

ПОНЯТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

Зенина С.Р.¹, Лубнина Л.В.²

¹Зенина Светлана Рашидовна – кандидат психологических наук,
доцент;

²Лубнина Любовь Владимировна – магистрант,
Факультет социальных наук,
Амурский государственный университет,
г. Благовещенск

Аннотация: в статье представлен теоретический анализ понятия эмоциональной компетентности в отечественные и зарубежные литературы. Анализируется вопрос о связи эмоционального интеллекта и эмоциональной компетентности. Дается структура эмоциональной компетентности. Эмоциональная компетентность является актуальной темой в современном мире исследований в психологии.

Ключевые слова: эмоциональная компетентность, эмоциональный интеллект, структура, эмоции.

THE CONCEPT OF EMOTIONAL COMPETENCE IN THE MODERN CONTEXT

Zenina S.R.¹, Lubnina L.V.²

¹Zenina Svetlana Rashidovna – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor;

²Lubnina Lyubov Vladimirovna - master's student,
FACULTY OF SOCIAL SCIENCES,
AMUR STATE UNIVERSITY,
BLAGOEVEHCHENSK

Abstract: the article presents a theoretical analysis of the concept of emotional competence in domestic and foreign literature. The question of the relationship between emotional intelligence and emotional competence is analyzed. The structure of emotional competence is given. Emotional competence is an urgent topic in the modern world of research in psychology.

Keywords: emotional competence, emotional intelligence, structure, emotions.

УДК 159.9

В последнее время все больше вызывает интерес понятие эмоциональная компетентность. По мнению многих ученых, эмоциональная компетентность влияет на развитие личности в обществе, а именно помогает строить карьеру и взаимоотношения между людьми. Эмоциональная компетентность помогает анализировать и выстраивать линию эффективного поведения в значимой для человека ситуации.

Эмоциональная компетентность рассматривалась вместе с исследованием мотивационной сферы личности (В.К. Виллонас, Н.Е. Герасимова, Б.И. Додонов, С.С. Занюк и др.); в связи с эмоциональной регуляцией деятельности (Л.М. Аболин, С.А. Колот, А.Е. Ольшанникова, О.П. Санникова, А.Я. Чебыкин, и др.); при изучении устойчивости психических процессов (Г.М. Андреева, О.В. Государева, П.Б. Зильберман, Г. Мейер, В.А. Семиченко и др.); при исследовании эмоционального интеллекта (Г.М. Андреева, И.Ф. Аршава, Д. Гоулман, Э.Л. Носенко и др.); в контексте профессиональной деятельности (А.В. Запорожец, В.К. Калинин, С.Д. Максименко, В.А. Моляко, О.П. Федик и др.); в связи с установками (А.Г. Асмолов, Д.Н. Узнадзе, А.С. Прангшивили, В.А. Ядов) и саморегуляцией (Ю.И. Лановенко, А.В. Массанов, И.Г. Павлова, К.В. Пилипенко, Е.Н. Рева) [4].

Существенную роль в понимании термина эмоциональной компетентности внесли: Н.А. Аминов, Ю.М. Блудов, С.А. Изюмова, Е.П. Ильин, В.Д. Небылицин, В.В. Суворова [4].

Анализ исследований по вопросу эмоциональной компетентности показал, что можно выделить несколько направлений в изучении этого понятия. Все они рассматривают эмоциональную компетентность через призму какого-то одного аспекта. Так, можно выделить следующие направления, рассматривающие эмоциональную компетентность как:

- понятие, связанное с эмоциональным интеллектом;
- как способность или набор способностей;
- как набор знаний, умений, навыков, личностных черт, свойств.

Впервые понятие эмоциональной компетентности появляется в трудах Д. Гоулмана. По его мнению, эмоциональная компетентность – это способность осознавать и признавать собственные чувства, а также чувства других, для самомотивации, для управления своими эмоциями внутри себя и в отношениях с другими». Д. Гоулман говорил о том, что эмоциональная компетентность связана «с» и основана «на»

эмоциональном интеллекте. Необходим определенный уровень эмоционального интеллекта, чтобы развить эмоциональную компетентность.

И.Н. Андреева считает, что структура эмоциональной компетентности представляет собой более детализированную структуру эмоционального интеллекта, учитывающую социальные влияния, оказываемые на его развитие [8].

Целый ряд исследователей под эмоциональной компетентностью понимает способность человека. Так, В. Э. Чудновский определяет эмоциональную компетентность как «способность человека сохранять в различных условиях социальной нестабильности личностные позиции, владеть определенными механизмами защиты по отношению к воздействиям, чуждым его личностным взглядам, убеждениям и мировоззрению в целом» [5].

Клинический психолог R Bar – On определяет эмоциональную компетентность как набор когнитивных способностей, компетенций и навыков, которые влияют на способность человека справляться с вызовами и давлением внешней среды [2,3].

J. Mayer, P. Salovey, D. Sluyter определяют эмоциональную компетентность как способность воспринимать и понимать проявления личности, выражаемые в эмоциях, управлять эмоциями на основе интеллектуальных процессов [12]. Способности распознавать и выражать эмоции, а также использовать их в решении задач являются основой для внешне проявляемой способности к пониманию событий, предшествующих эмоциям и следующих за ними. Все эти способности необходимы для внутренней регуляции собственных эмоциональных состояний и для успешных воздействий на внешнюю среду, приводящих к регуляции не только собственных, но и чужих эмоций [12].

К. Саарни представляет эмоциональную компетентность в виде набора из восьми видов способностей или умений:

- осознание собственных эмоциональных состояний;
- способность различать эмоции других людей;
- способность использовать словарь эмоций и формы выражения, принятые в данной культуре;
- способность эмпатического включения в переживания других людей;
- способность понимать, что внутреннее эмоциональное состояние не обязательно соответствует внешнему выражению как у самого индивида, так и у других людей;
- способность справляться со своими негативными переживаниями;
- осознание того, что структура и характер взаимоотношений в значительной степени определяется тем, как эмоции выражаются во взаимоотношениях;
- способность быть эмоционально адекватным, то есть принимать собственные эмоции, какими бы уникальными или культурно детерминированными они ни были [10].

По мнению Г.В. Юсуповой эмоциональную компетентность можно понимать как группу развивающихся способностей к саморегуляции и регуляции интерперсональных отношений путем понимания собственных эмоций и эмоций окружающих [9]. Она выделяет два компонента эмоциональной компетентности, имеющие внутренний и внешний векторы направленности: когнитивный (понимание эмоций) и поведенческий (управление эмоциями).

В исследованиях И.М. Юсупова, Г.В. Юсуповой и М.А. Титовой [14,15] эмоциональная компетентность рассматривается как конструкт, отражающий эмоциональную зрелость индивида и обобщающий эмоциональные, интеллектуальные и регулятивные составляющие психики, вовлеченные в процесс достижения профессиональных и личностных целей. Его состав включает четыре базовых компонента: саморегуляцию, регуляцию взаимоотношений (социальная регуляция), рефлексивность и эмпатию [6, 7].

Е.В. Либина понимает эмоциональную компетентность как способность личности осуществлять оптимальную координацию между эмоциями и целенаправленным поведением.

У всех этих определений общим является целевое предназначение эмоциональной компетентности. Эмоциональная компетентность как способность помогает преодолеть человеку воздействия окружающей среды, регулировать как свое, так и чужое поведение.

Романов В.А. определяет также цель эмоциональной компетентности в преобразовании и прогрессивном развитии эмоциональной сферы субъекта, самосовершенствование, самореализация, становление субъекта как зрелой личности, творящей себя и способствующей развитию других людей [16].

Как набор знаний, умений, навыков, личностных черт, свойств эмоциональную компетентность рассматривали в основном отечественные исследователи.

По мнению Л. М. Аболиной, эмоциональная компетентность, как «свойство, характеризующее индивида в процессе напряженной деятельности, отдельные эмоциональные механизмы которого, гармонически взаимодействуют между собой, способствуют успешному достижению поставленной цели» [6].

Я. Рейковский считает, что индивидуальные эмоциональные особенности человека предопределяют качество и эффективность базовых познавательных процессов, а, следовательно степень успешности достижений в той или иной сфере деятельности. Специалисты с высоким уровнем эмоциональной компетентности оказываются способными к более эффективной деятельности, что выражается в более высокой

удовлетворенности своим трудом и меньшей подверженности эмоциональному выгоранию [17].

Отечественные исследователи Е.К. Хакимова и Р.А. Валеева выделяют в структуре эмоциональной компетентности четыре основных компонента: самопонимание, саморегуляцию, самомотивацию и воздействие на других людей [7].

В качестве характеристики эмоциональной компетентности ряд исследователей выделяют рефлекссию, которая представляет размышление о своем психическом состоянии, склонность анализировать свои переживания, что в психологическом плане выражается в уровне удовлетворенности от деятельности и ее результатов. Эмоциональная рефлексия позволяет в полной мере осуществить такое «соучастие» с объектом во время эмоционального контакта с ним [13].

Несмотря на то, что термины эмоциональный интеллект и эмоциональная компетентность часто используются как синонимы, Е.Н. Романова приводит в своих работах ряд отличий:

- эмоциональная компетентность является комплексом сформированных навыков;
- люди, обладающие эмоциональной компетентностью, действуют в эмоционально обусловленных ситуациях, опираясь на полученные навыки, а люди с эмоциональным интеллектом, исходя из заложенных в них черт характера;
- на зрелые, эмоционально компетентные действия личности влияет ее личностная целостность [10,11].

С другой стороны, анализ исследований и авторских моделей показывает, что эмоциональная компетентность связана с эмоциональным интеллектом и неизбежно основана на нём. Эмоциональный интеллект определяет формирование конкретных компетентностей в эмоциональной регуляции поведения и деятельности.

Представления исследователей, рассматривающих эмоциональную компетентность как набор навыков, способностей, личностных характеристик, во многом способствовали выделению структурных компонентов эмоциональной компетентности.

Таким образом, эмоциональную компетентность можно определить, как систему социально принятых способов выражения эмоциональных состояний, совокупность свойств личности человека, выполняющих комплексную регуляцию между аффектом, интеллектом и поведением. Эта система проявляется как во внутреннем, психическом пространстве личности, так и в плане межличностного взаимодействия, а также отражает уровень развития эмоциональной рефлексии, эмоциональной саморегуляции, социальных навыков и эмпатии.

Эмоциональная компетентность играет важную роль в жизни и развитии человека. В современном мире эмоционально компетентному человеку легче общаться, находить контакты, выстраивать отношения и реализовывать поставленные цели. Вопрос о едином подходе к определению эмоциональной компетентности остается открытым, как и вопрос о взаимосвязи понятий эмоциональной компетентности и эмоционального интеллекта.

Список литературы/ References

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / пер. с англ. А.П. Исаевой. Москва: АСТ, 2009. 480 с.
2. Горбунова И.В. Контент - анализ структуры эмоциональной компетентности //Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. Вып. 2 / 2021: электрон. науч. журн. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://vestnik1.pspu.ru/files/1-2013-2.pdf> (дата обращения: 01.11.2022).
3. Bar-On R. The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): rationale, description and summary of psychometric properties // Glenn Geher (ed.): Measuring emotional intelligence: common ground and controversy. – 2004. - NY: Nova Science Publishers. P. 111-142.
4. Баркова Е.К. Теоретическая модель эмоциональной компетентности студентов-психологов // Молодой ученый, 2016. № 17 (121). С. 283-286.
5. Чудновский В.Е. Психология профессий: учеб. пособие для студ. вузов / В.Е. Чудновский, Э.Ф. Зеер. Москва: Академический проект, 2003. 336 с.
6. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека /Л. М. Аболин. Казань: Изд-во Казанск. Ун-та, 1987.261 с.
7. Хакимова Е.К., Валеева Р.А. Эмоциональная компетентность в структуре профессиональной компетентности педагога - психолога // Современные проблемы науки и образования [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=12142>. (Дата обращения: 05.11.2022).
8. Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность: специфика и взаимодействие / И. Н. Андреева. Новополюцк: Полоц. гос. ун-т, 2020. 356 с.
9. Юсупова Г.В. Коэффициент эмоциональности как условие успешности в бизнесе // Балтийский гуманитарный журнал, 2014. № 1.С 76-79.

10. *Saarni C.* Emotional competence and effective negotiation: the integration of emotion understanding, regulation, and communication / *C. Saarni* // in *Psychology and Political Strategies for Peace Negotiation*, F. Aquilar and M. Galluccio, Eds., pp. 55 - 74, Springer, New York, NY, USA, 2011.
11. *Романова Е.Н.* Дифференциация понятий «эмоциональный интеллект» и «эмоциональная компетенция» // *Международный научно-исследовательский журнал*, 2021. № 1. С. 150-152.
12. *Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R.* Models of Emotional Intelligence / *Handbook of Intelligence*, 2000. Cambridge: University Press, 2000. P. 396 - 420.
13. *Богин В.Г.* Обучение рефлексии как способ формирования творческой личности. М.: Просвещение, 2007. 234 с.
14. *Титова М.А.* Эффективность психологической саморегуляции функционального состояния как фактор профессиональной успешности. - М., 2016. 241 с.
15. *Юсупов И.М., Юсупова Г.В.* Успех в карьере: интеллект или эмоциональная компетентность? // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2014. № 3. С. 85
16. *Романов В.А.* Социальная и эмоциональная компетентность: сравнительный анализ // *Проблемы современного педагогического образования*. Сер.: Педагогика и психология. Сборник научных трудов: Ялта: РИО ГПА, 2018. Вып. 58. Ч. 1. С. 189-192.
17. *Рейковский Я.* Экспериментальная психология эмоций / пер. с пол. В.К. Вилюнаса. Москва: Прогресс, 1979. 395 с.