

Гончарова Ю.

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНІ КОНФЛІКТИ

У сучасному світі емоційна сфера людини являє собою широкий спектр переживань та почуттів. Саме ця сфера виконує ряд функцій, таких як регуляторна, стимулююча, усунення інформаційного дефіциту, основною серед яких є оціночна.

Проблема вивчення емоційних переживань та почуттів особистості, які виражають її духовні потреби, ставлення до себе та до довкілля завжди привертала увагу вчених. Предметом дискусійних обговорень учених є вплив емоційних форм на становлення та розвиток особистості, забезпечення вільного функціонування та життєдіяльності у соціумі. Емоційна сфера особистості складається з емоційних переживань і почуттів. Будь-яке переживання – це оцінка процесу задоволення будь-якої потреби людини. Почуття – це оцінка можливості конкретного об'єкта задовольнити цю потребу індивіда. Емоційні переживання людини діляться на емоції та емоційні стани.

Одним з найважливіших проявів емоційної сфери є емоційний інтелект особистості. Емоційний інтелект – це група ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні власних емоцій і емоцій оточуючих. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту добре розуміють свої емоції і почуття інших людей, можуть ефективно керувати своєю емоційною сферою, і тому в суспільстві їхня поведінка більш адаптивна і вони легше досягають своїх цілей у взаємодії з оточуючими.

Питання внутрішньої конфліктності як складного і багатогранного явища активно вивчається в рамках психології представниками різних шкіл і напрямків, що пояснює існування різноманітних підходів до розуміння його суті. Загальною думкою є характеристика внутрішньо особистісних конфліктів як протиборства елементів, в якості яких можуть виступати бажання, мотиви, потреби особистості, зовнішні вимоги, які містять в собі протиріччя. Особистість є граничним суб'єктом (опонентом) конфлікту. На цій посаді вона утворює одну з його сторін. Але, крім цього, кожна людина є самостійним генератором конфлікту, всередині якого він і розгортається. Іншими словами, особистість постійно виробляє і відтворює конфлікти всередині себе – внутрішньоособистісні конфлікти, носієм яких вона і є.

Передумови виникнення внутрішньо особистісного конфлікту виявляються у впливі зовнішнього середовища, так як властива людині суперечливість відносин до світу, оточуючих людей і самому собі загострюється різними факторами соціального життя – зміною економічних і політичних умов життєдіяльності, розширенням інформаційного простору, оновленням системи цінностей суспільства, що призводить до різних форм невідповідності внутрішніх очікувань людини і зовнішніх можливостей їх реалізації, викликаючи дестабілізацію внутрішнього світу, нерозуміння або хибне розуміння власних емоцій та емоцій інших людей.

Література:

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект / Д. Гоулман – К.: Віват, 2018 – 512 с.
2. Гуменюк Л. Соціальна конфліктологія : підручник / Л. Гуменюк – Львів: ЛДУВС, 2015 – 564 с.

Робота виконана під керівництвом доц. кафедри практ. психол. Казарової Г.М.