що у людей з високим ЕІ менше симптомів депресії та тривоги, вище міжособистісне задоволення, вище самооцінка та частіше використовуються активні копінг-стратегії для вирішення своїх проблем.

З іншого боку, було виявлено, що недоліки навичок ЕІ торкаються людей у будь-якому контексті, особливо учнів у школі та за її межами. Ліау та

інші [5] виявили, що старшокласники з низьким рівнем емоційного інтелекту виявляють велику передбачуваність до агресивної та/або кримінальної поведінки; а Ціммерман [6] дійшов висновку, що хулігани демонструють дуже низький емоційний інтелект, особливо в аспектах, пов'язаних із соціальними навичками, самоконтролем та емпатією.

Таким чином, дослідження показали, що учні з високим рівнем ЕІ будуть володіти більш адекватними моделями поведінки зі своїми однолітками, тоді як учні з низьким рівнем ЕІ демонструватимуть вищі бали за проявом деструктивної поведінки. Проте сьогодні є мало даних про дослідження, в яких аналізувався зв'язок між емоційним інтелектом та агресивною поведінкою, від якої страждає учень, а також соціальними навичками.

Соціальні навички визначаються як здібності чи схильності, які використовуються людиною при взаємодії з іншими на міжособистісному рівні. У цьому сенсі вони відіграють важливу роль у соціалізації, в індивідуалізації, оскільки дозволяють пізнавати себе та інших, що сприяє формуванню Я-концепції. Вони також сприяють розвитку деяких аспектів соціальних знань та певних моделей поведінки, стратегій та навичок, таких як співчуття, взаємність та прийняття ролей, які важливі для взаємодії з іншими людьми. Крім того, зворотний зв'язок з боку інших підтримує самоконтроль та саморегуляцію власної поведінки, оскільки однолітки виступають як агенти контролю, караючи або підкріплюючи певну поведінку. Соціальні навички також є джерелом задоволення та забезпечують емоційну підтримку, оскільки відносини з іншими є джерелами близькості, допомоги, підтримки, прихильності, почуття включеності, а також почуття належності та прийняття. Також вони сприяють вивченню сексуальної ролі та цінностей, а також моральному розвитку. Зважаючи на це, можна зробити висновок, що соціальні навички мають позитивну функцію у відносинах.

Залежно від якості процесу соціалізації в сім'ї, школі та групі однолітків суб'єкт набуде більш менш позитивних соціальних навичок. Ці соціальні навички залежать від процесу навчання, який не завжди призводить до соціально прийнятної поведінки. За даними Тринідада і Джонсона [7], емоційно розумні підлітки краще здатні виявити емоційний тиск, який може виникнути у класі або з боку однолітків. Вони здатні справлятися з відмінностями між своїми емоціями та емоціями своїх однолітків, на відміну підлітків, які менше контролюють свої емоції. Тому перший зможе мати достатньо самовладання, щоб не впасти в саморуйнівну поведінку.

Що ж до деструктивної поведінки учнів середніх шкіл, то різні дослідження показали, що поява деструктивної поведінки пов'язана з емоційним дефіцитом [8]. Тобто більш імовірно, що підліток з низьким дефіцитом емоційного інтелекту виявлятиме антисоціальну та агресивну поведінку [8]. Така поведінка не завжди спрямована на інших людей, але вона також фокусує її на собі, тобто формує поведінку, що саморуйнує, таку як вживання тютюну і алкоголю, а також поведінку, пов'язану з низьким IQ.

Однак сучасні дослідження зосереджені на причинах агресивної поведінки (наприклад, сімейні проблеми, правопорушення, відсутність самоконтролю тощо), тому важливо проаналізувати соціальні навички, які можуть вказувати на агресивну поведінку або мінімум ті, які можуть бути пов'язані зі знуцаннями.

В останні десятиліття знуцання стали великим соціальним явищем. Дослідження, проведене за участю іспанських учнів, свідчить про рівень участі у шкільному знуцанні 16,2%, у своїй 8,1% агресорів, 6,8% жертв і 1,3% як жертв, так і агресорів [9].

Булінг характеризується серією агресій (вербальних або фізичних), що повторюються, з боку одного учня або групи по відношенню до іншого, породжуючи динаміку домінування-підпорядкування між агресором і його або її жертвою. Особи, які беруть участь у цій поведінці, демонструють неадекватну психологічну адаптацію. Це явище супроводжує кілька факторів та когнітивно-емоційних процесів. Ми вивчили роль різних елементів емоційної обробки – сприйняття, розуміння та/або регулювання – як можливих предикторів віктимізації та неприйняття з боку однолітків.

Дослідження, в яких аналізувалися емоційні наслідки переслідування жертви, виявили широкий спектр негативних емоцій, що варіюються від однієї жертви до іншої [9]. Насильство з боку однолітків має шкідливі наслідки для всіх причетних, впливаючи на здоров'я, якість життя, добробут та правильний розвиток людини [10], а також може спричинити стрес і тривогу у жертви.

На думку Серрано [11], не існує конкретної причини, через яку деякі діти або молоді люди стають агресорами або жертвами; швидше існує набір сімейних, шкільних, соціальних, культурних та особистих змінних, які можуть запобігти або розвинути агресивну поведінку. Ті, хто має агресивнішу поведінку, явно з більшою ймовірністю стануть хуліганамі, а ті, які більш сором'язливі, з більшою ймовірністю стануть жертвами. Крім того, деякі дослідження показують, що значна частина проблем знуцання може бути викликана поганим управлінням емоціями [11]. У цьому сенсі вважається, що ЕІ може стати захисною змінною від знуцань. Більше того, різні автори вважають, що ЕІ пов'язаний із соціальною складовою, а більшою мірою – із соціальною адаптацією та контролем емоцій та почуттів.

Сучасні описи соціальних навичок підсумовують їх у наборі звичок нашої поведінки, а також у наших думках та емоціях, які забезпечують нам відповідні міжособистісні стосунки, почуття добробуту у відносинах з іншими, досягнення наших цілей без будь-яких перешкод та ефективно спілкування з усіма навколо нас. Таким чином, соціальні навички необхідні не тільки через їх реляційний аспект, а й через їх вплив на інші сфери життя людини. Відповідно до позитивної психології, соціальні навички діють як захисний фактор і є рятівним ресурсом у ранньому підлітковому віці.

Ми підкреслюємо важливість заохочення емоційної освіти, оскільки вона є однією з найкорисніших форм профілактики проблем співіснування. У

цьому сенсі всі дії повинні бути спрямовані на створення позитивного клімату; з цієї причини емоційне виховання стає важливим аспектом вирішення проблем у відносинах та міжособистісних конфліктів. Таким чином, сприяння емоційній освіті в навчальних закладах дозволить юнакам усвідомити емоції, які вони відчують, і чому вони їх відчують, набути навичок подолання, приймати відповідальні рішення та фундаментально освоїти навички, альтернативні агресії, а також запобігати та/або керувати конфліктами. Ще одним фундаментальним елементом, який слід наголосити, є важливість впровадження методологій, що включають емоційну освіту, щоб учні набували емоційних компетенцій, які призводять до емоційного регулювання, наприклад, гніву, оскільки частина насильства виникає через гнів; або, іншими словами, погане регулювання гніву є причиною багатьох порушень.

1. Salavera, C.; Usan, P.; Jarie, L. Emotional intelligence and social skills on self-efficacy in secondary education students. Are there gender differences? *J. Adolesc.* 2017, 60, 39–46.
2. Boyatzis, R.E.; Goleman, D.; Rhee, K. Clustering Competence in Emotional Intelligence: Insights from the Emotional Competence Inventory (ECI). In *Handbook of Emotional Intelligence*; Bar-On, R., Parker, J.D.A., Eds.; Jossey-Bass: San Francisco, CA, USA, 2000; pp. 343–362.
3. Mayer, J.D.; Salovey, P.; Caruso, D.R. *Mayer–Salovey–Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) Item Booklet*; MHS Publishers: Toronto, ON, Canada, 2002.
4. Mayer, J.D.; Salovey, P. What is Emotional Intelligence. In *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*; Salovey, P.E., Sluyter, D.J., Eds.; Basic Books: New York, NY, USA, 1997; pp. 4–30.
5. Liau, A.K.; Liau, A.W.L.; Teoh, G.B.S.; Liau, M.T.L. The Case for Emotional Literacy: The influence of emotional intelligence on problem behaviours in Malaysian secondary school students. *J. Moral Educ.* 2003, 32, 51–66.
6. Zimmerman, F.J. Early cognitive stimulation, emotional support, and television watching as predictors of subsequent bullying among grade-school children. *Arch. Pediatrics Adolesc. Med.* 2005, 159, 384–388.
7. Trinidad, D.R.; Johnson, C.A. The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use. *Pers. Individ. Differ.* 2002, 32, 95–105.
8. Magallón, A.; Megías, M.J.; Bresó, E. Inteligencia emocional y agresividad en adolescentes. Una revisión desde la aproximación educativa. *Fórum Recer.* 2011, 16, 723–733.
9. Cerezo, F.; Sánchez, C.; Ruiz, C.; Areense, J.J. Roles en bullying de adolescentes y preadolescentes, y su relación con el clima social y los estilos educativos parentales. *Rev. Psicodidáctica* 2015, 20, 139–155.
10. Cava, M.J.; Buelga, S.; Tomás, I. Peer victimization and dating violence victimization: The mediating role of loneliness, depressed mood, and life satisfaction. *J. Interpers. Violence* 2018
11. Serrano, A. *Acoso y Violencia en la Escuela*; Ariel: Barcelona, España, 2006.