

УДК 378

DOI: 10.34670/AR.2023.71.70.010

Эмоциональное развитие и эмоциональный интеллект**Яковко Татьяна Владимировна**

Доцент кафедры философии,
Академия государственной противопожарной службы МЧС России,
129366, Российская Федерация, Москва, ул. Б. Галушкина, 4;
e-mail: tatyana.yakovko@yandex.ru

Аннотация

Цель настоящего исследования: проанализировать, каким образом понимание человеком «эмоционального развития» и «эмоций» менялось в рамках различных исторических периодов. Материальную основу исследования составили работы следующих авторов: М.В. Алфимова, М.В. Аринина, А. Гербут, Ч. Дарвин, Д. Тинлей, Ч. Цзонхава, И.С. Иригина, Д.М. Карпов, Е.Е. Левина, А.А. Лонг, Т. Бреннан и другие. В результате сделаны следующие выводы. Понимание человеком функций эмоций изменялось с течением времени. В древности люди, действуя в рамках различных философских парадигм (стоицизм и буддизм), стремились избавиться от негативных эмоций, которые назывались либо «омрачениями», либо «страстями». В 1872 году Ч. Дарвин делает вывод о том, что адаптация человека (или животного) к изменяющейся окружающей среде – вот в чем заключается основная функция эмоций. Полагаем, что работы Ч. Дарвина стали основой концепции «Эмоционального интеллекта», представляющего собой способность отслеживать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и обозначать соответствующим образом. То, насколько развитым эмоциональным интеллектом обладает человек, оказывает влияние на успешность его интеграции в социум. Примечательно, что если в древности люди обращали взор на собственный внутренний мир (занимаясь, в сущности, интроспекцией), то на сегодняшний день понятие «эмоциональный интеллект» предполагает скорее понимание эмоций другого индивида, нежели собственных.

Для цитирования в научных исследованиях

Яковко Т.А. Эмоциональное развитие и эмоциональный интеллект // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2023. Т. 12. № 11А. С. 75-82.
DOI: 10.34670/AR.2023.71.70.010

Ключевые слова

Эмоциональное развитие, интеллект, омрачения, страсти, стоицизм, адаптация.

Введение

Актуальность настоящего исследования продиктована тем фактом, что действия любого человека обусловлены его эмоциональным состоянием. В частности, то, какие эмоции переживает человек, оказывает значительное влияние на его субъективное ощущение счастья, взаимоотношения со значимыми близкими, успешность в профессиональном плане. В связи с этим представляется необходимым проанализировать, каким образом менялись представления человека об эмоциях в рамках различных исторических периодов.

В связи с этим полагаем необходимым начать с древнего мира, а именно – со взглядов представителей стоицизма и буддизма на эмоциональную сферу. Как утверждает Д.М. Карпов, стоицизм представляет собой философскую школу, появившуюся приблизительно в 300 году до нашей эры и сохранившую свое влияние вплоть до конца античного периода [Карпов, 2020]. А.А. Лонг указывал, что стоики обозначали эмоции в качестве «страстей», которые являются типом психического импульса, при котором человек либо положительно реагирует на внешний объект (который он ошибочно оценивает как хороший), либо отрицательно (при условии, что он ошибочно оценивает такой объект как плохой) [Long, 2007, 379-380].

Основная часть

Стоики не одобряли это и считали, что импульсы должны определяться не внешними факторами, а внутренними условиями. По этой причине стоики относили страсти к категории ошибочных импульсов. По мнению Эпиктета, страсти возникают из-за ошибок в суждениях, в частности, в системе внутренних ценностей человека [там же, 380]. Это происходит при условии, что человек относится к не зависящим от него факторам либо как к абсолютно положительным, либо как к абсолютно отрицательным. В результате он чрезмерно привязывается к ним (или пытается противостоять им).

Рассматривая эти безразличные объекты/переживания как необходимые для своего благополучия, человек использует их в качестве оправдания для чрезмерных реакций в различных ситуациях. В качестве примера Е.А. Гербут обращается к категории «репутации» [Гербут, Остапенко, 2021]. Рассматривая ее как важнейшее условие своего благополучия, человек может ошибочно оправдывать свою гневную реакцию на какое-либо событие, угрожающее его социальному статусу (репутации).

При этом стоики полагали, что только живущие без страха и тревоги люди могут прожить свою жизнь по-настоящему. Это объясняется тем, что любая страсть в той или иной степени поработает человека. Причина этого заключается в том, что страсть неизбежно возникает в результате приписывания ценности внешнему объекту, который не зависит от самого человека. В связи с этим представители стоицизма полагали, что истинная свобода может быть достигнута только путем устранения всех страстей.

При таком подходе наши эмоции – это единственные вещи, которые действительно могут угнетать или запугивать нас. Однако стоики были убеждены, что человек способен контролировать свою эмоциональную сферу. Именно поэтому Эпиктет полагал, что не смерть и боль пугают человека, а скорее его представления о них. В этом есть смысл, поскольку смерть и боль – это естественные телесные процессы, которые затрагивают всех живых существ на планете. Несмотря на то, что в них нет ничего страшного, люди, приписывая ценность внешним факторам (например, здоровью), делают смерть и боль страшными феноменами, что, в свою

очередь, порождает страх и тревогу. Для того чтобы стать полностью свободным, человек должен научиться контролировать свои мысли, а также избавляться от страстей.

Е.Е. Левина высказывает точку зрения о том, что, говоря об устранении страстей, люди могут неправильно понять сущность стоицизма [Левина, Барышников, 2022]. В частности, они могут ошибочно полагать, что эта философская система призывает избавиться от любых эмоций. Напротив, стоицизм признавал важность определенных эмоций, однако он выступал за управление ими в состоянии, получившем название «апатия». Апатия – это состояние, исключающее негативные импульсы или страсти.

Стоики называют апатией рациональное состояние ума, не подверженное страстям, при котором человек может сохранять спокойствие даже перед лицом очень сложных жизненных ситуаций, таких как изгнание или смерть [Long, 2007, 380-381]. В этом смысле сторонники стоицизма считают, что стоицизм на самом деле способствует управлению эмоциями здоровым и продуктивным образом.

Обратимся к страстям, с которыми призывают бороться стоики. Традиционно их принято объединять в четыре группы: желание, страх, удовольствие и боль. Т. Бренна указывает, что первой страстью является «желание», которое представляет собой мнение о том, что объект/опыт, которым мы в данный момент не обладаем, заслуживает внимания к себе [Brennan, 2006, 93-94]. Иначе говоря, речь идет об иррациональной тяге к объекту или опыту, ошибочно воспринимающимся положительными. Вторая страсть, страх – это мнение о том, что объект/опыт, которым мы в данный момент не обладаем, плох и его следует избегать. Третья страсть, удовольствие – это мнение о том, что настоящее переживание или объект, которым мы обладаем в данный момент, приносит нам пользу и нечто позитивное. Эту страсть следует понимать в качестве иррационального восторга по поводу объектов/опытов, которые мы ошибочно воспринимаем как хорошие [там же, 93-94]. Четвертая и последняя страсть, боль – это мнение о том, что какое-либо переживание или объект, которыми мы обладаем в данный момент, приносят нам вред.

Полагаем необходимым акцентировать внимание на том факте, что представления стоиков о «страстях» демонстрируют наличие множества общих с черт с иной философской системой, с буддизмом. Примечательно, что буддизм (именно его тибетские секты – Гелуг, Ньингма, Кагью и Сакья) начинает появляться в седьмом веке нашей эры, то есть, спустя практически десять веков после возникновения стоицизма.

В частности, как утверждает геше Джампа Тинлей, буддизм использует схожий с стоицизмом категориальный аппарат в части эмоций [Джампа, 1995, 20-23]. Если стоики говорили о «страстях», то тибетские мастера используют понятие «омрачение», которое представляет собой любую эмоцию, возникающую в результате «неведения». Ч. Цзонхава в своем «Ламрим Ченмо» указывал, что неведение – это состояние, при котором человек не понимает природу феноменов «какая она есть» и не замечает истинное положение вещей [Цзонхава, 2020]. Иначе говоря, любой человек, еще не ставший Пробужденным (Буддой), действует под влиянием неведения и переживает весь спектр негативных эмоций. Примечательно, что омрачением может быть не только негативная, но и любая другая эмоция. При этом следует отметить следующее: буддизм, так же, как и стоицизм, не требует от практикующего полного избавления от всех эмоций. Скорее речь идет об «очищении» своего восприятия, в результате которого эмоции станут переживаться наиболее полно и правильно (в отсутствие субъект-объектного разделения реальности).

То, каким образом люди понимали эмоции в древности (в рамках стоицизма и буддизма),

позволяет сделать следующие выводы. Эмоции не рассматривались древними философами обособленно от систем, представителями которых они являлись. В связи с этим эмоции понимались в качестве инструментов, которые могут помочь человеку «усовершенствоваться». Кроме того, древние философы полагали, что эмоции являются результатом сознательного отношения человека к какому-либо феномену. Так, например, стоики утверждали, что «страсти» (негативные эмоциональные проявления) возникают в тот момент, когда человек неправильно воспринимает представленный перед ним феномен. Научное развитие того времени не позволяло утверждать, что эмоции представляют собой биологически обусловленное «нечто», о чем впервые заговорил Чарльз Дарвин.

В 1872 году в 10-й главе своей книги «Выражение эмоций у людей и животных» Ч. Дарвин перечислил те эмоциональные состояния человека, что являются родственными по отношению друг к другу [Дарвин, 2001, 103-105]. В частности, ученый объединил в группу следующие эмоции: гнев, ярость, ненависть. При этом представляется необходимым отметить следующее. Несмотря на то, что исследователь обозначил их в качестве родственных, речь все же шла о «родственности» в биологическом смысле. Тем самым Ч. Дарвин высказал неочевидную мысль: с точки зрения общественных отношений и социального контекста они неодинаковы.

А.Е. Сериков отмечает, что Ч. Дарвин, изучая эмоциональную сферу людей и животных, акцентировал внимание на внешнем выражении различных состояний, в частности, на мимическом портрете, а также на голосе и положении тела, сопровождающих возникновение эмоций [Сериков, 2018]. Так, исследователь полагал, что эмоции и мимика пребывают в двунаправленных отношениях. Впоследствии это предположение было подтверждено П. Экманом, установившем (используя современное оборудование), что определенный мимический портрет способен вызвать соответствующее эмоциональное состояние у человека.

М.В. Аринина высказывает точку зрения о том, что третье важное открытие Ч. Дарвина заключалось в том, что выражение эмоций на лице является универсальным [Аринина, 2017]. В то же время он предположил, что жесты представляют собой культурно-специфические условности. Впоследствии это подтвердилось.

И.С. Иринина, в свою очередь, утверждает, что четвертое открытие заключалось в следующем: эмоции может испытывать не только человек, но и другие представители животного мира [Иринина, 2021]. Насекомые (пчелы), птицы (петухи и курицы), а также кошки, собаки и, конечно, обезьяны – это животные, которые, согласно мнению Ч. Дарвина, также испытывают эмоциональные переживания. Несмотря на то, что на сегодняшний день этот тезис демонстрирует характер очевидности, в девятнадцатом веке научное сообщество не могло принять эту идею – ученые полагали, что Ч. Дарвин исповедует антропоморфизм, наделяя животных теми характеристиками, которые всегда считались сугубо человеческими. В основе этих рассуждений лежало овеществление языка и вербального самоотчета. Если мы не можем изучить отчет человека о своих переживаниях, то как мы можем узнать, имеют ли место эмоции? Парадоксальность этого мнения заключается в том, что оно нарушало законы логики. Иначе говоря, младенец, не владеющий речью, не может переживать эмоции, что является неверным.

Пятым вкладом Ч. Дарвина стало объяснение того, почему те или иные движения сигнализируют о тех или иных эмоциях [Алфимова, 2016]. Например, почему в одном из выражений гнева верхняя губа приподнята? Ч. Дарвин объяснил это тем, что это «полезная привычка», указывающая на подготовку к нападению.

Иначе говоря, Ч. Дарвин стал первым ученым, рассмотревшим эмоции с неожиданной стороны, а именно: они могут способствовать адаптации индивида. Примечательно, что речь

идет не только об адаптации в дикой природе (выживании), но и об адаптации в социуме (что касается человека). Представляется очевидным, что именно идеи Ч. Дарвина стали основой того, что в двадцатом веке получило название «Эмоциональный интеллект» (далее – ЭИ).

В начале двадцатого века (в 1920 году) Э.Л. Торндайк, представитель американской психологической мысли, предложил включить в психологический категориальный аппарат следующее понятие – социальный интеллект [Thorndike, 1920]. Под ним ученый понимал умственную способность человека, предполагающую понимание действий других людей, а также последующее управление ими.

Д. Векслер, сделав предметом своих исследований эмоциональный интеллект, утверждал, что он представляет собой человеческую способность, чья функция заключается в следующем – адаптация человека к окружающей среде (в социальном контексте) [Wechsler, 1958]. Попытки дать определение понятию ЭИ привели к тому, что научное сообщество стало сомневаться в объективности теста на коэффициент интеллекта (IQ). Причина этого заключалась в следующем. Люди, обладающие высокими показателями собственного IQ, не всегда были успешны в жизни. Очевидно, что «успешность» – понятие субъективное. Так, под ней ученые понимали следующие факторы: взаимоотношения человека с его окружением, популярность, успехи в трудовой деятельности, уровень заработной платы. Указанные рассуждения привели к тому, что исследователи сделали вывод: интеллект – далеко не единственная характеристика, оказывающая влияние на социальный «успех». Таким образом было предложено следующее понимание ЭИ. Это – часть интеллекта, исключая непосредственно «интеллектуальные» навыки и умения, но, тем не менее, оказывающая влияние на приспособленность индивида в обществе.

В связи с этим интерес может представлять теория множественного интеллекта, которая была предложена в двадцатом веке Дж.К. Гарднером и П. Квалтером [Gardner, Qualter, 2010]. Так, исследователи выделили два вида интеллекта: интеллект внутриличностного и межличностного характера. Последний предполагал понимание и восприятие того, что другие люди желают осуществить. Первый же предполагал контроль и понимание собственного внутреннего мира. Подводя итог, можно утверждать, что ЭИ – это способность отслеживать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и обозначать соответствующим образом, а также использовать эмоциональную информацию для управления мышлением и поведением.

Несмотря на то, что различные представители научного сообщества демонстрируют отсутствие единого мнения относительно количества элементов, входящих в состав ЭИ, они сходятся в том, что умение управлять эмоциями является необходимым условием для успешной интеграции в социум. Необходимо также говорить о том, что уровень развития социума, наблюдаемый нами на сегодняшний день, требует от человека развитого ЭИ, так как он позволяет человеку быть контактным, гибким, достаточно свободным в выражении собственного мнения, способным определять приоритеты и выбирать наиболее эффективные способы для достижения цели.

Заключение

На основании вышеизложенного приходим к следующим выводам. То, каким образом люди понимали эмоциональное развитие и эмоции, существенно изменилось с течением времени. Так, в древние времена (стоицизм и буддизм) эмоции рассматривались исключительно в контексте борьбы со «страстями» и «омрачениями». Иначе говоря, эмоции представляли собой

инструмент (в рамках философской парадигмы), правильное использование которого может сделать человека лучше. С развитием технологий и научного знания отношение к эмоциональной сфере меняется. В частности, в 1872 году Ч. Дарвин делает вывод о том, что эмоции служат адаптации человека и животного к изменяющейся окружающей среде. Кроме того, Ч. Дарвин утверждал, что эмоции универсальны для каждого человека (в дальнейшем это подтвердилось). Полагаем, что работы Ч. Дарвина стали основой «Эмоционального интеллекта», который представляет собой способность отслеживать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и обозначать соответствующим образом, а также использовать эмоциональную информацию для управления мышлением и поведением. То, насколько развитым эмоциональным интеллектом обладает человек, оказывает влияние на успешность его интеграции в социум. Примечательно, что если в древности люди обращали взор на собственный внутренний мир (занимаясь, в сущности, интроспекцией), то на сегодняшний день понятие «эмоциональный интеллект» предполагает скорее понимание эмоций другого индивида, нежели собственных.

Библиография

1. Алфимова М.В. Распознавание эмоций: гены и опыт // Природа. 2016. № 3 (1207). С. 11-16.
2. Аринина М.В. Влияние теории эволюции Ч. Дарвина на развитие британской социальной психологии // Наука России: цели и задачи. 2017. С. 38-41.
3. Гербут Е.А., Остапенко С.С. Стоицизм как этическая парадигма // Сборник научных статей профессорско-преподавательского состава и студентов Российских научно-образовательных учреждений. Берлин, 2021. С. 437-459.
4. Дарвин Ч. О выражении эмоций у человека и животных. СПб.: Питер, 2001. 365 с.
5. Джампа Т. Шаматха: Основы тибетской медитации. СПб.: Ясный свет, 1995. 182 с.
6. Иринина И.С. Обзор основных теорий эмоций XIX-XX вв. // Университетский комплекс как региональный центр образования, науки и культуры. Оренбург, 2021. С. 1471-1474.
7. Карпов Д.М. Содержание и особенности этической концепции стоицизма // Студенческий вестник. 2020. № 40-4 (138). С. 27-28.
8. Левина Е.Е., Барышников С.В. Философия стоицизма: о человеке в эпоху перемен // Материалы студенческой научной конференции за 2022 год. 2022. С. 318.
9. Сериков А.Е. Ч. Дарвин о выражении эмоций: судьба основных идей // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Философия. Филология. 2018. № 2 (24). С. 30-40.
10. Цзонхава Ч. Большое руководство к этапам пути Пробуждения: в 2 т. СПб., 2020. 1712 с.
11. Brennan T. The Stoic Life: Emotions, Duties, and Fate. Clarendon Press, 2006. 340 p.
12. Gardner J.K., Qualter P. Concurrent and incremental validity of three trait emotional intelligence measures // Aust J Psychol. 2010. № 62. P. 5-12.
13. Long A.A. Epictetus on Understanding and Managing Emotions, From Epicurus to Epictetus // Studies in Hellenistic and Roman Philosophy. 2007. 439 p.
14. Thorndike E.L. Intelligence and its use // Harper's Mag. 1920. № 140. P. 227-35.
15. Wechsler D. The Measurement and Appraisal of Adult Intelligence. Williams & Wilkins Co, 1958. P. 3-23.

Emotional development and emotional intelligence

Tat'yana V. Yakovko

Associate Professor of the Department of Philosophy,
Academy of the State Fire Service of the EMERCOM of Russia,
129366, 4, Galushkina str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: tatyana.yakovko@yandex.ru

Tat'yana V. Yakovko

Abstract

The purpose of this study: to analyse how human understanding of "emotional development" and "emotions" changed within the framework of different historical periods. The material basis of the study was formed by the works of the following authors: M.V. Alfimova, M.V. Arinina, A. Gerbut, C. Darwin, D. Tinlay, C. Tszonhava, I.S. Irinina, D.M. Karpov, E.E. Levina, A.A. Long, T. Brennan and others. As a result, the following conclusions were made. Human understanding of the functions of emotions has changed over time. In ancient times, people, acting within the framework of different philosophical paradigms (Stoicism and Buddhism), sought to get rid of negative emotions, which were called either "overshadowings" or "passions". In 1872, Ch. Darwin adaptation of man (or animal) to the changing environment - this is the main function of emotions. We believe that the works of Ch. Darwin's works became the basis for the concept of "Emotional Intelligence", which is the ability to monitor one's own emotions and emotions of other people, distinguish them and designate them accordingly. The extent to which a person has developed emotional intelligence influences the success of his/her integration into society. It is noteworthy that if in ancient times people looked at their own inner world (engaging, in essence, introspection), today the concept of "emotional intelligence" implies an understanding of the emotions of another individual rather than their own.

For citation

Yakovko T.A. (2023) Emotsional'noe razvitie i emotsional'nyi intellekt [Emotional development and emotional intelligence]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 12 (11A), pp. 75-82. DOI: 10.34670/AR.2023.71.70.010

Keywords

Emotional development, intelligence, obscurations, passions, stoicism, adaptation.

References

1. Alfimova M.V. Emotion recognition: genes and experience]. *Priroda* [Nature], 3 (1207), pp. 11-16.
2. Arinina M.V. (2017) Vliyanie teorii evolyutsii Ch. Darvina na razvitie britanskoi sotsial'noi psikhologii [The influence of Charles Darwin's theory of evolution on the development of British social psychology]. In: *Nauka Rossii: tseli i zadachi* [Science of Russia: goals and objectives].
3. Brennan T. (2006) *The Stoic Life: Emotions, Duties, and Fate*. Clarendon Press.
4. Darwin Ch. (2001) *O vyrazhenii emotsii u cheloveka i zivotnykh* [The Expression of the Emotions in Man and Animals]. St. Petersburg: Piter Publ.
5. Gardner J.K., Qualter P. (2010) Concurrent and incremental validity of three trait emotional intelligence measures. *Aust J Psychol*, 62, pp. 5-12.
6. Gerbut E.A., Ostapenko S.S. (2021) Stoitsizm kak eticheskaya paradigma [Stoicism as an ethical paradigm]. In: *Sbomik nauchnykh statei professorsko-prepodavatel'skogo sostava i studentov Rossiiskikh nauchno-obrazovatel'nykh uchrezhdenii* [Collection of scientific articles by faculty and students of Russian scientific and educational institutions]. Berlin.
7. Jampa T. (1995) *Shamatkha: Osnovy tibetskoi meditatsii* [Shamatha: Basics of Tibetan meditation]. St. Petersburg: Yasnyi svet Publ.
8. Irinina I.S. (2021) Obzor osnovnykh teorii emotsii XIX-XX vv. [Review of the main theories of emotions of the 19th-20th centuries]. In: *Universitetskii kompleks kak regional'nyi tsentr obrazovaniya, nauki i kul'tury* [University complex as a regional center of education, science and culture]. Orenburg.
9. Karpov D.M. (2020) Soderzhanie i osobennosti eticheskoi kontseptsii stoitsizma [Contents and features of the ethical concept of stoicism]. *Studencheskii vestnik* [Student Bulletin], 40-4 (138), pp. 27-28.
10. Levina E.E., Baryshnikov S.V. (2022) Filosofiya stoitsizma: o cheloveke v epokhu peremen [Philosophy of Stoicism: about man in an era of change]. In: *Materialy studencheskoi nauchnoi konferentsii za 2022 god* [Materials of the student

scientific conference for 2022].

11. Long A.A. (2007) Epictetus on Understanding and Managing Emotions, From Epicurus to Epictetus. In: *Studies in Hellenistic and Roman Philosophy*.
12. Serikov A.E. (2018) Ch. Darvin o vyrazhenii emotsii: sud'ba osnovnykh idei [Charles Darwin on the expression of emotions: the fate of basic ideas]. *Vestnik Samarskoi gumanitarnoi akademii. Seriya: Filosofiya. Filologiya* [Bulletin of the Samara Humanitarian Academy. Series: Philosophy. Philology], 2 (24), pp. 30-40.
13. Thorndike E.L. Intelligence and its use. *Harper's Mag*, 140, pp. 227-35.
14. Tsonhava Ch. (2020) *Bol'shoe rukovodstvo k etapamputi Probuzhdeniya: v 2 t.* [A great guide to the stages of the path of Awakening: in 2 volumes]. St. Petersburg.
15. Wechsler D. (1958) *The Measurement and Appraisal of Adult Intelligence*. Williams & Wilkins Co.