

А. В. Фурман

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ИГРЫ КАК ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ ПОСТУПКА.

В статье впервые из позиций философско-психологической теории поступка В.А. Роменца, системомыследеятельностной методологии Г.П. Щедровицкого и авторских концепций профессионального методологизирования и принципов и закономерностей циклически-поступковой динамики развития науки предложена теоретическая модель полноценной игры как осуществление поступка в логико-содержательной последовательности ситуационного (возникновение игрового отношения), мотивационного (формирование поля или пространства игры), деятельного (замыкание игры и возникновение мира игровой деятельности) и последятельного (рефлексия успеха/неуспеха игры) периодов. Онтофеноменологическое наличие развивающего функционирования деятельностного игрового практицирования разворачивается как синхронное соответствие названных периодов игрового действия восьми фазам процессно-экзистенциального становления, обновления, осуществления и угасания игры как циклически совершенного поступка. Доказано, что каждая поступково организованная игра, характеризуясь специфическими пофазными новообразованиями, подобна монаде Г.В. Ляйбница: в своем трансформационном развитии вызвана как неотвратимым прошлым, так и желаемым будущим, стремится к собственному самоосуществлению и наделена внутренним импульсом к совершенствованию и абсолютизации своего существования.

Ключевые слова: человек, игра, поступок, личность, игровая деятельность, игра как поступок, игровое отношение, поле игры, мотивационная граница игры, рефлексия последствий игры, поступковый цикл игры, мир игры, монада.

A. V. Furman

THEORETICAL MODEL OF GAME AS REALIZATION OF ACT

In the article at first time from the position of philosophical-psychological theory of act of V.A. Romenets, system-activity methodology of H.P. Shchedrovitskyi and author's concepts of professional metodologization and principles of regularity of cyclic-action dynamics of the science development the theoretical model of a complete game as an act in logic-sense continuity of situational (forming the game attitude), motivational (forming the field or time-space of game), active (locking the game and the rise of the world of game activity) and post-active (reflection of progress/failure of the game) periods has been offered. Ontophenomenological presence the developing functioning of the activity of the game practicing is deploying as a synchronic correspondence of mentioned periods of game action to eight phases of process-existential becoming, updating, implementation and extinction of the game as cyclically perfect act. Original frames of conditions of act range of the game are created by before game and postgame situations, between which the game activity takes place in strict continuity of periods and phases of its realization. Moreover, the offered model fixes the main new formations, which take place on each of the stages of game action, holds the binary organized components of complete act of the game, which dominate on each of four periods of its progressive functioning: situational – demand and rules, motivational – requirements and representatives, active – satisfaction and competitive succession of actions, post-active – reflection and game, including socio-cultural, experience. It is proved that every act-organized game, being characterized by specific out-fazes new formations, is similar to the monad of Gottfried W. Leibniz: in its transformation development is caused by both inevitable past and desirable future, aim to self-realization and and has the inner impulse to improvement and absolute of its existence.

Keywords: person, game, act, personality, game activity, game as an act, game attitude, field of game, motivational bound of game, reflection of game results, act cycle of game, world of game, monad.

Подано до редакції 08.04.2014.

УДК 159.942

М. М. Шнак

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

У статті теоретично обґрунтовуються психологічні механізми розвитку емоційного інтелекту.

Ключові слова: емоційний інтелект, ідентифікація, наслідування, рефлексія, емпатія, емоційна регуляція.

Постановка проблеми. Дослідження феномену емоційного інтелекту важливе як із точки зору фундаментальної психології, так і з позицій практичної психології. Встановлення психологічних закономірностей і механізмів розвитку емоційного інтелекту повинно сприяти глибшому розумінню генезису та

функціонування психіки в цілому, адже емоції та інтелект є ключовими її складовими.

Метою нашого дослідження є вивчення та теоретичне обґрунтування психологічних механізмів розвитку емоційного інтелекту, які є необхідною умовою ефективного перетворення зовнішніх впливів у внутрішні регулятори поведінки і діяльності особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Соціально-психологічні механізми розвитку емоційного інтелекту були предметом дослідження таких учених: О.О. Бодальов, М.М. Боришевський, В.К. Вілюнас, І.О. Васильєв, Е.Л. Носенко, В.Л. Поплужний, О.Я. Чебикін та ін.

Аналіз наукових джерел, які стосуються проблеми дослідження, дозволяє виділити кілька автономних психологічних механізмів розвитку емоційного інтелекту, за допомогою яких людина здатна сприймати, розуміти свої і чужі емоції та керувати ними. Це, насамперед, ідентифікація і наслідування, у процесі яких люди сприймають емоції і почуття інших, засвоюють ціннісні орієнтації, моральні принципи, соціальні норми поведінки, беручи приклад із значущих людей, прагнучи стати такими, як вони. При цьому наслідування супроводжується певними очевидними діями, тоді як ідентифікація передбачає ототожнення людини з іншими на основі сильного емоційного зв'язку з ними.

Механізм **ідентифікації** полягає в постановці суб'єкта на місце іншої людини через заглиблення у її внутрішній світ, її переживання і відчуття. Це процес уподібнення себе з іншою людиною, у результаті якого людина, завдяки емоційним зв'язкам, свідомо або несвідомо поводить себе так (або це собі уявляє), ніби вона сама є тією особою. Вона відтворює емоційний стан і досвід іншої людини. У гуманістичній психології цей феномен розглядається, як один із центральних. У результаті запускається механізм ідентифікації з учасником ситуації. Між людьми встановлюється специфічний неусвідомлюваний емоційний зв'язок, змістом якого є безпосереднє переживання суб'єктом своєї тотожності з іншою людиною [4].

Спостерігаючи за проявом чужих емоцій, позитивних чи негативних за модальністю, людина, заражаючись ними, мимовільно актуалізує свій ідентичний емоційний досвід. Така актуалізація, з одного боку, підкріплює ідентифікацію, а з іншого, – сприяє «емоційному перемиканню» з емоційного стану об'єкта на свій власний [2]. Ми ніби ставимо себе на місце іншого і намагаємось згадати, що відчували, переживали у подібній ситуації. Це допомагає зрозуміти емоційний стан і вчинки іншої людини.

Основним джерелом ідентифікації особистості у ранньому дитинстві є батьки. Потім до них додаються інші значущі дорослі, однолітки, друзі. Саме завдяки ідентифікації дитина освоює різні види емоційної, соціальної та статево-рольової поведінки, намагається оволодіти роллю дорослого. Наприклад, діти часто полюбляють гратися в ігри ("Дочки-матері" та ін.), у процесі яких дитина ідентифікує себе з ролями різних сторін життя дорослого, із його внутрішніми переживаннями, ставленням до обов'язку тощо. Ідентифікація починається у ранньому дитинстві і продовжується впродовж усього життя людини.

Інший механізм, що забезпечує процес розвитку емоційного інтелекту, – **наслідування**. Під механіз-

мом наслідуванням розуміють свідоме або неусвідомлене відтворення людиною певних емоцій і почуттів, емоційних станів і виразів, зразків емоційної поведінки інших людей тощо. В основі наслідування лежать вроджені механізми. Наслідування може відбуватися як мимовільно, так і довільно. Психологічна структура наслідування складна. У ній проявляються пізнавальні, емоційно-вольові й поведінкові компоненти, їх співвідношення неоднакове у різні вікові періоди. Так, якщо в ранньому віці домінує емоційна складова, що зближує його з механізмом емоційного зараження, то пізніше зростає значення пізнавальних, вольових, і особливо поведінкових компонентів [2; 8].

Найбільш яскраво наслідування виявляється у процесі емоційного розвитку дітей раннього і дошкільного віку. Наприклад, найчастіше діти мимоволі копіюють вербальні, емоційні та поведінкові реакції дорослих – батьків, родичів, учителів. Пізніше копіювання відіграє допоміжну роль поряд із іншими психологічними механізмами розвитку емоційного інтелекту. Проте надмірне наслідування веде до втрати індивідуальності, можливості емоційного самовираження. Тому у вихованні необхідно в міру розвивати здатність дитини до наслідування кращих зразків поведінки, позитивних емоційних станів, духовних цінностей, одночасно дбаючи про розвиток самостійності, неповторності особистості.

Слід зазначити, що наслідування тісно пов'язане з механізмом «**емоційного зараження**» – процесом, внаслідок якого людина несвідомо відтворює емоції і почуття, психоемоційні стани інших людей, з якими вона спілкується. «Зараження» характеризує багато в чому несвідому, мимовільну схильність індивіда до певних психічних станів. Воно здійснюється через пасивне споглядання і неусвідомлене прийняття зразків поведінки (як при наслідуванні), через передачу психічного настрою, що має великий емоційний заряд, через «напруження відчуттів і пристрастей» [8, с. 258]. Отже, у процесі емоційного зараження від індивіда до індивіда переходять різні емоції – захоплення, тривога, радість, сум тощо, які несвідомо сприймаються й відтворюються людьми в ситуації їх безпосереднього спілкування.

Цікаво і образно пояснює механізм емоційного зараження А.І. Прихідько, яка зазначає, що «емоція може розповсюджуватися подібно вірусу» на міжособистісному рівні [9, с. 141]. Така передача емоцій, на думку автора, здійснюється несвідомо за допомогою процесів наслідування та ідентифікації, в першу чергу, завдяки невербальному спілкуванню.

Результати досліджень [2; 4] свідчать про те, що емоційне зараження відбувається на рівні психофізіологічного контакту та поза власним осмисленням, або як доповнення до нього. При цьому емоційне зараження допомагає нам краще зрозуміти інших людей, проникнути в їхній внутрішній світ та переживання.

Вагому роль у розвитку емоційного інтелекту людини відіграє психологічний механізм **рефлексії**. У

психології він розглядається, як процес пізнання суб'єктом своїх внутрішніх психічних станів і актів, аналізу власних дій із супроводженням їх особливим зворотним зв'язком.

У літературі немає єдиної думки щодо психологічної природи досліджуваного феномену. Найчастіше рефлексію розглядають як: психологічний механізм самопізнання і саморегуляції (А. Бандура, І.С. Кон, Г.І. Ліпкіна, В.В. Столін); принцип існування індивідуальної свідомості і необхідну умову становлення зрілої особистості (Б.В. Зейгарник, К. Роджерс, А.Б. Холмогорова); здатність усвідомлювати свої індивідуально-психологічні особливості, а також те, як вони сприймаються іншими, і регулювати відповідно до цього свою поведінку (Г.М. Андрєєва, Л.А. Венгер, В.С. Мухіна); рівень функціонування і особливий стан свідомості (М. Браун, Ф.Ю. Василюк); складову соціально-психологічної компетенції (Л.А. Петровська).

Досліджуючи розвиток рефлексії на різних етапах онтогенезу вчені зазначають, що як психологічне новоутворення вона починає формуватися у молодшому шкільному віці (Л.С. Виготський). Однак елементарні прояви рефлексивної поведінки мають місце вже у ранньому віці, коли дитина починає аналізувати результати своєї діяльності та своїх вчинків, орієнтуючись на оцінку значущих для неї дорослих людей (О.Л. Кононко). Найбільш сензитивним для розгортання рефлексії є підлітковий вік. Це пов'язано з розвитком самосвідомості та особистісним становленням підлітка, відкриттям власного внутрішнього світу і формуванням адекватної самооцінки (Л.І. Божович, М.Й. Боришевський, І.В. Дубровіна, І.С. Кон, А.М. Прихожан та ін.).

Під рефлексією ми розглядаємо не тільки здатність особистості розмірковувати над змістом власних переживань, а й певну схильність до аналізу свого внутрішнього світу, здатність не просто пізнавати, а пізнавати саму себе, не просто знати, а знати, що знаєш (О.М. Леонтьєв). Таку рефлексію зазвичай називають особистісною, оскільки вона полягає в спрямованості розумової активності людини на себе, як на суб'єкт життєдіяльності. «Якщо фізичні органи чуття для людини – джерело зовнішнього досвіду, то рефлексія – джерело досвіду внутрішнього, спосіб самопізнання, необхідний інструмент мислення» [10, с. 113].

Таким чином, у структурі емоційного інтелекту ми розглядаємо рефлексію як основний психологічний механізм внутрішньоособистісного емоційного інтелекту, який забезпечує емоційне самопізнання особистості. Його суть, на думку Т.С. Кириленко, полягає у «пізнанні особистістю своїх емоцій та почуттів, які розкривають її самій собі і для неї самої з метою самозміни» [5, с. 226]. Отже, людина через переживання усвідомлює власний внутрішній світ, за їхньою допомогою проходить процес самопізнання. У такому контексті, рефлексія пов'язана, з одного боку,

з осмислюванням емоційного стану, з самоаналізом емоційних переживань, а з другого – зі спробою зрозуміти їх сенс та оцінити, з метою подальшого пошуку та вироблення стратегії емоційної поведінки.

У структурі емоційного інтелекту рефлексія забезпечує, на нашу думку, усвідомлення емоційних переживань та довільне управління емоціями. Усвідомлення є своєрідним засобом управління емоціями, що процесуально складається з усвідомлення себе як суб'єкта переживання емоцій та усвідомлення цього переживання як об'єкту аналізу (І.М. Андрєєва). Подібної точки зору дотримується А. Ленгле, який розробив двохпозиційну концепцію усвідомлення емоційних переживань: 1) позиція усвідомлення на зовнішньому рівні передбачає аналіз ситуації; 2) позиція усвідомлення на внутрішньому рівні означає аналіз власне емоцій [6, с. 30]. Отже, основне завдання рефлексії у структурі емоційного інтелекту – емоційні переживання повинні бути осмислені, а, на основі цього рефлексія допомагає сформулювати (а за необхідності і скоригувати) мету діяльності, вибрати раціональні способи досягнення цієї мети, спрогнозувати результати тощо.

Виходячи з цього ми можемо стверджувати, що емоційний інтелект забезпечує здатність до емоційного самопізнання та управління емоційною сферою шляхом інтелектуального аналізу та обробки емоційної інформації.

Рефлексія також передбачає самосприймання та самооцінювання себе з позиції партнера по спілкуванню. Це не є просто розумінням іншого, а й знання того, як інший розуміє її. Наприклад, коли педагог здійснює виховний вплив на учня, в останнього виникають думки типу: "А що він думає про мене?", "Яким він хоче, щоб я був?", "Який я є насправді?". Зрозуміти іншу людину на рефлексивному рівні – означає зрозуміти, як вона ставиться до тебе в конкретній ситуації соціальної взаємодії. Психологи, описуючи цей механізм, порівнюють його з подвійним дзеркальним відображенням: *людина, відображаючи іншу, відображається сама у дзеркалі сприйняття цієї людини*.

Таке взаємне відображення суб'єктів включає в себе декілька позицій, які займають суб'єкти у діяльності: усвідомлення кожним суб'єктом того, який він є в дійсності; того, яким він бачить сам себе у конкретній ситуації; того, яким він сприймається іншими суб'єктами. Завдяки саме цьому людина регулює діяльність і поведінку свою та іншого суб'єкта. Подвійне взаємовідображення суб'єктами один одного, змістом якого виступає відтворення, репродукція особливостей один одного, супроводжується певними емоційними проявами відповідно до рівня розвитку емоційного інтелекту особистості.

Отже, у контексті нашого дослідження рефлексія розглядається, передовсім, як психологічний механізм внутрішньоособистісного емоційного інтелекту, що забезпечує емоційне пізнання людиною самої себе,

яке базується на спостереженні за власним внутрішнім світом та аналізі своїх емоційних переживань, своєї поведінки та діяльності.

Ключовим психологічним механізмом емоційно-го інтелекту є здатність здійснювати **емоційну саморегуляцію**. Емоційна саморегуляція полягає в системі розумових дій, спрямованих або на активізацію емоційних процесів, або на гальмування, стабілізацію. Це дає можливість людині більш ефективно управляти своїм емоційним станом (володіти собою, своїм самопочуттям, настроєм, голосом), швидко реагувати на переживання і поведінку інших людей, уміння приймати правильні рішення у змінній, нестандартній ситуації.

Вивченню сутності і змісту саморегуляції емоцій та розкриттю механізмів її розвитку значну увагу приділяли такі вчені, як: А. Бандура, Ю.Е. Виноградов, К. Ізард, Дж. Роттер, Б. Скіннер, М.О. Холодна та ін. Дослідники вважають, що вміння регулювати власні емоції забезпечує здатність людини адекватно реагувати на різні життєві ситуації та адекватно поводитися відповідно до прийнятих у суспільстві морально-етичних норм.

Аналіз наукових джерел показав, що багато вчених виділяли саморегуляцію як важливу структурну складову емоційного інтелекту людини, зокрема: Д. Гоулман, Н.В. Коврига, Дж. Майер, Е.Л. Носенко, П. Саловой та ін.

Слід зазначити, що вчені використовують низку термінів, пов'язаних з «управлінням емоціями», зокрема: «емоційна регуляція», «регуляція емоцій», «саморегуляція», «управління стресом», «емоційна стійкість». Це свідчить про те, що у сучасній психології немає чіткого і однозначного трактування сутності цього психологічного механізму.

Залежно від методологічних позицій дослідників, поняття «управління емоціями» розглядається у наступному значенні: 1) як загальна емоційна здібність; 2) як структурний компонент емоційного інтелекту.

У межах першого підходу частіше використовується поняття «емоційна регуляція» (Г.М. Бреслав, С.П. Льїн), при цьому диференціюються два компоненти: внутрішня емоційна регуляція (у значенні «саморегуляція») та зовнішня емоційна регуляція (як «контроль експресії»).

При другому підході використовується поняття «управління емоціями», яке, переважно, інтерпретується як трьохкомпонентний конструкт: управління власними емоціями, їх вираженням та управління емоціями інших людей (Д.В. Люсін, М.А. Манойлова, Дж. Майер, П. Саловой). Це дозволяє нам вважати, що поняття «управління емоціями» є більш ширшим, ніж поняття «емоційна саморегуляція», бо воно передбачає керування емоціями не тільки своїми, а й інших людей.

Аналізуючи основні теоретичні підходи до пояснення сутності емоційної саморегуляції, виділимо її основні характеристики, які описані у психологічних

дослідженнях: по-перше, саморегуляція – це процес впливу суб'єкта на власний фізіологічний і нервово-психологічний стан; по-друге, саморегуляція суттєво залежить від бажання людини керувати власними емоціями, почуттями та переживаннями, і як наслідок – поведінкою; по-третє, здатність до саморегуляції не дається від народження, а розвивається у процесі життя, тобто піддається формуванню і удосконаленню [11]. і швидкість реакцій) змінюється у людини з цілого ряду причин, залежно від типу діяльності, спілкування, емоційного стану на даний час. Самооцінка, як елемент саморегуляції поведінки, розглядається з точки зору відповідності поведінки тим нормам, які існують у даному соціумі, тобто визнаним стандартам. Якщо вона відповідає стандартам, то її вважають адекватною, а якщо ні – неадекватною. Для глибшого розуміння ролі самооцінки А. Бандура вводить поняття „самоефективність” і вважає її когнітивним механізмом, який лежить в основі саморегуляції різних емоційних станів. Самооцінка ефективності впливає на форми поведінки, мотивацію і виникнення емоцій.

Отже, емоційна саморегуляція є одним із ключових і найважливіших психологічних механізмів емоційного інтелекту, бо саме від вміння особистості керувати своїм емоційним станом, корегувати прояв емоцій, особливо негативних, залежить психічне здоров'я людини, її здатність гармонійно співіснувати з самою собою і з навколишнім середовищем.

Слід зауважити, що у сучасній психології недостатньо залишається вивченим процес і прийоми «управління емоціями інших». Деякі аспекти цього явища розкрито у контексті взаємозв'язку з лідерським впливом (Дж. Морено); із здатністю емоційно підтримувати інших людей; із «реципрокністю», як готовністю людини віддячувати «добрим на добро» і «злом на зло» [7].

Ключовим психологічним механізмом, який забезпечує здатність розуміти і управляти емоціями інших людей, на нашу думку, є **емпатія**.

Проблема емпатії, її місце в структурі особистості, в системі цінностей, її роль у процесі спілкування та міжособистісної взаємодії розглядалися багатьма філософами-етиками, психологами, педагогами. Існує низка наукових досліджень, у яких емпатія розглядається як умова розвитку моральної свідомості (І.Д. Бех, Л.І. Божович, М.Й. Боришевський та ін.), емоційної зрілості особистості (Г.М. Бреслав, О.Я. Чебикін та ін.), механізм просоціальної поведінки (Т.П. Гаврилова, А.В. Соломатіна та ін.).

Цілісна концепція розвитку емпатії людини на засадах інтеграції системного, еволюційно-генетичного, соціокультурного та гуманітарного підходів розроблена Л.П. Журавльовою [3]. Проникнення у внутрішній світ іншої людини, розуміння її емоційного стану, співпереживання і співчуття є, на думку Л.П. Журавльової, необхідною умовою формування толерантної, гуманістично спрямованої, активної і діяльної особистості. Сформованість альтруїстичних

якостей особистості та її готовність до відповідної поведінки сприяють встановленню емоційного контакту з іншою людиною у процесі міжособистісної взаємодії з нею.

Розглядаючи проблему природи емпатії, її розвитку, важливо з'ясувати особливості її взаємозв'язку з емоційним інтелектом людини. Це питання видається нам дуже важливим, оскільки емпатія, як складне структурне утворення, є особливою здатністю суб'єкта до відчуття емоційних переживань іншої людини, розуміння її внутрішнього світу, що дозволяє партнерам досягти взаємоузгоджених позицій у процесі спілкування і конструктивно реалізувати суб'єкт-суб'єктну міжособистісну взаємодію.

Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження показав, що вчені (Т.П. Гаврилова, А.П. Сопіков та ін.) виділяють три види емпатії: емотивну; пізнавальну (предиктивну); поведінкову (діяльнісну, конативну). Емотивна емпатія передбачає емоційний відгук на будь-які прояви почуттів з боку інших. Як правило, відбувається споглядання і сприймання емоційної ситуації, зараження емоціями іншої людини, проявляється здатність відчувати її емоційне благополуччя чи неблагополуччя. Пізнавальна емпатія забезпечує розуміння емоційних переживань, осмислення внутрішнього стану іншої людини, у результаті цього співпереживання чи співчуття можуть спонукати до сприяння, емоційної підтримки, допомоги іншій людині (конативна емпатія).

Психологічні механізми виникнення і функціонування емпатії виділені і ґрунтовно описані Л.П.Журавльовою [3]. Доведено, що емпатія є цілісним ієрархічно структурованим, багатовимірним утворенням. Встановлено, що відображення переживань та їх трансформація може бути різної міри складності і відбуватися на відповідних рівнях: неусвідомленому (фізіологічному), частково усвідомленому (психофізіологічному), усвідомленому (соціопсихологічному) і надсвідомому (духовному).

На фізіологічному рівні, як правило, відбувається споглядання і сприймання емпатогенної ситуації, за-

раження емоціями емпата. На психофізіологічному рівні – ідентифікація суб'єкта емпатії з її об'єктом, наслідком чого є переживання суб'єктом емпатії емоцій, ідентичних емоціям емпата (співпереживання). На соціопсихологічному рівні суб'єкт емпатії переживає з приводу почуттів, переживань іншого у формі співчуття, співраді, заздрості чи злорадності, будує моделі поведінки сприяння чи протидії, реалізує ці моделі. На духовному рівні досягаються смислові, екзистенційні утворення емпата і відчуються його вершинні, містичні переживання. Відбувається це у вигляді надчуття, вершинних переживань, трансперсонального спілкування, альтруїзму, самопожертви [3].

Таким чином, у структурі емоційного інтелекту ми розглядаємо емпатію як основний психологічний механізм міжособистісного емоційного інтелекту, який забезпечує успішність спілкування і соціальної взаємодії.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Виходячи з вищезазначених положень і аналізу наукових праць з проблеми дослідження ми вважаємо, що емоційний інтелект є соціально значущою інтегральною властивістю особистості, яка спрямована на розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечує управління емоційним станом, підпорядкування емоцій розуму і волі, спонукає до самопізнання через збагачення емоційного і соціального досвіду.

У структурі емоційного інтелекту ми розглядаємо рефлексію як основний психологічний механізм внутрішньоособистісного емоційного інтелекту, який забезпечує емоційне самопізнання і саморегуляцію, а емпатію як основний психологічний механізм міжособистісного емоційного інтелекту, який забезпечує успішність спілкування і соціальної взаємодії.

Перспективним видається подальше емпіричне дослідження рівня розвитку та особливостей прояву виділених та обґрунтованих нами психологічних механізмів емоційного інтелекту на різних вікових етапах життя людини.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бандура А. Теория социального научения / А. Бандура. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
2. Вилунас В.К. Психологические механизмы мотивации человека / В.К. Вилунас. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 283 с.
3. Журавльова Л.П. Психологія емпатії: Монографія / Л.П. Журавльова. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. – 328 с.
4. Изард К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
5. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості: Навч. посібник / Т.С. Кириленко. – К.: Либідь, 2007. – 256 с.
6. Лэнгле А. Эмоции и экзистенция / А. Лэнгле; пер. с нем. О.А.Шипиловой. – Х.: Гуманитарный Центр, 2007. – 332 с.
7. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Эмоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції / Е.Л.Носенко, Н.В.Коврига. – К.: Вища школа, 2003. – 126 с.
8. Парыгин Б.Д. Основы социально-психологической теории / Б.Д. Парыгин. – М.: Мысль, 1971. – 351 с.
9. Прихидько А.И. Проблема эмоций в зарубежной социальной психологии / А.И. Прихидько // Вопросы психологии. – 2009. – №1. – С.141.

10. Хуторской А. Деятельность как содержание образования / А.Хуторской // Народное образование. – 2003. – №8. – С.107-114.

11. Чунихина Л.В. Формирование способности к эмоциональной саморегуляции у будущих практических психологов в процессе профессиональной подготовки / Л.В. Чунихина // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 5. – С. 27-29.

ких психологов в процессе профессиональной подготовки / Л.В. Чунихина // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 5. – С. 27-29.

REFERENCES

1. Bandura, A. (2000). Teoriia sotsyalnogo naucheniia. [Social learning theory]. Saint Petersburg: Eurasia [in Russian].

2. Viliunas, V.K. (1990). Psihologicheskie mehanizmy motivatsii cheloveka [Psychological mechanisms of human motivation]. Moscow: Izd-vo MGU [in Russian].

3. Zhuravleva, L.P. (2007). Psihologiiia empatii. Monografiia. [Empathy psychology: Monograph]. Zhytomyr: Vyd-vo ZhDU [in Ukrainian].

4. Izard, K.E. (2007). Psihologiiia emotsyi [Emotional psychology]. Saint Petersburg: Piter [in Russian].

5. Kyrylenko, T.S. (2007). Psihologiiia: emotsiina sfera osobystosti. Navchalnyi posibnyk. [Psychology: emotional sphere of personality: Training appliance]. Kyiv: Lybid [in Ukrainian].

6. Langley, A. (2007). Emotsii i ekzistenciia. [Emotions and existence]. (O.A. Shipilova, Trans). Kharkiv: the Humanitarian Center [in Russian].

7. Nosenko, E.L., Kovryha, N.V. (2003). Emotsiinyi intelekt: kontseptualizaciia fenomenu, osnovni funktsii. [Emotional intelligence: conceptualization of the phenomenon, main functions]. Kyiv: Lybid [in Ukrainian].

[Emotional Intelligence: Conceptualization of the phenomenon, the main functions]. Kyiv: High School [in Ukrainian].

8. Parygin, B.D. (1971). Osnovy sotsyalno-psihologicheskoi teorii. [The basics of socio-psychological theory]. Moscow: Mysl [in Russian].

9. Prikhidko, A.I. (2009). Problema emotsyi v zarubezhnoi sotsyalnoi psihologii [Problem of emotion in foreign social psychology]. Voprosy Psikhologii – Questions of psychology. № 1. (P.141). [in Russian].

10. Khutorskoi, A. (2003). Deiatelnost kak sodержaniie obrazovaniia [Activity as the content of education]. Narodnoe obrazovaniie – Public education. № 8. (pp.107-114). [in Russian].

11. Chunikhina, L.V. (2004). Formirovaniie sposobnosti k emotsionalnoi samoregulatsii u budushchikh prakticheskikh psikhologov v protsesse professionalnogo obucheniia [Formation of the ability of emotional self-regulation of future practical psychologists in process of professional training]. Praktychna psihologiiia i sotssialna robota – Practical psychology and Social work. № 5. (pp. 27-29). [in Russian].

М. М. Шпак

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

В статье теоретически обоснованно психологические механизмы развития эмоционального интеллекта.

Ключевые слова : эмоциональный интеллект, идентификация, подражание, рефлексия, эмпатия, эмоциональная регуляция.

М. М. Shpak

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE

Psychological mechanisms of the development of emotional intelligence are theoretically grounded in the article. Emotional intelligence is a socially significant integrated feature of the personality, which is directed to understanding own emotions and emotional experiences of others, provides with control of the emotional state, emotions submission to mind and will. The analysis of scientific sources on the study allowed to select several psychological mechanisms of the development of emotional intelligence with the help of which man is capable of perception, understanding own and others' emotions and control them: identification, imitation, emotional infection, reflection, emotional self-regulation, empathy. Identification mechanism lies in setting yourself in the place of other person through the deepening in his/her inner world, feelings and sensations. Hereby authentication predicts identification of the person with another one on the basis of strong emotional connection with her, while imitation is accompanied by certain visible actions, copying models of emotional behavior of others and so on. Imitation is closely related to the mechanism of "emotional infection" – a process in consequence of which a person unconsciously reproduces emotions and feelings, psycho-emotional states of other people with which he/she communicates. Imitation and emotional infection the most vivid reveal in the process of emotional development of infants and preschool children. In the structure of emotional intelligence, we observe reflection as a basic psychological mechanism of intrapersonal emotional intelligence, which provides emotional self-awareness and self-control, and empathy as the primary psychological mechanism of interpersonal emotional intelligence which ensures the success of communication and social interaction. An important psychological mechanism of emotional intelligence is the ability to realize emotional self-regulation, which enables a person more effectively to control emotional state (self-command, one's feelings, mood, voice), quickly respond to experiences and behaviors of other people, the ability to make the right decisions in a modified, non-standard situation.

Keywords: emotional intelligence, identification, imitation, reflexion, empathy, emotional regulation.

Подано до редакції 08.04.2014.