

**Мусийчук Мария Владимировна**

доктор философских наук,  
профессор кафедры психологии  
Института педагогики, психологии  
и социальной работы  
Магнитогорского государственного  
технического университета им. Г.И. Носова

**РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО  
ИНТЕЛЛЕКТА ПРИ ПОДГОТОВКЕ  
ПСИХОЛОГОВ НА ПРИМЕРЕ КУРСА  
«МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
ПСИХОЛОГИИ»**

**Аннотация:**

*В статье рассматриваются основные положения проблемы эмоционального интеллекта, разработанные в отечественной и зарубежной психологии, как основа для развития эмоционального интеллекта. Новизна авторского подхода, реализованного при чтении курса «Методологические основы психологии», определяется в ряде критериев: 1) в построении упражнений, направленных на актуализацию роли субъекта, активизирующих настойчивость, позволяющих самоактуализоваться в творчестве; 2) освоении принципов, категорий и парадигм психологии в эмоционально привлекательной форме, что способствует развитию эмоционального интеллекта; 3) эвристическом потенциале упражнений, основанных на когнитивно-аффективной природе юмора.*

**Ключевые слова:**

*эмоциональный интеллект, модели эмоционального интеллекта, профессионально важные качества психолога, методология психологии, принципы психологии, воспитание эмоций.*

**Musiychuk Maria Vladimirovna**

D.Phil. in Philosophy, Professor,  
Psychology Department,  
Institute of Education Science,  
Psychology and Social Work,  
Magnitogorsk State Technical University

**DEVELOPMENT OF EMOTIONAL  
INTELLIGENCE IN PSYCHOLOGISTS'  
TRAINING BY CASE STUDY OF  
THE COURSE "METHODOLOGICAL  
FOUNDATIONS OF PSYCHOLOGY"**

**Summary:**

*The article considers the main theses of the problem of emotional intelligence that were developed in Russian and foreign psychology as a basis of the emotional intelligence development. Scientific novelty of the author's approach implemented in the teaching of the "Methodological Foundations of Psychology" course is determined by a number of criteria: 1) building of exercises aimed at updating of subject's role, reinforcing persistence, allowing creative fulfilment; 2) learning of the principles, categories, and paradigms of psychology in the emotionally attractive form, which contributes to the development of emotional intelligence; 3) heuristic potential of exercises based on the cognitive affective nature of humour.*

**Keywords:**

*emotional intelligence, models of emotional intelligence, professionally important qualities of psychologists, methodology of psychology, principles of psychology, education of emotions.*

При рассмотрении проблемы развития эмоционального интеллекта как составной части процесса формирования профессионально важных качеств психологов считаем нужным обратиться к высказыванию Л.С. Выготского: «Путь определений и классификации, который проделывала психология на протяжении нескольких столетий, привел к тому, что психология чувств оказалась самой бесплодной и скучной из всех глав этой науки» [1, с. 127]. Эта мысль актуальна и в связи с изучением эмоционального интеллекта в настоящее время. Отметим также, что Л.С. Выготский в своих работах подчеркивал связь интеллекта и аффекта. Эти идеи развивали С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, В.П. Зинченко.

Проблема развития эмоционального интеллекта будущих психологов актуальна по ряду оснований. Во-первых, по данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), депрессивным состояниям в настоящее время подвержено около 400 млн людей, населяющих нашу планету. Эта проблема касается примерно каждого двадцатого человека. Вспомним слова Чарлза Дарвина, совершенно справедливо утверждавшего, что эмоции, возникшие в ходе эволюции, влияют на процесс восприятия окружающего мира и на основании эмоций живые существа определяют значимость тех или иных условий для удовлетворения своих потребностей. Отметим, что в соответствии с данными ВОЗ ежедневно в мире в результате суицидов погибает около 3 тыс. человек. Под влиянием эмоций происходит изменение восприятия внешнего мира. Пол Экман писал, что, когда мы охвачены неподходящей эмоцией, мы интерпретируем происходящее в соответствии с тем, что мы чувствуем, и игнорируем ту информацию, которая не соответствует нашему чувству.

Во-вторых, профессиональная деятельность психолога связана с большими эмоциональными нагрузками, ведущими к эмоциональному выгоранию. Следовательно, развитый эмоциональный интеллект позволит психологу более продуктивно регулировать собственные эмоции в процессе осуществления профессиональной деятельности. В связи с этим обратимся к мысли

П.В. Симонова, изложенной в работе «Эмоциональный мозг»: «Методы науки не в состоянии познакомить нас с переживанием боли, удовольствия, радости, отчаяния и т. п. другого человека. Эту возможность дает только сопереживание, роль которого до сих пор в полной мере не оценена ни теорией, ни практикой воспитания. Было бы ошибкой полагать, что функции механизма сопереживания ограничиваются одним лишь приобщением нас к внутреннему миру других людей. Представление о сопереживании как о чем-то архаичном, грубом, приблизительном по сравнению с мышлением и, имея в виду его изоцированную логику, право же, несправедливо: вчувствоваться можно не менее глубоко, чем вдуматься. Мир переживаний, сопровождающих процесс общения между людьми, может быть чрезвычайно богат, усложнен и тонок, оставаясь невербализуемым» [2, с. 7–8]. В контексте рассматриваемой проблемы особый интерес для нас представляет сравнение П.В. Симоновым мышления и переживания в процессе общения между людьми.

В-третьих, проблема изучения эмоционального интеллекта находится в стадии активного освоения учеными и практиками. В теоретическом плане разработано значительное количество интересных концепций. Существует потребность в разработке новых методических средств для развития эмоционального интеллекта. В связи с этим считаем не утратившей актуальность мысль П.В. Симонова о разговорах о «плохих и хороших» эмоциях, «воспитании эмоций», «развитии и обогащении эмоциональной сферы личности» и т. п. «Воспитание есть формирование такого набора, иерархии и норм удовлетворения потребностей, которые были бы оптимальны для развития личности и общества в целом» [3, с. 194].

Автор подчеркивает, что апелляция к сознанию и сознательности – наименее продуктивный путь формирования сферы мотивов. Реальный путь – это вооружение субъекта теми средствами и способами, использование которых порождает бы положительные эмоции на базе социально ценных мотиваций. Особое значение здесь имеют потребности познавательно-творческого типа, способные доставлять радость и удовлетворение в процессе самой деятельности до момента достижения ее конечного материального и социального результата. Эмоции, возникнув, имеют тенденцию усиливаться. Обратимся еще раз к мысли Пола Экмана, справедливо подчеркивающего, что благодаря вовремя возникшей эмоции организм имеет возможность чрезвычайно выгодно приспособиться к окружающим условиям. Эмоции могут возникать настолько быстро, что сознательное «я» не принимает участия в формировании в психике того, что дает импульс к возникновению этой эмоции.

В первой трети XX в. Эдвард Ли Торндайк, педагог и психолог, рассуждал о социальном интеллекте [4]. Работа о социальном интеллекте с идентичным названием издается в 1937 г. Автор работы – потомственный психолог, ученик Э.Л. Торндайка Роберт Торндайк. Тремя годами позже, в 1940 г. еще один ученик Торндайка-отца Дэвид Векслер начинает публиковать цикл статей об интеллектуальных и неинтеллектуальных компонентах. В своих статьях Д. Векслер подчеркивал, что для успешности социальной адаптации неинтеллектуальные компоненты имеют большее значение, чем интеллектуальные. Логическим продолжением начатого направления исследований явились работы Говарда Гарднера (1983), писавшего о множественном интеллекте. Американские психологи Джон Мейер и Питер Сэловей ввели понятие «эмоциональный интеллект» и начали цикл исследований по его измерению. Исследователи описали эмоциональный интеллект как совокупность четырех навыков: точность оценки и выражения эмоций; использование эмоций в мыслительной деятельности; понимание эмоций; управление эмоциями. При этом эмоциональный интеллект определялся как «способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий» [5]. Люди, обладающие высоким уровнем эмоционального интеллекта, способны к более быстрому прогрессу в определенных способностях и более эффективному их использованию [6, р. 10–11].

Дальнейшие исследования проводились авторским коллективом в следующем составе: Дж. Мейер, П. Сэловей, Д. Карузо. Итогом совместной деятельности явилась доработанная модель эмоционального интеллекта (первая публикация в 1997 г.). В новом варианте модели эмоционального интеллекта содержатся представления авторов о том, что эмоции несут в себе информацию о связях человека с другими людьми или предметами. При этом связи могут быть актуального характера, являться воспоминаниями или носить характер воображаемых. Изменение связей с людьми и предметами является причиной изменения эмоций, переживаемых человеком по этому поводу, при этом может не осознаваться источник импульса, влияющего на модальность эмоции [7].

В смешанных моделях, появившихся в 1990-е гг., эмоциональный интеллект характеризуется на основе когнитивных и личностных компонентов. Авторами данных теорий выступают Р. Бар-Он и Д. Гоулман. По аналогии с понятием «коэффициент интеллекта» – IQ, Р. Бар-Он (1985) вводит понятие «коэффициент эмоциональности» (emotional quotient) [8]. В концепции

Р. Бар-Она представлено пять компонентов эмоционального интеллекта. Каждый из этих компонентов включает в свой состав несколько субкомпонентов. Подробнее эта модель выглядит следующим образом: 1) познание себя: осознание своих эмоций, уверенность в себе, самоуважение, самоактуализация, независимость; 2) навыки межличностного общения: эмпатия, межличностные взаимоотношения, социальная ответственность; 3) способность к адаптации: решение проблем, связь с реальностью, гибкость; 4) управление стрессом: устойчивость к стрессу, контроль импульсивности; 5) преобладающее настроение: счастье, оптимизм.

В концепции Д. Гоулмана эмоциональный интеллект обосновывается как способность человека истолковывать собственные эмоции и эмоции других людей для достижения собственных целей [9]. Д. Гоулман развил в своей теории представления об эмоциональном интеллекте Дж. Мейера и П. Сэловея, добавив к выделенным этими учеными компонентам ряд личностных характеристик: энтузиазм, настойчивость и социальные навыки. Модель Д. Гоулмана подвергалась трансформациям и в окончательном варианте представляет собой четырехкомпонентную структуру: самосознание, самоконтроль, социальное понимание, управление взаимоотношениями.

Проблему эмоционального интеллекта в контексте метакогнитивной парадигмы рассматривают А.В. Карпов и А.С. Петровская. Авторы характеризуют эмоциональный интеллект следующим образом: «Это образование является одновременно когнитивным (с точки зрения познания индивидом своих эмоций и чувств других людей) и регулятивным (позволяющим субъекту регулировать собственные эмоциональные процессы и контролировать эмоции окружающих)» [10].

В России термин «эмоциональный интеллект» введен в психологическую теорию Г.Г. Горской, определившей эмоциональный интеллект как «способность понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе анализа и синтеза» [11]. В настоящее время подробный анализ истории изучения эмоционального интеллекта представлен в работах И.Н. Андреевой [12]. Автором проведено значительное количество теоретических и практических исследований, направленных на изучение эмоционального интеллекта, изучена роль эмоций в познавательной деятельности студентов в высшей школе [13]. Двухкомпонентная теория эмоционального интеллекта предложена Д.В. Люсиным [14].

Новизна авторского подхода, реализованного при чтении курса «Методологические основы психологии», определяется в ряде критериев: 1) в построении упражнений, направленных на актуализацию роли субъекта, активизирующих настойчивость, позволяющих самоактуализироваться в творчестве; 2) освоении принципов, категорий и парадигм психологии в эмоционально привлекательной форме, что способствует развитию эмоционального интеллекта; 3) эвристическом потенциале упражнений, основанных на когнитивно-аффективной природе юмора, реализуемой в креативном механизме юмора в науке и образовании [15; 16].

Рассмотрим упражнение «Принципы и категории психологии». Студентам предлагается следующее задание:

1. Прочитайте предложенные эссе.
2. Выделите основные положения принципов психологии.
3. Напишите рецензию на выбранное эссе. Оцените в процессе анализа полноту раскрытия автором сущностных признаков принципов психологии.
4. Напишите собственное эссе по принципам психологии.

Пример к упражнению «Принципы и категории психологии»:

«Есть в психологии, как и в любой науке, / Своя методология, а в ней / Раскрыты принципы и категории указанной науки, / И их хочу я вкратце описать.

Детерминизма принцип нам гласит / О том, что просто так ничто не происходит, / Причина есть в любом явлении – / Ее лишь нужно правильно раскрыть / И предоставить всем на обозрение.

Принцип развития довольно-таки прост, / Хотя, наверное, и сложен в то же время. / Предполагает он психических процессов изучение, / А также свойств их с точки зрения закономерного их рассмотрения.

Иерархический же принцип говорит / О том, что в личности свое есть подчинение. / Иерархия среди свойств здесь строится вот так: / Все свойства социальные, что сложные, глобальные, / Себе имеют право подчинять / Те свойства, которые элементарными и частными / Могли бы мы назвать.

Принцип активности содержит следующую суть: / Он смело утверждает, что инициативой, свободой выбора / И избирательным поведением личность обладает.

Принцип системности, ну что о нем сказать. / Основан он на том, что целую систему / Понять, осмыслить сможем лишь тогда, когда / Ее отдельных компонентов суть мы сможем уяснить / И в повторении воплотить. / И в свою очередь, наоборот: отдельных компонентов суть / Нам станет ясна лишь тогда, / Когда рассматривать мы их в контексте целостной системы станем, / Тогда уж точно все поймем, и принцип сей мы в памяти оставим. / Вот вкратце, как и обещала, я принципы и описала. / Теперь хочу вот так же кратко о категориях сказать, / Их попытаться описать.

Вот психика – одна из категорий, / Что для материи высокоорганизованной / Системным свойством выступает / И суть в себе такую заключает: / Лишь тот субъект, что психику обладает, / Мир объективный так активно отражает, / Что на основе этого еще и поведение регулирует свое.

Сознание. О нем хочу сказать: / Присуще оно только человеку, / Ведь он общественное существо и очень важно для него / Цель деятельности сформировать и действий результат предугадать. / Для этого он мысленно сначала построит в ряд все действия свои, / Чтоб вдруг не перепутались они. / Запомнить важно следующее предложение: / Сознание – высший уровень психического отражения.

Есть среди прочих категорий такая, что общением зовется. / И вот зачем она нам всем дается: / Чтоб люди со всей Земли контакты бы друг с другом развивать могли / И деятельность совместную успешно бы вели. / Теперь хочу я личность описать / И пару слов о ней сказать. / Это конкретный человек, самосознанием который обладает, / То качество, что индивид приобретает / В общении среди людей и в предметной деятельности своей.

Теперь про отражение поговорим / И так его определим. / Как свойство для материи всеобщее / Оно необходимо для того, чтоб все объекты всей нашей Земли / Характеристики друг друга воспроизвели.

Про деятельность также не забудем / И ей определение дадим, / По видам даже мы ее распределим. / Игра, учение, общение и труд все меж собой взаимодействуют, / А в целом деятельность – это то, в чем человек, потребностью ведомый, / Поставленной когда-то цели достигает, / А в этом ему точно помогает / Взаимодействие с такой порой непредсказуемой средой. / А вот теперь, все рассмотрев и все осмыслив, / Хочу я заключить: в стихах намного проще / Методологию учить».

Рассмотрим и другие примеры выполнения упражнения «Принципы и категории психологии» на основе концепций эмоционального интеллекта.

Например, *принцип детерминизма* может быть осмыслен следующий образом: «Все в мире предопределено. / На этом свете все причинно: / Зачем и с кем идешь в кино, / И кто ты: женщина, мужчина. / Детерминант не изменить, / И неизбежно его влияние. / Ведь без причины как нам жить? / Это не жизнь... – Существование».

Или такая версия принципа детерминизма: «Все, что в мире происходит, / Можно легко объяснить: / Причинно-следственные связи / Объединяют всех их. / Почему на вопрос / Сразу идет ответ? / На запрос – Другой респект? / Что первым появилось на свет: / Курица или яйцо? / На все это / Детерминизм ответит легко: / Ничто не возникает из ничего!»

Еще один вариант определения принципа детерминизма в психологии: «Не может все существовать / Отдельно друг от друга. / Всему должно предшествовать / “Соседка” или “подруга”, / Которые идут / Все рука об руку».

Рассмотрим *принцип развития* через призму эмоционального интеллекта: «Из простого рождается сложное... / Из яйца – цыпленок, из семени – цветок. / Для развития нет невозможного, / Развитие – жизни залог».

Или так определим принцип развития: «Все течет, / Все меняется – / Это знают все. / Мы живем и развиваемся / И каждый день удивляемся, / Как мы изменяемся, / Становясь взрослей. / Развивается природа, / Изменяется погода. / Так растет и человек. / Он растет за годом год, / Род растет за веком век. / Развивается весь род. / Психики развитие / Проходит тот же путь, / Проходит все этапы / Потихоньку, по чуть-чуть».

*Принцип активности* может быть сформулирован в следующих версиях: «Активен каждый человек, / Процессы психики активны. / Живет в динамике субъект, / И его жизнь инициативна».

Или таким образом: «Согласно принципу активности, / Личность обладает инициативностью, / Может свободно выбирать / И что-нибудь изобретать».

Принцип активности может быть определен и следующим образом: «Высший разум характерен / Человеку по природе. / В своем выборе уверен / При любой погоде. / И высокий интеллект / Дарит нам свободу / И самостоятельность. / Все в нашей природе!»

Рассмотрим пример с формулировкой *принципа системности*: «Суть системности проста, / Попробуй разобраться. / Да, психика сложна, / В ней много компонентов, / Но не рассматривай их зря / Каждый отдельно. / Для того и создана она, / Система – вот какая, / Чтоб знать, почему и куда, / Что и откуда вытекает».

Еще один пример изложения принципа системности в психологии: «Все в мире всегда со всем связано, / И знать это мы обязаны. / Весь мир построен на системе, / Не той, что создана в гареме. / Системы, иерархии, / Парламенты, монархии. / Объединяют в целостность / Связи из системности / Все свойства и процессы, / Регрессы и прогрессы, / Все стороны и сферы, / Все уровни и меры».

Приведенные примеры представляют собой работы, выполненные студентами Института педагогики, психологии и социальной работы Магнитогорского государственного технического университета им. Г.И. Носова при изучении курса «Методологические основы психологии».

Таким образом, в процессе реализации когнитивной и аффективной составляющих эмоционального интеллекта происходит более глубокое усвоение учебного материала, наблюдается активизация познавательной деятельности студентов. Работы студентов носят явно выраженную позитивную эмоциональную коннотацию.

### Ссылки:

1. Выготский Л.С. Спиноза и его учение об эмоциях в свете современной психоневрологии // Вопросы философии. 1970. № 6.
2. Симонов П.В. Эмоциональный мозг. М., 1981.
3. Там же. С. 194.
4. Torndike E.L. Intelligence and its uses // Harpers Magazine. 1920. № 140. P. 227–235.
5. Mayer D., Salovey P. Emotional intelligence // *Imagination, Cognition and Personality*. 1990. Vol. 9. P. 185–211.
6. Mayer D., Salovey P. What is emotional intelligence? // *Emotional development and emotional intelligence: Implications for education* / eds.: P. Salovey, D. Sluyter. New York, 1997. P. 3–31.
7. Mayer J., Salovey P., Caruso D. Competing models of emotional intelligence // *Handbook of human intelligence* / ed. by R.J. Sternberg. New York, 2000. P. 396–420.
8. Bar-On R. Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A Measure of Emotional Intelligence. Technical Manual. Toronto, 2004. 113 p.
9. Goleman D. *Emotional intelligence*. New York, 2005. 358 p.
10. Карпов А.В., Петровская А.С. Проблемы эмоционального интеллекта в парадигме современного метакогнитивизма // Вестник интегративной психологии. 2006. Вып. 4. С. 42–47.
11. Горскова Г.Г. Введение понятия эмоционального интеллекта в психологическую культуру // *Ананьевские чтения : тез. науч.-практ. конф.* СПб., 1999.
12. Андреева И.Н.: 1) Предпосылки развития эмоционального интеллекта // *Вопросы психологии*. 2007. № 5. С. 57–65 ; 2) Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Там же. 2006. № 3. С. 78–87.
13. Андреева И.Н. Роль эмоций в процессе познавательной деятельности студентов // *Высшая школа*. 2009. № 2. С. 27–30.
14. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // *Социальный интеллект: теория, измерение, исследование* / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М., 2004. С. 29–36.
15. Мусийчук М.В. *Методологические основы психологии : учеб. пособие*. Магнитогорск, 2015.
16. Мусийчук М.В. Юмор как основа развития интеллектуальной активности. Магнитогорск, 2005.

### References:

- Andreeva, IN 2006, 'Emotional Intelligence: A study of the phenomenon', *Voprosy psikhologii*, no. 3, pp. 78-87, (in Russian).
- Andreeva, IN 2007, 'Preconditions for the development of emotional intelligence', *Voprosy psikhologii*, no. 5, pp. 57-65, (in Russian).
- Andreeva IN 2009, 'The role of emotions in the process of cognitive activity of students', *Vysheyschaya shkola*, no. 2, pp. 27-30, (in Russian).
- Bar-On, R 2004, *Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A Measure of Emotional Intelligence. Technical Manual*, Toronto, 113 p.
- Goleman, D 2005, *Emotional intelligence*, New York, 358 p.
- Gorskova, GG 1999, 'The introduction of the concept of emotional intelligence in psychological culture', *Anan'yevskiye chteniya : tez. nauch.-prakt. konf.*, St. Petersburg, (in Russian).
- Vygotsky, LS 1970, 'Spinoza and his teaching about emotions in the light of modern psychoneurology', *Voprosy filosofii*, no. 6, (in Russian).
- Karpov, AV & Petrovskaya, AS 2006, 'Problems of emotional intelligence in the paradigm of modern meta cognitivism', *Vestnik integrativnoy psikhologii*, vol. 4, pp. 42-47, (in Russian).
- Lyusin, DV 2004, 'Current concepts of emotional intelligence', in DV Lyusin & DV Ushakov (eds), *Social Intelligence: Theory, measurement, research*, Moscow, pp. 29-36, (in Russian).
- Mayer, D & Salovey, P 1990, 'Emotional intelligence', *Imagination, Cognition and Personality*, vol. 9, pp. 185-211.
- Mayer, D & Salovey, P 1997, 'What is emotional intelligence?', *Emotional development and emotional intelligence: Implications for education*, New York, pp. 3-31.
- Mayer, J, Salovey, P & Caruso, D 2000, 'Competing models of emotional intelligence', *Handbook of human intelligence*, New York, pp. 396-420.
- Musiychuk, MV 2015, *Methodological bases of psychology*, Magnitogorsk, (in Russian).
- Musiychuk, MV 2005, *Humor as a basis for the development of intellectual activity*, Magnitogorsk, (in Russian).
- Simonov, PV 1981, *The emotional brain*, Moscow, (in Russian).
- Torndike, EL 1920, 'Intelligence and its uses', *Harpers Magazine*, no. 140, pp. 227-235.