

## EMOTIONAL INTELLIGENCE - MEANING AND DEFINITION, CLASSIFICATION OF MODELS (THEORIES), STRUCTURAL COMPONENTS

*Aleksandrina G. Velichkova*

*ABSTRACT: Emotional intelligence affects the physical and mental health of an individual as well as his or her relationships with the others, and is inextricably linked both to the personal fulfillment and successful professional performance, particularly in the "human-human" field. Emotional intelligence is considered an important ability for many professional areas (including in the field of education). The ability to perceive emotions allows a person to better understand them which subsequently enhances emotion regulation. The ability to control one's emotions so that they can demonstrate the appropriate emotions in the workplace allows them to perform better. The level of emotional intelligence is an important factor for the acmeological personal development, ensuring the achievement of a high level of professionalism, including in the teaching profession.*

*KEYWORDS: emotional intelligence, emotional competence, emotion regulation*

### СЪЩНОСТ И ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ЕМОЦИОНАЛНАТА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ

В психологията на емоционалната интелигентност се очертават няколко водещи теории: теория за емоционално-интелектуалните способности на Дж. Майер, П. Салови и Д. Карузо; теория за емоционалната компетентност на Д. Голман; не-когнитивната теория за емоционалната интелигентност на Р. Бар-Он; двукомпонентната теория за емоционалната интелигентност на Д. Люсин. Съдържателна характеристика на емоционалната интелигентност, която обединява изброените теории, е съвкупността от способности за разбиране и управление на собствените емоции, а така също разбиране и управление на емоциите на другите (Деревянко, 2007: 108–112).

Две са основанията за въвеждането на понятието „емоционална интелигентност“: нееднородността на понятието „интелект“ и извършването на интелектуални операции с емоциите (Ильин, 2008: 243). Първоначално американските психолози П. Салови и Дж. Майер утвърждават термина „емоционална интелигентност“ за обозначаване на особен комплекс от психически свойства като умение за разбиране на собствените чувства, емпатия, умение да регулираш собствените си емоции (Манойлова, 2004: 16). На тях принадлежат и първите публикации по проблема за емоционалната интелигентност, в които те предлагат първото определение на емоционалната интелигентност и доказват, че тя може да се измери (Mayer et al., 1990: 772–771; Mayer & Salovey, 1993). Съгласно представите на авторите на оригиналната концепция за емоционалната интелигентност Дж. Майер, П. Салови, Д. Карузо, емоционалната интелигентност представлява група ментални способности, които осигуряват осъзнаването и разбирането на собствените емоции и емоциите на обкръжаващите. Емоционалната интелигентност се разглежда като подструктура на социалната интелигентност, която включва способността да се наблюдават собствените емоции и емоциите на другите хора, да се различават и да се използва тази информация за управление на мисленето и действията (Mayer et al., 1990: 772-781; Mayer & Salovey, 2005). Тя фокусира вниманието върху познанието и използването на собствените емоционални състояния и емоциите на околните за решаване на проблеми и регулиране на поведението (Андреева, 2006-б).

Дж. Майер и П. Салови определят емоциите като подредени реакции, пресичащи границите на много психологически подсистеми, в т.ч. физиологичната, когнитивната, мотивационната, емпиричната (свързана с опита). Това са адаптивни реакции, които могат да

бъдат потенциални причини за трансформацията на персоналното и социалното взаимодействие в обогатяването на опита (Mayer & Salovey, 1993: 433–442).

Според представите на Х. Гарднър за множествената интелигентност, посоченото явление включва широк кръг способности (Gardner, 1993; Гарднър, 2014). Моделът на интелекта структурира организацията на това пространство. Моделът на Х. Гарднър включва седем основни подвида (форми) на интелигентността, сред които наред с традиционните вербална и логико-математическа, присъстват и пространствена, музикална, телесно-кинетична, междуличностна (interpersonal) и вътреличностна (intrapersonal) интелигентност. От своя страна, междуличностната интелигентност включва способност да се наблюдават чувствата на другите и да се използват тези знания за прогнозиране на тяхното поведение. Един от аспектите на личностната интелигентност е свързан с чувствата и е много близък до това, което Дж. Майер, П. Салови и Д. Карузо наричат емоционална интелигентност (Gardner, 1993; Гарднър, 2014; Mayer, 2005 - а; Mayer & Salovey, 1993: 433–442).

Анализът на психологическата литература по проблемите на емоционално-волевата сфера, интелигентността, професионално значимите качества и самосъзнанието позволява да се формулира по-точно операционално определение на понятието „емоционална интелигентност”. В съответствие с описаните по-горе подходи за разбиране на емоциите (особен тип знание) и интелигентността (съвкупност от взаимосвързани умствени способности) понятието емоционална интелигентност отразява интегративния, цялостния характер на психиката на личността и се определя като:

- устойчива ментална способност, част от широк клас ментални способности; подструктура на социалната интелигентност и един от множеството фактори на индивидуалността, повече позитивни, отколкото негативни за междуличностните взаимоотношения (Андреева, 2006-б);
- способност да се действа в съответствие с вътрешната среда на своите чувства и желания (Яковлева, 1997: 20–27; Buck, 1991);
- способност да се разбира отношението на личността, представено чрез емоциите и да се управлява емоционалната сфера на основата на интелектуалния анализ и синтез (Salovey & Mayer, 1994; Горскова, 1999);
- способност ефективно да се контролират емоциите и да се използват за подобряване на мисленето (Mayer et al., 1990: 772–781; Mayer & Salovey, 2005);
- съвкупност от емоционални, лични и социални способности, които оказват влияние върху общата способност за ефективно справяне с изискванията и въздействията на обкръжаващата среда (Андреева, 2006-б);
- емоционално-интелектуална дейност (Ильин, 2001: 242–244; Орме, 2003; Яковлева, 1997: 20–27; Mayer, 2005-а; Mayer & Salovey, 1993: 433–442);
- съвкупност от знания, умения и навици, позволяващи да се взимат адекватни решения и да се действа на основата на резултатите от интелектуалната обработка на външната и вътрешната емоционална информация (Андреева, 2006-а: 28–32);
- съвкупност от емоционални, комуникативни, регулаторни личностни свойства и способности, осигуряващи осъзнаването, приемането и регулацията на състоянието и чувствата на другите хора и на самия себе си, опосредстващи нивото на продуктивността на дейността, успеха на междуличностните взаимодействия и личностното развитие (Манойлова, 2004: 18);
- умението на индивида „интелектуално” да управлява емоционалния си живот (Вайсбах, Дакс, цит. по Манойлова, 2004);
- способността на човек да възприема и използва емоционалната информация, т.е. информацията, получавана или предавана с помощта на емоциите; способността, която ни позволява да намалим стреса, да се научим ефективно да общуваме, да преодоляваме препятствията и да разрешаваме конфликтите (Лемберг, 2013:5);
- способността да се разпознават и да се управляват собствените и чуждите емоции (Нелсън и Куик, 2017: 833; Nelson & Quick, 2013);
- компетентност на личността (разбирана като единство на знания, умения и отношения) да живее пълноценно и в хармония със себе си и със света; „изкуството да се живее”.

## КЛАСИФИКАЦИЯ НА МОДЕЛИТЕ (ТЕОРИИТЕ) НА ЕМОЦИОНАЛНАТА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ И ТЕХНИТЕ СТРУКТУРНИ КОМПОНЕНТИ

Разнообразието на появилите се в края на XX и началото на XXI век модели на ЕИ налага необходимостта от тяхната класификация. Най-голямо внимание заслужават два опита в тази посока (Люсин, 2004: 32).

Дж. Майер, Д. Карузо и П. Салови (Mayer et al., 1999) предлагат модел на способностите и смесени модели. Към първия тип те отнасят собствения си модел, определящ ЕИ като когнитивна способност, а към втория тип – моделите, определящи ЕИ като съчетание на когнитивни способности и личностни характеристики (Люсин, 2004: 32–33).

К. В. Петридес и Е. Фърнам (Petrides & Furnham, 2000: 313-320) предлагат своя класификация на моделите на ЕИ, която считат за по-широка: ЕИ като способност (те го наричат ability EI или information-processing EI) и ЕИ като черта (trait EI). Авторите твърдят, че характерът на модела се определя не толкова от теорията, колкото от използваните методи за измерване на конструкта. ЕИ като черта е свързана с оценката на устойчивостта на поведението в различни ситуации, поради което за нейното измерване могат да се използват въпросници. ЕИ като способност се отнася към традиционната психология на интелигентността, поради което за нейното измерване най-адекватни са задачите, подобни на задачите от тестовете за интелигентност (Люсин, 2004: 33).

Първият и най-известен в научната психология модел на ЕИ е разработен от Питър Салови и Джон Майер. Първоначалният вариант на този модел е предложен през 1990 г. (Salovey & Mayer, 1990: 185–211). Авторите определят ЕИ като „способност да се проследяват собствените и чуждите чувства и емоции, да се различават и да се използва тази информация за насочване на мисленето и действията” (пак там: 189). ЕИ се интерпретира като сложен конструкт, състоящ се от три типа способности:

- оценка и изразяване на емоциите: собствени (вербално и невербално); на другите хора (невербално възприемане или емпатия);
- регулация на емоциите: собствени и на другите хора;
- използване на емоциите: гъвкаво планиране, творческо мислене, превключване на вниманието, мотивация.

По-късно представената структура е доразвита. В основата на новия вариант на модела залягат представите за това, че емоциите съдържат информация за връзките на човека с другите хора или предмети (Mayer, 2001). Изменението на връзките с другите хора и предмети води до изменение на емоциите, преживявани по този повод. В светлината на тази представа ЕИ се интерпретира като способност да се преработва информацията, съдържаща се в емоциите: да се определя значението на емоциите и връзките между тях, да се използва емоционалната информация като основа за мислене и вземане на решение (Люсин, 2004: 30). Според усъвършенствания модел (Mayer, & Salovey, 1997) емоционалната интелигентност включва следните ментални способности:

- осъзната регулация на емоциите;
- разбиране (осмисляне) на емоциите;
- асимилация на емоциите в мисленето;
- различаване и изразяване на емоциите (Mayer, 2005–a; Mayer, 2005–b).

Анализът на способностите, свързани с преработката на емоционалната информация, позволява на Салови и Майер да разграничат четири компонента, които те наричат „клони”. Тези компоненти се подреждат в йерархия, нивата на която, по предположение на авторите, се овладяват последователно в онтогенезата. Важно е да се отбележи, че всеки компонент се отнася както до собствените емоции на човека, така и до емоциите на другите хора (Люсин, 2004: 30-31). Така структурата в своята съвкупност описва четири сфери на емоционалните умствени способности, а именно способностите:

- безпогрешно да се различават собствените емоции и емоциите на другите хора;
- да се използват емоциите за повишаване на ефективността на мисловната дейност;
- да се разбира значението на емоциите;
- да се управляват емоциите (Mayer, 2005–a; Mayer, 2005–b).

Според П. Салови в структурата на емоционалната интелигентност влизат редица способности: разпознаване на собствените емоции, владение на емоциите, разбиране на емоциите на другите, самомотивация. Г. Горскова (1999) подчертава, че най-важният компонент на емоционалната интелигентност е разбирането на емоциите от субекта.

Така емоционалната интелигентност представлява съвкупност от емоционални и социални способности като способност за разбиране на собствените емоции и емоциите на другите, за управление на емоционалната сфера и за самомотивация. Всички структурни компоненти на емоционалната интелигентност са свързани помежду си и тяхната тясна взаимна зависимост способства за ефективното междуличностно взаимодействие (Андреева, 2004: 22-26).

Моделът на емоционална интелигентност на Дж. Майер, П. Салови и Д. Карузо представлява модел на способностите, доколкото авторите интерпретират емоционалната интелигентност като когнитивна способност. Според И. Андреева (Андреева, 2006-а: 28-32) представеният модел принадлежи към тестологическия подход. Първостепенно значение в този случай се отдава на операционалното определяне на емоционалната интелигентност с помощта на авторски методики (например тест MSCEIT).

Ключов момент в интегративния модел на емоционалната интелигентност се явява съчетаването на няколко специфични способности в интегративен показател ЕИ (емоционална интелигентност). В частност, тестът за емоционални знания на К. Изард предлага на тестираните да свържат емоции със ситуации и да идентифицират емоции в мимика. Това позволява да се определи интегративния показател ЕИ (емоционална интелигентност), който се фокусира върху възприемането и разбирането на емоциите (Izard, 1991; Изард, 2017). Интегративният подход към емоционалната интелигентност на К. Изард е близък до модела на способностите, макар и в него да не се отчита най-важния компонент на последния – съзнателната регулация на емоциите (Андреева, 2011: 56).

Към месените модели на емоционалната интелигентност може да се отнесе моделът на Д. Голман, който интерпретира емоционалната интелигентност като съчетание на когнитивни способности и личностни характеристики. Представеният модел, по мнение на И. Андреева (Андреева, 2006-а: 28-32), също принадлежи към тестологическия подход, тъй като тук намира място преходът към диспозиционалното определение. Авторът основава своя модел върху ранните представи на Салови и Майер (Salovey, Mayer, 1990: 185-211), но добавя към изведените от тях компоненти още няколко, а именно ентусиазъм, настойчивост и социални навици. По такъв начин той съчетава когнитивните способности, влизащи в състава на модела на Салови и Майер, с личностни характеристики. Благодарение на популярността на книгата на Голман „Емоционалната интелигентност”, неговият модел придобива голяма известност не само сред психолозите, но и в по-широки кръгове (Люсин, 2004: 31).

В своите изследвания на емоционалната интелигентност Д. Голман (Goleman, 1998) доказва, че жизненият успех на човека се определя не толкова от общото ниво на умственото развитие, колкото от онези особености на неговия разум, които определят способността му за самопознание и емоционална саморегулация, уменията да се изразяват собствените чувства, да се разбира и да се проявява чувствителност към състоянието на другите хора. Именно нивото на емоционално развитие, по мнението на автора, определя жизнения и професионалния успех на хората (Манойлова, 2004: 16).

Според Голман (Goleman, 1995; Голман, 2011) структурата на емоционалната интелигентност включва пет съставни части:

- идентификация и назоваване на емоционалните състояния, разбиране на връзките между емоции, мислене и действие;
- управление на емоционалните състояния – контрол над емоциите и замяна на нежелателните емоционални състояния с адекватни;
- способност да се „влиза” в емоционални състояния, осигуряващи постигане на успех;
- способност да се „четат” емоциите на другите хора, да се проявява чувствителност към тях и да се управляват техните емоции;
- способност да се встъпва в удовлетворяващи междуличностни отношения с другите хора, както и способност тези отношения да се поддържат.

Структурата на емоционалната интелигентност при Д. Голман е йерархична (<http://www.absoluteastronomy.com/encyclopedia>). Така идентификацията на емоциите е предпоставка за тяхното управление. В същото време един от аспектите на управлението на емоциите е способността да се продуцират емоционални състояния, водещи към успех. Тези три способности, ориентирани към другите хора, представляват детерминанти на четвъртата, а именно: да се осъществява контакт и да се поддържат добри взаимоотношения (Андреева, 2006-а: 28–32).

По-нататък Д. Голман доразвива структурата на емоционалната интелигентност като включва четири компонента: самосъзнание, самоконтрол, социално разбиране и управление на взаимоотношенията, при това съобразно различните категории хора тази структура отчасти се различава (<http://www.kaganonline.com/>).

Освен понятието „емоционална интелигентност“ Голман използва също и понятието „емоционална компетентност“, въведено от Каролин Саарни (Saarni, 1990: 115–182) и включващо лична компетентност (самоуправление – себепознание, саморегулация и мотивация) и социална компетентност (при изграждането на взаимоотношения – емпатия и социални навици).

Още по-широка трактовка на емоционалната интелигентност съдържа моделът на Р. Бар-Он. Авторът определя емоционалната интелигентност като всички некогнитивни способности, знания и компетентности, които дават на човека възможност успешно да се справя с различни жизнени ситуации (по Стернберг, 2002: 88). Р. Бар-Он определя пет сфери на компетентност, които може да се отъждествят с петте компонента на емоционалната интелигентност (Bar-On, 1997). Всяка от петте съставни части на емоционалната интелигентност се състои от няколко субкомпонента: себепознание, навици за междуличностно общуване, способност за адаптация, управление на стресови ситуации и преобладаващо настроение.

Близка до модела на Д. Голман се оказва представата за емоционалната интелигентност на Р. Купър (1997). В неговата структура на емоционалната интелигентност, на основата на която е създадена методиката за измерване EQ Map, може да се разграничат следните компоненти: *актуално обкръжение, емоционално самосъзнание, EQ компетентност, EQ ценности и позиции, EQ резултати* (Орме, 2003: 272; EQ Map, 2006).

Основавайки се на принципа за съществуването на много типове интелигентност и за хармонизирането на соматично-емоционалните езици, пронизващи всяко смислено човешко общуване, през 1997 г. П. Мерлеведе, Д. Бриду и Р. Вандам (Merlevede et al., 2005: 379-393) обосновават свой модел на когнитивно-емоционална интелигентност. В него чрез методите на невролингвистичното програмиране (НЛП) те предлагат програма за култивиране на емоционалната интелигентност и достигане до емоционална мъдрост – състояние на неразривно единство между емоционална интелигентност и интелигентна емоционалност.

Най-важното предимство на емоционалния коефициент е, че той е по-малко заложен генетично и дава възможност на родителите и преподавателите да компенсират това, което природата е пропуснала да предостави в шансовете на едно дете за успех. Този възглед защитава д-р Лорънс Шапиро, авангарден американски психолог, популяризирайки своя методика за обучаване на децата в уменията на емоционалната интелигентност (Shapiro, 1997; Шапиро, 1999).

В концепцията си за емоционалната грамотност Франсис Уилкс апелира за създаване на тясна връзка между чувствата и разума и заявява, че „това вероятно е най-важната и вълнуваща задача, която стои пред нас“ (Wilks, 1998; Уилкс, 2003:10-11). Към изброените от Д. Голман пет критерия (ключови области) за емоционална интелигентност: познаване на собствените емоции, управляване на емоциите, самомотивиране, разпознаване на чуждите емоции, управляване на връзките с другите, Фр. Уилкс прибавя и шести критерий: трансформиране на емоциите („емоционална трансформация“) – способността за превръщане на емоциите в техните противоположности („емоционални противоположности“).

Монсеф Гитуни, изследвайки човешката идентичност, през 2000 г. достига до идеята за глобалната идентичност, която включва три елемента – инстинктивен, емоционален и познавателен. Емоционалното измерение (емоционалната идентичност) е определено като главна основа на идентичността, осигуряваща нейното единство. „В тази област индивидът

разполага с абсолютна власт. Той може и трябва да действа, за да се развива и расте съобразно със себе си и чрез себе си” (Гитуни, 2003:13). Авторът определя характера на понятието емоционална интелигентност като глобален, а факторите, които то включва (осъзнаване на емоциите, управление на емоциите, самомотивация, емпатия и овладяване на междуличностните отношения) като комплексни и счита, че емоционалната интелигентност, макар и присъща на човешката природа, не е вродена и трябва да бъде възпитавана.

През 2003 г. Р. Ууд и Х. Толи предлагат модел за определяне и оценка на емоционалната интелигентност (Ууд и Толи, 2007). Базирайки се на утвърдената в теорията и практиката структура на емоционалната интелигентност, състояща се от пет компонента или пет сфери на компетентност (самопознание, самоконтрол, мотивация, емпатия, социални умения), авторите декомпозират всяка от тях на ключови аспекти и защитават тезата, че те са взаимосвързани по комплексен начин, т.е. „имат общ корен” – възможността да се представяме ефективно в някоя от тези сфери зависи от познанията ни във всяка една от тях.

Въз основа на съществуващите концепции, през 2004 г. Д. В. Люсин предлага собствен модел на емоционалната интелигентност като разработва нова методика за измерването ѝ – Въпросника ЕмИн. В него той интерпретира емоционалната интелигентност като способност за разбиране на собствените и чуждите емоции и тяхното управление (Люсин, 2000; Люсин, 2006: 6).

И способността за разбиране, и способността за управление на емоциите могат да бъдат насочвани както към собствените емоции, така и към емоциите на други хора. Поради това може да се говори за вътреличностна и междуличностна ЕИ (съответно ВЕИ и МЕИ). Тези два варианта предполагат актуализация на различни когнитивни процеси и навици, но е необходимо да бъдат съчетани един с друг. По този начин априорно се обособяват две „измерения”, пресичането на които определя четири вида ЕИ (Таблица 1) (Люсин, 2004: 33; Люсин, 2006: 6).

**Таблица 1. Априорна структура на емоционалната интелигентност, залегнала в основата на въпросника ЕмИн (по Д. Люсин)**

	<b>МЕИ:</b> Междуличностна ЕИ	<b>ВЕИ:</b> Вътреличностна ЕИ
<b>РЕ:</b> Разбиране на емоциите	Разбиране на чуждите емоции	Разбиране на собствените емоции
<b>УЕ:</b> Управление на емоциите	Управление на чуждите емоции	Управление на собствените емоции

Емоционалната интелигентност в модела на М. Манойлова е „способността на човека за осъзнаване, приемане и регулация на емоционалните състояния и чувствата на другите и на самия себе си”. Емоционалната интелигентност се разглежда като съвкупност на програмите – „регулатори” и „мотиватори” на дейността и общуването, отговарящи за себеразбирането и разбирането на другите, за саморегулацията и социалното поведение на личността (Манойлова, 2004: 17). Според Манойлова емоционалната интелигентност е интегративно понятие, включващо в себе си интелект, емоции и воля. Като основни характеристики на емоционалната интелигентност М. Манойлова определя емпатията, толерантността, асертивността и самооценката (пак там).

В най-новата история на изследването на емоционалната интелигентност изключително внимание заслужава дългогодишната задълбочена научна дейност на И. Андреева, обобщена във фундаменталния ѝ труд „Емоционалната интелигентност като феномен на съвременната психология” (Андреева, 2011). Предложената авторска концепция за емоционалната интелигентност представлява своеобразна интеграция между модела на способностите и смесените модели. Андреева предлага трикомпонентна йерархична структура на емоционалната интелигентност, включваща интелигентност на индивида, интелигентност на субекта на дейността и интелигентност на личността (пак там: 222) И. Андреева разглежда емоционалната интелигентност като:

- когнитивно-личностно образуване с най-силно изразени когнитивни компоненти;
- съвкупност от умствени способности за разбиране и управление на емоциите;

- знания, умения и навици, операции и стратегии в интелектуалната дейност, свързани с обработката и преобразуването на емоционалната информация.

Розлин Блум определя емоционалната интелигентност като дванадесета сила (от общо 24), благодарение на която „се изграждат добри взаимоотношения и се общува с лекота” (Блум, 2011: 59–60). Тя препоръчва да се придобие умението за разграничаване и използване на емоциите, за да се направляват съзнанието и действията. Предложени са методики, прилагането на които би подпомогнало подобряването на емоционалната интелигентност, а също и авторска трактовка на разбирането за петте способности.

Сюзън Дейвид защитава оригиналната си идея за емоционалната пластичност, която бива определена като „новата емоционална интелигентност”. В едноименния си труд авторът представя нов метод за справяне с емоциите, който предлага подходи за освобождаване от вредните мисловни модели, по-добро осъзнаване на емоциите и постигане на хармония и мир с тях, което би осигурило на личността по-ползотворни взаимоотношения, постигане на целите и пълноценен живот (David, 2016; Дейвид, 2017: 14–15).

През последните две десетилетия засилен интерес към феномена емоционална интелигентност проявяват и редица български изследователи, чиито научни търсения са насочени към практико-приложните аспекти на явлениято: емоционалната интелигентност на децата като основа за готовността им за училище (Делчева, 2001: 7–9); обучението на социалните работници в емоционална интелигентност и алтруистична чувствителност (Коцева, 2002: 132–137); емоционалната интелигентност и поведението на децата от предучилищна възраст (Стоянова, 2012: 3–11); детското музикално творчество и емоционалната интелигентност (Колева, 2014); формиране на емоционална интелигентност при хора с интелектуални затруднения чрез социална работа в група (Деянова, 2014); разработване на методика за изследване на връзката между лидерство и емоционална интелигентност (Илиев, 2015); условия за развитие на емоционалната интелигентност у 7–9 годишните деца (Станчева, 2016); емоционална интелигентност и стилове на хумор в процеса на себеприемане и приемане от другите (Ценов, 2017); емоционалната интелигентност и проявленията на стрес (Стоева, 2017: 99–130) и др.

В монографията си „Психология на управлението” Райна Стойнешка наред с общата интелигентност, обръща специално внимание на емоционалната интелигентност и я определя като способност на човека да управлява себе си и взаимоотношенията си с другите чрез по-добро адаптивно използване на емоционално натоварена информация. Анализирайки проблемите на емоционалната интелигентност авторът разглежда петте ѝ структурни компонента, формуирани от Д. Голман (самосъзнание, саморегулация, мотивация, емпатия, социални умения), като едни от най-важните качества на успешния лидер (каквото несъмнено е и учителят професионалист – б.м. – А.В.) (Стойнешка, 2008: 93).

Заслужава внимание определението, което Орлин Баев (Баев, 2009: 177) дава на емоционалната интелигентност, както и на проявленията ѝ (наред с „нейното следствие – социалната интелигентност”) в социално – колективен план. Според автора емоционалната интелигентност е осъзнаването и мениджмънта на емоционалния живот, така че да служи на благосъстоянието на психичния живот на човека, както и на социалните му интеракции.

Първи монографичен опит в България за разглеждане на емоционалната интелигентност в контекста на обвързването ѝ с пре/възпитанието на юноши (в т.ч. с девиантно поведение) прави Владислав Господинов в труда си „Юноши – Девиации – Емоционална интелигентност” (Господинов, 2010). На основата на обстоен теоретичен анализ и практико-приложно изследване на взаимовръзките на когнитивната и афективната сфера в контекста на човека и в частност на юношите в „норма” и в „девиация” е изведен своеобразен модел и са очертани насоки за взаимодействие с юноши с оглед използване на позитивния възрастов потенциал, включително девиацията, по посока превъзпитание и формиране на емоционална интелигентност.

В книгата си „Приложна педагогическа психология. Интелигентните емоции и чувства” Г. Герчева-Несторова и С. Илиева предлагат методика, ориентирана към придобиване на знания и умения за ефективно общуване, развиване на самоконтрол върху емоциите, понижаване на тревожността, повишаване на социалната и емоционалната чувствителност чрез тренинг сесии

за работа с определените от авторите като „основни” емоции и чувства: радост, тъга, интерес, страх, гняв, обида, вина, удоволствие, любов (Герчева-Несторова и Илиева, 2017: 7–19).

В съответствие с представените по-горе структури на емоционалната интелигентност се обособяват нейните основни категориални характеристики: интроспективност (стремеж към вътрешно съзерцание, систематичен и целенасочен анализ на емоционалните преживявания и тяхното осъзнаване), инструменталност (ориентация към получаване и прилагане на емоционалните знания на практика), имплицитност (достъпност на личността за самата себе си, осигуряваща възможност за вътрешно наблюдение и диференциация на емоционалните преживявания) (Деревянко, 2007: 108–112).

По-нататъшните теоретико-методологически изследвания биха способствали за разкриването на нови перспективи в практическото приложение на емоционалната интелигентност. Съществуващите днес потребности от по-нататъшно изследване на феномена емоционална интелигентност, на неговата структура, на пътищата за развитието ѝ, ще открие реална възможност за оптимизация на взаимоотношенията чрез по-дълбоко осъзнаване на емоционалните процеси и състояния, възникващи между хората в процеса на междуличностното взаимодействие.

### References:

1. **Andreeva, I.** (2004). Ponyatie i struktura emotsionalnogo intellekta. Sotsialno-psihologicheskie problemy mentalnosti: 6-ya Mezhdunarodnaya nauchno-prakticheskaya konferentsia. Smolensk: SGPU. Ch.1., 22–26.
2. **Andreeva, I.** (2006-a). Emotsionalnyy intellekt: neponimanie, privodyashtee k „ischeznoveniuyu”? Psihologicheskiy zhurnal, 1. Minsk, 28-32.
3. **Andreeva, I.** (2006-b) Emotsionalnyy intellekt: issledovaniya fenomena. Voprosy psihologii, 3.
4. **Andreeva, I.** (2011). Emotsionalnyy intellekt kak fenomen sovremennoy psihologii. Novopolotsk: PGU.
5. **Baev, O.** (2009). Transpersonalna psihologia. Varna: „Dangrafik”
6. **Blum, R.** (2011). Pozitivnata psihologia. Sofia: „Fama”
7. **Gardnar, H.** (2014). Mnozhestvoto inteligentnosti. Novi horizonti v teoriyata i praktikata. Sofia: „Iztok - Zapad”.
8. **Gercheva-Nestorova, G., Ilieva, S.** (2017). Prilozhna pedagogicheska psihologia. Inteligentnite emotsii i chuvstva. Varna: UI-VSU „Chernorizets Hrabar”
9. **Gituni, M.** (2003). Emotsionalnata inteligentnost. Sofia: „Prosveta – Sofia”
10. **Gorskova, G.** (1999). Vvedenie ponyatia „emotsionalnyy intellekt” v psihologicheskuyu teoriyu. Tez. nauch.-prakt. konf. „Ananyevskie chtenia”. Sankt-Peterburg: Izd-vo SPb. un-ta, 25-26.
11. **Golman, D.** (2011). Emotsionalnata inteligentnost. Sofia: ”Iztok-Zapad”.
12. **Gospodinov, V.** (2010). Yunoshi – deviatsii – emotsionalna inteligentnost. Sofia: „Iztok-Zapad”.
13. **Deyvid, S.** (2017). Emotsionalna plastichnost. Sofia: „Gnezdoto”
14. **Delcheva, T.** (2001). Emotsionalnata inteligentnost na detsata – osnova za gotovnostta im za uchilishte. Preduchilishtno vazpitanie, №7-8, 7.
15. **Derevyanko, S.** (2007). Emotsionalnyy intellekt: problemy kategorialnosti. Psihologia v sovremenном informatsionnom prostranstve: materialy mezhdunarodnoy nauchnoy konferentsii/Smol. gos. un-t. Smolensk: Izd-vo SmolGU, Ch.1.
16. **Deyanova, G.** (2014). Formirane na emotsionalna inteligentnost pri hora s intelektualni zatrudnenia chrez sotsialna rabota v grupa. Avtoreferat na disertatsia za prisazhdane na obrazovatelna i nauchna stepen „doktor”. SU „Sv.Kl. Ohridski”
17. **Izard, K.** (2017). Psihologia na emotsite. Sofia: IK „Zdrave i shtastie”.
18. **Iliev, I.** (2015). Razrabotvane na metodika za izsledvane vrazkata mezhdu liderstvo i emotsionalna inteligentnost. Avtoreferat na disertatsia za prosazhdane na obrazovatelna i nauchna stepen „doktor”. UNSS
19. **Ilyin, E.** (2001). Emotsii i chuvstva. Sankt-Peterburg: Piter
20. **Ilyin, E.** (2008) Emotsii i chuvstva. Sankt-Peterburg: Piter



21. **Koleva, G.** (2014). Detskoto muzikalno tvorchestvo i emotsionalnata inteligentnost. Sofia: UI „Sv. Kliment Ohridski”
22. **Kotseva, S.** (2002). Obuchenieto na sotsialna rabotnik v emotsionalna inteligentnost i altruistichna chuvstvitelnost. Prilozhna psihologia i sotsialna praktika. Sbornik materiali ot nauchna konferentsia. Varna: UI na VSU „Chernorizets Hrabar”
23. **Lemberg, B.** (2013). Emotsionalniyat intelekt. Kak razumat obshtuva s chuvstvata. Sofia: „Paritet”
24. **Lyusin, D.** (2004). Sovremennyye predstavlenia ob emotsionalnom intellekte. Sotsialnyy intellekt: Teoria, izmerenie, issledovaniya. Moskva: Izdatelystvo „Institut psihologii RAN”, 30-34.
25. **Lyusin, D.** (2006). Novaya metodika dlya izmereniya emotsionalnogo intellekta: oprosnik EmIn. Psihologicheskaya diagnostika, №4, 6.
26. **Manoylova, M.** (2004). Razvitiye emotsionalnogo intellekta budushtih pedagogov. Pskov: PGPI.
27. **Merlevede, P., Bridu & D., Vandam, R.** (2005). 7 stapki kam emotsionalnata inteligentnost. Sofia: „Klasika i Stil”
28. **Nelsan, D., Kuik, D.** (2017). Organizatsionno povedenie. Naukata, realniyat svyat i vie. Sofia: „Izток – Zapad”
29. **Orme, G.** (2003). Emotsionalnoye myshlenie kak instrument dostizheniya uspeha. Moskva: „KSP+”.
30. **Stancheva, S.** (2016). Uslovia za razvitiye na emotsionalnata inteligentnost u 7-9 godishnite detsa. Avtoreferat na disertatsia za prosazhdane na obrazovatelna i nauchna stepen „doktor”.
31. **Sternberg, R.** i dr. (2002). Prakticheskiy intelekt. Sankt-Peterburg: Piter.
32. **Stoeva, T.** (2017). Emotsionalna inteligentnost i stres. Psihologia – teoria i praktika, IH, №1, 99-130.
33. **Stoyneshka, R.** (2008). Psihologia na upravlenieto. Varna: „Nauka i ikonomika” - IU – Varna
34. **Stoyanova, V.** (2012). Emotsionalna inteligentnost i povedenie. Dom, dete, detska gradina, 3, 3-11.
35. **Uilks, F.** (2003). Inteligentnite emotsii. Nova psihologia na chuvstvata. Sofia: „Kragozor”.
36. **Uud, R., Toli, H.** (2007). Profesionalni testove za emotsionalna inteligentnost. Sofia: „Lokus Pabishing”
37. **Tsenov, M.** (2017). Emotsionalna inteligentnost i stilove na humor v protsesa na sebezpriemane i priemane ot drugite. Avtoreferat na disertatsia za prosazhdane na obrazovatelna i nauchna stepen „doktor”.
38. **Shapiro, L.** (1999). Kak da vazpitame dete s visok emotsionalen koefitsient. Sofia: „ZhAR-Zhanet Argirova”
39. **Bar-On, R.** (1997). *The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual*. Toronto: Multi-Health Systems
40. **Buck, R.** (1991). Motivation, emotion and cognition: A developmental-interactionist view. *Strongman, K.N. (ed). International review of studies on emotion V.T.* Chichester: Wiley
41. **David, S.** (2016). *Emotional agility*. Penguin Publishing Group
42. **EQ Map** [Electronic resource]. – Essi Systems 2006. - Mode of access: <http://www.essisystems.com/assessment>.
43. **Gardner, H.** (1993). *Multiple Intelligences: The Theory in Practice*. New York: Basic Books.
44. **Goleman, D.** (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
45. **Goleman, D.** (1998). *Working With Emotional Intelligence*. Great Britain: Bloomsbury Press.
46. **Izard, C.** (1991). *The Psychology of Emotions*. New York: Springer Science & Business Media.
47. **Mayer, J.** (2001). A field guide to emotional intelligence. *Emotional intelligence in everyday life*. Philadelphia, P.A.: Psychology Press, 3-24.
48. **Mayer, J.** (2005–a). Emotional intelligence information. [Elektronik resource]. Mode of access: [http://www.unh.edu/emotional\\_intelligence/](http://www.unh.edu/emotional_intelligence/)
49. **Mayer, J.** (2005–b). *Emotional intelligence: Popular or scientific psychology*. [Elektronik resource]. Mode of access: <http://www.apa.org/monitor/sep99/>
50. **Mayer, J., Caruso, D. & Salovey, P.** (1999). Emotional Intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence, V.27*.

51. **Mayer, J., Di Paolo & M., Salovey, P.** (1990) Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A Component of emotional intelligence. *J. Pers. Assessment*. V.54, 3,4, 772–781.
52. **Mayer, J. & Salovey, P.** (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*. New York, 433–442.
53. **Mayer, J. & Salovey, P.** (1997). What is emotional intelligence? *P. Salovey, D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators*. New York: Basic Books
54. **Mayer, J. & Salovey, P.** (2005). Emotional intelligence. [Elektronik resourse]. Mode of access: [http://www.unh.edu/emotional\\_intelligence/](http://www.unh.edu/emotional_intelligence/)
55. **Nelson, D. & Quick, D.** (2013). *Organizational Behavior. Science, the Real World, and You*. Cengage Learning.
56. **Petrides, K. & Furnham, A.** (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, V.29, 313–320.
57. **Saarni, C.** (1990). Emotional competence: How emotions and relationships become integrated. In: *R.A.Thompson (ed.). Nebraska Symposium on Motivation. V.36. Socio-emotional development*. Lincoln: University of Nebraska Press, 115–182.
58. **Salovey, P. & Mayer, J.D.** (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, V.9, 185–211.
59. **Salovey, P. & Mayer, J.D.** (1994). Some final thoughts about personality and intelligence.
60. **Shapiro, L.** (1997). *How to Raise a Child with a High EQ: A Parent's Guide to Emotional Intelligence*. Harper Perennial
61. **Wilks, F.** (1998). *Intelligent Emotion*. Random House UK Limited
62. <http://www.absoluteastronomy.com/encyclopedia>
63. <http://www.kaganonline.com/>

*Aleksandrina Velichkova*  
 PhD Student at “Episkop Konstantin Preslavski” University of Shumen  
 “Kapitan Petko Voyvoda” Elementary School, Varna  
 alex\_vel@abv.bg