

УДК [612.821.3:331.102.1]

АНАЛИЗ И ИЗУЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА: ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ИНЖЕНЕРА-ПРОГРАММИСТА



И.И. Мошко,
инженер-программист ООО
«СофтТекно»

ООО «СофтТекно», Республика Беларусь
E-mail: moshkoivan@gmail.com

И.И. Мошко

Окончил Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники. Аспирант кафедры ИПиЭ БГУИР. Работает в SoftTeco в должности инженера-программиста. Проводит научные исследования влияния эмоционального интеллекта на различные аспекты деятельности инженера-программиста.

Аннотация. Статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме эмоционального интеллекта. В современном мире работодателями востребованы профессионалы, которые способны быстро адаптироваться к различным требованиям деятельности, а также эффективно справляться со стрессом. В этой связи возрастает интерес к исследованиям эмоционального интеллекта (ЭИ) – совокупности ментальных способностей к пониманию эмоций и управлению ими, который справедливо рассматривается как один из ключевых факторов стрессоустойчивости и ментального здоровья, проблемы эффективности человека в карьере и жизни. За последние годы зарубежными и отечественными психологами было проведено множество исследований с целью проанализировать и доработать сущность эмоционального интеллекта, создать его наиболее полную модель. Автор статьи проводит краткий анализ эмоционального интеллекта, а также показывает, насколько важным является дальнейшее изучение данного понятия и его структуры как для научной, так и для практической областей психологии.

Ключевые слова: эмоции, эмоциональный интеллект, инженер-программист, эмоциональная компетентность, индивидуально-психологические особенности.

Введение. Профессиональная подготовка специалистов в настоящее время становится предметом пристального внимания, что обусловлено, с одной стороны, изменениями в установках работодателей, конъюнктурой рынка труда, достижениями практического менеджмента и теории управления, а с другой – интенсификацией условий труда. Современными работодателями востребованы профессионалы, способные быстро адаптироваться к достаточно сложным требованиям деятельности, а также эффективно справляться со стрессом. Развитый эмоциональный интеллект особенно важен для специалистов, работающих в системе «человек – человек» с повышенной интенсивностью коммуникации (педагогов, психологов, руководителей), чей процесс и результат деятельности характеризуются высокой степенью неопределенности, эмоциональной напряженностью [1]. Однако с каждым годом для специалистов работающих в системе «человек – машина» эмоциональный интеллект играет все более значимую роль. Для успешной карьеры программисту недостаточно только хорошего кода. Рабочий процесс обычно требует умений отстоять свою позицию перед коллегами и заказчиком, объяснить им нюансы выбранного решения и доказать, что именно это решение поможет достичь лучшего результата.

Специфика профессии требует и других умений – например, избежать эмоционального выгорания. Именно поэтому так важно уделять особое внимание развитию эмоционального интеллекта.

Материалы и методы. В данной статье рассмотрена интегративная структурная модель эмоционального интеллекта. Иерархическая структура эмоционального интеллекта включает «интеллект индивида», «интеллект субъекта деятельности» и «интеллект личности». В рамках теоретической модели первый уровень характеризуется параметрами темперамента (эргичности, темпа, пластичности, эмоциональности); второй – параметрами инструментального и индивидуально-личностного (межличностного и внутриличностного) эмоционального интеллекта; третий – личностными факторами (общим интеллектом, общительностью, социальной смелостью, эмоциональной устойчивостью, адаптивностью, принятием себя и других, эмоциональным комфортом, эмоциональной креативностью). Интегральный эмоциональный интеллект в целом рассматривается как когнитивно-личностное образование, как совокупность умственных способностей к пониманию эмоций и управлению ими, компетенций, связанных с обработкой и преобразованием эмоциональной информации, а также коммуникативных, эмоциональных, интеллектуальных и регулятивных личностных свойств, способствующих адаптации индивида [1].

Эмпирическая модель структуры эмоционального интеллекта включает: на первом уровне – параметры темперамента; на втором уровне – параметры инструментального и индивидуального эмоционального интеллекта; на третьем уровне – личностные факторы (эмоциональную устойчивость; подготовленность; интегральные показатели социально-психологической адаптации. Таким образом можно выделить четыре типа эмоционального интеллекта, два из которых относятся к инструментальному эмоциональному интеллекту (опытный, стратегический), два – к индивидуально-личностному (рефлексивному) эмоциональному интеллекту (межличностный, внутриличностный).

Ввиду этого можно определить следующие психологические характеристики типов эмоционального интеллекта:

– индивидуально-личностного эмоционального интеллекта (т. е. межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта): высокий уровень социального и предметного темпа; подготовленности, эффективности, эмоциональной устойчивости, смелости, доминантности, адаптации, приятия других, эмоциональной комфортности и интернальности;

– опытного типа эмоционального интеллекта: слабо выраженные эффективность, эмоциональная креативность, моральная нормативность, дисциплинированность, подозрительность;

– стратегического типа эмоционального интеллекта: низкая социальная эргичность и высокая предметная эмоциональность; сравнительно низкая самооценка, выраженная эмоциональная креативность, абстрактность мышления, робость, нежность, мечтательность, тревожность и склонность к самообвинению;

– межличностного типа эмоционального интеллекта: высокие показатели социальной эргичности, социальной пластичности, социального темпа и социальной эмоциональности; а также эмоциональной креативности, измеренной посредством самоотчета и объективного теста, общительности, беспечности, социальной смелости, адаптации и самопринятия ;

– внутриличностного типа эмоционального интеллекта: низкая социальная пластичность и социальная эмоциональность, высокий уровень эмоциональной устойчивости, самооценки, интернальности и эмоциональной комфортности, а также низкий уровень новизны, подозрительности, тревожности [2].

Эмпирическая модель структуры эмоционального интеллекта включает:

– на первом уровне – параметры темперамента (социальный и предметный темп, предметную и социальную эргичность, предметную и социальную пластичность, предметную

и социальную эмоциональность);

– на втором уровне – параметры инструментального и индивидуального эмоционального интеллекта;

– на третьем уровне – личностные факторы (эмоциональную устойчивость; подготовленность; интегральные показатели социально-психологической адаптации (высокие – адаптации, самопринятия, принятия других, эмоциональной комфортности и интернальности; низкий – эскапизма).

Структура эмоционального интеллекта специалиста с высшим образованием включает в себя следующие компоненты: на уровне эмоционального интеллекта индивида – слабо выраженные социальную пластичность и социальную эмоциональность; на уровне ЭИ субъекта деятельности – преобладание внутриличностного эмоционального интеллекта, на уровне ЭИ личности – эмоциональную устойчивость, высокую самооценку, интернальность, эмоциональную комфортность, низкий уровень новизны, подозрительности, тревожности. При этом у специалистов различных специальностей структура эмоционального интеллекта имеет свои особенности.

Структура ЭИ специалиста с высшим техническим образованием включает: на уровне ЭИ индивида – средний уровень социальной пластичности и социального темпа; на уровне ЭИ субъекта деятельности – преобладание опытного ЭИ; на уровне ЭИ личности – конкретность мышления, реалистичность, слабо выраженные эффективность, эмоциональную креативность, адаптацию, самопринятие, моральную нормативность, дисциплинированность, подозрительность [1].

Результаты. Интегративная структурная модель эмоционального интеллекта имеет трехуровневое строение. Иерархическая структура эмоционального интеллекта включает «интеллект индивида», «интеллект субъекта деятельности» и «интеллект личности». В рамках теоретической модели первый уровень характеризуется параметрами темперамента; второй – параметрами инструментального и индивидуально-личностного эмоционального интеллекта; третий – личностными факторами.

Эмоциональный интеллект индивида представляет собой природные возможности когнитивных процессов индивида, обеспечивающих обработку эмоциональной информации, и включает врожденные предпосылки эмоциональных способностей, в качестве которых в рамках интегративной модели рассматриваются свойства темперамента (активность и ее характеристики: эргичность, темп и пластичность, а также эмоциональность). Эмоциональный интеллект субъекта деятельности рассматривается как синтез эмоциональных способностей и компетенций, который формируется в процессе обучения и последующей профессиональной деятельности. Можно выделить две составляющие ЭИ субъекта деятельности: 1) инструментальный эмоциональный интеллект – сочетание интеллектуальных способностей к обработке эмоциональной информации и эмоциональной компетентности, которое проявляется при решении практических задач и подлежит внешней объективной оценке; 2) индивидуальный (рефлексивный) эмоциональный интеллект – представления об уровне собственного эмоционального интеллекта, которые формируются в результате рефлексии; осознаваемая эмоциональная самооэффективность индивида в сфере эмоций.

По мере повышения рефлексивности эмоционального интеллекта происходит увеличение влияния интеллекта и уменьшение эмоциональности, имеет место более эффективная регуляция способностей ЭИ. В связи с этим предполагалось, что по мере возрастания рефлексивности ЭИ будет увеличиваться выраженность связанных с ним личностных свойств, способствующих адаптивному поведению личности в социуме.

Эмпирическая модель эмоционального интеллекта также имеет трехуровневую структуру (ЭИ индивида, субъекта деятельности, личности) и включает: на первом уровне – параметры темперамента (социальный и предметный темп, предметную и социальную

эргичность, предметную и социальную пластичность, предметную и социальную эмоциональность); на втором уровне – параметры инструментального и индивидуально-личностного эмоционального интеллекта; на третьем уровне – личностные факторы (эмоциональную устойчивость; подготовленность; интегральные показатели социально-психологической адаптации (высокие – адаптации, самопринятия, принятия других, эмоциональной комфортности и интернальности; низкий – эскапизма).

Выявлены психологические характеристики типов эмоционального интеллекта. Психологическими характеристиками индивидуально-личностного эмоционального интеллекта являются высокие показатели социального и предметного темпа (характеристик эмоционального интеллекта индивида); подготовленности, эффективности, эмоциональной устойчивости, смелости, доминантности, адаптации, принятия других, эмоциональной комфортности и интернальности (характеристик эмоционального интеллекта личности) – в сопоставлении с инструментальным эмоциональным интеллектом, опытным и стратегическим. К психологическим характеристикам опытного типа ЭИ относятся: слабо выраженные эффективность, эмоциональная креативность, адаптация, самопринятие, моральная нормативность, дисциплинированность, подозрительность (характеристики эмоционального интеллекта личности). Психологические характеристики стратегического типа ЭИ – низкая социальная эргичность и высокая предметная эмоциональность (характеристики ЭИ индивида); сравнительно низкая самооценка, выраженная эмоциональная креативность, абстрактность мышления, робость, нежность, мечтательность, тревожность и склонность к самообвинению (характеристики эмоционального интеллекта личности).

Психологическими характеристиками межличностного типа ЭИ являются социальная эргичность, социальная пластичность, социальный темп и социальная эмоциональность (характеристики ЭИ индивида); а также эмоциональная креативность, измеренная посредством самоотчета и объективного теста, общительность, беспечность, социальная смелость, адаптация и самопринятие (характеристики эмоционального интеллекта личности). Психологические характеристики внутриличностного типа ЭИ – низкая социальная пластичность и социальная эмоциональность (характеристики ЭИ индивида), высокий уровень эмоциональной устойчивости, самооценки, интернальности и эмоциональной комфортности, а также низкий уровень новизны, подозрительности, тревожности (характеристики эмоционального интеллекта личности) [1].

Заключение. Одной из трудностей в деятельности инженера-программиста является ее высокая эмоциональная насыщенность: психоэмоциональные перегрузки, эмоциональная напряженность, выгорание и т.д. Эти явления могут приводить к ухудшению или полной дезорганизации профессиональной деятельности. Таким образом продуктивность деятельности напрямую зависит от способности программиста осознавать и регулировать свои эмоциональные состояния и чувства, а также от умения понимать и управлять состояниями своих коллег и подчиненных, то есть от уровня развития эмоционального интеллекта.

Список литературы

- [1] Андреева, И.Н. Структура и типология эмоционального интеллекта [Текст] / И.Н. Андреева // Диссертация на соискание степени доктора психологических наук: Минск, 2017. – 359 с.
- [2] Андреева, И.Н. Эмоциональный интеллект как фактор самоактуализации // Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под. ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М., 2009.
- [3] Ушаков, Д.В. Социальный и эмоциональный интеллект: надежды, сомнения, перспективы // Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под. ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М., 2009.
- [4] Вайнштейн, Л.А. «Психология управления и основы лидерства». – Минск, ГИУСТ БГУ, 2008. С. 289
- [5] Вилюнас, В.К. Психология эмоциональных явлений. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 2011. - 143 с.
- [6] Гарскова, Г.Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию / Г.Г. Гарскова // Ананьевские чтения: тез. науч.практ. конф.; редкол.: А.А. Крылов [и др.]. - СПб.: Изд-во Санкт-Петерб. ун-та, 2013. - С. 25 - 26.

EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ITS INFLUENCE ON THE ACTIVITY OF A PROGRAM ENGINEER

*I.I. Moshko,
software engineer SoftTekno LLC*

*SoftTekno LLC, Republic of Belarus
E-mail: moshkoivan@gmail.com*

Abstract. The article is devoted to the current problem of emotional intelligence. In the modern world, employers are in demand for professionals who are able to quickly adapt to various requirements of the activity, as well as effectively cope with stress. In this regard, there is increasing interest in research on emotional intelligence – EI) - a set of mental abilities to understand emotions and manage them, which is rightly considered as one of the key factors of stress resistance and mental health, the problem of human effectiveness in career and life. In recent years, foreign and domestic psychologists have conducted many studies in order to analyze and Refine the essence of emotional intelligence, to create its most complete model. The author of the article provides a brief analysis of emotional intelligence, and also shows how important it is to further study this concept and its structure for both scientific and practical areas of psychology.

Keywords: emotions, emotional intelligence, software engineer, emotional competence, individual psychological characteristics.