

Интеграция  
академической  
и университетской  
психологии

# СОЦИАЛЬНЫЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

От процессов  
к измерениям

Под редакцией  
Д.В. Люсина  
Д.В. Ушакова



**Коллектив авторов**  
**Социальный и**  
**эмоциональный интеллект.**  
**От процессов к изменениям**  
**Серия «Интеграция академической**  
**и университетской психологии»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=9413912](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9413912)*

*Социальный и эмоциональный интеллект. От процессов к измерениям:*

*Институт психологии РАН; Москва; 2009*

*ISBN 978-5-9270-0153-8*

**Аннотация**

Книга освещает самые современные достижения в исследованиях механизмов и создании методик измерения социального и эмоционального интеллекта. В нее включены работы ведущих специалистов в этой области из России и других стран. Понятия социального и эмоционального интеллекта являются центральными в психологии ввиду как их теоретического значения, так и богатых возможностей применения на практике. Книга будет полезна широкому кругу специалистов в различных областях психологии и смежных дисциплин, в том числе практикам, работающим в сферах

профессионального отбора и развития, семейных отношений, личностного роста.

# Содержание

Введение	7
Теоретические подходы и экспериментальные исследования	15
Социальный и эмоциональный интеллект: надежды, сомнения, перспективы[1]	15
Интеллект и обучение	16
Интеллект и профессиональный успех	17
Интеллект представителей разных профессий	19
Интеллект и творческие достижения	22
Интеллект и социальный статус	23
Когда излишний интеллект вреден	26
Какую долю успехов может объяснить интеллект?	27
Социальный и эмоциональный интеллект	31
Первая проблема – способы измерения эмоционального интеллекта	34
Вторая проблема – предсказательная валидность эмоционального интеллекта	36
Интуиция психологов против экспериментальных фактов	37
В чем смысл эмоций?	39
Эмоции и индивидуальные различия людей	43

Эмоциональный интеллект как	47
рефлексивная способность	
Перспективы исследований	49
Литература	50
Эмоциональный интеллект как фактор	54
самоактуализации	
Конец ознакомительного фрагмента.	68

# **Социальный и эмоциональный интеллект. От процессов к измерениям**

*Под редакцией Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова.*

*Издание осуществлено при финансовой поддержке Российского гуманитарного научного фонда (РГНФ), проект № 08-06-16040д*

© Институт психологии Российской академии наук, 2009

# Введение

В 2004 г. в издательстве Института психологии РАН под редакцией Д. В. Люсина и Д. В. Ушакова вышла книга «Социальный интеллект: теория, измерение, исследования». В нее входили статьи, посвященные теоретическим, экспериментальным и психометрическим исследованиям социального интеллекта. За прошедшее с тех пор время интерес к данной проблематике еще больше возрос, с чем связано появление настоящей книги, которая в определенном смысле является продолжением предыдущей. Она посвящена последним разработкам в области социального и эмоционального интеллекта и включает в себя статьи различных жанров, от теоретических до экспериментально-прикладных, написанных ведущими специалистами в данной области.

Притягательность темы эмоционального и социального интеллекта понятна. Философов и психологов издавна интересовала проблема соотношения эмоциональной и познавательной сфер психики человека. Различение этих сфер и даже абстрагирование от одной из них при рассмотрении другой оказывается продуктивным и для философских построений, и при проведении эмпирических психологических исследований. В то же время практически все авторы признают, что на самом деле эти две сферы неразделимы и в любой момент человеческой жизни работают как когнитивные, так

и эмоциональные процессы. Точнее говорить даже не о совместном функционировании двух типов процессов, а о том, что любой психический процесс имеет когнитивный и эмоциональный аспекты. Вместе с тем, в том наборе теоретических понятий, которыми традиционно оперируют психологи, заложен разрыв между эмоциональной и познавательной сферами психики. С этой точки зрения понятия социального и эмоционального интеллекта оказываются особенно важными и актуальными, так как они находятся на стыке изучения когнитивных и эмоциональных явлений. Представляется, что они имеют серьезный потенциал с точки зрения синтеза эмоций и когниций на теоретическом уровне.

В экспериментальной психологии интерес к связи между когнитивными и эмоционально-мотивационными процессами стал проявляться особенно ярко как минимум с 1940-х годов, когда в психологии восприятия возникло движение «Новый взгляд». С тех пор накоплено большое количество данных и предложен ряд теоретических моделей, показывающих, как эмоциональные состояния человека или эмоциональная окрашенность перерабатываемого материала влияют на восприятие, внимание, память, мышление. В то же время в психологии эмоций последних десятилетий особое внимание уделяется когнитивным факторам, обуславливающим то, какие эмоции и каким образом будут переживаться человеком. Исследования социального и эмоционального интеллекта хорошо вписываются в эти направления пси-

хологии, с одной стороны, основываясь на их результатах, с другой стороны, способствуя их дальнейшему развитию.

Тема эмоционального и социального интеллекта также представляется важной с точки зрения практики. Опыт повседневной жизни подсказывает психологам, что хорошее понимание эмоций и различных социальных коллизий позволяет людям находиться в гармонии с собой, преуспевать в профессиональной деятельности и быть счастливыми в личной жизни. Кажется возможным, что во всех этих областях эмоциональный и социальный интеллект не менее, а часто – и более важен, чем интеллект общий. Хотя эмпирические данные далеко не всегда подтверждают эту догадку, она продолжает привлекать исследователей.

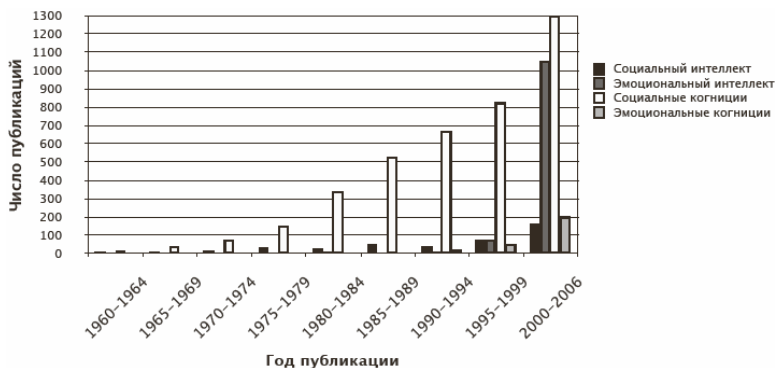
Какие изменения произошли в русскоязычной психологии социального и эмоционального интеллекта за пять лет с момента выхода в свет предыдущей книги? Сопоставительный анализ двух книг свидетельствует, с одной стороны, о достаточно серьезном прогрессе, а с другой – об изменении акцентов.

Книга 2004 г. – это обозначение первых шагов отечественной науки в плане исследования индивидуальных особенностей социального и эмоционального интеллекта. В той книге фактически сделаны три основные вещи: представлены созданные и использовавшиеся в России к тому моменту методики измерения социального и эмоционального интеллекта, привлечены исследования процессов переработки социаль-

ной и эмоциональной информации, а также предложены концептуальные рамки для осмысления проблематики. Можно констатировать, что нынешняя книга фиксирует существенное изменение. В ней сообщается о разработке ряда новых и усовершенствовании уже имевшихся методов измерения. Проведена адаптация широко известных зарубежных методик (теста на эмоциональный интеллект MSCEIT, теста эмоциональной креативности Эверилла). Методический репертуар российского исследователя, таким образом, расширяется. Однако более важно то, что книга знаменует начало достаточно широкого использования методик оценки эмоционального и социального интеллекта в связи с показателями личностных достижений и позиций человека – лидерства, самоактуализации, эмоциональных реакций на несправедливость и т. д. Во многих случаях при этом используются те методы, о разработке которых сообщалось в предыдущей книге, как, например, опросник ЭмИн. Интересно, что в отечественных работах, отраженных в книге, эмоциональный и социальный интеллект часто оказываются значимо связаны с показателями реальной жизни. У западных коллег эти связи выглядят существенно скромнее.

Расширился спектр работ, посвященных механизмам социального и эмоционального познания. В нынешней книге представлены исследования переработки эмоциональной и социальной информации, онтогенеза и даже психофизиологических механизмов.

Основное изменение акцентов, отраженное в новой книге, состоит в сдвиге соотношения между работами по социальному интеллекту и эмоциональному интеллекту в пользу последнего. Следует отметить, что тенденция роста интереса к эмоциональному интеллекту в отечественной науке соответствует общемировой тенденции, хотя и с некоторой задержкой. На рисунке 1 показан рост числа публикаций по социальному и эмоциональному интеллекту, а также социальным и эмоциональным когнициям с 1960–2006 гг.



**Рис. 1.** Динамика публикаций в период 1960–2006 гг.

Первое, что бросается в глаза – объем публикаций по всем четырем направлениям сильно возрос. Более пристальный анализ показывает, однако, что рост в четырех областях не был равномерным. Первоначально исследования социального интеллекта и социальных когниций преобладали: работы

по эмоциональным когнициям появляются лишь в 1980-х годах, а по эмоциональному интеллекту – в 1990-х. Однако к рубежу веков ситуация существенно поменялась: если число исследований эмоциональных когниций, хотя и быстро растет, но далеко еще не достигло уровня исследований социальных когниций, то эмоциональный интеллект стал во много раз более популярной темой, чем интеллект социальный. Можно вспомнить, что Дж. Мейер и П. Сэловей вводили эмоциональный интеллект как часть интеллекта социального. Ныне исследования этой части ведутся интенсивнее, чем исследования всех остальных частей, вместе взятых.

Аналогичная тенденция наблюдается и в российской психологии. В настоящей книге представлены эмпирические исследования, которые выполнены в основном с применением методов диагностики эмоционального интеллекта. Еще недавно достаточно популярные методики, направленные на изучение социального интеллекта, отходят на второй план.

Итак, можно констатировать, что отечественная психология социального и эмоционального интеллекта эволюционирует и движется примерно в том же направлении, что и западная. Чего же ожидать дальше? Что можно надеяться увидеть в аналогичной книге, если она выйдет в свет еще через пять лет, в 2014 г.? Оптимальный сценарий, как представляется, включал бы прогресс в трех областях: разработке новых методик, понимании роли эмоционального и социального интеллекта в жизни и исследовании его механизмов.

Причем во всех этих областях желателен прогресс не столько вширь, сколько вглубь.

Хотелось бы, чтобы в плане методик произошел переход от количественного накопления к качественному совершенствованию. Для этого необходимо осознание того факта, что современные методики измерения эмоционального интеллекта представляют собой фактически вариации на две темы – задачных тестов и опросников, причем ни те, ни другие не являются полностью удовлетворительными. Поскольку адекватная операционализация является условием надежных выводов относительно любого конструкта, успешное развитие психологии эмоционального и социального интеллекта вряд ли возможно без создания принципиально новых диагностических подходов.

В плане понимания роли эмоционального и социального интеллекта в жизни можно ожидать движения в двух противоположных направлениях. С одной стороны, оптимизм в отношении предсказательных способностей эмоционального интеллекта может поубавиться, когда мы научимся контролировать другие переменные – личностные особенности и общий интеллект. В самом деле, если обнаруживаются, например, корреляции эмоционального интеллекта с профессиональными достижениями, то они могут обуславливаться третьими переменными (такими как интеллект или личностные свойства «Большой пятерки»), коррелирующими с эмоциональным интеллектом и обуславливающими профессио-

нальный успех. Контроль за правдоподобными кандидатами на роль этих третьих переменных является важным условием корректности подобных исследований. С другой стороны, создание новых методов диагностики может вывести исследователей на обнаружение более сильных зависимостей между эмоциональным интеллектом и достижениями в жизни. Во всех случаях необходимо двигаться от простого корреляционного понимания связи между эмоциональным интеллектом и жизненным успехом человека к более сложному, при котором роль эмоционального интеллекта опосредована типом жизненных ситуаций, через которые приходится проходить человеку, полученным им опытом и т. д.

Наконец, принципиально важно продвинуться в понимании механизмов работы социального и эмоционального интеллекта. В наш рациональный век мы склонны рассматривать эмоции как какое-то не очень нужное, а иногда и препятствующее рациональному решению проблем сопровождение когнитивной деятельности. Если это так, то и эмоциональный интеллект – нечто вполне второстепенное. Чтобы отвести эмоциональному интеллекту подобающее место, необходимо по-новому осмыслить роль эмоций в жизни людей.

*Д. В. Люсин*

*Д. В. Ушаков*

# **Теоретические подходы и экспериментальные исследования**

## **Социальный и эмоциональный интеллект: надежды, сомнения, перспективы<sup>1</sup> Д. В. Ушаков**

Понятие эмоционального интеллекта, которое на протяжении последних двух десятилетий сильно потеснило в научной литературе своего собрата – понятие социального интеллекта, имеет в психологии двойной статус. С одной стороны, это вполне академичный и респектабельный концепт, введенный весьма солидными учеными из американских университетов П. Сэловеем и Дж. Мейером. С другой, – предмет популярных книжек, вызывающий иронию у серьезных специалистов.

Надежды, возлагаемые сегодня на исследования социального и эмоционального интеллекта, становятся более понятными при сопоставлении их с интеллектом общим. С одной

---

<sup>1</sup> Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ, проект № 08–06–00410а и РГНФ, проект № 09–06–06651а.

стороны, общий интеллект может служить образцом для исследователей социального и эмоционального интеллекта как конструкт, измеряемый с максимально возможной для психологов надежностью, обладающий к тому же большой предсказательной силой в отношении реальных жизненных достижений. С другой стороны, работы по общему интеллекту подходят к границам, у которых его могущество исчерпывается и за которыми можно ожидать вступление в силу эмоционального и социального интеллекта.

В связи с этим ниже вначале будут рассмотрены данные о том, как общий интеллект связан с успехом в жизни, начиная от школьного обучения и заканчивая профессиональной карьерой, социальным статусом и семейным положением. Затем будут показаны те сферы, где общий интеллект становится менее существенным предиктором.

## **Интеллект и обучение**

Роль интеллекта в обучении велика и бесспорна. Успешность обучения в школе коррелирует с тестами интеллекта на уровне порядка  $r = 0,5$ . Так, корреляция теста Равена, одного из наиболее распространенных инструментов для оценки интеллекта детей и взрослых, со школьными баллами колеблется от 0,3 до 0,72 (Дружинин, 2001). За этими сухими цифрами стоит драматическая реальность. Человеческие различия в обучаемости очень велики. Исследования в Аме-

риканских вооруженных силах показали, что обучение людей, показатели которых по тестам умственного развития находятся между 10-м и 30-м процентилем, займет от одного года до двух там, где обучение людей с показателями выше 30-го процентиля закончится за три месяца (Vineberg, Taylor, 1972). Разница в скорости составляет от 4 до 8 раз! И это еще не для крайних групп, а для «соседей» по оси умственного развития. Разница в скорости обучения – это на практике миллиарды долларов. Кроме того, совместное обучение людей с разными уровнями способностей снижает мотивацию и самых блестящих, и отстающих. Люди, которым учиться легко, имеют тенденцию лучше проходить через сито академического отбора и доходить до более высоких ступеней образовательной лестницы. Поэтому не удивительно, что обнаруживается корреляция интеллекта (в районе  $r = 0,55$ ) с продолжительностью обучения.

## **Интеллект и профессиональный успех**

В американской психологии существуют даже не сотни, а тысячи исследований связи уровня интеллекта с успешностью в работе. Эти исследования проводились как в гражданской, так и в военной сферах. Результат всегда один и тот же: интеллект – мощный предиктор успешности в работе. Перечислим несколько моментов. Во-первых, высокая предсказательная валидность теста интеллекта наблюдается для

всех групп профессий без исключения. Во-вторых, тест интеллекта оказывается валиден не только для успешности умственного труда, но и труда, традиционно понимаемого как ручной. В-третьих, предсказательная сила тестов тем выше, чем более сложной является профессия. В-четвертых, обучение различным профессиям оказывается практически в равной мере зависимым от интеллекта.

Еще один показательный результат, который получен в исследованиях, – корреляция тестов интеллекта всегда выше с объективными показателями успешности труда, чем с оценками коллег или начальников (Gottfredson, 1986).

В психологии накоплена информация, касающаяся не только интеллекта, но и других психологических свойств, которые могут служить предикторами успешности профессиональной деятельности. Ни одно из этих качеств не может соперничать с интеллектом на всем множестве профессий, хотя в отдельных случаях их роль существенна. Так, для малоквалифицированного ручного труда психомоторные способности в некоторых случаях оказываются более важными, чем интеллект, однако роль этих способностей сходит до нуля для сложной профессиональной деятельности (Gottfredson, 1986; Hunter, Hunter, 1984).

Характеристику полученных результатов в целом дает один из наиболее крупных современных специалистов по проблеме интеллекта Эрл Хант, который пишет: «Исследования психометрических тестов в индустрии и военных от-

раслях вновь и вновь показывают надежную и социально значимую предсказательную силу в отношении успешности на рабочем месте <...> Психометрические тесты часто являются лучшими предикторами успеха как в школе, так и в профессиональной деятельности» (Hunt, 1997, p. 539).

Выводы из исследований вполне согласуются с практикой. В Вооруженных силах США законом запрещен прием на работу лиц, коэффициент интеллекта которых ниже 80 баллов. Закон позволяет снижать планку лишь в ситуациях, когда страна находится в состоянии объявленной войны.

## **Интеллект представителей разных профессий**

Следует отметить, что внутри профессии люди уже оказываются в определенной степени подобранными по интеллекту. Если бы внутри одной какой-либо сложной профессии мы наблюдали представителей всего спектра интеллектуальных возможностей, то перед нами предстала еще более впечатляющая картина. Однако этого не происходит, и люди с недостаточным когнитивным развитием не выбирают сложных профессий или отсеиваются на подступах к ним.

Наиболее полную картину в этом плане мы находим в Руководстве к Тесту для отбора персонала Вандерлика<sup>2</sup>. За

---

<sup>2</sup> Тест интеллекта из 50-ти задач, который часто применяется работодателями США при наборе кадров.

несколько десятилетий применения теста собраны данные об интеллекте претендентов на замещение самых различных должностей. Эти данные показывают, что существует значительная разница в интеллекте между претендентами на разные профессии.

Анализ существующих данных следует предварить описанием применяемых в психологии способов количественной оценки показателей интеллекта. Таких способов несколько: коэффициент интеллекта, процентиля, стено и т. д. Далее приводимые в этой статье данные будут отражать наиболее распространенный показатель – коэффициент интеллекта (КИ или IQ). Для подсчета коэффициента интеллекта среднее значение выборки принимается за 100 баллов, а стандартное отклонение – за 15 или 16 баллов. При таком способе подсчета с учетом нормального характера распределения интеллектуальных показателей наиболее распространенными оказываются значения интеллекта, близкие к 100 баллам. В пределах одного стандартного отклонения от среднего значения, т. е. между 85 и 115 баллами, находится 68 % процентов населения.

В границы двух стандартных отклонений, т. е. между 70 и 130 баллами, входит уже более 95 % людей. Обычно уровень выше 130 баллов принимают как границу умственной одаренности, а уровень ниже 70 баллов – как черту умственной отсталости. При этом необходимо осознавать условность этих границ, подобно тому как условна, например, грани-

ца, отделяющая высоких людей от не очень высоких – это 170 см, или 180, или 190?

Лишь 1 % людей имеет коэффициент интеллекта, превышающий 136 баллов, а уровня в 145 баллов достигает лишь один человек на несколько десятков тысяч.

Если рассмотреть теперь уровень интеллекта представителей различных профессий, то окажется, что он неоднороден. Средний коэффициент интеллекта лиц, претендующих в США на должность нотариуса, исследователя-аналитика или менеджера по рекламе, составляет около 120 баллов. Средний интеллект кандидатов на должность сторожа или упаковщика – не более 90 баллов (Wonderlic Personnel Test, 1992). Вообще средний интеллект американцев, занятых квалифицированным трудом (адвокатов, ученых, врачей и т. д.), оценивается в 114 баллов (Storfer, 1990, p. 206). Если учесть, что интеллект в 114 баллов и выше показывают менее 20 % населения, то становится понятным, что в современных условиях повышения роли сложных профессий интеллектуальный потенциал наиболее развитых стран оказывается недостаточным для обеспечения собственных потребностей и возникает необходимость «импорта мозгов».

Представители одной профессии представляют собой относительно гомогенную в плане интеллекта выборку. Стандартное отклонение коэффициента интеллекта для представителей одной профессии составляет около 8 баллов, что практически вдвое ниже, чем в среднем по популяции

(Hunter, Schmidt, Judiesch, 1990).

## **Интеллект и творческие достижения**

Исследования живущих выдающихся людей – ученых, политиков, деятелей искусства – осуществить достаточно трудно, поскольку такие люди весьма дорожат своим временем, а доступ к ним непрост. Тем не менее, известно, по крайней мере, одно систематическое исследование психологических особенностей крупных ученых, проведенное в начале 1950-х годов Энн Ро (Roe, 1952, 1953). Ро провела исчерпывающее интервьюирование и тестирование 64 виднейших американских ученых в области физики, биологии, психологии и антропологии. Характерной особенностью ученых оказался чрезвычайно высокий психометрический интеллект. Ро использовала три шкалы интеллекта – вербальную, пространственную и математическую. Медианное значение показателей выдающихся ученых по первой из них составило 137 баллов, по последней – 166, результаты по пространственному интеллекту были промежуточными. Индивидуальные значения варьировались от 121 до 194 баллов. Учитывая, что IQ более 136 баллов демонстрирует 1 % населения, а значений в 166 баллов достигают сотые доли процента, показатели ученых следует расценить как сверхвысокие.

Также очень высокие показатели, превышающие 140 баллов, зафиксировал по Терменовскому тесту понятийного ин-

теллекта (Termen Concept Mastery Test) Ф. Бэрн в своем исследовании творческих писателей (Baron, 1963).

Таким образом, исследования приводят к заключению, что выдающиеся в творческом отношении люди показывают очень высокие результаты по тестам интеллекта.

## **Интеллект и социальный статус**

В современном обществе социальный статус в наибольшей степени определяется образованием, получением престижной профессии, а в дальнейшем – профессиональными достижениями. Поэтому логично ожидать, что тесты интеллекта способны предсказывать социальный статус человека.

Первое исследование по поводу соответствия психометрического интеллекта реальным достижениям было начато еще в 1921 г. В лонгитуде, проведенном с американским размахом, создатель теста Стэнфорд-Бине Луис Термен и его сотрудники отобрали из более чем 150 тысяч школьников около полутора тысяч детей, показавших наиболее высокие результаты по тестам интеллекта (IQ более 136). Затем через 6–7, 11–19, 30–31 и 60 лет были проведены контрольные исследования жизненных успехов, которых добились высокоинтеллектуальные дети.

Выяснилось, что практически все члены выборки Термена добились высокого социального статуса. Все они закончили школу, а 2/3 – университет. По числу докторов наук,

опубликованных книг и патентов группа Термена в 30 раз превысила уровень контрольной выборки. Кстати, доход среди членов группы был в 4 раза выше среднего по США.

Любопытное обстоятельство, однако, заключается в следующем. Ни один из обследуемых не проявил исключительного таланта в области науки или искусства, который можно было бы рассматривать как вклад в мировую культуру. В то же время был обнаружен один ребенок, который несколько не дотянул до требовавшихся в исследовании Термена 136 баллов КИ, однако в последующей жизни достиг того, что не удалось никому из избранных – стал лауреатом Нобелевской премии. Это примечательное обстоятельство еще раз напоминает, что нет резкой черты, отделяющей сверхвысокий интеллект от просто высокого: с ростом интеллекта повышается вероятность выдающихся достижений.

Более поздние исследования повторяют результаты Термена. Корреляции между коэффициентом интеллекта ребенка и его статусом во взрослом возрасте могут составлять до  $r = 0,8$ , хотя более типичный показатель –  $r = 0,5$  (Rutter, 1989). При этом социальная мобильность (переход из одного класса в другой) в западных странах также зависит от интеллекта. Так, в США и Шотландии переход в вышестоящий класс на 40 % определяется психометрическим интеллектом, причем в Шотландии этот процесс происходит быстрее, чем в США (Равен, Курт, Равен, 1996). В США прирост балла коэффициента интеллекта приводит к повышению годо-

вого дохода в среднем на 1000 долларов (Storfer, 1990).

Для уточнения результатов Термена и других западных авторов необходимо подчеркнуть, что характер связи способностей с успехом в обществе обусловлен устройством самого общества. Мудрый Конфуций в свое время сказал, что в хорошо устроенном обществе стыдно быть бедным, а в плохо устроенном – стыдно быть богатым. Перефразируя, можно получить весьма актуальное для современной психологии изречение: «В хорошо устроенном обществе умным быть полезно, а в плохо устроенном – вредно».

Известный социолог В. Парето развил теорию «кругооборота элит», согласно которой устойчивым может быть только то общество, которое позволяет своим наиболее способным членам проникать из низших слоев в высшие. В противном случае, то есть в обществе с кастовыми перегородками, в низших слоях создается чрезмерное давление, создаваемое деятельностью наиболее талантливых людей, после чего следует социальный взрыв.

Конечно, и при отсутствии кастовых перегородок движение вверх далеко не всегда определяется интеллектом. По-видимому, принципы кадрового движения в советской номенклатуре еще только ждут своих исследователей. Однако та недееспособность высших советских руководителей, которая стала предметом анекдотов в конце 1970-х годов, говорит, скорее всего, о том, что выдвижение определялось качествами, слабо связанными с интеллектом. Талант не озна-

чает неперменного успеха. Связь таланта и успеха определена устройством общества.

Приведенные выше исследования выполнены в США и Западной Европе, т. е. странах с устоявшейся и достаточно эффективной системой выдвижения и поощрения наиболее успешных членов общества. В России наблюдаются те же закономерности в плане связи интеллекта с успеваемостью и возможностью поступления в вузы. Нет оснований ожидать и существенных различий в отношении успешности в работе.

В то же время в переходный период 1990-х годов в России, по-видимому, многие люди с наиболее высоким уровнем образования и учеными степенями попали в низкооплачиваемую категорию. Во всяком случае, в исследованиях, проведенных В. В. Кочетковым и В. Н. Дружининым (2001) в России в 1990-х годов, не было выявлено связей между социально-экономическими характеристиками и интеллектом детей и взрослых.

## **Когда излишний интеллект вреден**

Факты типа тех, что приведены выше, составляют львиную долю результатов в исследованиях внешней валидности тестов интеллекта. Однако для полноты картины необходимо отметить и другую сторону. Есть данные, которые свидетельствуют о том, что в некоторых случаях возможно «горе

от ума». Так, по данным исследования успешных лидеров в США получается, что для них существует оптимальный уровень интеллекта, несколько превышающий средний уровень группы, к которой лидер обращается, но не очень далеко его превосходящий<sup>3</sup>. При слишком высоком интеллекте лидер становится непонятен для «массы». Об этом говорят и результаты Д. Саймонтона, извлеченные им из ретроспективных оценок интеллекта Л. Терменом и К. Кокс выдающихся людей прошлого. У Саймонтона получилась невысокая, но значимая отрицательная корреляция ( $r = -0,29$ ) между оценкой интеллекта и известностью среди военных, политических и религиозных деятелей прошлых веков (Simonton, 1976).

## **Какую долю успехов может объяснить интеллект?**

Представляется, что те 30–35 % дисперсии (что соответствует прогностической валидности на уровне 0,5–0,6), которые могут быть объяснены в успехе в сложной профессио-

---

<sup>3</sup> Бывший президент США Джордж Буш-младший при поступлении в колледж набрал по тесту SAT 566 баллов при среднем значении в 500 баллов и стандартном отклонении в 100 баллов, что в пересчете на коэффициент интеллекта составляет приблизительно 110 баллов – результат хотя и выше среднего, но далеко не блестящий (Sternberg, 2003). Этот результат означает, что каждый пятый взрослый американец превосходит своего президента по коэффициенту интеллекта.

нальной деятельности тестами интеллекта, достаточно правдоподобно показывают реальное место интеллекта в жизни современного человека. Остальное приходится на долю жизненных обстоятельств (большая часть) и других индивидуальных особенностей (меньшая часть).

Зададимся вопросом: насколько большую роль в успехе человека в профессиональной деятельности и жизни вообще играют его личные достоинства, т. е. психологические качества, а какую роль – обстоятельства, случай? Очевидно, что роль случая велика. Молодой корсиканец Бонапарт не превратился бы в императора Наполеона, если бы ему не представились два счастливых случая – в Тулоне и 13-го вандемьера в Париже (Тарле, 1957). Более того, родился он на 100 лет раньше или позже и не застань времена Революции, вряд ли сегодня кто-то знал бы его имя. Но также справедливо и то, что другой человек, не обладающий интеллектом, волей, работоспособностью и жадой власти Бонапарта, не смог бы воспользоваться подвернувшимися возможностями. Таким образом, феноменальный взлет Бонапарта не был бы возможен как без его необычайных личных качеств, так и без воли случая (или судьбы – не в этом дело).

Пример Наполеона Бонапарта – это яркий, демонстративный случай. Жизнь большинства людей менее ярка, но закономерности остаются теми же. Психология во многих случаях сумела зафиксировать влияние обстоятельств на профессиональный успех, как это было, например, сделано Д. К.

Саймонтоном в отношении ученых (Simonton, 1988).

Большую роль в научном успехе, например, играет такое случайное обстоятельство, как место рождения. К. Берри (Berry, 1981, 1990) изучил культурное происхождение более чем 390 лауреатов Нобелевской премии в области науки. Он установил, что большая их часть происходит из больших городов. Так, 60 % американских лауреатов происходило из Нью-Йорка или одного из городов Среднего Запада. В Германии люди, рожденные в Гамбурге, Мюнхене или Штуттгарте, в 10 раз чаще становятся лауреатами, чем выходцы из сельских районов.

Подобно этому более половины американских выдающихся шахматистов происходит их районов Нью-Йорка, Сан-Франциско или Лос-Анджелеса (Gardner, 1982).

Большую роль играет религиозная принадлежность. Протестанты опережают католиков по вкладу в бизнес, науку и искусство стран, таких как США и Германия, где обе эти конфессии представлены (Knapp, Goodrich, 1952).

Большую роль играет также история ребенка в семье. Первенцы имеют существенно больше шансов добиться успеха в жизни (Cattell, Brimhall, 1921; Roe, 1952).

Все эти факты говорят о большой роли внешних обстоятельств в жизненном успехе. Общество равных возможностей остается сегодня недостижимой утопией, а раз это так, то полного объяснения успеха в жизни на основе психологических особенностей личности в принципе быть не может.

Отсюда следует простой и ясный вывод: успех в жизни и профессии не может быть выведен из одних только индивидуальных качеств, всегда присутствует и доля обстоятельств. Как распределяются между собой вклады этих двух факторов? Конечно, оценка здесь может быть лишь очень приблизительной, поскольку, с одной стороны, мы сегодня имеем еще слишком мало данных, с другой, – соотношение этих вкладов – величина переменная, она зависит от общества, профессиональной ситуации и т. д. Все же можно сделать прикидки на основании размера эффекта влияния описанных выше средовых факторов (таких как порядковый номер рождения в семье или места рождения) на достижение профессионального успеха. Эти прикидки показывают, что роль средовых факторов колеблется вокруг примерно 50 %, оставляя другие 50 % на долю индивидуальных особенностей людей.

Каково же место интеллекта среди других психологических свойств, влияющих на профессиональные достижения человека? Однозначного ответа на этот вопрос не может быть – все зависит от конкретных особенностей профессии. Можно выявить, однако, закономерности. Роль интеллекта тем больше, чем:

- а) сложнее профессия,
- б) больше вес отношений «человек – объект» и меньше – «человек – человек» (Ушаков, 2004, с. 80).

## **Социальный и эмоциональный интеллект**

Интеллект, измеряемый традиционными тестами, лучше предсказывает успех в деятельности с неживыми объектами, чем в общении с другими людьми – этот важный вывод стал одним из оснований обращения к понятиям социального и эмоционального интеллекта. Задавшись вопросом: «А не можем ли мы обнаружить специальную интеллектуальную способность, ответственную за понимание других людей, самих себя и социальных ситуаций?», мы выходим на проблему социального и эмоционального интеллекта.

Понятие социального интеллекта было предложено Э. Торндайком в 1920 г. и определено как способность действовать разумным образом в человеческих отношениях.

Важное значение имело то, что лидер в области психометрических исследований интеллекта Дж. Гилфорд в своей кубической модели выделил место для социального интеллекта и совместно с М. О'Салливан разработал тест. Было показано, что социальный интеллект достаточно успешно предсказывает некоторые жизненные достижения.

Однако в исследованиях социального интеллекта постепенно выявился ряд проблем. Уже Э. Торндайк сообщал о том, что тесты, направленные на измерение социального интеллекта, высоко коррелируют с тестами вербального ин-

теллекта. Более систематически этот вопрос исследовал Л. Кронбах, который в своей влиятельной работе показал, что тесты социального интеллекта при совместной факторизации с другими тестами интеллекта не образуют отдельного фактора, а оказываются нагруженными по фактору вербального интеллекта. Другими словами, получается, что понятие социального интеллекта излишне, а успешность понимания социальной ситуации и умение адекватно себя вести зависят просто от вербального интеллекта. Хотя в других работах все же были получены данные о том, что социальный интеллект может быть выделен как отдельная способность, все же они не смягчили общего скепсиса научного сообщества.

Новый всплеск интереса к проблеме начался в 1990-е годы, когда Питер Сэловей и Джон Мейер предложили понятие эмоционального интеллекта, который они определили как форму социального интеллекта, включающую способность отслеживать (*to monitor*) свои и чужие эмоции, различать их между собой и использовать эту информацию для управления своими мыслями и действиями (Salovey, Mayer, 1990).

В 1995 г. научный обозреватель газеты «Нью-Йорк таймс» Дэниэл Гоулмен написал по проблеме эмоционального интеллекта популярную книгу, которая вызвала ажиотаж в средствах массовой информации и стала бестселлером (Goleman, 1995). Как и положено для сенсационной публикации, Д. Гоулмен сделал ряд сильных заявлений. Так, он писал, что эмоциональный интеллект объясняет 85 % успе-

ха высших руководителей крупной транснациональной корпорации. Д. Гоулмен связывал эмоциональный интеллект с работой подкорки (амигдалы), в отличие от общего интеллекта, функции которого реализуются корой, и подчеркивал возможность успешного развития эмоционально-интеллектуальной способности. Получилась, таким образом, весьма привлекательная картина: существует некая способность (эмоциональный интеллект), которая имеет решающее значение для успеха в разных сферах человеческой деятельности, в том числе – бизнесе, при этом ее относительно легко можно развить. Прочитайте мою книгу и станете таким (такой), что сможете преуспеть и заработать кучу денег! Вдобавок вновь обнаруженная способность таинственна, иррациональна (связана с подкоркой), поэтому-то рационально мыслящее западное человечество до сих пор не могло ее раскрыть.

Линию Д. Гоулмена подхватили многие авторы психологического ширпотреба. Например, в переведенной на русский язык книге под выразительным названием «Могущество социального интеллекта» читаем: «Всевозможные менеджеры, начальники и руководители всех уровней нуждаются в Социальном Интеллекте, чтобы эффективно справиться со своей работой. То же самое можно сказать о продавцах и торговых агентах, о преподавателях и врачах, работниках социальной сферы и патронажа, о персонале гостиниц – обо всех, кому в ходе выполнения своих еже-

дневных обязанностей приходится иметь дело с посторонними людьми. Коэффициент социальной интеллектуальности представляет собой один из наиболее важных и полезных показателей интеллекта... и хорошая новость заключается в том, что его *действительно можно* наращивать» (Бьюзен, 2004, с. 12).

К сожалению, более строгое научное исследование заставляет сдержаннее относиться к понятию эмоционального интеллекта. Две основные проблемы по-прежнему вызывают дискуссии, ставящие под сомнение его ценность.

## **Первая проблема – способы измерения эмоционального интеллекта**

Для того чтобы выяснить, как та или иная способность определяет успешность человека в жизни, нужно для начала эту способность измерить. Тут-то и начинаются проблемы с операционализацией понятия эмоционального интеллекта.

Дело в том, что эмоциональный интеллект измеряют двумя путями – с помощью опросников и с помощью задачных тестов – и эти два способа измерения приводят к разным результатам.

Задачный способ, безусловно, предпочтительнее опросникового для оценки любых способностей. Аналогия такая: что лучше, чтобы оценить скорость бега человека – заставить его пробежать соответствующую дистанцию или спро-

силь, с какой скоростью, по его мнению, он пробежит? Ответ очевиден – если бы для определения чемпионов в беге использовались опросники, наиболее важным качеством для них была бы самоуверенность. Задачный тест более объективен: испытуемый не может по своему желанию завысить свои показатели. Поэтому для оценки, например, общего интеллекта оптимальны задачные тесты, хотя опросники тоже разрабатываются. Так же обстояло бы дело и в сфере эмоционального интеллекта, если бы не выявились некоторые не очень приятные особенности этих тестов.

Прежде всего было установлено, что задачные тесты эмоционального интеллекта коррелируют с общим интеллектом, хотя и не очень сильно. По данным мета-анализа, например, тест MEIS коррелирует с тестами общих способностей на уровне 0,33 (Van Rooy, Visveswaran, 2004).

Опросники эмоционального интеллекта с общим интеллектом почти не коррелируют – по данным того же мета-анализа,  $r = 0,09$ . Однако они, в отличие от задачных тестов, значимо коррелируют с личностными чертами: например, со шкалами Большой пятерки на уровне от 0,23 до 0,34 (Van Rooy, Visveswaran, 2004).

Наконец, корреляция задачных и опросниковых тестов между собой (т. н. конвергентная валидность) находится на уровне скромных 0,3.

Все это означает, что двух связанных между собой способов оценки эмоционального интеллекта не существует.

Опросники и задачные тесты не измеряют одну и ту же способность. Слабые корреляции опросников и задачных тестов между собой, различие их корреляций с внешними мерами заставляют предположить, что они оценивают как минимум две разные способности.

## **Вторая проблема – предсказательная валидность эмоционального интеллекта**

Оптимистичные заявления об огромной предсказательной валидности эмоционального интеллекта в духе Д. Гоулмена также не находят подтверждения в серьезных исследованиях с применением существующего на сегодняшний день измерительного инструментария. Цитировать отдельные исследования не имеет смысла, поскольку существуют работы с применением статистического метода метаанализа, позволяющего обобщать результаты многих исследований, выполненных на сходном материале. В одном относительно недавнем мета-аналитическом исследовании, обобщающем результаты 59 работ с общим числом испытуемых 9522, была показана предсказательная валидность эмоционального интеллекта в отношении успешности профессиональной деятельности 0,24, обучения 0,1 и решения различных жизненных проблем 0,24 (Van Rooy, Visweavaran, 2004). Наименьшая предсказательная валидность выявлена у задачного теста MEIS Мейера и Сэловея (0,19), наибольшая – у опрос-

ника TMMS (0,32).

Эти результаты далеки от 85 %, обещанных Д. Гоулменом. Они также существенно ниже, чем то, что, как уже отмечалось, дают тесты общего интеллекта. Все же и это было бы не так плохо – лучше что-то, чем ничего. Однако и эти цифры, возможно, не могут быть полностью отнесены на счет одного эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект, как отмечалось выше, коррелирует с общим интеллектом (при измерении по задачным тестам) и с личностными чертами (при измерении опросниками) на уровне около 0,3. Это означает, что часть предсказательной силы эмоционального интеллекта, возможно, определяется его общей дисперсией с общим интеллектом и личностными чертами.

## **Интуиция психологов против экспериментальных фактов**

Психология – весьма своеобразная наука. Опыт повседневной жизни, например, физика вряд ли много может сказать ему о поведении протонов, мю-мезонов или адекватности теории суперструн. У психологов дело обстоит иначе. Опыт нашей жизни говорит нам о нашем объекте подчас больше, чем научные исследования. Так, анализируя повседневную жизнь, мы часто наблюдаем, сколь важно людям понимать эмоции и чувства других людей, добиваться от них эмоционального отклика и т. д. Видимо, эти жизненные на-

блюдения и определили ту степень готовности принять идеи могущества эмоционального интеллекта, которая и определила головокружительный успех книги Д. Гоулмена. Эти наблюдения, жизненная интуиция, с одной стороны, определяют легковерность широкой публики в отношении сенсационных заявлений об эмоциональном интеллекте, а с другой стороны, заставляют вновь и вновь обращаться к этому понятию, даже если многочисленные попытки серьезных исследований не дают обнадеживающих результатов.

В принципе в таких науках, как физика, интуиция должна рано или поздно сдаваться перед напором фактов. Но и в психологии, если мы хотим перевести наши интуитивные мнения с уровня смутных гипотез в разряд серьезных научных утверждений, необходима модель, которая позволит операционализировать наши догадки и перевести их в плоскость научного обсуждения.

Представляется, что мы должны искать разрешения описанного противоречия между интуицией психологов и получаемыми фактами через более полное понимание эмоций в жизни людей – не как эпифеномена, сопутствующего в непонятных целях «серьезным» процессам познания, а как системы, обеспечивающей ориентацию человека в мире наравне с рациональными методами познания. Думаю, что это понимание в наибольшей степени отвечает нашей жизненной интуиции, заставляющей нас с таким пристальным вниманием относиться к проблеме эмоционального интеллекта. Думаю

также, что это понимание допускает проведение исследований и проверку выдвигаемых положений.

## **В чем смысл эмоций?**

Сегодня есть серьезные основания, чтобы рассматривать эмоции как способ организации поведения, в некоторых аспектах дополняющий рациональный, а в некоторых – альтернативный ему. Конечно, эмоциональное и рациональное в психике человека неразрывно соединены, однако вначале для прояснения мысли их необходимо принципиально развести.

В чем же состоят особенности эмоциональной и рациональной переработки информации? Эмоции – способ глобальной переработки информации и выработки ответа на нее. Ситуация оценивается в своей целостности путем сведения к некоторому прототипу, на который существует вектор поиска правильного ответа.

Анализ ситуации происходит через сличение ситуации с прототипом: чем ближе ситуация к прототипу, вызывающему радость, гнев или сострадание, тем в большей степени развиваются соответствующие реакции. Кроме того, этот анализ всегда центрирован на позиции определенного субъекта, участвующего в ситуации. Например, в одной и той же ситуации соревнования эмоции победителя отнюдь не совпадают с эмоциями проигравшего. Если роль субъекта пред-

полагает болезненные переживания, то наблюдение со стороны – сочувствие. Примеры можно множить до бесконечности. Паттерн, таким образом, всегда эгоцентричен, эмоциональное восприятие ситуации включается только при идентификации субъекта с определенной ролью в ситуации.

Важным свойством эмоциональных паттернов является то, что они допускают объединение в сложные конструкции, что может быть обозначено как логика чувств.

Такой тип анализа принципиально отличается от анализа рационального, при котором ситуация разлагается на элементы, из которых затем конструируются структуры. Рациональная же организация поведения предполагает анализ ситуации и реконструкцию ее как уникальной структуры известных элементов.

Также принципиально отличается и способ реагирования эмоциональной системы от рациональной. Эмоциональная система дает общий вектор, указывающий на целый поведенческий репертуар, из которого выбирается та или иная конкретная форма. Например, сострадание склоняет нас к целому ряду действий в отношении человека, по отношению к которому мы испытываем это чувство: утешать, помочь в решении проблем, утихомирить того, кто его обижает и т. д. Эмоциональная оценка действий является одномоментной. Действие также оценивается по его соответствию прототипу разрешения эмоциональной ситуации.

В некоторых ситуациях оптимальной является аналити-

ческая переработка, в других – глобальная. Аналитическая переработка позволяет достичь максимальной точности ответа, но требует огромных объемов сукцессивного перелопачивания информации. Глобальная эмоциональная переработка дает всегда приблизительный ответ, но очень быстрый, симультанный и со значительно меньшими когнитивными затратами. Эмоциональная переработка, таким образом, обладает преимуществом, во-первых, при дефиците времени, во-вторых, в очень сложных ситуациях, недоступных для аналитического разрешения. Отсюда понятно сближение социального и эмоционального интеллектов. Социальные ситуации настолько сложны, что не допускают аналитического решения, поэтому для их понимания первостепенное значение приобретает эмоциональная система.

Проблему можно представить в филогенетическом плане. В качестве филогенетически исходной можно принять конкретную реакцию на конкретный стимул, например, замирание лягушки при чередовании темных и светлых полос на сетчатке (свидетельство движения затемняющего солнечный свет хищника). Затем направления дальнейшего совершенствования работы нервной системы расходятся. С одной стороны, совершенствуется прототипическое реагирование, с другой, – рациональное, элементное.

Первое направление, ведущее к развитию эмоциональной системы, связано с обобщением ситуаций, на которые следует определенный тип реакции, и обобщение реакций, при ко-

тором идут в ход разные действия, сходные, однако, по своему смыслу. Совершенствование эмоционального прототипического реагирования осуществляется в нескольких планах.

Во-первых, идет обобщение конкретных стимулов в системы стимулов, организованные вокруг прототипов. Так, если чередование полос света и тени как признак движения крупного хищника принять за исходную точку, то следующим этапом окажется опознание как хищника животного, в большей или меньшей степени соответствующего прототипу хищника; дальнейшее уточнение приводит к прототипу агрессивного хищника и т. д.

Во-вторых, одна единственная ответная реакция (например, замирание в ответ на появление опасности) превращается в целый репертуар реакций на ситуацию. По мере филогенетического развития существа приобретают возможность все более разнообразных действий. Вероятно, в наибольшей степени это усложнение в животном мире касается действий в отношении сородичей, с которыми возможны игры, ласки, сотрудничество, но и выяснение отношений доминирования. В этом многообразии один тип эмоциональных ситуаций может соответствовать разнообразным поведенческим ответам, в том числе и творчески вырабатываемым индивидом. Последнее, конечно, в наибольшей степени свойственно человеку. Вспомним разнообразие проявлений любви, например, в письме Татьяны Онегину, песнях В. Высоцкого или подарках Гумберта Гумберта его Лолите.

В-третьих, сами ситуации по мере усложнения жизни становятся все более сложными и начинают отвечать одновременно нескольким прототипам. Уже животные оказываются способными совмещать различные эмоции. Так, например, собаки могут одновременно выражать радость по поводу возвращения хозяина, смущение и обиду за его отсутствие.

Параллельно, конечно же, эволюция шла в отношении рациональной переработки информации, что описано в рамках направления исследований, заложенного Ж. Пиаже.

## **Эмоции и индивидуальные различия людей**

Связь эмоций и индивидуальных различий людей разнообразна и многогранна. Мы выделим 5 измерений, по которым люди могут различаться в плане эмоциональности. Некоторые из этих измерений характеризуют уровень развития эмоциональности, другие – не характеризуют, т. е. являются стилями.

*Профиль эмоциональности.* Эта сторона эмоциональности характеризует большую или меньшую склонность индивида испытывать эмоции определенного вида (гнев, или страх, или наоборот радость) и соответственно связана с темпераментом. В психологии сегодня темперамент часто обсуждается в контексте биологических систем, регулирующих

различные типы поведения. Так, Дж. Грей разработал теорию, согласно которой темперамент и связанные с ним эмоции порождены несколькими основными системами, регулирующими поведение индивидов. Это системы торможения поведения, приближающего поведения и система «борись или убегай» (*fight or flight*). Система торможения поведения связана с эмоцией тревоги, система приближающего поведения – с импульсивностью и т. д. Соответственно, большая степень активности той или иной системы у индивида приводит к преобладанию соответствующих эмоций.

Эта сторона эмоциональности оценивается опросниками темперамента. Понятно, что в рамках такой оценки речь не идет о большей или меньшей степени развитости – это стилевая характеристика.

*Эмоциональное схватывание ситуации* может быть охарактеризовано как способность быстро и адекватно непосредственно реагировать на эмоциональную ситуацию. Эта характеристика в отличие от предыдущей может обладать большим или меньшим развитием. При различных видах патологии (по-видимому, шизофрении, алекситимии) наблюдается выраженное снижение этой способности.

Сегодня методы оценки этой стороны индивидуальности только начинают развиваться. Для ее измерения могут использоваться тесты, фиксирующие переработку эмоциональной информации в реальном времени, например, быстрое опознание эмоциональных выражений лиц или эмоцио-

нальных значений слов.

*Структурированность эмоциональности* также характеризует уровень развития эмоциональности. Для характеристики структурированности эмоциональных процессов можно воспользоваться примером из исследований когнитивного онтогенеза. Ж. Пиаже в процессе изучения моральных суждений показал, что дети в возрасте до 11–12 лет не различают действия и намерения. Например, дети дают одинаковую моральную оценку действиям персонажа, сломавшего велосипед приятеля намеренно и сломавшего его при попытке починить. Хотя Ж. Пиаже не обсуждает в этом контексте проблему эмоций, очевидно, что это связанный комплекс проблем. Ситуация, в которой некто, стремясь принести пользу, причинил вред, вызывает у достаточно развитого субъекта сложное эмоциональное состояние. С одной стороны, причиненный вред вызывает огорчение и другие неприятные чувства, с другой стороны, позитивные намерения причинившего вред человека не дают оснований обратиться на него гнев, а в некоторых случаях могут вызвать даже чувство благодарности. Исследования Ж. Пиаже показывают, однако, что способность испытывать подобные сложные эмоциональные состояния приходит на определенном этапе развития. Более ранний онтогенетический этап связан с тем, что либо испытывается лишь одна эмоция, либо эмоции сменяют друг друга. Очевидно, что возможны и намного более сложные эмоциональные ситуации, порой описанные в про-

изведениях искусства. Люди существенно различаются между собой в способности переживать сложные структурные эмоции.

Структурная сторона эмоциональности в определенной степени оценивается заданиями, которые разработали Ж. Пиаже и его последователи. Однако эта оценка относится к онтогенетической сформированности, а не к индивидуальным различиям взрослых людей. Оценка структурированности эмоций взрослых людей – пока что очень сложная задача для психологии. Логично предположить, что структурированность эмоций коррелирует с общим интеллектуальным развитием человека, однако отсутствие соответствующих измерительных инструментов не позволяет проверить это предположение.

*Эмоциональная направленность личности.* Эмоциональность у человека, как уже отмечалось, – это очень сложное образование, которое складывается под воздействием культурной среды и мировоззрения личности. Эмоции, испытываемые верующим христианином относительно многих событий жизни, сильно отличаются от эмоций атеиста по отношению к тем же событиям. Эти содержательные особенности переживания эмоций относительно происходящих событий могут быть названы эмоциональной направленностью личности. Эмоциональная направленность, безусловно, зависит от структурированности эмоциональности человека. Высокая структурированность эмоциональной сферы явля-

ется условием эмоционально нюансированного отношения к окружающей действительности. Так же и эмоциональный профиль связан с эмоциональной направленностью. Например, то же христианство у выдающихся деятелей приобрело различную эмоциональную окраску, порой более мрачную, порой более радостную, что, вероятно, несет на себе следы эмоциональности их личностей.

*Эмоциональность как противоположность обдуманности поведения.* Существует, наконец, еще одно значение, в котором мы употребляем слово «эмоциональный» – в контексте, например, словосочетаний «эмоциональное решение», «эмоциональный подход» и т. д. В этом значении эмоциональное поведение понимается как противопоставляемое поведению, основанному на рациональном обдумывании ситуации. Соответственно, оно может интерпретироваться как относительная сила эмоциональной системы по отношению к рациональной в детерминации поведения.

## **Эмоциональный интеллект как рефлексивная способность**

Если эмоциональность во всех ее описанных выше проявлениях представляет собой способность испытывать эмоции, то эмоциональный интеллект – способность понимать эти эмоции у себя и других. Испытывать чувства и понимать их – не одно и то же. Хотя эмоция в плане ее валентности

и побуждения к действию дана непосредственно, все же вызывающие ее аспекты ситуации могут быть выявлены только с помощью дополнительной рефлексии. Эмоциональный интеллект заключается фактически в том, чтобы поставить эмоциональность на службу решению тех или иных задач, формулируемых в рамках рациональной системы поведения. Таким образом, следует ожидать, что условиями высокого развития эмоционального интеллекта должны выступить достаточные показатели общего интеллекта на фоне развитой эмоциональной сферы.

Рефлексия, осуществляемая эмоциональным интеллектом, носит многоуровневый характер. Уровень первичной рефлексии позволяет просто осознавать чувства. Над первичной рефлексией выстраивается вторичная, организующая следующий уровень обобщения. Естественно, по мере увеличения уровня рефлексии роль интеллекта нарастает, а эмоциональности – понижается.

Если рассмотреть с этой точки зрения существующие тесты эмоционального интеллекта, то становится очевидно, что они апеллируют к рефлексии высокого уровня, поскольку сама процедура стандартизированного тестирования отдаляет испытуемого от непосредственного контакта с другим человеком, предоставляя суррогат этого контакта: часто – текст, иногда – фотографию либо рисунок, редко – видео- или звукозапись. Неудивительно, следовательно, что построенные таким способом тесты, с одной стороны, не исследуют

способностей человека, отличных от интеллекта, а с другой – мало что добавляют в плане предсказания его социальной эффективности.

В то же время опросниковые тесты тоже не являются радикальным решением проблемы, поскольку, как уже отмечалось, передают измеряемое свойство, преломленное через призму самооценки и самопрезентации испытуемого.

Следовательно, мы предполагаем, что в споре интуиции психологов и разочаровывающих фактов относительно эмоционального интеллекта скорее права интуиция психологов. Разочаровывающие факты получены при применении тестов, которые, хотя и отвечают обычным канонам психометрической работы, однако в данном случае не вполне соответствуют той сложной реальности, которую призваны измерять. Это утверждение, однако, представляет собой лишь одну из возможных гипотез, нуждающихся в эмпирическом подтверждении, чтобы стать более-менее обоснованной теорией. Однако из сказанного очевидно, что методы оценки эмоционального интеллекта не позволяют найти поддержки для этой гипотезы.

## **Перспективы исследований**

Из сказанного следует, что ключ к решению проблемы эмоционального интеллекта следует искать в анализе живой эмоциональности: из двух слов, входящих в понятие эмоци-

онального интеллекта акцент нужно делать на первом. При чем операционализация понятия эмоциональности должна происходить не через опросники, затуманивающие измеряемые конструкты, а через тесты, оценивающие переработку эмоциональной информации в реальном времени. Элементы для такого подхода сегодня уже существуют, так что остается надеяться, что исследования принесут соответствующие плоды.

## Литература

*Бьюзен Т.* Могущество социального интеллекта. Минск: Попурри, 2004.

*Дружинин В. Н.* Когнитивные способности: структура, диагностика, развитие. М.: Per Se, СПб.: Иматон-М, 2001.

*Равен Дж. К., Курт Дж. Х., Равен Дж.* Руководство к прогрессивным матрицам Равена и словарным шкалам. Разд. 3: Стандартные прогрессивные матрицы. М.: Когито-Центр, 1996.

*Тарле Е. В.* Наполеон. М.: Изд-во Академии наук СССР, 1957.

*Ушаков Д. В.* Тесты интеллекта, или горечь самопознания // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2004. № 2. С. 76–93.

*Baron F.* Creativity and psychological health. Princeton, NJ: Van Nostrand, 1963.

*Berry C.* The Nobel scientists and the origins of scientific achievement // *British Journal of Sociology*. 1981. V. 32. P. 381–391.

*Berry C.* On the origins of exceptional intellectual and cultural achievement // *Encouraging the Development of Exceptional Abilities and Talents* / Ed. by M. J. A. Howe. Leicester: the British Psychological Society, 1990.

*Cattell J., Brimhall D. R.* American men of science. New York: Science Press, 1921.

*Gardner H.* Art, Mind and Brain: a Cognitive Approach to Creativity. New York: Basic Books, 1982.

*Goleman D.* Emotional intelligence. New York: Bantam Books, 1995.

*Gottfredson L. G.* Why g matters: The complexity of everyday life // *Intelligence*. 1986. V. 24 (1). P. 79–132.

*Hunt E.* Nature vs. nurture: The feeling of vuja de // *Intelligence, heredity, and environment* / Ed. by R. J. Sternberg, E. Grigorenko. Cambridge University Press, 1997. P. 531–551.

*Hunter J. E., Hunter R. F.* Validity and utility of alternative predictors of job performance // *Psychological Bulletin*. 1984. 96. P. 72–98.

*Hunter J. E., Schmidt F. L., Judiesch M. K.* Individual differences in output variability as a function of job complexity // *Journal of Applied Psychology*. 1990. V. 75. P. 28–42.

*Knapp R. H., Goodrich H. B.* Origins of American Scientists. Chicago: Chicago University Press, 1952.

*Roe A.* The making of a scientist. New York: Dodd, Mead, 1952.

*Roe A.* A psychological study of eminent psychologists and anthropologists, and a comparison with biological and physical scientists // *Psychological Monographs: General and Applied*. 1953.

*Salovey P., Mayer J. D.* Emotional intelligence // *Imagination, Cognition, and Personality*. 9. 1990. P. 185–211.

*Simonton D. K.* Biographical determinants of achieved eminence: A multivariate approach to the Cox data // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1976. 33. P. 218–226.

*Simonton D. K.* Creativity, leadership, and chance // *The nature of creativity* / Ed. by R. J. Sternberg. Cambridge University Press, 1988. P. 386–426.

*Sternberg R. J.* Wisdom, intelligence and creativity synthesized. Cambridge: Cambridge University Press, 2003.

*Storfer M. D.* Intelligence and giftedness: the contribution of heredity and early environment. Jossey-Bass Publishers: San Francisco, Oxford, 1990.

*Van Rooy D. L., Visweswaran C.* Emotional intelligence: A meta-analytic investigation of predictive validity and nomological net // *Journal of Vocational Behavior*. 2004. 65. № 1. P. 71–95.

*Vineberg R., Taylor E. N.* Performance in four Army jobs by men of different aptitude (AFQT) levels. Washington, DC: U. S. Department of the Army, 1972.

Wonderlic Personnel Test, Inc. Wonderlic Personnel Test and Scholastic Level Exam: User's manual. Libertyville, 1992.

# Эмоциональный интеллект как фактор самоактуализации

## И. Н. Андреева

В настоящее время актуальны исследования прогностического значения эмоционального интеллекта (ЭИ) – совокупности умственных способностей, связанных с обработкой эмоциональной информации. Авторы модели способностей рассматривают ЭИ в качестве предиктора просоциального поведения, сторонники «смешанных» моделей – в качестве ключевого фактора успеха в общении и деятельности (Mayer et al., 2004). Анализ результатов исследований показывает, что эмоциональный интеллект является предпосылкой организаторских способностей и эффективного поведения в организации. К примеру, выявлена положительная взаимосвязь между уровнем эмоционального интеллекта руководителя и аспектами субординационных обязательств (Giles, 2001). В исследованиях обнаружены взаимосвязи эмоционального интеллекта с лидерством (Андреева, 2003; Bertges, 2002), оценками по тестам достижений (Fannin, 2002) и решением проблем (Schutte et al., 2000).

С успешностью деятельности, по крайней мере, с субъективным переживанием ее эффективности, связана и *самоактуализация* – вершинный уровень психологического раз-

вития, который может быть достигнут, когда удовлетворены все базовые и метапотребности и происходит «актуализация» полного потенциала личности (Ребер, 2000). Если рассмотреть самоактуализацию применительно к деятельности, то можно определить ее следующим образом: под самоактуализацией понимается особый вид деятельности человека, направленный на самосовершенствование, развитие своей социальной и индивидуальной компетентности, максимально возможное использование своего потенциала на благо общества и самого себя (Вахромов, 2006).

Главным социально значимым результатом самоактуализации человека в деятельности является приобретение им компетентности – специфической способности, позволяющей эффективно решать типичные проблемы, задачи, возникающие в реальных ситуациях повседневной жизни, производственной и общественной деятельности (Вахромов, 2006).

Самоактуализация, как показывают исследования, способствует творческой деятельности. Так, согласно результатам, полученным А. А. Телегиным, формирование потребности студентов в самоактуализации позволяет изменять у них оценку своих возможностей, развивать заинтересованное отношение к человеку и к миру, способствует переходу потенциального в актуальное, становлению «ответственно-великодушного», «дружелюбного» типа межличностных отношений, благодаря чему снимается рассогласованность

между реальным Я и идеальным Я (Телегин, 2006). Иными словами, стремление студента реализовать себя, проявить свои возможности, обуславливающее реализацию его потребности в самоактуализации, способствует и его творчеству.

В исследованиях Е. Б. Лисовской была выявлена положительная линейная взаимосвязь самоактуализации (как ориентации на себя в большей степени, чем на группу) с общим интеллектом, измеряемым при помощи теста Д. Векслера и, в частности, со способностью к обобщению (Лисовская, 1981). Однако наблюдается дефицит информации о взаимосвязи самоактуализации с ЭИ, что и послужило основанием для настоящего исследования.

Было выдвинуто предположение, что уровень развития эмоционального интеллекта в юношеском возрасте взаимосвязан с индивидуальными проявлениями самоактуализации. Цель исследования – изучение взаимосвязи эмоционального интеллекта с индивидуальными проявлениями самоактуализации у лиц юношеского возраста. В качестве испытуемых выступали студенты Полоцкого государственного университета в возрасте 19–22 лет (всего 72 человека, из них 36 юношей, 36 девушек). В процессе исследования были использованы следующие методики: опросник ЭИИн Д. В. Люсина (версия января 2006 г.) (Люсин, 2006) и самоактуализационный тест Э. Шострома (адаптация Ю. Е. Алёшиной, Л. Я. Гозмана, М. Загика, М. В. Кроз) (Справоч-

ник..., 2005). Для обработки результатов исследования применялись корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции Спирмена), факторный анализ (метод главных компонент, вращение по модели варимакс), критерий Манна – Уитни. Количественный анализ результатов осуществлялся с использованием пакета статистических программ SPSS 11.0.

На первом этапе исследования было проведено сопоставление юношей и девушек по параметрам эмоционального интеллекта и самоактуализации с помощью критерия различий Манна – Уитни. На достоверном уровне не обнаружено гендерных различий по указанным параметрам ( $p > 0,05$ ). Выявлены лишь различия в *самооценке* важности управления собственными эмоциями (ВУ1) и понимания чужих эмоций (МП1): указанные показатели преобладают у девушек, т. е. для них более, чем для юношей, субъективно важно уметь управлять собственными эмоциями и понимать эмоции других людей ( $p \leq 0,05$ ). По причине отсутствия значимых различий в показателях эмоционального интеллекта и самоактуализации у юношей и девушек дальнейшее исследование проводилось на выборке в целом.

На втором этапе исследования был проведен корреляционный анализ переменных эмоционального интеллекта и самоактуализации, результаты которого представлены в таблице 1.

**Таблица 1.** Коэффициенты ранговой корреляции переменных эмоционального интеллекта и самоактуализации

Переменные	МП	МУ	ВП	ВУ	ВЭ	МЭИ	ВЭИ
Компетентность во времени	-0,04	0,07	0,15	0,23	0,19	-0,02	0,21
Поддержка	0,04	0,16	0,28*	0,28*	0,28**	0,08	0,38***
Ценностные ориентации	0,24*	0,36**	0,27*	0,38***	0,18	0,28*	0,38***
Гибкость поведения	-0,02	-0,02	0,09	0,15	0,11	-0,04	0,13
Сензитивность к себе	0,27*	0,11	0,32**	-0,08	-0,12	0,23	0,07
Спонтанность	0,23*	0,13	0,26*	0,13	0,06	0,24*	0,21
Самоуважение	0,26*	0,33**	0,39***	0,46***	0,40***	0,29*	0,55***
Самопринятие	0,003	0,18	0,25*	0,34**	0,43***	0,06	0,42***
Представления о природе человека	0,01	0,20	0,03	0,27*	0,17	0,06	0,21
Синергия	-0,14	0,11	-0,05	0,08	0,08	-0,06	0,06
Принятие агрессии	0,14	0,17	0,15	0,16	0,09	0,17	0,20
Контактность	-0,03	-0,04	0,25*	0,09	0,24*	-0,04	0,28*
Познавательные потребности	0,02	0,06	0,43***	0,29*	0,20	0,05	0,45***
Креативность	0,12	0,08	0,33	0,17	0,07	0,10	0,26*

*Примечания:* МП – понимание чужих эмоций; МУ – управление чужими эмоциями; ВП – понимание своих эмоций; ВУ – управление своими эмоциями; ВЭ – контроль экспрессии; МЭИ – межличностный эмоциональный интеллект; ВЭИ – межличностный эмоциональный интеллект. \*  $p$

$< 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ .

Из таблицы 1 видно, что эмоциональный интеллект и его компоненты связаны положительными корреляциями (от слабых к средним) с самооужанием. Это означает, что с повышением уровня эмоционального интеллекта увеличивается уровень способности субъекта ценить свои достоинства, уважать себя за них.

Эмоциональный интеллект и его компоненты, имеющие отношение к управлению эмоциями и их пониманию, взаимосвязаны прямыми корреляциями с переменной «ценностные ориентации». Таким образом, с повышением уровней управления эмоциями и понимания эмоций увеличивается степень принятия человеком ценностей, присущих самоактуализирующейся личности.

Внутриличностный эмоциональный интеллект и его компоненты (понимание своих эмоций (ВП), управление своими эмоциями (ВУ) и контроль экспрессии (ВЭ)) образуют прямые корреляционные связи (слабые или умеренные) с самопринятием. Иными словами, с повышением внутриличностного ЭИ наблюдается усиление тенденции принимать себя вне зависимости от своих достоинств и недостатков.

Внутриличностный ЭИ и его составляющие – понимание своих эмоций (ВП), управление своими эмоциями (ВУ) и контроль экспрессии (ВЭ) – связаны прямо пропорционально с переменной «поддержка». Таким образом, лица с

высоким внутриличностным эмоциональным интеллектом склонны руководствоваться в жизни своими собственными целями, убеждениями, принципами и установками.

Слабые положительные взаимосвязи с внутриличностным эмоциональным интеллектом и его компонентами «понимание собственных эмоций» и «контроль экспрессии» образует переменная «контактность». Это означает, что с повышением уровня внутриличностного эмоционального интеллекта в целом и, в частности, с развитием способностей к осознанию и распознаванию собственных эмоций, а также к контролю внешних проявлений своих эмоций обнаруживается тенденция к развитию способности быстро устанавливать глубокие и тесные эмоционально насыщенные контакты с людьми.

Переменные, связанные с пониманием эмоций («понимание своих эмоций» и «понимание чужих эмоций»), образуют слабые и умеренные положительные связи с переменными «сензитивность к себе» и «спонтанность». Иными словами, с повышением уровня осознания эмоций, их распознавания и способности к вербальному описанию связано увеличение чувствительности к собственным потребностям и чувствам, а также развитие способности индивида спонтанно и непосредственно выражать свои переживания.

В тесте Э. Шострома переменные попарно объединяются в следующие блоки: блок ценностей (ценностная ориентация и гибкость поведения), блок чувств (сензитивность к себе и спонтанность), блок самовосприятия (самоуважение и

самопринятие), блок концепции человека (синергия и представления о природе человека), блок межличностной чувствительности (принятие агрессии и контактность). Учитывая тот факт, что указанные переменные целесообразно анализировать совместно, было решено редуцировать количество параметров, проведя корреляционный анализ с введенными новыми переменными. Результаты представлены в таблице 2.

**Таблица 2.** Коэффициенты ранговой корреляции переменных эмоционального интеллекта и самоактуализации (после редукции числа переменных)

Переменные	МП	МУ	ВП	ВУ	ВЭ	МЭИ	ВЭИ
Блок ценностей	0,14	0,20	0,25*	0,28*	0,13	0,15	0,29*
Блок чувств	0,25*	0,16	0,33*	0,04	-0,05	0,25*	0,16
Блок самовосприятия	0,14	0,29*	0,34**	0,46***	0,46***	0,20	0,54***
Блок концепции человека	-0,06	0,18	0,01	0,25*	0,17	-0,001	0,20
Блок межличностной чувствительности	0,05	0,02	0,26*	0,15	0,22	0,04	0,31**

Очевидно, что внутриличностный эмоциональный интеллект образует положительные (умеренные или средние) взаимосвязи с «блоками» самовосприятия и межличностной чувствительности. Это означает, что ВЭИ в целом способствует принятию своих индивидуальных особенностей и позитивному самовосприятию. Позитивное самоотношение, в

свою очередь, способствует установлению глубоких и тесных взаимоотношений с другими людьми. Понимание собственных эмоций связано с естественностью их проявления (положительная взаимосвязь переменной ВП и «блока чувств»).

Положительная взаимосвязь межличностного ЭИ с «блоком чувств» может расцениваться как слабая, такими же по силе взаимосвязями являются корреляции «понимания чужих эмоций» с «блоком чувств» и «управления чужими эмоциями» с «блоком самовосприятия». Это означает, что для осознания собственных эмоций и естественности их проявления более значимым является развитие внутриличностного эмоционального интеллекта, нежели МЭИ. Точно так же внутриличностный эмоциональный интеллект в большей мере, чем МЭИ, обеспечивает позитивное самовосприятие и самоуважение.

На третьем этапе исследования факторному анализу были подвергнуты результаты, полученные на выборке в целом без учета гендерных различий. Переменные эмоционального интеллекта и самоактуализации составили три фактора, которые были извлечены при помощи факторного анализа (метод главных компонент, вращение по модели варимакс) (таблица 3).

**Таблица 3.** Сводная таблица основных факторов и нагрузок факторного анализа (после вращения по модели варимакс)

Фактор	Весовая нагрузка	Название переменной
1	0,642	Компетентность во времени
	0,896	Поддержка
	0,847	Блок ценностей
	0,674	Блок чувств
	0,711	Блок самовосприятия
	0,846	Блок межличностной чувствительности
	0,582	Креативность
2	0,909	Понимание чужих эмоций
	0,812	Управление чужими эмоциями
	0,692	Понимание своих эмоций
	0,961	Межличностный ЭИ
	0,506	Внутриличностный ЭИ
3	0,349	Компетентность во времени
	0,472	Самовосприятие
	0,528	Блок концепции человека
	0,639	Познавательные потребности
	0,335	Понимание своих эмоций
	0,696	Управление своими эмоциями
	0,658	Контроль экспрессии
	0,771	Внутриличностный ЭИ

Как видно из таблицы 3, фактор 1 является фактором самоактуализации и включает в себя переменные со значительными положительными оценками нагрузок: «компетентность во времени», «поддержка», «блок ценностей», «блок чувств», «блок самовосприятия», «блок межличностной чувствительности», «креативность».

Фактор 2 может рассматриваться как фактор эмоциональ-

ного интеллекта, поскольку включает в себя следующие переменные с положительными оценками нагрузок: «понимание чужих эмоций», «управление чужими эмоциями», «понимание своих эмоций», «межличностный ЭИ», «внутриличностный ЭИ».

Фактор 3 является фактором взаимосвязи внутриличностного эмоционального интеллекта и самоактуализации. Он описывается такими переменными со значительными положительными оценками нагрузок, как «компетентность во времени», «самовосприятие», «блок концепции человека», «познавательные потребности», «понимание своих эмоций», «управление своими эмоциями», «контроль экспрессии», «внутриличностный эмоциональный интеллект». Таким образом, лица юношеского возраста с высоким уровнем внутриличностного ЭИ имеют выраженное стремление к приобретению знаний об окружающем мире; способны к целостному восприятию мира и людей, склонны воспринимать природу человека в целом как положительную; способны к самоуважению и принятию себя вне зависимости от оценки своих достоинств и недостатков. Они обладают способностью жить настоящим – переживать настоящий момент жизни во всей его полноте, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, т. е. видеть жизнь во всем ее многообразии.

Итак, полученные результаты позволяют охарактеризовать лиц юношеского возраста с высоким уровнем ЭИ с по-

зии индивидуальных проявлений самоактуализации.

Обнаружено, что молодые люди с *высоким уровнем ЭИ в целом*, способные эффективно понимать свои и чужие эмоции и управлять ими, склонны принимать ценности, присущие самоактуализирующейся личности. Лица с высоким уровнем *понимания эмоций* сензитивны к собственным потребностям и чувствам, способны спонтанно и непосредственно их выражать.

Индивиды с *высоким уровнем внутриличностного эмоционального интеллекта*:

- склонны ценить свои положительные свойства и уважать себя за них;
- принимают себя вне зависимости от своих достоинств или недостатков;
- независимы и склонны руководствоваться в жизни своими собственными целями, убеждениями, принципами и установками;
- обнаруживают тенденцию к быстрому установлению глубоких и тесных эмоционально насыщенных контактов с людьми;
- имеют выраженное стремление к приобретению знаний об окружающем мире; способны к целостному восприятию мира и людей, склонны воспринимать природу человека в целом как положительную;
- обладают способностью жить настоящим – переживать настоящий момент жизни во всей его полноте, ощущать

неразрывность прошлого, настоящего и будущего.

В целом можно отметить, что высокоразвитый *внутриличностный ЭИ* способствует естественности эмоциональных проявлений и позитивному самоотношению, которые, в свою очередь, дают возможность установить глубокие и тесные взаимоотношения с другими людьми.

Способность «обрабатывать» межличностную эмоциональную информацию в плане самоактуализации дает меньше преимуществ. Лица с высоким уровнем *межличностного ЭИ* также обнаруживают способности к осознанию своих эмоций и спонтанности поведения, однако данная взаимосвязь у них выражена значительно слабее, чем у лиц с высоким уровнем *внутриличностного ЭИ*. Способность к управлению чужими эмоциями слабо связана с позитивным самовосприятием, так же как и понимание чужих эмоций – с осознанием своих собственных.

Исходя из полученных результатов, можно заключить, что высокоразвитый эмоциональный интеллект (в первую очередь, *внутриличностный*) является фактором самоактуализации в творческой деятельности, связанной с общением и взаимодействием с другими людьми. Это может быть управление, консультирование, научно-педагогическая деятельность, педагогические и юридические профессии, журналистика, сценическое искусство. В данных областях практики востребованы такие индивидуальные проявления самоактуализации, как умение устанавливать глубокие, тесные и эмо-

ционально насыщенные отношения с людьми и позитивное отношение к ним, естественность собственных эмоциональных проявлений и способность понимать эмоции других людей, и, вместе с тем, – выраженные познавательные потребности, независимость, высокое самоуважение и самопринятие.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.