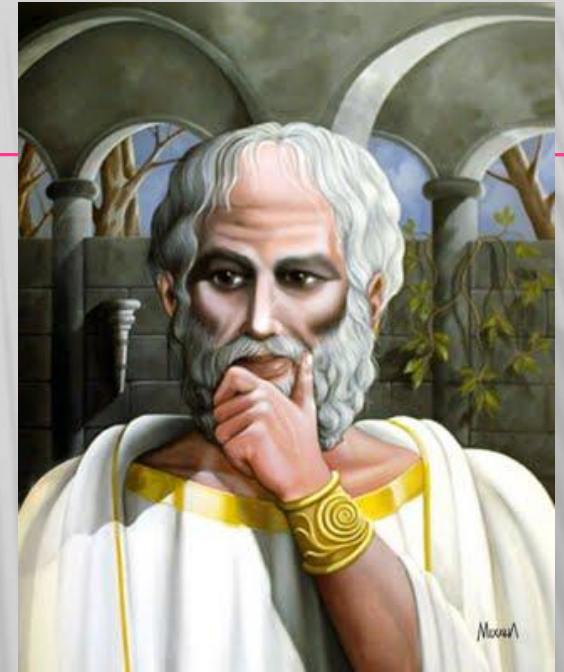


Κοινωνική – Συναισθηματική Νοημοσύνη

Κυριλλίδου Αθηνά, Ψυχολόγος

Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών

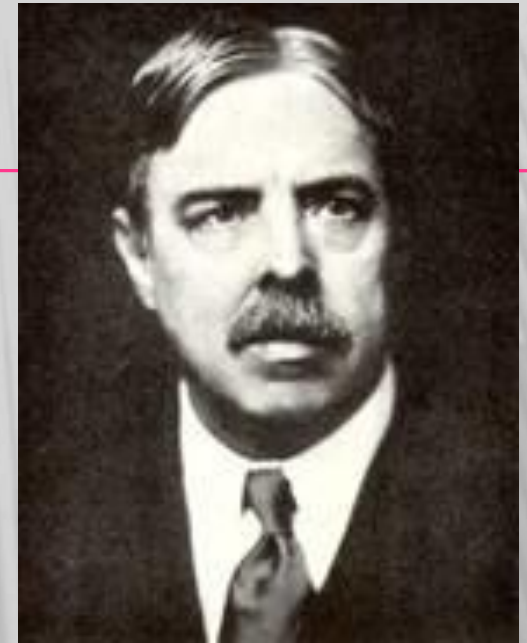
«Ο καθένας μπορεί να θυμώσει,
είναι πολύ εύκολο.



Όμως να θυμώσει με το κατάλληλο άτομο,
στον κατάλληλο τόπο, την κατάλληλη ώρα,
για τον κατάλληλο λόγο και με τον
κατάλληλο τρόπο, αυτό δεν είναι εύκολο».

Αριστοτέλης

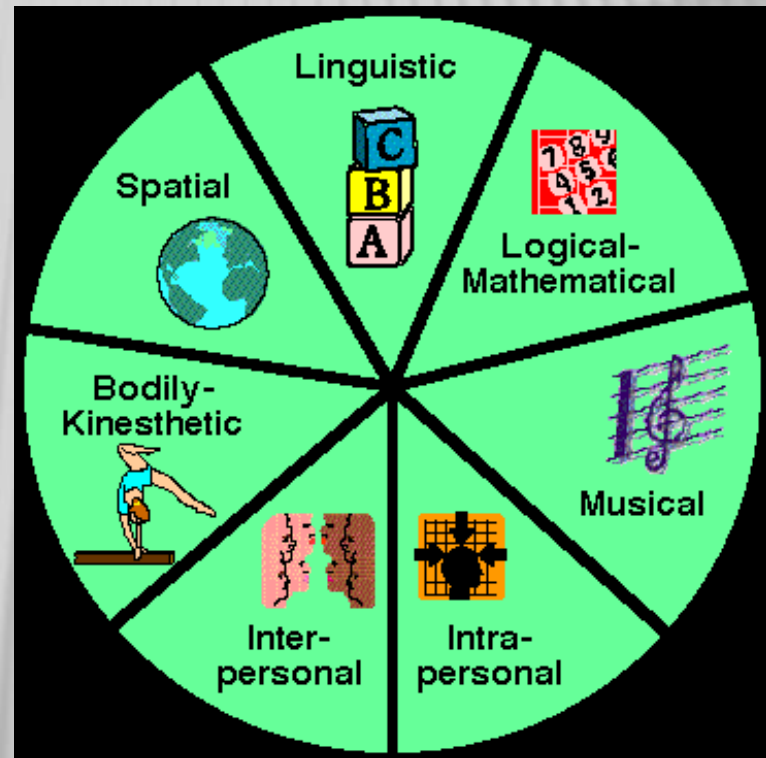
E.L. THORNDIKE, 1920



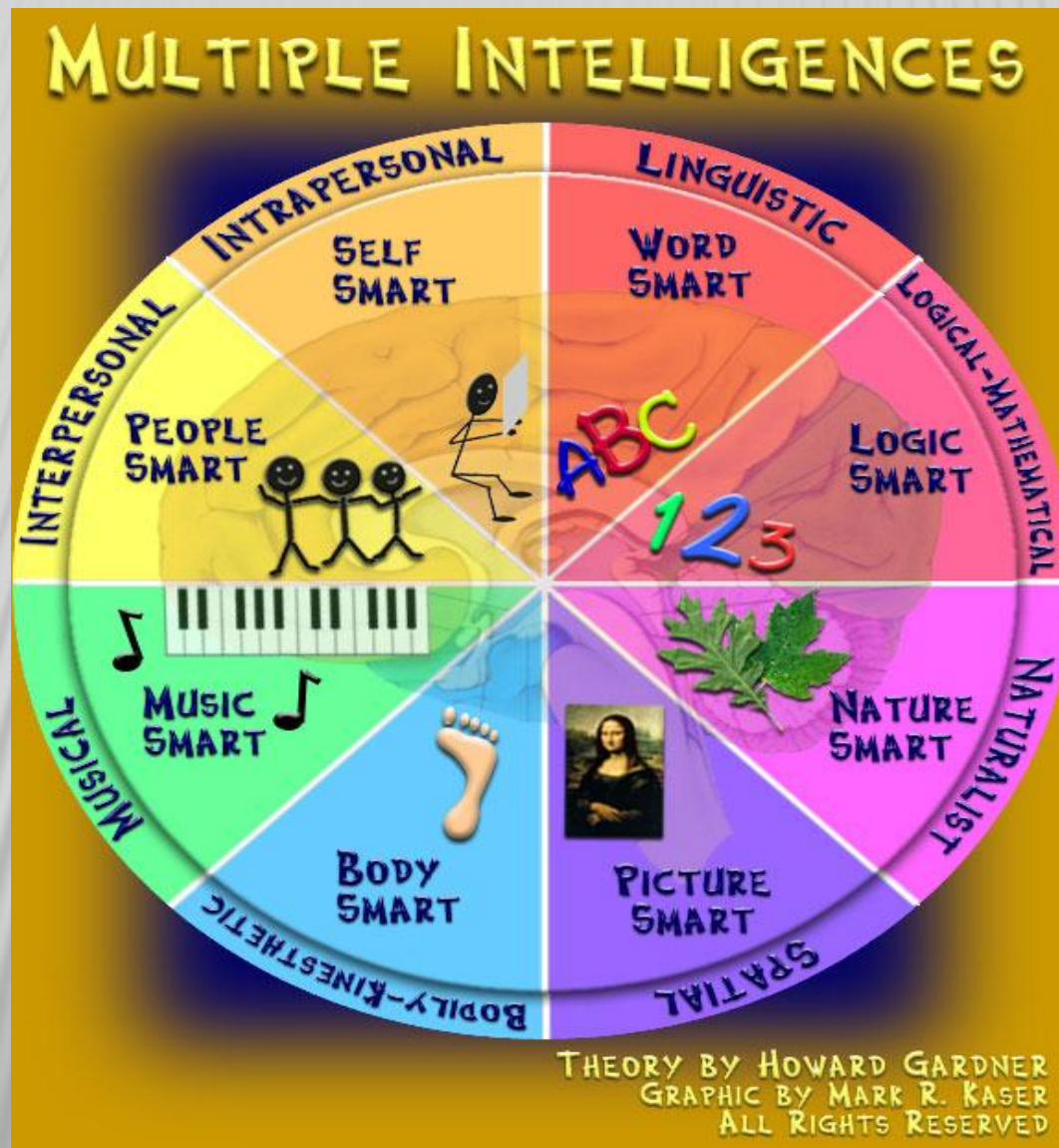
Κοινωνική νοημοσύνη

Ικανότητα του ατόμου να διαχειριστεί άλλους ανθρώπους και τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις έτσι ώστε να ενεργεί σοφά στις ανθρώπινες σχέσεις.

GARDNER, 1983. «FRAMES OF MIND»



Gardner, 1996



ΤΡΙΑ ΜΟΝΤΕΛΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ

Spielberger, 2004

- × Το μοντέλο των Salovey & Mayer, 1997
- × Το μοντέλο του Daniel Goleman, 1995
- × Το μοντέλο του Bar-On, 1997

SALOVEY & MAYER, 1990



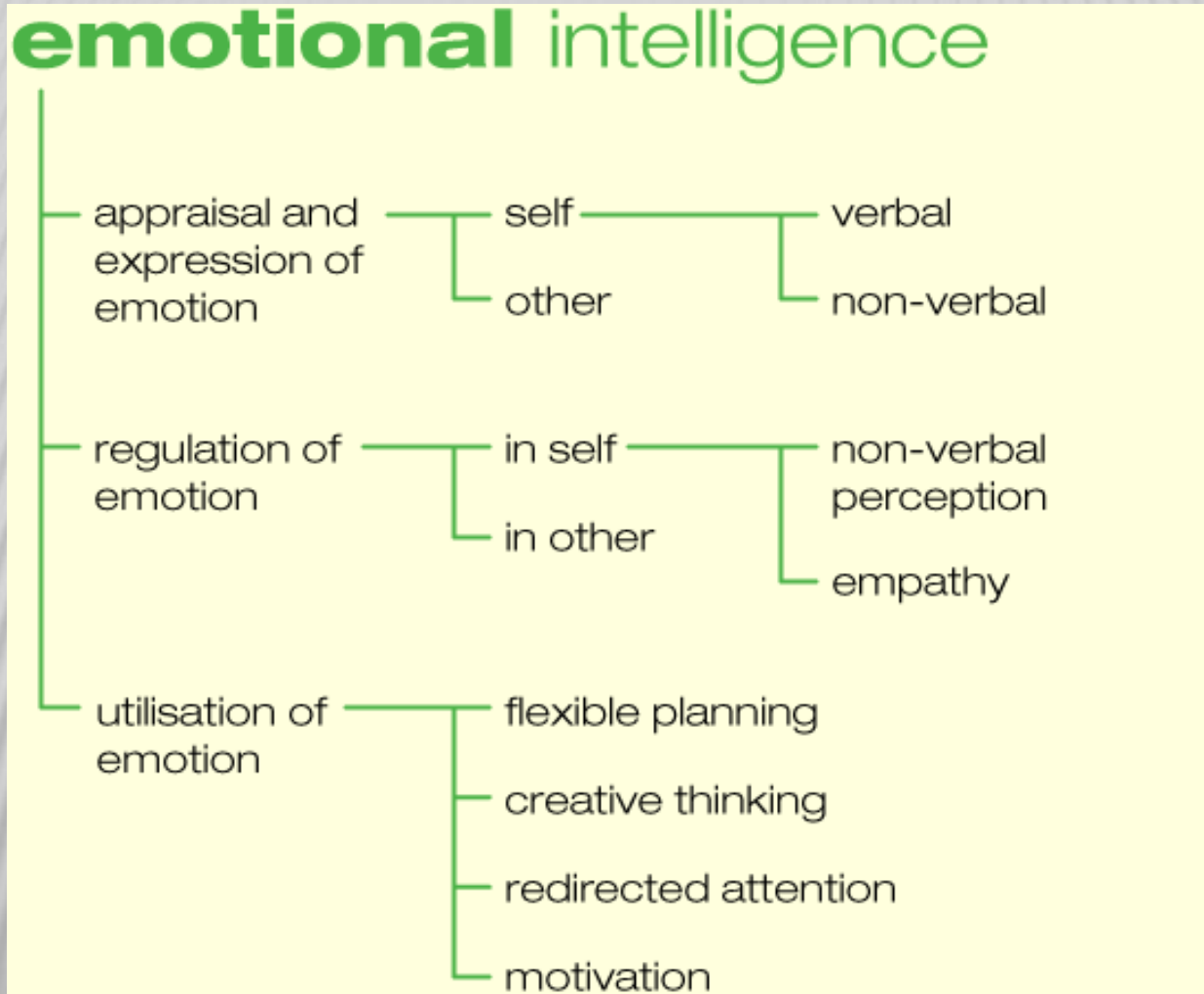
Peter Salovey

*Προσωπική
νοημοσύνη*

Mayer



ΤΟ ΜΟΝΤΕΛΟ ΤΩΝ SALOVEY & MAYER, 1997



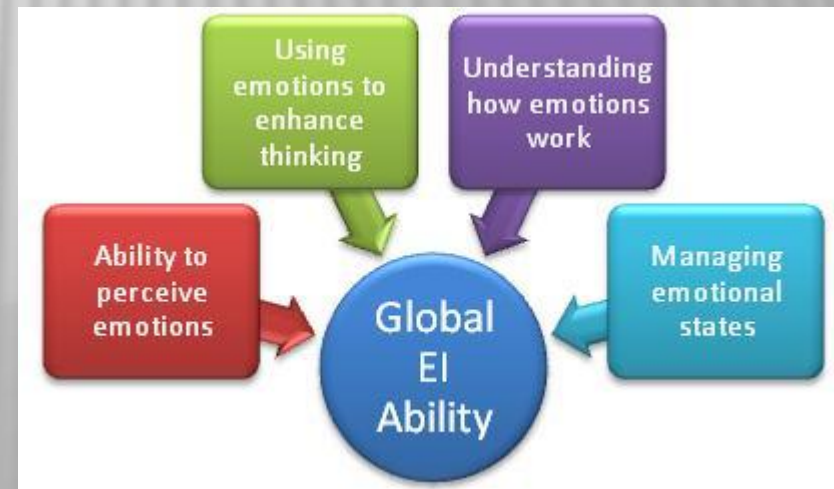
Μοντέλο δεξιοτήτων

Το μοντέλο των Salovey & Mayer, 1997

Η Συναισθηματική Νοημοσύνη διακρίνεται σε τέσσερις κλάδους:

(Salovey, Mayer & Caruso, 2002)

- ❖ Αναγνώριση & Έκφραση Συναισθημάτων
- ❖ Αφομοίωση των Συναισθημάτων στη Σκέψη- Συναισθηματική Διαχείριση της σκέψης
- ❖ Κατανόηση και Ανάλυση των Συναισθημάτων
- ❖ Συναισθηματική Διαχείριση



TO MONTELO TOY REUVEN BAR-ON, 1997



Το μοντέλο του Daniel Goleman, 1995



TO MONTELO TOY DANIEL GOLEMAN, 1995

<p>Self-Awareness</p> <p>Self-Confidence Emotional Self-Awareness Accurate Self-Assessment</p>	<p>Social Awareness</p> <p>Empathy Organizational Awareness Service Orientation</p>
<p>Self-Management</p> <p>Self-Control Trustworthiness Conscientiousness Adaptability</p>	<p>Relationship Management</p> <p>Influence Inspirational Leadership Developing others Building Bonds</p>

DANIEL GOLEMAN, 1995

«Emotional Intelligence. Why it can matter more than IQ?»

Οι άνθρωποι οι οποίοι έχουν υψηλό δείκτη συναισθηματικής νοημοσύνης τείνουν να γίνουν πιο επιτυχημένοι στη ζωή τους από αυτούς οι οποίοι, ασχέτως με τον κλασικό δείκτη ευφυΐας τους (IQ), διαθέτουν ήπιας μορφής συναισθηματική νοημοσύνη.

*«Με τις ικανότητές σου βρίσκεις δουλειά.
Με την συναισθηματική σου νοημοσύνη
προάγεσαι»*

DANIEL GOLEMAN, 1995

DANIEL GOLEMAN, 1995

«*Emotional Intelligence. Why it can matter more than IQ?*»

Η συναισθηματική νοημοσύνη έχει
πέντε διαστάσεις/στοιχεία:

- ❖ Την αυτοεπίγνωση
- ❖ Την αυτορρύθμιση
- ❖ Τα κίνητρα συμπεριφοράς
- ❖ Την ικανότητα στις σχέσεις με τους άλλους
- ❖ Την ενσυναίσθηση

GOLEMAN, BOYATZIS & MACKEE, 2002

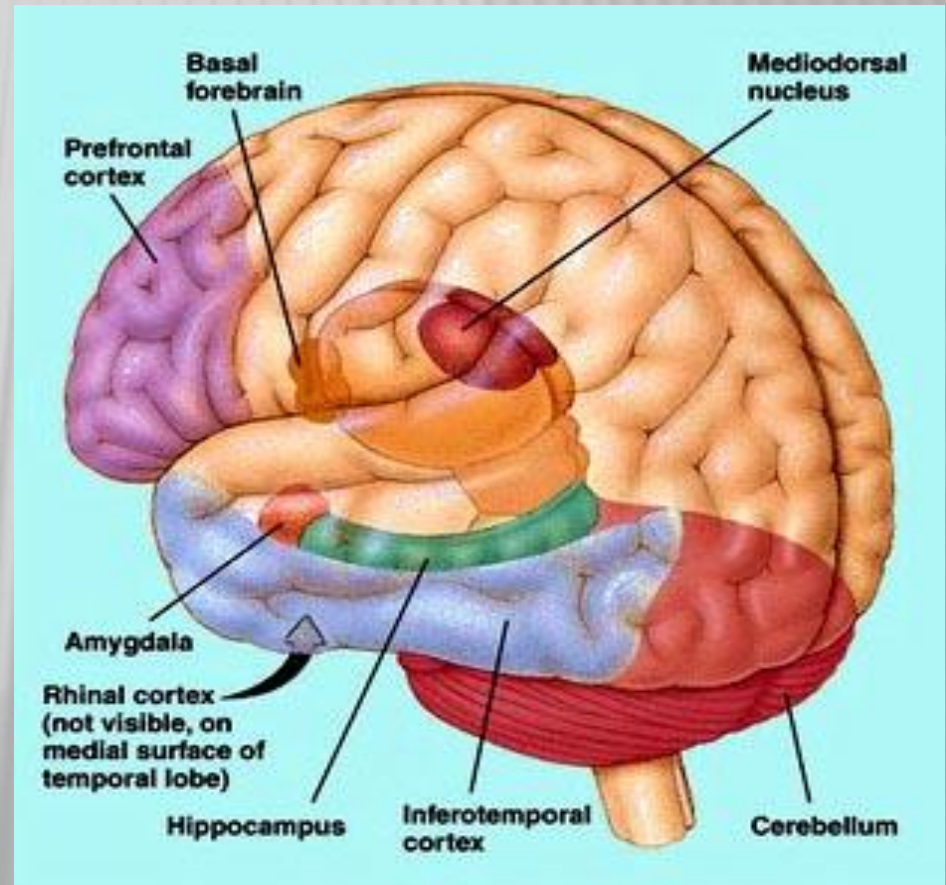
Η ΣΝ αποτελείται από δύο κατηγορίες ικανοτήτων,
την ατομική ικανότητα (ενδοψυχική) και **την
κοινωνική ικανότητα** (διαπροσωπική).



Η αντιλαμβανόμενη συναισθηματική νοημοσύνη αναπτύσσεται τουλάχιστον μέχρι την Πέμπτη δεκαετία της ζωής (Bar-On, 2000. Mayer, et al., 2000) και επηρεάζεται θετικά από την εμπειρία και την εκπαίδευση (Goleman, 1998. Zeider et al., 2003). Μάλιστα, ο μεγαλύτερος ρυθμός της ανάπτυξής της παρατηρείται στα πρώτα χρόνια της νεότητας. (Mayer et al., 1999)

Συναίσθημα & Εγκέφαλος

Αμυγδαλή Προμετωπιαίος λοβός



-
- ✘ Αν χρειαστεί να απομονωθεί η αμυγδαλή από τον υπόλοιπο εγκέφαλο, ο άνθρωπος θα είναι ανίκανος να συλλάβει τη συναισθηματική σημασία των γεγονότων και θα απολέσει την αντίληψη των συναισθημάτων (το καθεστώς αυτό λέγεται συναισθηματική τύφλωση).

Swerdlow, J.L,1996

ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΜΕΤΡΗΣΗΣ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ

Μοντέλα Δεξιοτήτων

Αντικειμενική μέτρηση της επίδοσης,
χρησιμοποιώντας έργα που αναφέρονται σε
συναισθήματα

(Mayer et al., 1999, 2000)

Μικτά μοντέλα

Με βάση την αντίληψη που έχουν τα ίδια τα
άτομα για την αξιολόγηση της ΣΝ.

(Bar-On, 2000. Boyatzis, Goleman & Rhee, 2000. Petrides & Furnham, 2001)

-
- ✘ Οι Schutte & Malouff (2001) παρουσίασαν 60 διαφορετικά τεστ και ερωτηματολόγια μέτρησης της ΣΝ.
 - ✘ Γενικά μπορούμε να τα κατατάξουμε σε: αυτοαναφορές, αναφορές άλλων και αντικειμενική μέτρηση ικανοτήτων.(Πλατσίδου,2004)

× Τα πιο διαδεδομένα εργαλεία αντικειμενικής μέτρησης της ΣΝ: (Jordan,2008)

- × **MSCEIT**-Emotional Intelligence Test (Mayer,Caruso & Salovey, 1999)
- × **ECI**- Emotional Competency Inventory (Boyatzis, Goleman, Rhee, 1999)
- × **EQ-i**- Emotional Quotient Inventory (Bar-On, 1997)

ΜΑΚΡΗ & ΜΠΟΤΣΑΡΗ, 2001

Τα εργαλεία αυτοαναφοράς και αναφοράς άλλων εξετάζουν 3 επίπεδα:

Γνωστικό επίπεδο:

«Έχω επίγνωση των συναισθημάτων μου την ώρα που τα βιώνω»

Κοινωνικό επίπεδο:

«Είμαι καλός/ή στο να καταλαβαίνω πώς αισθάνονται οι άλλοι άνθρωποι»

Πραξιακό επίπεδο:

«Έχω πρόβλημα να ελέγχω τον θυμό μου»

ΤΕΣΤ ΜΕΤΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΕΦ

Florida Affect Battery

Bowers, Blonder, & Heilman, 1991, 1999

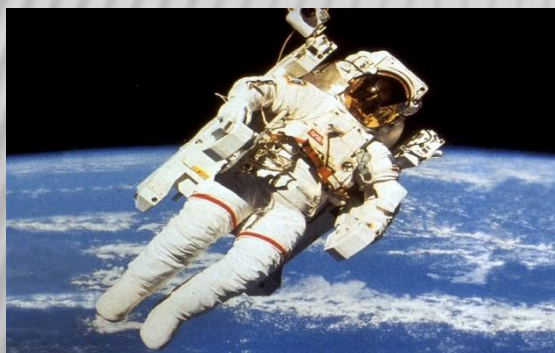
Center for Neuropsychological Studies, Cognitive Neuroscience Laboratory, University of Florida

- Εξετάζει τις δύο βασικές παραμέτρους της συναισθηματικής νοημοσύνης:
 - Την έκφραση του προσώπου
 - Τον τόνο της φωνής
- Σχεδιάστηκε ως ερευνητικό εργαλείο που ανιχνεύει τις διαταραχές στην αντίληψη και την κατανόηση της μη-λεκτικής επικοινωνίας που συμβαίνουν στο πλαίσιο νευρολογικών ή ψυχιατρικών διαταραχών.

ΤΕΣΤ ΜΕΤΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΕQ



ΚΛΙΜΑΚΑ ΙAPS



ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ EKMAN & FRIESEN

- ✘ Αποτελείται από 60 διαφάνειες με εκφράσεις του προσώπου, με ένα ή περισσότερα από τα παγκοσμίως αναγνωρισμένα συναισθήματα (ευτυχία, λύπη, φόβο, θυμό, έκπληξη, αηδία και περιφρόνηση)
 - ✘ Προβολή σε δύο φάσεις, με την ίδια σειρά(για 10''-5'' και 25''-10'' αντίστοιχα για κάθε διαφάνεια)
 - ✘ Βαθμολόγηση 0-8
 - 0(ανυπαρξία συναισθήματος)
 - 8(έντονη έκφραση συναισθήματος)
-

Διαφορές φύλου στην αντιλαμβανόμενη & γενική ΣΝ

Γυναίκες:

Υπερέχουν στην αναγνώριση και την κατανόηση των συναισθημάτων, την ενσυναίσθηση, την κοινωνική προσαρμογή και τη διαπροσωπική επικοινωνία.

Άντρες:

Υπερέχουν στη διαχείριση των συναισθημάτων, προσαρμόζονται καλύτερα στις νέες συνθήκες και είναι πιο θετικοί και αισιόδοξοι.

(Bar-On, 2000. Ciarrochi et al., 2000. Petrides & Furnham, 2000)

Τα άτομα που έχουν υψηλή ΣΝ, παρουσιάζουν:

- ❖ Μεγαλύτερη ενσυναίσθηση και αυτό-παρακολούθηση στις κοινωνικές τους σχέσεις
- ❖ Πιο ανεπτυγμένες κοινωνικές δεξιότητες
- ❖ Είναι πιο συνεργάσιμοι
- ❖ Έχουν στενές και συναισθηματικές διαπροσωπικές σχέσεις και δηλώνουν περισσότερο ικανοποιημένοι από αυτές.

(Austin, Saklofske & Egan, 2005. Ciarrochi et al., 2001. Schutte, Malouff, Bobik, Coston, Greeson, Jedlicka, Rhodes & Wendorf, 2001)



Είναι πιο αισιόδοξα και πιο ικανοποιημένα από τη συζυγική τους ζωή.

(Schutte et al., 1998. 2001)

Εκτιμούν για τον εαυτό τους ότι διαθέτουν καλύτερους τρόπους αντιμετώπισης προβλημάτων και δυσκολιών και αναφέρουν χαμηλότερα επίπεδα άγχους, ανησυχίας και κατάθλιψης.

(Bastian, Burns & Nettelbeck, 2005. Salovey, Stroud, Woolery & Epel, 2002. Schutte et al., 1998)

Αρνητικές συσχετίσεις βρέθηκαν ανάμεσα στην υψηλή αντιλαμβανόμενη συναισθηματική νοημοσύνη και την κατάχρηση αλκοόλ, την παραβατική συμπεριφορά και τις κακές φιλικές σχέσεις.

(Austin et al., 2005. Brackett et al., 2004)

Στη μαθητική ζωή. .

Οι μαθητές με υψηλή αντιλαμβανόμενη ΣΝ είναι λιγότερο πιθανό να εκδηλώνουν το άγχος τους με αντικοινωνικές ή μη προσαρμοστικές συμπεριφορές.

(Zeidner et al., 2005)



ΛΑΪΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ Ή ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΕΔΙΟ?

Για να εδραιωθεί μία θεωρία ως επιστημονικός κλάδος, πρέπει να πληροί τα παρακάτω

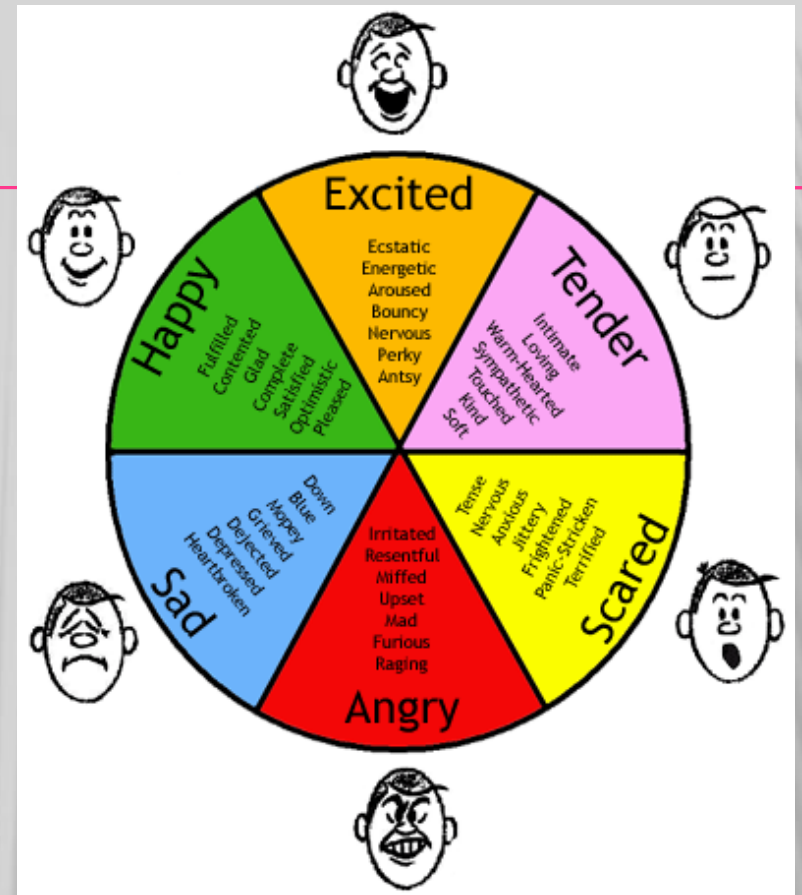
κριτήρια: MATTHEWS, ZEIDNER & ROBERTS, 2005

- ❖ **Εννοιολογική διασαφήνιση.**
- ❖ Αρχές ψυχομετρικής τεκμηρίωσης.
- ❖ **Τοποθέτηση εντός της σφαίρας του πεδίου των ατομικών διαφορών.**
- ❖ Συνοχή της ψυχολογικής θεωρίας.
- ❖ **Πρακτική Συσχέτιση.**

Η συναισθηματική Νοημοσύνη, τόσο με την αντιλαμβανόμενη όσο και με την αντικειμενική της έκφραση, είναι μια πάρα πολύ δημοφιλή έννοια και εμφανίζεται να έχει πολλά υποσχόμενες εφαρμογές στον επαγγελματικό, τον εκπαιδευτικό και τον χώρο της ψυχικής υγείας.

(Cherniss, 2000. Goleman, 1998. Matthews et al., 2002. Mayer et al., 2000)

Σας ευχαριστώ



για την προσοχή σας!