

Η ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΩΣ ΑΥΘΥΠΑΡΚΤΗ ΕΝΝΟΙΑ ΚΑΙ Η ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΑΝΘΡΩΠΟ ΚΑΙ ΤΙΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ

Θεόδωρος Καραδήμας¹, Παναγιώτα Καραδήμα²

1. Οικονομολόγος, απόφοιτος του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών, της Οικονομικής & Επιχειρησιακής Στρατηγικής, του Πανεπιστημίου Πειραιώς, Στοιχεία επικοινωνίας:
teo.karadimas@yahoo.gr
2. Μεταπτυχιακή φοιτήτρια, του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών, της Οικονομικής & Επιχειρησιακής Στρατηγικής, του Πανεπιστημίου Πειραιώς, Στοιχεία επικοινωνίας:
pn_karadima@yahoo.gr

Περίληψη

Τα τελευταία χρόνια, ολοένα και περισσότεροι ερευνητές και επιχειρήσεις, στρέφουν την προσοχή τους στη συναισθηματική νοημοσύνη. Αυτό οφείλεται σε μία πλειάδα ερευνών, οι οποίες καταδεικνύουν ότι για την επαγγελματική, κοινωνική αλλά και προσωπική καταξίωση ενός ατόμου, δε διαδραματίζει τόσο σπουδαίο ρόλο η ευφυΐα του, όπως πιστεύονταν παλαιότερα, αλλά η ανεπτυγμένη ή μη, συναισθηματική νοημοσύνη που διαθέτει. Ως αποτέλεσμα, το νέο αυτό είδος νοημοσύνης, κερδίζει συνεχώς έδαφος σε σχέση με τις παραδοσιακές απόψεις, καθώς αρκετοί ερευνητές εργάζονται συστηματικά στη δημιουργία μεθόδων μέτρησης και ανάπτυξης της. Η παρούσα έρευνα, αναλύει σε βάθος τις έρευνες που έχουν εκπονηθεί έως τώρα, όπως είναι οι θεωρίες των Mayer *et. al.*, (2000), Bar-On, (2000), Goleman, (2000) και Cooper, (1996, 1997), επιχειρώντας να εκμαιεύσουμε από αυτές σημαντικές γνώσεις, οι οποίες θα μας οδηγήσουν σε ορθά συμπεράσματα. Ακόμη, δεν παραλείπουμε να αναφέρουμε και τις απόψεις των πολέμιων της συναισθηματικής νοημοσύνης, εμπλουτίζοντας περισσότερο την ανάλυση μας.

Λέξεις Κλειδιά: *συναισθηματική νοημοσύνη, νοητική νοημοσύνη, ευφυΐα, συναισθηματική ανάπτυξη, συναισθηματική επάρκεια.*

Εισαγωγή

Η συναισθηματική νοημοσύνη, περιλαμβάνει ένα σύνολο από ικανότητες αλλά και δεξιότητες θα λέγαμε, τις οποίες κατέχει το άτομο και του επιτρέπουν να διαχειρίζεται επιτυχώς διάφορες συναισθηματικές καταστάσεις της καθημερινής του ζωής. Αυτές οι καταστάσεις, μπορεί να αφορούν τόσο το ίδιο το άτομο, όσο και τους ανθρώπους που αποτελούν τον περίγυρο του. Ο αιώτερος σκοπός και στόχος, από τη χρησιμοποίηση τέτοιων ικανοτήτων, είναι η ανάπτυξη του ατόμου και η καλύτερη διευθέτηση των καθημερινών καταστάσεων, που καλείται να επιτελέσει. Σε αυτό το σημείο, θα ήταν καλό να αναφερθούμε στο γεγονός της ύπαρξης αρκετών μοντέλων, όσον αφορά τη συναισθηματική νοημοσύνη, πράγμα που υποδηλώνει με τον καλύτερο τρόπο, πως ενυπάρχουν πολλά μοντέλα αυτής. Αυτό οφείλετε στο γεγονός ότι, στην πραγματικότητα η συναισθηματική νοημοσύνη, αποτελεί μία αυθύπαρκτη έννοια αλλά ταυτίζεται και ως ένα βαθμό με τη γνωστική νοημοσύνη και σε ένα μεγαλύτερο βαθμό με διάφορες διαστάσεις της προσωπικότητας (Matthews *et. al.*, 2001, Shimazu *et. al.*, 2004). Από την άλλη πλευρά, πολλοί πιστεύουν πως, η πλειάδα των μοντέλων που υπάρχουν για την επεξήγηση της συναισθηματικής νοημοσύνης, δεν ανταγωνίζονται απαραίτητα το ένα το άλλο, απεναντίας αλληλοσυμπληρώνονται. Αυτή η μεταξύ των αλληλεξάρτηση, βοηθά καταλυτικά θα λέγαμε, τον καλύτερο προσδιορισμό του ζητήματος, αναφορικά με τα υπό εξέταση κάθε φορά άτομα (Ciarrochi *et. al.*, 2002, Warwick and Nettelbeck, 2004).

Σε αυτό το σημείο όμως, γεννώνται ερωτήματα όπως, πως τελικά επηρεάζει η συναισθηματική νοημοσύνη την εξέλιξη ενός ατόμου; Δηλαδή, αν και σε ποιο βαθμό επηρεάζεται η νόηση του, η σχολική του επίδοση, η επαγγελματική του εξέλιξη και πολλά άλλα ζητήματα, που μπορεί να αφορούν ακόμα και την προσωπική του ζωή και την καθημερινή συναναστροφή του με άλλους ανθρώπους. Η απόδειξη της σχέσης, που ενδεχομένως έχει, η συναισθηματική νοημοσύνη με τη γενικότερη ανθρωπινή πορεία και εξέλιξη, θα αποτελούσε αναντίρρητα, μία νέα οδό για την επιστήμη με ολότελα νέους ορίζοντες πρόσφορους για επιστημονική έρευνα. Όμως, μέχρι στιγμής, τα αποτελέσματα των ερευνών, δεν έχουν οδηγήσει προς ένα κοινό αποτέλεσμα, παρά τις ευοίωνες προβλέψεις. Κάποιες έρευνες, κατέληξαν στο συμπέρασμα, που θέλει τη συναισθηματική νοημοσύνη να έχει άμεση σχέση με τη νοητική και συνακόλουθη επαγγελματική πορεία, ενός ατόμου. Σε αντιδιαστολή, άλλες έρευνες απέδειξαν πως κάτι τέτοιο δεν ισχύει. (Nettelbeck and Wilson, 2004).

Η κοινωνία, μέσα στην οποία γεννιούνται και αναπτύσσονται τα μέλη της, με όλες τις καθημερινές εκφάνσεις της, αποτελεί περιβάλλον στο οποίο διαμορφώνονται οι ξεχωριστοί χαρακτήρες των ατόμων που την αποτελούν. Οι μεταξύ τους σχέσεις, είτε αυτές είναι σχέσεις που δημιουργούνται στο σχολείο, είτε στο Πανεπιστήμιο ή ακόμη στην εργασία τους, αποτελούν καθοριστικό παράγοντα, που διαμορφώνει τον χαρακτήρα των ανθρώπων και συνακόλουθα τη ψυχοκοινωνική τους υγεία. Αυτό αποτελεί ζήτημα μείζονος σημασίας, ιδιαίτερα στις μέρες μας, όπου μεγάλο μέρος των ανθρώπων, που απαρτίζουν τον κοινωνικό ιστό, νοσεί σε μεγάλο βαθμό από ασθένειες που απορρέουν από ψυχολογικά αίτια. Συνεπώς, η καλύτερη μελέτη και συνακόλουθα, η γνώση των γενεσιουργών αιτιών από τις οποίες προέρχονται τα κοινωνικά συμπτώματα, θα βοηθούσε καταλυτικά στην καλύτερη αντιμετώπιση τους (Nettelbeck and Wilson, 2005).

Ακόμη, γίνεται αντιληπτό με προφανή τρόπο, πως η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, αποτελεί μια έννοια που κερδίζει συνεχώς έδαφος ανάμεσα στα μέλη της επιστημονικής κοινότητας, αλλά και στον επιχειρηματικό κόσμο. Αυτό γιατί, πολλοί είναι αυτοί που θεωρούν τη συναισθηματική νοημοσύνη, ως το βασικό συστατικό στην επίτευξη της επιτυχίας, είτε αναφερόμαστε σε ανώτερες σπουδές, είτε στον επαγγελματικό στίβο, είτε τέλος στην προσωπική ζωή ενός ατόμου. Δεν μπορεί κανείς να αμφιβάλλει, ότι οι άνθρωποι που είναι συναισθηματικά νοήμονες, βρίσκονται σε πλεονεκτική θέση, σε κάθε τομέα της ζωής τους. Οι άνθρωποι αυτοί θεωρείται, ότι είναι πιο ικανοποιημένοι από τη ζωή τους, συνεπώς είναι και περισσότερο αποτελεσματικοί στην εργασία τους, δείχνοντας ώριμοι και ικανοί να φθάσουν στα υψηλότερα στάδια απόδοσης και επίδοσης.

Στη παρούσα μελέτη, οι ερευνητές θα προσπαθήσουν στις ενότητες που ακολουθούν, να αναλύσουν με τον καλύτερο τρόπο το υπό εξέταση ζήτημα, καθώς και να το παρουσιάσουν με τρόπο ευανάγνωστο και ευχάριστο στον αναγνώστη. Σε αυτή τη μελέτη, θα αναφερθούν, με κριτική διάθεση, οι απόψεις επιστημόνων, που έχουν μελετήσει ενδελεχώς την έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, καθώς και οι θεωρητικές προσεγγίσεις αυτών. Ακόμη, δεν θα παραλειφθεί να γίνει συστηματική αξιολόγηση και παρουσίαση, των διαφόρων απόψεων και θεωρητικών μοντέλων, με την καθημερινή πραγματικότητα, και τη συνακόλουθη δυνατότητα εφαρμογής αυτών σε καθημερινές δυσκολίες.

Δυστυχώς, όταν τα παραπάνω θεωρητικά μοντέλα και οι μελέτες που αποδεικνύουν τη χρησιμότητα τους, όταν εφαρμόζονται σε καθημερινές καταστάσεις, κάποιες φορές αποδεικνύονται ανεπαρκή για να συνδράμουν στην επίλυση κρίσεων. Συνεπώς, τα θεωρητικά μοντέλα, όπως της γενικής και ειδικής νοημοσύνης, οι θεωρίες που εξηγούν την ανθρώπινη προσωπικότητα, καθώς και τις επαγγελματικές ικανότητες και τα μοντέλα συναισθηματικής, κοινωνικής και ηθικής ανάπτυξης του ατόμου, δεν επαρκούν στο βαθμό που θα επιθυμούσαμε ως αναλυτές. Για το λόγο αυτό προκύπτουν και οι τυχόν παρερμηνείες και αντιρρήσεις στη γενικότερη φιλοσοφία και αξία της έννοιας της συναισθηματικής νοημοσύνης (Nettelbeck and Wilson, 2005).

Στον επίλογο της παρούσας εργασίας, παρουσιάζονται τα τελικά συμπεράσματα της, καθώς και οι καταληκτικές σκέψεις των συγγραφέων, για την αξία ή ασημαντότητα που έχει για αυτούς η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης. Κλείνοντας, στο τέλος της εργασίας, παρατίθεται αναλυτικά, η βιβλιογραφία ελληνική και ξένη, που απετέλεσαν πηγή ιδεών για την εκπόνηση της παρούσας ερευνητικής προσπάθειας.

Η συναισθηματική νοημοσύνη και οι εννοιολογικές διασαφήσεις

Πολλοί θεωρούν, ότι η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης (EQ) και συνακόλουθα της νοητικής νοημοσύνης (IQ), αποτελούν πεδία μελέτης σχετικά πρόσφατα χωρίς μεγάλο ιστορικό υπόβαθρο. Όμως, αυτή η άποψη είναι εσφαλμένη. Αυτό γιατί, η αναζήτηση απαντήσεων, σχετικά με τα παραπάνω ζητήματα, είναι αρκετά παλιά. Πιο συγκεκριμένα, από τη δεκαετία του πενήντα, διαβλέπουμε μία μεταστροφή στον επιστημονικό αλλά και επιχειρηματικό κόσμο, όσον αφορά τη νοητική νοημοσύνη. Πιο συγκεκριμένα, με την πάροδο του χρόνου, αρκετοί ήταν αυτοί που σταμάτησαν να θεωρούν τη νοητική νοημοσύνη ως το απόλυτο εργαλείο μέτρησης της ανθρώπινης ευφυΐας. Έτσι, αναζητήθηκαν άλλες ανθρώπινες ικανότητες, οι οποίες λειτουργούν καταλυτικά στην κατάκτηση της επιτυχίας. Συνεπώς, χαρακτηριστικά της προσωπικότητας όπως, ο συναισθηματικός κόσμος, η γενικότερη κοινωνική συμπεριφορά κ.α. απέκτησαν μεγάλη σημασία. Σκοπός, όλων αυτών ήταν, να διασαφηνιστεί η συσχέτιση τους με την επίδοση του ατόμου σε διάφορους τομείς της ζωής και δράσης του (Ferres and Connell, 2004).

Από τους πρώτους που μελέτησε το ζήτημα της νοημοσύνης γενικότερα, ήταν ο Wechsler (1958) ο οποίος πίστευε ότι οι νοητικές ικανότητες, μέσω των τεστ γνωστικής απόδοσης, καλύπτουν μόνο ένα μέρος της γενικής νοημοσύνης. Πιο συγκεκριμένα, κατά την άποψη του Wechsler, η νοημοσύνη κάλο θα ήταν να περιλαμβάνει και ορισμένους βουλητικούς παράγοντες, οι οποίοι όμως θα ήταν ανεξάρτητοι από λογικούς συλλογισμούς, καθώς και από την αφηρημένη σκέψη. Οι απόψεις

αυτές, όπως ήταν αναμενόμενο, ξεκίνησαν μία σειρά επιπρόσθετων μελετών, που σκοπό είχαν να κατανοήσουν αυτούς τους μη λογικούς παράγοντες, και τη συνακόλουθη συμβολή τους στη νοητική ικανότητα ενός ατόμου.

Στα παραπάνω, έρχονται να προστεθούν και οι έννοιες που ειπώθηκαν από τον Garden (1983) σχετικά με τη διαπροσωπική και την ενδοατομική νοημοσύνη, βάζοντας ένα ακόμη λιθαράκι στα όσα είχαν λεχθεί πριν από αυτούς. Ακόμα, ο Sternberg (1985) διατύπωσε την άποψη της δημιουργικής και πρακτικής νοημοσύνης, στο τριαρχικό, όπως το ονόμασε μοντέλο, καθώς και οι απόψεις του Thorndike (1920) σχετικά με την κοινωνική νοημοσύνη. Σύμφωνα με τις απόψεις του Thorndike, ο οποίος αρχικά οριοθετεί την έννοια της κοινωνικής νοημοσύνης, σαν τον τρίτο κλάδο στο τριμερές μοντέλο του, το οποίο περιλαμβάνει ακόμη έναν αφηρημένο ή ακαδημαϊκό κλάδο και έναν κλάδο μηχανικό ή οπτικό – χωρικό. Συνεπώς, η κοινωνική νοημοσύνη που αναφέρονταν ο Thorndike, ασχολούνταν με την ικανότητα του ανθρώπου να διαχειρίζεται σωστά τους άλλους ανθρώπους, καθώς και την ικανότητα να έχει σωστή κρίση, σε μία πλειάδα καθημερινών καταστάσεων στην κοινωνική, επαγγελματική και προσωπική του ζωή.

Ακόμη, ύστερα από αρκετές αλλά και πολυετείς μελέτες (Cantor and Kihlstrom, 2000, Mayer and Salovey 1993), το μοντέλο του Thorndike άρχισε να φθίνει, λόγω δυσκολίας στην πρακτική του εφαρμογή, καθώς και στη δυσκολία της διάκρισης των έμφυτων από των επίκτητων γνώσεων, που αποκτά ο άνθρωπος στη διάρκεια της ζωής του. Συνεπώς, οι ερευνητές οδηγήθηκαν σε άλλα μονοπάτια της γνώσης και σε αυτό το σημείο διαβλέπουμε νέες απόψεις να λαμβάνουν χώρα κερδίζοντας συνεχώς έδαφος. Οι απόψεις αυτές, συμπεριλήφθηκαν κάτω από τον γενικότερο τίτλο, συναισθηματική νοημοσύνη.

Σκοπός λοιπόν των νέων αυτών απόψεων, δεν ήταν άλλος, από την ανάγκη να βρεθεί μία θεωρία, που θα έδινε πιο συγκεκριμένα και περισσότερο ακριβή αποτελέσματα, σε σχέση με τα αποτελέσματα που μέχρι τώρα παρείχε η κοινωνική νοημοσύνη, καθώς και δε θα συμπεριλάμβανε τις παραδοσιακές λεκτικές ή μαθημένες ικανότητες (Mayer and Salovey, 1993). Συνεπώς, βάση των απόψεων των Mayer *et. al.*, (2008), ο όρος της συναισθηματικής νοημοσύνης, ξεκινά να διαμορφώνεται σαν άποψη, από τα μέσα του 20^{ου} αιώνα. Όμως, ο νέος αυτός όρος, ξεκίνησε να αναπτύσσεται με ταχύτερους ρυθμούς, από τη δεκαετία του 60, με τις πρώτες επιστημονικές πλέον αναφορές, σχετικά με αυτή τη νέα για τότε θεωρία. Φθάνοντας, λοιπόν στη δεκαετία του 80, όπου παρατηρείται έντονο ενδιαφέρον από τους κοινωνιολόγους και τους ψυχολόγους, για την έννοια της πολλαπλής νοημοσύνης (Gardner, 1983, Sternberg, 1985).

Συνακόλουθα, με την αύξηση του ενδιαφέροντος για τη συναισθηματική νοημοσύνη, αυξήθηκε και το ενδιαφέρον για τη μελέτη των συναισθημάτων του ανθρώπου και η συνακόλουθη σχέση που έχουν με τη γνώση γενικότερα (Mayer *et. al.*, 2000, Oatley, 2004). Παράλληλα, την περίοδο εκείνη ξεκίνησε η δημοσίευση άρθρων σε επιστημονικά περιοδικά, που αναφέρονταν στη συναισθηματική νοημοσύνη και την αξία αυτής (Mayer and Salovey, 1990). Στη συνέχεια, κατά τη διάρκεια της δεκαετίας του 90, η νέα θεωρία, ριζώσε στις συνειδήσεις των ανθρώπων που τη μελετούσαν, και μετέπειτα διαχύθηκε στο ευρύ κοινό, το οποίο μέχρι πρότινος αγνοούσε την ύπαρξη της (Goodman, 1995).

Όπως ήταν αναμενόμενο, προέκυψε ένας νέος επιστημονικός δρόμος, προκαλώντας ενθουσιασμό στην τότε επιστημονική κοινότητα, όσον αφορά την πιθανή ανακάλυψη μίας νέας νοημοσύνης, και συχνά χρησιμοποιούσαν αυτόν το νέο όρο, με διαφορετικό τρόπο κάθε φορά (Bar-On, 1997, Goleman, 1995, Mayer and Salovey, 1993). Η ευρεία αποδοχή που γνώρισε η έννοια εκείνη την περίοδο, προσέδωσε όπως ήταν αναμενόμενο πολλούς ανθρώπους, που επιζητούσαν να την ερευνήσουν διεξοδικά. Αυτό, όμως, οδήγησε στην εμφάνιση πολλών αποτελεσμάτων και απόψεων για το εν λόγω ζήτημα. Συνεπώς, πραγματοποιήθηκαν, έρευνες με κυριότερη βάση αυτών, διάφορα ερευνητικά μοντέλα, με απώτερο στόχο την εξέταση και προσέγγιση, αν αυτό ήταν εφικτό, της πολυπαραγοντικής έννοιας της συναισθηματικής νοημοσύνης (Bar-On, 2000, Goleman, 1998, Mayer *et. al.*, 2000, Petrides and Furnham, 2000).

Το άμεσο αποτέλεσμα των παραπάνω, ήταν να εμφανιστούν πολυάριθμοι ορισμοί, καθώς και μέθοδοι αξιολόγησης και μέτρησης, της συναισθηματικής νοημοσύνης, όπου επηρεάζονταν κάθε φορά, από τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του ερευνητή, το μορφωτικό και κοινωνικό του επίπεδο, καθώς και το ευρύτερο περιβάλλον που αυτός δρα (Πλατσίδου, 2004).

Οι ορισμοί της συναισθηματικής νοημοσύνης

Μελετώντας σχετικές έρευνες για τη συναισθηματική νοημοσύνη, ο μελετητής θα διαπιστώσει ευθύς αμέσως, πως δεν υπάρχει ένας κοινά αποδεκτός ορισμός, όπως συμβαίνει με τη γνωστική νοημοσύνη. Στην κατεύθυνση εύρεσης κοινά αποδεκτού ορισμού, οι Mayer και Salovey (1990), αφού πρώτα μελέτησαν, παρόμοιες έρευνες που είχαν προηγηθεί, πριν τις δικές τους,

κατέληξαν στο συμπέρασμα, ότι πρέπει να προστεθεί στην έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης και η ικανότητα του ατόμου να αντιλαμβάνεται, να εκφράζει με σωστό τρόπο και τέλος να διαχειρίζεται αποτελεσματικά τα συναισθήματα του, ώστε να τα χρησιμοποιεί σε καθημερινή βάση, στον τρόπο που σκέπτεται και επικοινωνεί με το περιβάλλον γύρω του.

Στη μελέτη τους οι Salovey και Sluyter (1997) με τίτλο «Συναισθηματική Ανάπτυξη και Συναισθηματική νοημοσύνη» όπου επιχειρήθηκε να προσδιοριστεί η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, από την πλευρά της ικανότητας του ατόμου να κρίνει και να αξιολογεί τις καταστάσεις γύρω του, καθώς και να εκφράζει τα συναισθήματα του, με τέτοιο τρόπο, που να βοηθούν το άτομο να προωθήσει την διανοητική του εξέλιξη.

Στον αντίποδα, της παραπάνω θεωρίας, εκφράστηκε και μία άλλη άποψη από τους Mayer και Cobb (2000), η οποία καταπιάνεται και αυτή με τη δυνατότητα που έχουν τα άτομα να αντιλαμβάνονται τις τυχόν συναισθηματικές πληροφορίες του περιβάλλοντος, με κυριότερα εργαλεία την αντιληπτική ικανότητα, την απομνημόνευση, την κατανόηση και τέλος χαλιναγώγηση των προσωπικών τους συναισθημάτων. Συμπεραίνουμε, λοιπόν από τα παραπάνω, ότι η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, αποτελείται από τέσσερα κομμάτια, τα όποια υπακούουν σε μία ιεραρχική διαστρωμάτωση, με γνώμονα το βαθμό της γνωστικής τους εκλέπτυνσης. Οπότε και έχουμε, στο πρώτο κομμάτι, της συναισθηματικής νοημοσύνης, τη δυνατότητα των ανθρώπων να κρίνουν ορθά και στη συνέχεια να προωθούν με το σωστό τρόπο, τα εκάστοτε συναισθήματα τους. Ακόμα, εδώ μπορεί να προστεθεί, η αντιληπτική ικανότητα των ατόμων σε σχέση με την έγκαιρη κατανόηση των συναισθημάτων των άλλων ανθρώπων (Mayer *et. al.*, 1999). Στο δεύτερο κομμάτι έχουμε, την ένταξη της έννοιας της συναισθηματικής νοημοσύνης, αυτή τη φορά όμως σε έναν άλλο τομέα, στη δυνατότητα των ατόμων να διαχειρίζονται την εν λόγω έννοια με σκοπό να βοηθηθούν στην προσαρμογή τους σε κάποιο περιβάλλον (Mayer and Salovey, 1997). Απώτερος σκοπός είναι, να ενεργοποιηθούν αυτοί οι εσωτερικοί μηχανισμοί που διαθέτει ο άνθρωπος, ώστε να δημιουργήσουν θετική προδιάθεση για εξέλιξη και δημιουργία, ανακόπτοντας τις αρνητικές επιρροές του περιβάλλοντος (Mayer *et. al.*, 2002). Στο τρίτο κομμάτι, η συναισθηματική νοημοσύνη, λαμβάνει τη μορφή μίας έννοιας που συσχετίζεται άμεσα με την υψηλή διάνοηση και τη συνακόλουθη ικανότητα των ατόμων, να αντιληφθούν την πηγή των ίδιων των συναισθημάτων τους. Σε αυτό το σημείο, κρίνεται σκόπιμο να τονιστεί, το γεγονός πως σύμφωνα με αυτήν την άποψη, δίνεται μεγάλη σημασία στη μελλοντική εξέλιξη των συναισθημάτων και φυσικά, τη μορφή που αυτά θα έχουν σε μήκος χρόνου (Mayer and Salovey, 1997). Στο τέταρτο κομμάτι, αναφέρεται η δυνατότητα των ανθρώπων να διαχειρίζονται συναισθήματα, όπως είναι η πειθώς, η παραγωγή χρήσιμων ιδεών, με την προοπτική να φανούν χρήσιμα στο γενικότερο κοινωνικό σύνολο, παρέχοντας μία ευκαιρία προόδου, τόσο ατομικής όσο και συλλογικής (Mayer and Salovey, 1993).

Συνοψίζοντας, τα παραπάνω, θα μπορούσαμε να αναφέρουμε, πως οι διάφορες ερευνητικές προσπάθειες που έχουν γίνει για την ανάλυση της συναισθηματικής νοημοσύνης, αναφέρουν τέσσερις τομείς έρευνας, οι οποίοι είναι: α) η αντιληπτική ικανότητα των ατόμων καθώς και η εξωτερική τους των συναισθημάτων, β) η επεξήγηση και η κατ'επέκταση ερμηνεία των συναισθημάτων, με σκοπό την προαγωγή της σκέψης, γ) η επεξήγηση των συναισθημάτων με στόχο την κατάκτηση της γνώσης, δ) η χαλιναγώγηση και ο καθορισμός ορίων, στα συναισθήματα μας, καθώς και στον τρόπο που αυτά εκφράζονται στον περίγυρο μας.

Σε αυτό το σημείο, θα ήταν καλό να αναφερθεί και η άποψη που έχει εκφραστεί από μία μερίδα αναλυτών, πως η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, περικλείει και στοιχεία του ανθρώπινου χαρακτήρα, όπως είναι το πείσμα και η θετική αντιμετώπιση των καταστάσεων της καθημερινότητας (Goleman, 1995). Ακόμα, μπορεί να προστεθεί στα παραπάνω, το γεγονός ότι πολλές φορές ενεργούμε με γνώμονα το συναίσθημα και όχι με τη λογική, καθώς και να εξωτερικεύουμε τα συναισθήματα μας με μη λεκτικές μεθόδους (Tett *et. al.*, 2006).

Κατά την άποψη του Goleman (1998), η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, έχει ως βασική χρήση της, την προσπάθεια να περιγραφούν συναισθηματικές καταστάσεις ή ακόμα και δυνατότητες των ανθρώπων, σχετικά με την καταβολή σωματικής αλλά και πνευματικής προσπάθειας, ώστε να επιτευχθεί ένας σκοπός που έχει τεθεί. Ακόμα, σε αυτό μπορεί να προστεθούν και χαρακτηριστικά της προσωπικότητας που έχουν να κάνουν με την εγκράτεια, την αντοχή στις κακουχίες και τις αποτυχίες, καθώς και η υπομονή που επιδεικνύει το εκάστοτε άτομο (Cairney *et. al.*, 2005).

Γενικότερα, θα μπορούσαμε να αναφέρουμε πως, η συναισθηματική νοημοσύνη, ασχολείται περισσότερο με τομείς της ανθρώπινης συμπεριφοράς, όπως είναι τα συναισθήματα και οι ενστικτώδεις αντιδράσεις, σε ερεθίσματα του περιβάλλοντος, όπου όλα αυτά αποτελούν σημαντικό εργαλείο στην καθημερινή ζωή.

Ο Goleman (1998), ύστερα από έρευνες διαπίστωσε, πως υπάρχουν συγκεκριμένοι τομείς της συναισθηματικής νοημοσύνης, οι οποίοι είναι: η συναισθηματική κατανόηση και η παράλληλη

ερμηνεία των συναισθημάτων, όχι του ίδιου του ατόμου αλλά των ανθρώπων γύρω του. Πιο συγκεκριμένα, θα μπορούσαμε να πούμε ότι, η άποψη αυτή αναφέρεται στην κατανόηση των ενεργειών και του τρόπου σκέψης των άλλων ατόμων. Με άμεσο αποτέλεσμα των παραπάνω, το άτομο που ενεργεί με αυτόν τον τρόπο να καθίσταται ικανό, να διαχειρίζεται τα συναισθήματα του καλύτερα, να περιορίζει τις αρνητικές του παρορμήσεις, καθώς και να αλληλεπιδρά στις σχέσεις του με τον περίγυρο του ομαλά αποφεύγοντας τις συγκρούσεις, επιδεικνύοντας υπομονή αλλά και ήρεμη επιμονή στην επίτευξη του εκάστοτε στόχου που έχει θέσει. Τέλος, πολύ σημαντικό παράγοντα, θεωρεί ο Goleman την αυτογνωσία, την οποία αναγάγει σε εργαλείο, με το οποίο το άτομο μπορεί να ερμηνεύσει και να κατανοήσει, με αντικειμενικό τρόπο το ψυχικό του κόσμο.

Κατά συνέπεια, μπορούμε να συμπεράνουμε πως ο Goleman (1995) θέλοντας να ορίσει τη συναισθηματική νοημοσύνη, οδηγείται στο συμπέρασμα πως η εν λόγω έννοια, πρεσβεύει τα θετικά στοιχεία της προσωπικότητας τα οποία όμως δεν έχουν καμία σχέση με το δείκτη νοημοσύνης. Ακόμα, επεκτείνοντας την έρευνα του ο Goleman (2001) οδηγείται σε έναν σύντομο ορισμό της συναισθηματικής νοημοσύνης περιλαμβάνοντας τα εξής:

- i. Την ικανότητα των ανθρώπων να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα τους (αυτοεπίγνωση).
- ii. Την ικανότητα των ανθρώπων να ρυθμίζουν τα συναισθήματα τους (αυτοδιαχείριση).
- iii. Την ικανότητα των ανθρώπων να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα των άλλων (κοινωνική συνειδητοποίηση).
- iv. Την ικανότητα των ανθρώπων να ρυθμίζουν τα συναισθήματα των άλλων (διαχείριση σχέσης).

Συνακόλουθα, ο Bar-on (2000) θέλοντας να προσδώσει έναν ορισμό για τη συναισθηματική νοημοσύνη, οδηγήθηκε στο συμπέρασμα πως, αποτελεί ένα συνονθύλευμα ψυχικών ικανοτήτων αλλά και γνώσεων, που αποκτά το άτομο, από τη συναναστροφή του μέσα στην κοινωνία με άλλους ανθρώπους. Όλα αυτά κατά τον οδηγούν, στο να διαχειρίζεται τις καθημερινές καταστάσεις της ζωής του αποτελεσματικότερα. Σε αυτό το σημείο, καλό είναι να τονιστεί ότι, η εν λόγω άποψη συμπεριλαμβάνει πέντε βασικά σημεία (Bar-on 1997), τα οποία είναι:

- i. Την ικανότητα των ανθρώπων να γνωρίζουν τον εαυτό τους σε βάθος, δηλαδή την αυτογνωσία.
- ii. Την ικανότητα των ανθρώπων να είναι σε θέση να συνάπτουν διαπροσωπικές σχέσεις με άλλους ανθρώπους.
- iii. Την ικανότητα να προσαρμόζονται καλύτερα και ταχύτερα στις αλλαγές του περιβάλλοντος, καθώς και να εξελίσσονται μέσα σε αυτό.
- iv. Την ικανότητα να χαλιναγωγούν τα συναισθήματα τους, ειδικά τα αρνητικά συναισθήματα.
- v. Τέλος, την ικανότητα να είναι ευδιάθετοι και θετικοί, στην καθημερινότητα τους.

Σύμφωνα με τα παραπάνω, γίνεται κατανοητό, ότι αναφέρεται ο Baron, σε ικανότητες που έχουν να κάνουν με το ίδιο το άτομο, καθώς και με το ψυχικό του κόσμο.

Οι Petrides και Furnham (2001) διατύπωσαν την άποψη, πως η συναισθηματική νοημοσύνη είναι ένα πολύ ουσιώδες στοιχείο της ανθρώπινης προσωπικότητας, θεωρώντας, πως η συναισθηματική νοημοσύνη συναρτάται από τη συμπεριφορά των ατόμων, καθώς και από την προδιάθεση και τα πιστεύω που έχουν για τη ζωή. Σύμφωνα με την άποψη αυτή, τα άτομα με βάση τις αντιλήψεις και ικανότητες που διαθέτουν, εκλαμβάνουν με διαφορετικό τρόπο και κατ'επέκταση αναλύουν, τα ερεθίσματα του περιβάλλοντος.

Στη μακροχρόνια μελέτη της συναισθηματικής νοημοσύνης, προέκυψαν και απόψεις, που θεωρούν πως η συναισθηματική νοημοσύνη, δεν είναι κάτι άλλο από μία καλή χημεία του ατόμου με το περιβάλλον γύρω του (Matthews *et. al.*, 2003). Αναλυτικότερα, σύμφωνα με την άποψη αυτή, ένα άτομο μπορεί να προσαρμοστεί και κατ'επέκταση να αποδεκτή κάποιο άλλο άτομο ή άτομα, όταν οι αντιλήψεις τους ταιριάζουν, είτε πραγματικά, είτε και προσποιητά. Έτσι, οι παραπάνω ερευνητές, ύστερα από ενδελεχή έρευνα, κατέληξαν σε έναν ορισμό της συναισθηματικής νοημοσύνης, με τον οποίο θεωρούν, ότι η συναισθηματική νοημοσύνη είναι μία προσαρμοστική ικανότητα, την οποία διαθέτουν τα άτομα προκειμένου να μπορέσουν να αντιμετωπίσουν το διάφορα συναισθηματικά γεγονότα. Ακόμα, η ικανότητα για την οποία αναφέρονται, συνδέεται και με άλλες ικανότητες και τρόπους συμπεριφοράς των ανθρώπων, όπως με τη γνωστική και νευρολογική δομή του ανθρώπου, η οποία αυξάνεται με την πάροδο των ετών.

Μετέπειτα, έρευνες, όπως του Mayer *et. al.*, (2004) ο οποίος προσπάθησε και να προσδώσει έναν ορισμό για τη συναισθηματική νοημοσύνη. Έτσι, κατέληξε στην πεποίθηση πως η

συναισθηματική νοημοσύνη, είναι η ικανότητα των ατόμων να αντιλαμβάνονται με ακρίβεια τα συναισθήματα τους, να ενεργούν με τη βοήθεια της λογικής τους, να αντιλαμβάνονται την αιτία που προκαλεί αυτά τα συναισθήματα και τέλος να είναι δεκτικοί στα συναισθήματα που λαμβάνουν από το περιβάλλον τους.

Ένας πιο πρόσφατος ορισμός της έννοιας, από τους Cooper και Orioli (2005) θεωρεί τη συναισθηματική νοημοσύνη, ως μία ικανότητα που διαθέτουν οι άνθρωποι, να αισθάνονται, να αντιλαμβάνονται και τέλος να αξιοποιούν με θετικό αποτέλεσμα για αυτούς, την ισχύ που έχουν τα ανθρώπινα συναισθήματα. Οι συγγραφείς της εν λόγω μελέτης, θεωρούν, πως κάνοντας αυτό, το άτομο αποκτά τη δυνατότητα πρόσβασης σε άλλους τομείς αντίληψης, όπου υπάρχουν μεγάλα αποθέματα δύναμης, τα οποία μπορούν να δράσουν καταλυτικά στην εξέλιξη ενός ανθρώπου.

Συνοψίζοντας, αφού παραθέσαμε τις απόψεις και τους ορισμούς αρκετών ερευνητών, καταλήγουμε στο συμπέρασμα, πως η συναισθηματική νοημοσύνη, είναι μία έννοια, με μία πλειάδα διαφορετικών ορισμών και απόψεων (Mayer *et. al.*, 2008). Μπορούμε λοιπόν αβιάστα, να συμπεράνουμε, πως η υπό εξέταση έννοια, διακατέχεται από μία εννοιολογική ασάφεια, με συνέπεια, σε πρόσφατες έρευνες κάποιοι ερευνητές να την αμφισβητούν (Davies *et. al.*, 1998). Σύμφωνα με την άποψη των ερευνητών που αντιτίθενται σε αυτήν, η συναισθηματική νοημοσύνη ταυτίζεται με τη γνωστική νοημοσύνη του ανθρώπου, θεωρώντας παράλληλα τη γνωστική νοημοσύνη, εγκυρότερη στην αποτύπωση της νοητικής ικανότητας που διαθέτει κάποιο άτομο (Πλατσίδου, 2004).

Η αντικειμενική και η αντιληπτή συναισθηματική νοημοσύνη

Όπως έγινε αντιληπτό, όσον αφορά την έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, κυριαρχούν διαφορετικές μεταξύ τους απόψεις, πράγμα που δυσχεραίνει ακόμη περισσότερο τη δημιουργία ενός ολοκληρωμένου και ενιαίου ορισμού αυτής. Ο λόγος που αυτό συμβαίνει είναι, γιατί πολλές φορές, ο όρος της συναισθηματικής νοημοσύνης, συγχέεται ή ακόμη και ταυτίζεται, με τη γνωστική νοημοσύνη, καθώς και με προεκτάσεις που αφορούν την ανθρώπινη προσωπικότητα (Matthews *et. al.*, 2002, Surwit *et. al.*, 2002). Πέρα από αυτή την άποψη, υπάρχουν και ερευνητές, που θεωρούν, ότι οι διάφορες θεωρητικές προσεγγίσεις της έννοιας, δεν αντιμάχονται η μία την άλλη. Αντιθέτως, πιστεύουν, ότι η μία άποψη συμπληρώνει και εμπλουτίζει την άλλη. Αυτό έχει ως συνέπεια, την καλύτερη επεξήγηση όλων των πτυχών που απαρτίζουν αυτό που σήμερα ονομάζουμε, συναισθηματική νοημοσύνη (Ciarrochi *et. al.*, 2000, Warwick and Nettelbeck, 2004).

Σε αυτό το σημείο, καλό είναι να τονιστεί ότι, τα μοντέλα ικανότητας καθώς και τα μικτά μοντέλα, παρουσιάζουν αρκετές διαφοροποιήσεις όσον αφορά τον τρόπο που μετρούν τη συναισθηματική νοημοσύνη (Πλατσίδου, 2004). Έτσι, τα μοντέλα ικανότητας, εφαρμόζονται με σκοπό τη μέτρηση της επίδοσης του ατόμου σε προβλήματα ή ερωτήσεις που θέτονται, με συναισθηματικό περιεχόμενο. Ακολούθως, βαθμολογείται η επίδοση του ατόμου με βάση την επιτυχία που σημείωσε, αλλά και με γνώμονα προαποφασισμένα κριτήρια, όπως βαθμολογούνται και τα τεστ γνωστικής νοημοσύνης. Από την άλλη πλευρά, στα μικτά μοντέλα, η μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης, πραγματοποιείται με κριτήριο, τη γνώμη που έχουν οι άνθρωποι για τη συναισθηματική νοημοσύνη, καθώς και πόσο σημαντική τη θεωρούν. Αυτό πραγματοποιείται, με τη συμπλήρωση ερωτηματολογίων από τα εξεταζόμενα άτομα, όπου αποτυπώνονται οι απόψεις τους (Baron, 2000, Boyatzis *et. al.*, 2000).

Συνεπώς, οι δύο μέθοδοι που αναφέρθηκαν, δηλαδή, η αντικειμενική αξιολόγηση και οι αναφορές με την χρήση ερωτηματολογίων, εξετάζουν ξεχωριστές όψεις της συναισθηματικής νοημοσύνης, από τις οποίες άλλες σχετίζονται με χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και άλλες με επίκτητες ιδιότητες του ατόμου (Petrides and Furnham, 2001, Zeidner *et. al.*, 2002). Γίνεται λοιπόν αντιληπτό, ότι οι παραπάνω μέθοδοι, αντιπροσωπεύουν δύο διαφορετικές προσεγγίσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης. Η πρώτη μέθοδος, θα μπορούσαμε αν πούμε ότι, αφορά την πραγματική έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης και η δεύτερη μέθοδος, τη λεγόμενη και αντιληπτή συναισθηματική νοημοσύνη (Ciarrochi *et. al.*, 2000). Ακόμη, μία διαφορετική προσέγγιση του υπό εξέταση θέματος, πραγματοποιήθηκε από τους Petrides και Furnham (2000, 2001) σύμφωνα με τους οποίους, την πρώτη προσέγγιση της έννοιας, την ονομάζουν «συναισθηματική νοημοσύνη ως ικανότητα» ή «ως επεξεργασία πληροφοριών» και όσον αφορά τη δεύτερη προσέγγιση την αποκαλούν «συναισθηματική νοημοσύνη ως χαρακτηριστικό γνώρισμα».

Υστερα από ενδελεχείς μελέτες, αποδείχθηκε, πως οι δύο προαναφερθείσες προσεγγίσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης, έχουν σημαντικές διαφορές μεταξύ τους. Πιο συγκεκριμένα, πέρα από διαφορές που έχουν να κάνουν με την προσωπικότητα του ατόμου, την ηλικία και το φύλο, υπάρχουν αρκετοί ακόμη παράγοντες που συνδράμουν στην επίδοση του εκάστοτε ατόμου, είτε επαγγελματικά, είτε σε μορφωτικό επίπεδο (Austin, 2004, O' Connor and Little, 2003, Matthews *et. al.*, 2004).

Θεωρητικά μοντέλα και τρόποι μέτρησης της συναισθηματικής νοημοσύνης

Οι μελέτες σχετικά με τη έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, είναι δυνατόν να ταξινομηθούν με βάση α) τον τομέα που επικεντρώνονται οι διάφορες θεωρίες και β) τα εργαλεία που διαθέτουν, ώστε να αξιολογήσουν σχετικές έρευνες, εντοπίζοντας τις μεταξύ τους διαφορές (Kafetsios and Zampetakis, 2008).

A) Θεωρητικές προσεγγίσεις με γνώμονα τον ορισμό της συναισθηματικής νοημοσύνης.

Ξεκινώντας την ανάλυση μας, θα πρέπει να αναφέρουμε πως ο Mayer με τους συνεργάτες του, ήταν ο πρώτος, που οριοθέτησε τα διάφορα μοντέλα της συναισθηματικής νοημοσύνης, σε μόλις δύο κατηγορίες, οι οποίες ήταν, τα μοντέλα ικανότητας και τα μικτά μοντέλα. Σχετικά με τα μοντέλα ικανότητας ή μοντέλα γνωστικών – συναισθηματικών ικανοτήτων, μπορούμε να αναφέρουμε πως, είναι μοντέλα που αναλύουν τη συναισθηματική νοημοσύνη, με μία πιο κλασική θεώρηση των πραγμάτων. Ακόμη, οι θεωρίες που απορρέουν από τα εν λόγω μοντέλα, αναφέρουν, πως η συναισθηματική νοημοσύνη, εξαρτάται από τις γνωστικές ικανότητες των ανθρώπων, οι οποίες στοχεύουν στη δυνατότητα τους να αξιολογούν πληροφορίες που σχετίζονται με συναισθήματα (Mayer and Salovey, 1993).

Συνεχίζοντας την ανάλυση μας, τα μικτά μοντέλα ή κοινωνικά – συναισθηματικά μοντέλα, τα οποία επεξηγούν την έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, η οποία απαρτίζεται από μία πλειάδα συναισθηματικών ικανοτήτων, που πηγάζουν από τα ιδιαίτερα γνωρίσματα της προσωπικότητας του ατόμου. Οπότε, όπως γίνεται αντιληπτό, στην περίπτωση των μικτών μοντέλων, αντιλαμβάνονται τη συναισθηματική νοημοσύνη, ως μία συσχετίση από γνωστικές ή καλύτερα συναισθηματικές και παράλληλα κοινωνικές ικανότητες, αλλά και τη δυνατότητα που έχει το άτομο να προσαρμόζεται στα νέα δεδομένα (Bar-On, 2000) με παράλληλη συσχέτιση όλων των παραπάνω, με τα ιδιαίτερα γνωρίσματα της ανθρώπινης προσωπικότητας (Petrides and Furnham, 2001). Οι προαναφερθείσες ικανότητες, έχουν τη δυνατότητα να επηρεάζουν τους ανθρώπους, στον τρόπο που αυτοί διαχειρίζονται τις καθημερινές αντιξοότητες ή καλύτερα πώς διαχειρίζονται τις διάφορες καταστάσεις της καθημερινότητάς τους, σε συνάρτηση με τις σχέσεις που έχουν με τους συνανθρώπους γύρω τους, (Goleman, 1998, 2000).

Σε αυτό το σημείο, καλό είναι να αναφερθεί, πώς άλλοι ερευνητές (Petrides and Furnham, 2000), αντιλαμβάνονται τις παραπάνω απόψεις με διαφορετικό τρόπο, συμπυκνώνοντας όλες τις υφιστάμενες θεωρητικές προσεγγίσεις, σχετικά με τη συναισθηματική νοημοσύνη. Πιο συγκεκριμένα, οι Petrides και Furnham (2000), θεωρούν, τη συναισθηματική νοημοσύνη, ως βασικό στοιχείο της ανθρώπινης προσωπικότητας, η οποία καθορίζεται σε μεγάλο βαθμό από αυτήν. Αναλυτικότερα, σύμφωνα με αυτήν την άποψη, η συναισθηματική νοημοσύνη, επηρεάζει κάθε πτυχή της ανθρώπινης ζωής, δράσης και συμπεριφοράς (Bar-On, 1997, Goleman, 1998) και αναλύεται από μία πλειάδα τεχνικών, που σκοπό έχουν να προσαρμόσουν τη συναισθηματική νοημοσύνη στη γενικότερη προσέγγιση της νοημοσύνης από ψυχολογικής πλευράς (Mayer *et. al.*, 1999).

B) Θεωρητικές προσεγγίσεις με γνώμονα ψυχομετρικές μεθόδους για τη μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης.

Η ύπαρξη πολλών προσεγγίσεων, αναφορικά με την έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, έχει άμεση σχέση με την εμφάνιση πολλών εργαλείων για τη μελέτη της (Bar-On, 1997, Zeiden *et. al.*, 2006). Αναλυτικότερα, έχουν δημιουργηθεί μηχανισμοί μέτρησης της συναισθηματικής νοημοσύνης, μηχανισμοί αυτοαναφοράς του ατόμου, καθώς και μηχανισμοί, που ασχολούνται με τη μέγιστη απόδοση του ατόμου (Ciariochi *et. al.*, 2002). Οι μηχανισμοί αυτοαναφοράς, αποβλέπουν, στο να αντιληφθούν οι ίδιοι οι άνθρωποι, το επίπεδο της συναισθηματικής τους νοημοσύνης. Ακόμη, εξαιτίας αυτού του παράγοντα, η εν λόγω συναισθηματική νοημοσύνη, αναφέρεται και ως, αντιληπτή ή αντιλαμβανόμενη (Πλατσίδου, 2004). Οι μηχανισμοί που ασχολούνται, με την αξιολόγηση της μέγιστης απόδοσης του ατόμου, στηρίζονται στην αμερόληπτη μέτρηση της νοητικής ικανότητας. Πιο συγκεκριμένα, αυτό πραγματοποιείται από ερωτήσεις ή ακόμη και δοκιμασίες, στα άτομα που λαμβάνουν μέρος στην έρευνα.

Όλα αυτά, αντιπαραβάλλονται, με τα αποτελέσματα που έχουν δοθεί από τους ειδικούς, ώστε να υπάρξουν ασφαλή συμπεράσματα (Mayer *et. al.*, 1999). Έτσι, η συναισθηματική νοημοσύνη, που απορρέει με ταυτόν τον τρόπο, ονομάζεται αντικειμενική. Μία επιπρόσθετη μέθοδος μέτρησης της συναισθηματικής νοημοσύνης (Πλατσίδου, 2004) όπου ενυπάρχουν, μέθοδοι αυτοαξιολόγησης, είναι τα τεστ ή μέθοδοι των 360⁰ όπως λέγονται. Αυτά τα τεστ, στηρίζονται, σε παρατηρήσεις άλλων ατόμων που βρίσκονται στον περίγυρο του υπό εξέταση ατόμου (π.χ. η οικογένεια του). Με αυτόν τον τρόπο, γίνεται μία προσπάθεια να σκιαγραφηθούν τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του ατόμου, που λαμβάνει μέρος στην έρευνα (Boyatzis *et. al.*, 2000).

Σύμφωνα με την άποψη που υποστήριξαν οι Mayer και Cobb, (2000), η μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης των ατόμων, καλό είναι να προέρχεται διαμέσου της εικόνας, που τα ίδια τα άτομα έχουν για τον εαυτό τους. Οι εν λόγω ερευνητές, πέρα από αυτήν την άποψη, υποστήριξαν ακόμη πως, με τη μέθοδο αυτή, ο εξεταζόμενος, αναλύει μόνος του τον εαυτό του και μπορεί να πραγματοποιηθεί έρευνα σε βάθος, αναφορικά με τις εμπειρίες που έχει βιώσει. Βέβαια, όλες αυτές οι θεωρήσεις, θα τολμούσαμε να αναφέρουμε πως, κάλλιστα συμπληρώνουν η μια την άλλη (Ciarrochi *et. al.*, 2000).

Συνοψίζοντας, θέλοντας να αποτυπώσουμε, τις πιο χαρακτηριστικές θεωρήσεις, μπορούμε να αναφέρουμε, τα παρακάτω. Ξεκινώντας την ανάλυση μας, καλό είναι να επισημάνουμε ότι, οι Mayer, Caruso, και Salovey, (1999), ύστερα από ενδελεχείς έρευνες, μπόρεσαν να οριοθετήσουν το θεωρητικό μοντέλο της ικανότητας, της συναισθηματικής νοημοσύνης. Κατά την άποψη τους, η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, αποτελεί ένα είδος νοημοσύνης, που αποτελείται από γνώσεις και εμπειρίες. Ακόμη, η άποψη αυτή περιλαμβάνει τομείς όπως: την κατανόηση των συναισθημάτων, την αποδοχή τους ως τρόπο συμπεριφοράς από το άτομο, την ερμηνεία των συναισθημάτων και τέλος την ορθή χρήση τους.

Το μοντέλο της συναισθηματικής – κοινωνικής νοημοσύνης του Reuven Bar-On

Ο Bar-On (1997), αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους ερευνητές της συναισθηματικής νοημοσύνης, καθώς, έδωσε βαρύτητα στον τομέα των συναισθημάτων και φυσικά, στην κοινωνική διάσταση της συναισθηματικής νοημοσύνης. Η μελέτη του, απαρτίζεται, από μία πλειάδα μη γνωστικών ικανοτήτων, οι οποίες έχουν την προέλευση τους από ίδια την έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης. Ακόμη, κατά την αντίληψη του, η συναισθηματική νοημοσύνη, είναι σε μεγάλο βαθμό υπεύθυνη, για τον τρόπο που οι άνθρωποι διαχειρίζονται τα τυχόν προβλήματα και τις αγχωτικές περιστάσεις. Πιο συγκεκριμένα, ο Bar-On, συνοψίζει τις χρήσιμες, κατά τη γνώμη του, ικανότητες, που ο άνθρωπος καλό είναι να διαθέτει, σε πέντε. Οπότε έχουμε τις εξής κατηγορίες:

- Οι ικανότητες που αφορούν τον εσωτερικό κόσμο του ατόμου, καθώς και ιδιότητες που έχουν να κάνουν με την κατανόηση των συναισθημάτων του, την αυτοεκτίμηση του, την τάση να θέτει και να πετυχαίνει στόχους και τέλος, την ανάγκη να μπορεί να εκφράζεται ελεύθερα ως άτομο χωρίς περιορισμούς.
- Οι δυνατότητες που έχει το άτομο, ώστε να συνάπτει διαπροσωπικές σχέσεις, καθώς και να είναι ηθικός και συνεπής, στις συναναστροφές του με άλλους ανθρώπους.
- Η προσαρμοστικότητα που διαθέτει το άτομο, καθώς και η ευχέρεια που του, ώστε να επιλύει συγκρούσεις με συνεργάτες, φίλους και μέλη της οικογένειάς του.
- Η αυτοκυριαρχία και η χαλιναγώγηση του ίδιου του, του εαυτού, ώστε να μην παρασύρεται από έντονα συναισθήματα.
- Η θετική αντιμετώπιση της ζωής και των δυσκολιών που αυτή συνεπάγεται (Πλατσίδου, 2004).

Κατά την άποψη του Bar-On, η συναισθηματική νοημοσύνη, έχει μεγάλα περιθώρια βελτίωσης με τη βοήθεια ειδικών εκπαιδευτικών τεχνικών και μεθόδων. Επιπρόσθετα ο Bar-On (1997) είναι ο πρώτος από τους ερευνητές της συναισθηματικής νοημοσύνης, ο οποίος δημιούργησε, μία επιστημονικά τεκμηριωμένη μέθοδο υπολογισμού της. Ακόμη, υπήρξε πρωτοπόρος στην ανακάλυψη του όρου, Συναισθηματικό Πηλίκιο (EQ) της Γενικής Νοημοσύνης. Επίσης, συνέχισε να τονίζει τη σημασία του δείκτη της συναισθηματικής νοημοσύνης, σε αντιστοιχία με το δείκτη νοημοσύνης, με σκοπό τον ακριβή υπολογισμό της γνωστικής νοημοσύνης, δημιουργώντας για το σκοπό αυτό, τον Κατάλογο Συναισθηματικού Πηλίκου (EQ-I, Emotional Quotient Inventory).

Το μοντέλο της συναισθηματικής επάρκειας του Daniel Goleman

Ο Goleman (1998), δίνει μεγάλη έμφαση στη συνειδητή κατανόηση των συναισθημάτων, σε επίπεδο διαπροσωπικό αλλά και ενδοατομικό. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει ο ίδιος, «η συναισθηματική νοημοσύνη επηρεάζει τους περισσότερους τομείς της ζωής ενός ατόμου και αυτό κατ'επέκταση βοηθά και στο να μπορεί το άτομο να επιλύει όλα τα προβλήματα που προκύπτουν». Από εκεί προκύπτουν πέντε κατηγορίες ικανοτήτων, που είναι η αυτοεπίγνωση που κάποιος έχει και συνεπάγεται την αυτοπεποίθηση και την αυτοαξιολόγηση. Στη συνέχεια είναι ο αυτοέλεγχος, που ορίζει την ενσυνειδησία αλλά και κατά πόσο μπορεί το άτομο να ελέγχει τα συναισθήματα του και να προσαρμόζεται σε διάφορες καταστάσεις. Επόμενη κατηγορία είναι, τα κίνητρα στόχων και κατά πόσο τα άτομα έχουν τη θέληση για να επιτύχουν κάποιους στόχους, αλλά και πόσο αισιόδοξα αντιμετωπίζουν διάφορες καταστάσεις. Στη συνέχεια είναι, η ενσυναίσθηση όπου το άτομο μπορεί να κατανοεί, αλλά και να βοηθά τους γύρω του και να δέχεται διαφορετικές απόψεις από τη δική του.

Τελευταία κατηγορία, είναι οι κοινωνικές δεξιότητες ενός ατόμου, οι οποίες το βοηθούν να είναι πιο ανοιχτό σε άλλους ανθρώπους και να διαχειρίζεται με τον καλύτερο τρόπο προβλήματα που προκύπτουν στην ομάδα. Ο Goleman υποστήριξε την άποψη ότι η συναισθηματική νοημοσύνη, βοηθά το άτομο να θέτει όλο και μεγαλύτερους στόχους και να τους επιτυγχάνει (Πλατσίδου, 2004).

Το μοντέλο του Cooper

Ο Cooper (1997), υποστήριξε ότι η συναισθηματική νοημοσύνη, δεν έχει μόνο σχέση με την προσωπικότητα του ατόμου, αλλά και με το γενικότερο περιβάλλον της ζωής του. Θεώρησε, ότι η συναισθηματική νοημοσύνη έχει πέντε διαστάσεις που έχουν συγκεκριμένα χαρακτηριστικά και ικανότητες όπως είναι, το συνηθισμένο περιβάλλον, που σαν συνιστώσα έχει την ικανοποίηση του ατόμου από το περιβάλλον του. Στη συνέχεια, είναι η συναισθηματική συνειδητοποίηση, όχι μόνο των συναισθημάτων των άλλων αλλά και των δικών μας. Έπειτα, είναι η ανταγωνιστικότητα, όπου τα άτομα θέλουν να θέτουν συνεχώς στόχους και να τους επιτυγχάνουν. Ακόμα είναι, οι στάσεις και οι αξίες των ατόμων, οι οποίες καθορίζουν το βαθμό που ένα άτομο είναι δυναμικό, ολοκληρωμένο σαν προσωπικότητα αλλά και τι προσδοκά από τη ζωή του. Τελευταία κατηγορία, είναι η κατάσταση της υγείας, αλλά και η ποιότητα της ζωής ενός ανθρώπου, τα οποία καθορίζουν σημαντικά τους τομείς της προσωπικής, αλλά και της επαγγελματικής του ζωής (Πλατσίδου, 2004). Οι Cooper και Sawaf (1997), έφτιαξαν το συναισθηματικό χάρτη, με τον οποίο μπορούν, να αξιολογηθούν τα χαρακτηριστικά μίας προσωπικότητας. Ο χάρτης αυτός έχει εικοσιένα κλίμακες και ενενήντα έξι θέματα, για τη μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης. Σημαντικότερα σημεία είναι, η ανάγνωση των βασικών συναισθημάτων, οι ικανότητες, οι στάσεις και οι αξίες, οι οποίες σχετίζονται με το συναίσθημα. Συγκεκριμένα, ο χάρτης δίνει τη δυνατότητα στον ερευνητή, μέσω της συναισθηματικής νοημοσύνης, να αναλύσει τις δεξιότητες του ατόμου, αλλά και τις αδυναμίες του, σε συνάρτηση με την προσωπικότητα του (Cooper και Sawaf, 1997).

Διαφορές νοητικής νοημοσύνης (IQ) και συναισθηματικής νοημοσύνης (EQ)

Όπως γνωρίζουμε, από τις έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί τα τελευταία χρόνια, πως η συναισθηματική νοημοσύνη σαν έννοια, είναι από τους σημαντικότερους παράγοντες που καθορίζουν την επιτυχία ή όχι πορεία της ζωής κάποιου ατόμου, σε επαγγελματικό, προσωπικό και μορφωτικό επίπεδο, με ισχυρότερη επίδραση από τη γνωστική νοημοσύνη.

Σε αυτό το σημείο, καλό είναι να αναφερθεί, η άποψη που υποστήριξε ο Goleman (2000), πως υπάρχουν περιπτώσεις όπου, άνθρωποι με μέτριο IQ και υψηλότερο EQ, έχουν πιο επιτυχημένη πορεία στη ζωή τους, από άτομα, τα οποία έχουν μεγάλο δείκτη ευφυΐας. Για να συμβεί αυτό, θα πρέπει το εν λόγω άτομο, να κάνει προσπάθειες να αυξήσει τη συναισθηματική του νοημοσύνη, με λίγα λόγια να την καλλιεργήσει. Ακόμη, ύστερα από ενδελεχείς έρευνες, κατέληξε στο συμπέρασμα, ότι η συναισθηματική νοημοσύνη είναι πολύ πιο σημαντική σε σύγκριση με τις τεχνικές γνώσεις και το δείκτη ευφυΐας, όσον αφορά την επαγγελματική επιτυχία. Συνοψίζοντας, μπορούμε να αναφέρουμε πως, η νοητική νοημοσύνη, προσφέρει λιγότερα στον άνθρωπο, από τη συναισθηματική νοημοσύνη, όσον αφορά την ικανότητα του ατόμου, να δρα με τέτοιο τρόπο, που θα το βοηθά να ξεπερνά τις καθημερινές δυσκολίες και να προοδεύει σε ότι και αν καταπιάνεται, είτε σε επαγγελματικό, είτε σε προσωπικό επίπεδο.

Ακόμη, με βάση τα παραπάνω, μπορούμε να αναφέρουμε ως κυριότερες διαφορές μεταξύ της συναισθηματικής νοημοσύνης και της νοητικής ικανότητας του ατόμου τα εξής:

- Η νοητική νοημοσύνη, αφορά τομείς περισσότερο γνωστικούς ή καλύτερα μορφωτικούς. Η συναισθηματική νοημοσύνη από την άλλη πλευρά, αναφέρεται σε συναισθήματα, καθώς και στη συνακόλουθη δύναμη που έχουν αυτά.
- Η νοητική νοημοσύνη, ασχολείται περισσότερο με κομμάτια της ανθρώπινης νόησης, που είναι καθορισμένα από τη στιγμή που γεννιέται ο άνθρωπος, ενώ αυτές οι ικανότητες εξελίσσονται μέχρι κάποια ηλικία και μετά από κάποιο σημείο σταματούν. Σε αντίθεση, η συναισθηματική νοημοσύνη, αναφέρεται σε ικανότητες, οι οποίες μπορούν να καλλιεργηθούν και να αναπτυχθούν σε όλο το διάστημα της ζωής του ατόμου.
- Η νοητική νοημοσύνη, αφορά περισσότερο τη λογική ικανότητα του ατόμου. Η συναισθηματική νοημοσύνη, αναφέρεται, σε συναισθήματα που διέπουν τις διαπροσωπικές σχέσεις, αλλά αφορούν και συναισθήματα, τα οποία έχουν να κάνουν με τον εσωτερικό και ψυχικό κόσμο του ατόμου, ως μονάδα.
- Η νοητική νοημοσύνη, επιδρά σε μικρό βαθμό στις διαπροσωπικές σχέσεις. Η συναισθηματική νοημοσύνη όμως, επηρεάζει καθοριστικά τις σχέσεις που αναπτύσσουμε με τον περίγυρο μας ως άνθρωποι.

- Η νοητική νοημοσύνη, είναι πολύ χρήσιμη στη διεκπεραίωση σημαντικών εργασιών. Η συναισθηματική νοημοσύνη, είναι περισσότερο χρήσιμη, στη διαχείριση των σχέσεων μεταξύ των ανθρώπων.

Από την οπτική που μελετά, τόσο τη νοητική νοημοσύνη, όσο και τη συναισθηματική νοημοσύνη, η επιστήμη της βιολογίας, θεωρεί πως, πηγάζουν από λειτουργίες συγκεκριμένων σημείων του ανθρώπινου εγκεφάλου. Όπως έχει αποδειχτεί, τα ονομαζόμενα κέντρα του εγκεφάλου, που συντονίζουν τη διανοητική λειτουργία, βρίσκονται στα πιο πρόσφατα αναπτυγμένα στρώματα του εγκεφάλου, που ονομάζονται νεοφλοιός. Τα κέντρα που κατευθύνουν, τη διαδικασία των συναισθημάτων, βρίσκονται, αντιθέτως, σε βαθύτερες περιοχές του εγκεφάλου, στον αρχαιότερο υποφλοιό, όπως ονομάζεται. Όπως είναι αντιληπτό, η συναισθηματική νοημοσύνη, κατευθύνεται από αυτά τα κέντρα τα οποία λειτουργούν σε συνδυασμό με τα κέντρα νόησης που βρίσκονται στο νεοφλοιό. Συνοψίζοντας, καλό είναι να τονιστεί το γεγονός ότι, η νοητική νοημοσύνη και η συναισθηματική νοημοσύνη, αποτελούν διαφορετικές ικανότητες που διαθέτει ο άνθρωπος, σε μεγαλύτερη ή μικρότερη αναλογία. Ακόμη, παρότι έχουν διαφορές μεταξύ τους οι δύο αυτές έννοιες, θα μπορούσαμε να πούμε πως σε αρκετές περιπτώσεις η μία συμπληρώνει την άλλη.

Τα συστατικά στοιχεία της συναισθηματικής νοημοσύνης

Υστερα από ενδελεχείς έρευνες, οι μελετητές της συναισθηματικής νοημοσύνης, έχουν κατασταλάξει στο συμπέρασμα, πως η εν λόγω έννοια, απεικονίζει τον τρόπο με βάση τον οποίο κάποιο άτομο διαχειρίζεται μία πλειάδα συναισθημάτων σε καθημερινή βάση, είτε αυτά αφορούν τον εξωτερικό περίγυρο του ατόμου, είτε αφορούν συναισθήματα του ίδιου του ατόμου. Επιπρόσθετα, καλό είναι να αναφέρουμε πως, με το πέρασμα των ετών και τις συνακόλουθες έρευνες που πραγματοποιήθηκαν, διατυπώθηκαν διαφορετικές απόψεις, σε σχέση με τα έως τώρα δεδομένα (Bar-On, 1997). Τέτοιου είδους απόψεις είναι, η συναισθηματική νοημοσύνη ως ικανότητα του ατόμου και η συναισθηματική νοημοσύνη ως γενικό χαρακτηριστικό της προσωπικότητας (trait model). Συνεπώς, οι δύο αυτές έννοιες έχουν καλύτερη χρήση, ανάλογα με το αντικείμενο την έρευνας μας κάθε φορά.

Η συναισθηματική νοημοσύνη ως ικανότητα του ατόμου (ability model)

Όταν αναφερόμαστε στη συναισθηματική νοημοσύνη ως ικανότητα του ατόμου, αναφερόμαστε με μία αντιμετώπιση της έννοιας, ως κάτι σχετικό με την ανθρώπινη νοητική ικανότητα, η οποία δίνει τη δυνατότητα να γίνουν αντιληπτά τα συναισθήματα του εσωτερικού μας κόσμου αλλά και τα συναισθήματα των ατόμων που βρίσκονται στον περίγυρο μας. Ακόμη, σε αυτό το σημείο, καλό είναι να αναφέρουμε, πως η ορθή χρησιμοποίηση αυτών των συναισθημάτων, μπορεί να αποτελέσει σημαντικό εργαλείο, ώστε να κατευθύνουμε τόσο τις δικές μας ενέργειες, όσο και των άλλων, προς ένα στόχο. Μελετώντας τη συναισθηματική νοημοσύνη από την οπτική της ικανότητας του ατόμου, αντιλαμβανόμαστε ότι εμπειρεύει έννοιες σχετικές με τη ψυχολογία, οι οποίες επηρεάζουν τη ζωή και δράση των ανθρώπων, με γνώμονα πάντα, την συναισθηματική επάρκεια τους ή την ενδεχόμενη έλλειψη τους, που παρουσιάζεται, στο συγκεκριμένο άτομο. Συνεπώς, κάποιος άνθρωπος, ο οποίος διαθέτει υψηλό δείκτη συναισθηματικής νοημοσύνης, μπορεί με ευκολία να χρησιμοποιεί, μία πλειάδα αρετών και ικανοτήτων προς όφελος του.

Σε αυτό το σημείο καλό είναι να αναφερθούν οι ικανότητες, για τις οποίες έγινε λόγος παραπάνω, οι οποίες είναι:

- Η αυτοεπίγνωση, η οποία αφορά την ικανότητα του ατόμου να έχει επίγνωση των συναισθημάτων του, καθώς και να είναι ικανό να αξιολογεί τον ίδιο του το εαυτό και να διαθέτει αυτοπεποίθηση.
- Ο αυτοέλεγχος, ο οποίος αφορά την πειθαρχία που διαθέτει το άτομο, την ικανότητα του να ρυθμίζει τον εαυτό του και να τον κατευθύνει, ακόμη αφορά αρετές όπως, η δυνατότητα που διαθέτει στο να προσαρμόζεται και να πρωτοπορεί, σε διάφορους τομείς της ζωής του.
- Τα κίνητρα, όσον αφορά τη συμπεριφορά του, την επιθυμία του ατόμου να επιτύχει τους εκάστοτε στόχους του, καθώς και η αξιοπιστία του ως προς τη διαρκή επιδίωξη του, δηλαδή, να επιτύχει τα όσα υποσχέθηκε, με γνώμονα τη θέληση και την αισιοδοξία.
- Η ενσυναίσθηση, που αφορά τη δυνατότητα να κατανοεί τους άλλους ανθρώπους γύρω του, η τάση του να συνεισφέρει στον περίγυρο του, καθώς και να αποδέχεται τα ελαττώματα και τις ιδιαιτερότητες των άλλων.
- Οι κοινωνικές ικανότητες, που αφορούν την ικανότητα επιρροής που διαθέτει στον περίγυρο του, η θέληση του για δράση, όταν οι περιστάσεις το απαιτούν, η διαχείριση περιπτώσεων

όπου υπάρχουν αντιπαραθέσεις και διαφωνίες, καθώς και το πνεύμα συνεργασίας και δημιουργίας που διέπει το άτομο.

Στο ίδιο μήκος κύματος, ερευνητές όπως οι Mayer *et. al.*, (2000), συμπέραναν τα παραπάνω στοιχεία, ως μία δομή που διέπεται από μία αυστηρή ιεραρχία και ότι στη βάση της ενυπάρχουν, η αντιληπτική ικανότητα του ατόμου και η αυτογνωσία, ενώ στην κορυφή της, βρίσκονται ο αυτοέλεγχος ή εγκράτεια. Για να γίνουν πιο κατανοητά τα παραπάνω, μπορούμε να αναφέρουμε πως, στον επιχειρηματικό κόσμο, αν κάποιο άτομο διαθέτει χαμηλή ενσυναίσθηση, δυσκολεύεται να αντιληφθεί τα συναισθήματα των ανθρώπων γύρω του, πράγμα που θα αποτελέσει τροχοπέδη στο να εξελιχθεί σε αξιόλογο ηγέτη. Ακόμη, η χαμηλή ενσυναίσθηση, μπορεί να αποτελέσει εμπόδιο, στην ορθή και έγκαιρη ερμηνεία των μηνυμάτων και των συνακόλουθων αναγκών της αγοράς. Τέλος, στο ίδιο μήκος κύματος, η χαμηλή ενσυναίσθηση, αποτελεί εμπόδιο, στη σωστή αυτοκριτική και διόρθωση των αδυναμιών στο χαρακτήρα ενός ανθρώπου.

Η συναισθηματική νοημοσύνη ως γενικό χαρακτηριστικό της προσωπικότητας (trait model)

Όταν αναφερόμαστε στη συναισθηματική νοημοσύνη ως γενικό χαρακτηριστικό της προσωπικότητας, αναφερόμαστε σε ένα σύμπλεγμα από συναισθήματα, κοινωνικές δεξιότητες και προσωπικά χαρακτηριστικά, που διαδραματίζουν πρωτεύοντα ρόλο, στη διαχείριση καταστάσεων που απορρέουν από το κοινωνικό περιβάλλον. Το σύμπλεγμα αυτών των ιδιοτήτων, συνοψίζεται στα παρακάτω στοιχεία (Bar-On, 1988).

- Οι ενδοπροσωπικές ικανότητες, αφορούν τις ικανότητες του ατόμου, με τις οποίες καθίσταται ικανό να κρίνει τα συναισθήματα του, καθώς και να γνωρίζει σε βάθος τον εαυτό του.
- Οι διαπροσωπικές δεξιότητες, που αφορούν τη δυνατότητα του ατόμου, να κατανοεί τα συναισθήματα των άλλων ανθρώπων και να συνάπτει διαπροσωπικές σχέσεις μαζί τους.
- Η προσαρμοστικότητα, που αφορά την ικανότητα του ατόμου, να κρίνει ορθά και αντικειμενικά, κάθε κατάσταση στην καθημερινή ζωή του, να προσαρμόζεται στα νέα κάθε φορά δεδομένα, καθώς και να διαχειρίζεται, τα τυχόν αρνητικά συναισθήματα των άλλων, για το άτομο του, σε θετικά για αυτόν συναισθήματα.
- Οι τρόποι καταπολέμησης του άγχους, που αφορούν, τη δυνατότητα του ατόμου να μειώνει τα επίπεδα άγχους, όπου σε κάποιες στιγμές μπορεί να είναι πολύ υψηλά, καθώς και να περιορίζει τυχόν συναισθηματικές εξάρσεις, εξαιτίας του υπερβολικού άγχους.
- Οι μέθοδοι δραστηριοποίησης και οι γενικότεροι παράγοντες που επιδρούν στη ψυχολογία, αφορούν το βαθμό στον οποίο, κάποιο άτομο αντιμετωπίζει με αισιόδοξο τρόπο τη ζωή γενικότερα και τους ανθρώπους γύρω του. Ακόμη, εδώ μπορεί να προστεθεί και ο βαθμός στον οποίο νιώθει ευτυχής με τον εαυτό του και αυτή η ευτυχία εκφράζεται με θετικό τρόπο και στους ανθρώπους γύρω του.

Σύμφωνα με τα όσα αναφέρθηκαν παραπάνω, αντιλαμβανόμαστε, ότι σημαντικό στοιχείο και στις δύο θεωρήσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης, διαδραματίζουν τα συναισθήματα και ο βαθμός που αυτά ενυπάρχουν στο κάθε άτομο ξεχωριστά. Στην πρώτη θεώρηση, είναι εμφανές, ότι η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, γίνεται αντιληπτή ως μία ικανότητα, που την έχει ο άνθρωπος από τη γέννηση του, δηλαδή αποτελεί μία έμφυτη ικανότητα. Στη δεύτερη θεώρηση, βλέπουμε ότι ο παράγοντας των συναισθημάτων, είτε συνδέεται με δεξιότητες, είτε δρα με υποστηρικτικό τρόπο σε αυτές. Ακόμη, καλό είναι να μη λησμονηθεί να αναφερθεί, ότι στη δεύτερη θεώρηση, η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, αντιμετωπίζεται ως ένα ακόμη χαρακτηριστικό της ανθρώπινης προσωπικότητας.

Στις μέρες μας, διαφαίνεται μία αύξηση του ενδιαφέροντος, όσον αφορά την πρόοδο των ερευνών σχετικά με τη συναισθηματική νοημοσύνη. Αυτό συμβαίνει, λόγω της τάσης των ανθρώπων, να αντιλαμβάνονται τη συναισθηματική νοημοσύνη, ως υπεύθυνη για τον καθορισμό της ανθρώπινης ευφύιας και της προσωπικότητας, που έχει κάθε άνθρωπος. Παράλληλα, ζωηρό είναι το ενδιαφέρον, για το αν και σε ποιο βαθμό, η συναισθηματική νοημοσύνη επιδρά στην επιτυχή πορεία του ανθρώπου, σε επαγγελματικό, προσωπικό και μορφωτικό επίπεδο (Tsaousis and Nikolaou, 2005).

Κατά την άποψη που εξέφρασαν μελετητές όπως οι Dulewicz και Higgs (2001), η συναισθηματική νοημοσύνη και συνακόλουθα τα αποτελέσματα των έως τώρα ερευνών, έχουν γίνει αντικείμενο μελέτης από επιστημονικούς κλάδους, όπως είναι η επιστήμη της ψυχολογίας και της διοίκησης των επιχειρήσεων. Ακόμη, η εφαρμογή της σε τομείς όπως, επιχειρήσεις και οργανισμούς, κερδίζει όλο και περισσότερο έδαφος. Επίσης, τα τελευταία χρόνια, οι ερευνητές, έχουν επιστήσει την προσοχή τους, στο αν και πως, η συναισθηματική νοημοσύνη, μπορεί βοηθήσει τις επιχειρήσεις να διαβλέπουν στους υπαλλήλους τους, χαρακτηριστικά της προσωπικότητας τους, όπως είναι, η

δυνατότητα να ηγηθεί κάποιος σε μία ομάδα, η δυνατότητα να θέτει στόχους και να τους πετυχαίνει, καθώς και το ομαδικό πνεύμα που διακρίνει έναν υπάλληλο.

Κλείνοντας, μπορούμε να αναφέρουμε ότι, αποτελέσματα ερευνών έδειξαν πως τα άτομα που διαθέτουν υψηλό δείκτη συναισθηματικής νοημοσύνης, κατορθώνουν να επιτύχουν σε μεγαλύτερο βαθμό τους στόχους τους, με περισσότερο αποτελεσματικό τρόπο, λειτουργούν με γνώμονα την ομαδική εργασία, που απορρέει από το πνεύμα συνεργασίας που τους διακατέχει, καθώς και η ικανότητα των ατόμων αυτών να προσαρμόζονται ταχύτατα στις αλλαγές του περιβάλλοντος τους (Vakola *et. al.*, 2002).

Χαρακτηριστικά υψηλής συναισθηματικής νοημοσύνης

Σύμφωνα με τα όσα αναφέραμε παραπάνω, αντιλαμβανόμαστε πως οι άνθρωποι που διαθέτουν υψηλό δείκτη συναισθηματικής νοημοσύνης (Wong and Law, 2002), έχουν τα παρακάτω χαρακτηριστικά ως προσωπικότητες:

- Μπορεί να διαβλέπουν, τόσο τους κινδύνους που ελλοχεύουν, όσο και τις ευκαιρίες που αρκετές φορές είναι δυσδιάκριτες, ακόμη χαλιναγωγούν τα συναισθήματα τους, με γνώμονα τη λογική, προσπαθώντας να ερμηνεύσουν και να καταλάβουν τα μηνύματα του περιβάλλοντος.
- Έχουν αμερόληπτη κρίση, καθώς δεν επηρεάζονται από δεισιδαιμονίες, που διακατέχουν κάποιες φορές την κοινωνία.
- Έχουν την ικανότητα να ενώνουν και να συμφιλιώνουν, αν αυτό είναι απαραίτητο, τα άτομα που βρίσκονται στον περίγυρο τους, καθώς, δεν τηρούν, αρνητική συμπεριφορά προς τους υφισταμένους τους, τους οποίους επαινούν για την προσπάθεια τους.
- Τέλος, διακατέχονται από ευγενή αισθήματα, όπως ειλικρίνειας στις προθέσεις, υποστήριξης, αλλά και εμπύχωσης των υφισταμένων τους.

Δεν είναι λίγοι αυτοί που θεωρούν, πως οι συναισθηματισμοί στο χώρο εργασίας είναι άνωφελοι. Οι υποστηρικτές τέτοιων απόψεων, αγνοούν ότι ο εργαζόμενος που συμμετέχει στην παραγωγική διαδικασία με την εργασία που επιτελεί, έχει τη δική του προσωπικότητα και ανάγκες. Σε αυτό το σημείο, καλό είναι να μη λησμονήσουμε να αναφέρουμε, το γεγονός ότι στην Ελλάδα, η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης δεν έχει την αποδοχή που της αξίζει από τα διευθυντικά στελέχη των επιχειρήσεων ή των οργανισμών. Αντίθετα, σε χώρες κυρίως της Δυτικής Ευρώπης ή της Αμερικής, οι επιχειρήσεις χρησιμοποιούν τις αρχές της συναισθηματικής νοημοσύνης στην επίτευξη των στόχων τους, θεωρώντας τη σπουδαίο εργαλείο.

Ακόμη, στα χαρακτηριστικά που διέπουν τη συναισθηματική νοημοσύνη, μπορούμε να τονίσουμε πως, θεωρητικά οι άνδρες με τις γυναίκες έχουν τα ίδια επίπεδα συναισθηματικής νοημοσύνης, με διαφορές στα επιμέρους χαρακτηριστικά αυτής. Πιο συγκεκριμένα, διαβλέπουμε, οι άνδρες να διαθέτουν σε μεγαλύτερο βαθμό αυτοπεποίθηση και αισιοδοξία, ενώ είναι περισσότερο ανθεκτικοί σε καταστάσεις έντονου άγχους. Από την άλλη, οι γυναίκες διαφαίνεται να κατανοούν καλύτερα το συναισθηματικό τους κόσμο και παρουσιάζουν περισσότερη διορατικότητα (Fatt and Howe, 2003).

Μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης

Στις μέρες μας, η κοινωνία είναι εξοικειωμένη σε μεγάλο βαθμό, με την έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης και με ότι αυτή συνεπάγεται. Σε αυτό, δρουν καταλυτικά, οι απόψεις των επιστημόνων και τα σχετικά πορίσματα από τις έρευνες τους, που έχουν εκπονηθεί τα τελευταία χρόνια, επισημαίνοντας τη σημαντικότητα της, στους διάφορους τομείς της ζωής του ανθρώπου. Πιο συγκεκριμένα, από την πλευρά των οικονομικών μονάδων και κατ'επέκταση, των εργοδοτών, οι οποίοι επιδιώκουν να προσλάβουν και να εντάξουν με ομαλό τρόπο ικανά στελέχη για τις επιχειρήσεις τους. Ακόμη, οι επιχειρήσεις, επιδιώκουν να βρουν τρόπους, που σκοπό θα έχουν, να μεγιστοποιήσουν την αποδοτικότητα των εργαζομένων σε όλα τα επίπεδα, καθώς και να βελτιώσουν την επαγγελματική νοοτροπία τους, με συνακόλουθη καλύτερευση της αντιληπτικής τους ικανότητας και της ικανότητας τους, να θέτουν στόχους και να τους υλοποιούν (Goleman, 2001, Mayer *et. al.*, 2004, Bar-On, 1997).

Ο τρόπος με τον οποίο, μπορεί να μετρηθεί ο βαθμός της συναισθηματικής νοημοσύνης που διαθέτει ένας άνθρωπος, είναι με τη συμπλήρωση κατάλληλου ερωτηματολογίου. Ακόμη, καλό είναι να επισημανθεί ότι, υπάρχει ένας αρκετά μεγάλος αριθμός ειδικών ερωτηματολογίων, των οποίων, οι δημιουργοί θεωρούν ότι αποδίδει με σαφήνεια το βαθμό στον οποίο ένας άνθρωπος διαθέτει, υψηλή ή χαμηλή συναισθηματική νοημοσύνη.

Σε αυτό το σημείο, καλό είναι να επισημανθεί ότι, οι διάφορες μελέτες, διαχωρίζουν την έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, σε μίας μορφής ικανότητα θα λέγαμε από τη μία πλευρά,

καθώς, από την άλλη πλευρά, την αντιλαμβάνονται ως χαρακτηριστικό γνώρισμα της προσωπικότητας. Συνεπώς, γίνεται αντιληπτό ότι, αν μελετούμε τη συναισθηματική νοημοσύνη από την οπτική της ικανότητας, καλό είναι να συμπεριλαμβάνουμε περισσότερο ψυχολογικούς παράγοντες, μίας και σε αυτή την περίπτωση έχουν κυρίαρχο ρόλο, που δε λαμβάνονται σε τέτοιο βαθμό υπόψη, όταν η συναισθηματική νοημοσύνη μελετάται ως χαρακτηριστικό της προσωπικότητας. Σύμφωνα με τα όσα έχουν αναφερθεί, οι μέθοδοι μέτρησης της συναισθηματικής νοημοσύνης είναι οι παρακάτω.

Μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης ως ικανότητα

Στο σημείο αυτό, καλούμαστε να αναφέρουμε, τους διάφορους τρόπους που έχουν δημιουργηθεί, με σκοπό τη μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης, από την οπτική της ικανότητας. Για το σκοπό αυτό, χρησιμοποιούνται κλίμακες αυτοαξιολόγησης, όπου το ίδιο το άτομο, που λαμβάνει μέρος στην έρευνα, απαντά σε ερωτήσεις που περιλαμβάνονται σε σχετικό ερωτηματολόγιο. Το αρνητικό στοιχείο, που διέπει τέτοιου είδους μεθόδους, είναι το ζήτημα της ορθής αξιολόγησης των αποτελεσμάτων, από την πλευρά των ερευνητών. Πιο συγκεκριμένα, δεν είναι λίγες οι φορές, όπου τα εξεταζόμενα άτομα, αντιλαμβάνονται με λανθασμένο τρόπο, θα τολμούσαμε να πούμε, τα όσα αναφέρονται σε ένα ερωτηματολόγιο. Αυτό όπως είναι αντιληπτό, οδηγεί τους ερευνητές σε εσφαλμένα αποτελέσματα (Cooper, 1997, O'Connor and Little, 2003).

Οι δυσχέρειες όμως, στην ορθή εξαγωγή συμπερασμάτων, για το βαθμό της συναισθηματικής που διαθέτει κάποιο άτομο, δεν εδράζονται μόνο στην εσφαλμένη αντίληψη που έχουν για τον εαυτό τους οι ερωτώμενοι, αλλά και στον τρόπο που οι ερευνητές αντιλαμβάνονται τα αποτελέσματα που έχουν στη διάθεση τους. Πιο συγκεκριμένα, για κάποιον ερευνητή, μία ερώτηση μπορεί να έχει μεγαλύτερη βαρύτητα, ενώ κατά την άποψη κάποιου άλλου ερευνητή, η σημασία της να είναι μικρή.

Για την υπερπήδηση των περιορισμών αυτών, η αξιολόγηση των αποτελεσμάτων των ερωτώμενων, γίνεται με τη βοήθεια μεθόδων βαθμολόγησης που έχουν χρησιμοποιηθεί και παλαιότερα, καθώς, η αξία τους είναι αποδεδειγμένη. Ακόμη, θα λέγαμε ότι αυτές οι μέθοδοι, αποτελούν εναλλακτικούς τρόπους αντιμετώπισης και αξιολόγησης, της έννοιας της κοινωνικής νοημοσύνης περισσότερο, παρά για τη συναισθηματική νοημοσύνη (Matthews *et. al.*, 2002).

Ακόμα, στη σημερινή εποχή, έχουμε στη διάθεση μας, μία πλειάδα από ερωτηματολόγια μέτρησης και αξιολόγησης του βαθμού της συναισθηματικής νοημοσύνης. Έτσι, θεωρείται από τους δημιουργούς αυτών των ερωτηματολογίων, ότι με τον τρόπο αυτό, δίνεται η δυνατότητα στον ερευνητή να κατανοήσει το χαρακτήρα, τη ψυχοσύνθεση, αλλά όχι την ευφυΐα του ατόμου που λαμβάνει μέρος στην έρευνα. Θετικό είναι πάντως, πως πραγματοποιούνται σοβαρές ερευνητικές προσπάθειες, με σκοπό τα αποτελέσματα που εξάγονται από τα ερωτηματολόγια, να είναι συναφή με τα πραγματικά χαρακτηριστικά του ατόμου, εκμηδενίζοντας τις τυχόν αποκλίσεις από την πραγματικότητα (Matthews *et. al.*, 2002).

Συνοψίζοντας, καλό είναι σε αυτό το σημείο να αναφέρουμε πως, οι διάφορες μέθοδοι ή τεστ αξιολόγησης της συναισθηματικής νοημοσύνης, από την οπτική της ικανότητας είναι τα παρακάτω:

- Το MEIS (Multifactor Emotional Intelligence Scale).
- Το MSCEIT (Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test).
- Το EARS (Emotional Accuracy Research Scale).
- Το EISC (Emotional Intelligence Scale for Children).
- Το FNEIPT (Freudenthaler & Neubauer Emotional Intelligence Performance Test).

Οι μέθοδοι αξιολόγησης που αναφέρουμε παραπάνω, όπως είναι αντιληπτό έχουν θετικά αλλά και αρνητικά στοιχεία. Συνεπώς, ο βαθμός αξιοπιστίας τους διαφέρει, καθώς και ο βαθμός εύρεσης κοινών μεταξύ τους στοιχείων.

Μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης ως χαρακτηριστικό γνώρισμα της προσωπικότητας

Στην προκειμένη περίπτωση, γίνεται προσπάθεια να προσεγγιστεί η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, από την οπτική της προσωπικότητας. Οι παρακάτω μέθοδοι ή τεστ μέτρησης της, αποτελούν τα εργαλεία σε αυτήν την προσπάθεια. Οι μέθοδοι, λοιπόν, που έχουμε στη διάθεση μας είναι οι παρακάτω:

- Το TMMS (Trait Meta Mood Scale).
- Το EQ-I (Bar-On Emotional Quotient Inventory).
- Το SEIS (Schutte Emotional Intelligence Scale).
- Το ECI (Emotional Competency Inventory).
- Το EI-IPIP (Emotional Intelligence IPIP Scales).
- Το EISRS (Emotional Intelligence Self- Regulation Scale).

- Το DHEIQ (Dulewicz & Higgs Emotional Intelligence Questionnaire).
- Το TEIQ (Trait Emotional Intelligence Questionnaire).
- Το SPTB (Sjoberg Personality Test Battery).
- Το TEII (Tapias Emotional Intelligence Inventory).
- Το Work-place SUEIT (Work-place Swinburne University Emotional Intelligence Test).
- Το WEIP (Workgroup Emotional Intelligence Profile).
- Το EIS (Emotional Intelligence Scale).
- Το WLEIS (Wong & Law Emotional Intelligence Scale).
- Το LEIQ (Lioussine Emotional Intelligence Questionnaire).

Οι παραπάνω μέθοδοι, αποτελούνται από ερωτήσεις, οι οποίες είναι συγκεντρωμένες σε ερωτηματολόγια. Ο τρόπος υπολογισμού της βαρύτητας που έχει η κάθε ερώτηση, απορρέει από το βαθμό που έχει σε μία αντίστοιχη κλίμακα βαθμολόγησης της σημαντικότητας της. Όμως, συχνά, έχουν αναφερθεί απόψεις που θεωρούν ότι υπάρχουν ακόμη αρκετά αδύνατα σημεία στα εν λόγω τεστ, καθώς και ότι θα μπορούσαν να μελετηθούν τομείς της ανθρώπινης προσωπικότητας που μέχρι στιγμής παραμένουν ανεξερεύνητοι. Οπότε, για να έχουμε καλύτερα αποτελέσματα, μπορούμε να χρησιμοποιούμε περισσότερα τεστ μαζί, για να εξετάσουμε το ίδιο ζήτημα, παρακάμπτοντας έτσι τις τυχόν αδυναμίες, που μπορεί αυτά να έχουν.

Σύμφωνα με τα παραπάνω, καταλαβαίνουμε ότι τα τεστ έχουν τις εξής ιδιότητες (Petrides and Furnham, 2000).

- Διαθέτουν θετικά στοιχεία σε μεγάλο βαθμό, αλλά ακόμη έχουν ελλείψεις, που καλό είναι να καλυφθούν.
- Η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, δεν μελετάται ενδελεχώς και σε άλλες περιπτώσεις ταυτίζεται με την ευφυΐα.
- Η πληροφόρηση σχετικά με την αξιοπιστία τους είναι πολύ περιορισμένη.
- Η επιστημονική τους εγκυρότητα, είναι αμφισβητήσιμη, καθώς δεν είναι αποδεδειγμένη επιστημονικά.

Ακόμη, δεν είναι λίγες οι μελέτες, οι οποίες έχουν αποδείξει, ότι ο παράγοντας που αφορά την ανθρώπινη προσωπικότητα, διαδραματίζει σπουδαίο ρόλο στην επιχειρηματική και κατ'επέκταση επαγγελματική επιτυχία (Hermann *et. al.*, 2007). Έτσι, παρατηρείται το φαινόμενο, να υπάρχει αυξημένη ζήτηση μοντέλων ή τεστ, που μελετούν την έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, από τη σκοπιά της προσωπικότητας του ατόμου.

Επιπρόσθετα, τα τεστ αυτά, παρέχουν, ένα πολύ θετικό στοιχείο για τους ερευνητές. Αυτό είναι, ότι υποβάλλουν ερωτήσεις στα υπό εξέταση άτομα, αναφορικά με τη συμπεριφορά τους, όχι μόνο στον επαγγελματικό τομέα, αλλά και στην καθημερινή τους ζωή. Συνεπώς, αυτό καθιστά ικανούς τους ερευνητές, να αντιλαμβάνονται καλύτερα τη ψυχολογία του ατόμου, μελετώντας πολλές όψεις της ζωής του.

Τρόποι βελτίωσης της συναισθηματικής νοημοσύνης

Στις μέρες μας, πολύ συχνά γίνεται λόγος για τη σημαντικότητα της συναισθηματικής νοημοσύνης και την επίδραση που αυτή ασκεί στα στελέχη των σύγχρονων επιχειρήσεων. Έτσι, δεν είναι λίγοι αυτοί, που αναζητούν τρόπους, προκειμένου να την αυξήσουν. Αρκετοί ερευνητές, θεωρούν, ότι η συναισθηματική νοημοσύνη, επηρεάζεται από κληρονομικούς και κατ'επέκταση γενετικούς παράγοντες, με κυρίαρχο παράγοντα βέβαια τις διάφορες επιρροές του περιβάλλοντος, μέσα στο οποίο ζει και αναπτύσσεται ο άνθρωπος.

Σύμφωνα με την άποψη των επιστημόνων (Emmerling and Goleman, 2003), η συμπεριφορά του ανθρώπου, έχει άμεση σχέση με ισχυρές νευρωνικές συνδέσεις στον ανθρώπινο εγκέφαλο. Όπως γίνεται αντιληπτό, για να υπάρξει μεταστροφή στη συμπεριφορά του ατόμου, θα χρειαστεί το άτομο να αλλάξει συνήθειες και αντιλήψεις και να τις αντικαταστήσει με νέες. Όμως, για να πραγματοποιηθεί αυτό, είναι απαραίτητο, να αφοσιωθεί για αρκετό χρονικό διάστημα, στη δημιουργία νέων συμπεριφορών, με στόχο τη δημιουργία καινούργιων νευρωνικών συνδέσεων, στον ανθρώπινο εγκέφαλο. Αν γίνει αυτό, επαναπρογραμματίζεται ο εγκέφαλος σε νέες συμπεριφορές, λησιμονώντας τους παλιούς τρόπους συμπεριφοράς. Η εκπλήρωση αυτού του σκοπού, απαιτεί από το άτομο, να είναι προσηλωμένο στο στόχο που έχει θέσει, και να εργάζεται συστηματικά για αυτό.

Σύμφωνα με ερευνητικές προσπάθειες που έχουν πραγματοποιηθεί, με την παράλληλη χρήση πειραματόζωων, παρατηρήθηκε ότι, ο προμετωπιαίος λοβός (prefrontal cortex), η αμυγδαλή και ο

ιπτόκαμπος, τα οποία σχετίζονται με την αντιληπτική ικανότητα του ατόμου και τον παράλληλο χειρισμό των συναισθημάτων, μπορούν να λάβουν τροποποιήσεις και βελτιώσεις, μέσω της οδού της μάθησής και των εμπειριών (Emmerling and Goleman, 2003).

Επιπρόσθετα, είμαστε σε θέση να γνωρίζουμε ότι, οι άνθρωποι αναπτύσσουν τη συναισθηματική νοημοσύνη τους, με έναν ορισμένο τρόπο. Δηλαδή, σε πρώτη φάση, αναπτύσσεται η ικανότητα της αυτογνωσίας, η οποία βοηθά το άτομο να αντιλαμβάνεται καλύτερα τις σκέψεις του και τα συναισθήματα του και στη συνέχεια καθίσταται ικανό να αντιλαμβάνεται τις σκέψεις και τα συναισθήματα των άλλων ανθρώπων. Τέλος, οι άνθρωποι, αποκτούν τη δυνατότητα, να διαχειρίζονται τις παραπάνω ικανότητες, προς όφελος τους (Diggins, 2004).

Ακόμη, έχει αποδειχθεί ότι σε ζητήματα όπως ηγεσία, διοίκηση επιχειρήσεων ή οργανισμών και σπουδών, η προσπάθεια να αυξηθεί η συναισθηματική νοημοσύνη, βοηθά καταλυτικά το άτομο, να επιτύχει τους στόχους που θέτει κάθε φορά. Κατά την άποψη των Mayer και Salovey (1993), η συναισθηματική νοημοσύνη, ξεκινά να αναπτύσσεται από πολύ νωρίς στη ζωή του ανθρώπου και επηρεάζεται από παράγοντες του περιβάλλοντος του, όπως είναι η οικογένεια και ο κοινωνικός περίγυρος. Επίσης, σύμφωνα με την άποψη τους, η συναισθηματική νοημοσύνη μπορεί να αυξηθεί, κατά τη διάρκεια της ζωής ενός ανθρώπου (Schreier, 2002).

Όμως, σύμφωνα με τα παραπάνω, δημιουργείται το ερώτημα, σε ποια φάση της ζωής ενός ανθρώπου είναι καλύτερα να γίνονται προσπάθειες να βελτιωθεί η συναισθηματική του νοημοσύνη; Πολλοί ερευνητές, θεωρούν ως την καταλληλότερη ηλικία, την παιδική. Αυτό γιατί, ο άνθρωπος, σε αυτήν τη φάση της ζωής του, είναι πιο δεκτικός σε νέες ιδέες και μπορεί ευκολότερα να διαμορφωθεί ο χαρακτήρας (Dulewicz and Higgs, 2001). Συνεπώς, η αποδοχή της σημαντικότητας της έννοιας της συναισθηματικής νοημοσύνης και της συνακόλουθης εφαρμογής μεθόδων αύξησής της, θα λέγαμε, ότι βοηθούν το άτομο, να μεταστραφεί από αυτό που είναι σήμερα, σε κάτι ανώτερο και καλύτερο. Σε αυτή την προσπάθεια, αρωγός μπορεί να είναι η μελέτη βιβλίων, συναφών με την έννοια αυτή, καθώς και η συμβουλές που μπορεί να παρέχει κάποιος ειδικός, όπως είναι ένας ψυχολόγος.

Όπως διαφαίνεται από τα παραπάνω, η ενδυνάμωση της συναισθηματικής νοημοσύνης ενός ανθρώπου, αποτελεί σπουδαία πρόκληση για όποιον την αποδεχθεί, καθώς αν ένα άτομο επιθυμεί να προσπαθήσει να επεξεργαστεί τα συναισθήματα του, βελτιώνοντας τα, μένοντας σταθερός σε αυτήν του την απόφαση, να αλλάξει δηλαδή, αυτομάτως καθίσταται ικανός να επιτύχει τόσο σε προσωπικό όσο και σε επαγγελματικό επίπεδο, παρέχοντας στον εαυτό του μία πιο ισορροπημένη ζωή. Οπότε, είναι αντιληπτό ότι, παρά τις αντιξοότητες που πιθανόν να ελλοχεύουν σε μία τέτοια προσπάθεια μεταστροφής ενός ατόμου, το αποτέλεσμα είναι αυτό που θα απαλύνει την κόπωση από την προσπάθεια και θα οδηγήσει όποιον ακολουθήσει αυτή την οδό σε μία καλύτερη ζωή.

Παρακάτω, αναφέρονται μερικοί τρόποι βελτίωσης της συναισθηματικής νοημοσύνης, οι οποίοι είναι οι εξής (Goleman, 1998):

- Η κατανόηση των συναισθημάτων του.
- Η αντίληψη του, σχετικά με τις ευθύνες που έχει αναλάβει.
- Η καταβολή κάθε δυνατής προσπάθειας, ώστε να αντιλαμβάνεται εγκαίρως, τόσο τα δικά του συναισθήματα, όσο και των ανθρώπων που βρίσκονται στον περίγυρο του.
- Ο περιορισμός ή καλύτερα, η εξάλειψη, συναισθημάτων μίσους και επιθετικότητας.

Ακόμη, τρόποι ανάπτυξης της συναισθηματικής νοημοσύνης, μπορεί να αποτελέσουν, διάφορες μέθοδοι εκπαίδευσης σχετικές με την έννοια αυτή. Κάνοντας αυτά, το άτομο, καθίσταται ικανό, να εργάζεται με ομαδικό τρόπο, να χαλιναγωγεί τα συναισθήματα του, να χρησιμοποιεί με αποτελεσματικό τρόπο τις διάφορες ικανότητες που διαθέτει, καθώς και να κατανοεί εγκαίρως τις διαθέσεις των συνανθρώπων γύρω του.

Επιπρόσθετα, σε αυτό το σημείο, καλό είναι να αναφερθεί πως, οι ερευνητικές προσπάθειες αρκετών επιστημόνων, έχουν οδηγήσει στη δημιουργία μεθόδων βελτίωσης της συναισθηματικής νοημοσύνης, προτείνοντας κάποια συγκεκριμένα βήματα. Τα βήματα αυτά είναι τα εξής:

- Η σκιαγράφηση του συναισθηματικού κόσμου του ατόμου, δρα καταλυτικά, ώστε να κατανοήσει το ψυχικό του κόσμο, καθώς και να αντιληφθεί καλύτερα, το γεγονός, πως τα συναισθήματα του, επηρεάζουν την καθημερινή του ζωή.
- Η ολοκληρωμένη κατανόηση των συναισθημάτων, καθώς και η δημιουργία μεθόδων, σωστής διαχείρισής τους.
- Η καθοδήγηση, σε ψυχολογικό επίπεδο, όπου το άτομο εφευρίσκει τρόπους, με τη βοήθεια των οποίων καθίσταται ικανό, να εκφράζει με ορθό τρόπο τα συναισθήματα του.

- Η ικανότητα του ατόμου, να κατανοεί εγκαίρως τα συναισθήματα των συνανθρώπων γύρω του. Αυτό είναι πολύ χρήσιμο, αφού μπορεί να δράσει αποτρεπτικά, προφυλάσσοντας τον εαυτό του από δύσκολες καταστάσεις.
- Η ενδυνάμωση της επιρροής στον περίγυρο του, ώστε να μπορεί να έχει το θάρρος της γνώμης και να επηρεάζει προς όφελος του τις εκάστοτε καταστάσεις. Με αυτόν τον τρόπο, κάνει αισθητή την παρουσία του, καθώς κερδίζει σεβασμό και αποδοχή από τους γύρω του (Kunnanatt, 2004).

Η ενδυνάμωση της συναισθηματικής νοημοσύνης, είναι ο σκοπός όλων αυτών των ερευνών που προαναφέραμε, είτε από την οπτική της ψυχικής ανάτασης του ατόμου, είτε από την οπτική της επαγγελματικής του καταξίωσης. Αποτελέσματα μελετών, που αξιολόγησαν ανθρώπους οι οποίοι έλαβαν μέρος σε εκπαιδευτικά προγράμματα βελτίωσης της συναισθηματικής τους νοημοσύνης και σε ανθρώπους που δεν έλαβαν μέρος σε αυτά, καταδεικνύουν ότι, η συναισθηματική νοημοσύνη κάλλιστα μπορεί να καλλιεργηθεί (Jaeger, 2003).

Τα οφέλη από την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης

Σε αυτό το σημείο, καλό είναι να αποτυπώσουμε τα οφέλη, που θα έχει ο άνθρωπος που θα προσπαθήσει να αυξήσει τα επίπεδα της συναισθηματικής του νοημοσύνης (Herkenhoff, 2004). Πιο συγκεκριμένα, μπορεί να έχει τα εξής οφέλη:

- Θα μπορεί, να αντιλαμβάνεται τα συναισθήματα και τις προθέσεις των άλλων ανθρώπων.
- Θα αντιλαμβάνεται καλύτερα, το τι πρέπει να κάνει, ώστε να βελτιώσει την επαγγελματική του απόδοση και να αυξήσει την ικανοποίηση των πελατών ή προϊσταμένων του.
- Θα μπορεί να παρακινεί τον εαυτό, του σε δύσκολες στιγμές.
- Θα καθίσταται ικανός, να χαλιναγωγεί τα συναισθήματα του, καθώς και να τα διαχειρίζεται προς όφελος του.
- Θα είναι ικανό το άτομο, να δρα σε συνθήκες πίεσης, χωρίς να χάνει την αυτοκυριαρχία του.
- Θα διακατέχεται από πνεύμα συνεργασίας και ομαδικότητας, στην εργασία του.
- Θα είναι σε θέση να καθοδηγεί την ομάδα εργασίας του και να την παρακινεί.
- Θα μπορεί να αναλαμβάνει υπεύθυνες εργασίες.
- Θα είναι τολμηρό, σε επαγγελματικό ή προσωπικό επίπεδο.
- Θα μπορεί να έχει εμπιστοσύνη στον εαυτό του και σε αυτά που μπορεί να κάνει.
- Θα διακατέχεται από αισιοδοξία.
- Θα αξιολογεί ορθά τις ευκαιρίες και τις απειλές, που θα του τυχαίνουν.
- Θα δρα με σύνεση, σε περιπτώσεις συγκρούσεων με συναδέλφους ή πελάτες.
- Τέλος, θα έχει πειθώ, όσον αφορά τις απόψεις του και θα είναι επικοινωνιακό ως άτομο.

Σκοπός λοιπόν είναι, το άτομο, να χρησιμοποιήσει τις έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί, ώστε να κατανοήσει τον εσωτερικό του κόσμο και να επιτύχει ταχύτερα τους στόχους που έχει θέσει (Kunnanatt, 2004). Οι άνθρωποι που έχουν την ικανότητα, να κατανοούν τα συναισθήματα τους, διαχειρίζονται, με σωστότερο τρόπο τις τυχόν δύσκολες καταστάσεις στις οποίες μπορεί να βρεθούν, ακόμη παρατηρείται ότι είναι περισσότερο προσαρμόσιμοι σε αλλαγές του περιβάλλοντος. Επίσης, τέτοιου είδους άνθρωποι, διαθέτουν καλύτερη αντίληψη, σχετικά με τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα, που διαθέτουν. Εξαιτίας αυτού, αποκτούν περισσότερη εμπιστοσύνη στον εαυτό τους, είναι περισσότερο θετικοί και αισιόδοξοι και καινοτομούν σε όποια εργασία και να βρεθούν, παρακάμπτοντας τις τετριμμένες απόψεις και ιδέες, που ο περίγυρος τους, τους επιβάλλει.

Σε αντίθεση με τα όσα αναφέραμε παραπάνω, οι άνθρωποι που δε διαθέτουν υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη, διακατέχονται από συναισθήματα ανασφάλειας, και μειωμένης προσαρμοστικότητας στις τυχόν αλλαγές (Scott-Ladd and Chan, 2004). Ακόμη, παρατηρούνται συναισθήματα όπως, επιθετική διάθεση, ανασφάλεια, αντικοινωνική συμπεριφορά, κακή ψυχολογία, ανικανότητα να συνυπάρξει και να συνεργαστεί με άλλα άτομα κ.α. Τα αρνητικά όμως, που προέρχονται από τα χαμηλά επίπεδα συναισθηματικής νοημοσύνης δε σταματούν εδώ. Αυτό γιατί, όπως έχει αποδειχθεί από έρευνες, υπάρχει υψηλή συσχέτιση μεταξύ χαμηλών επιπέδων συναισθηματικής νοημοσύνης και φαινομένων όπως, κατάθλιψη, αλκοολισμός και κάπνισμα (Brackett *et. al.*, 2004).

Επιπρόσθετα, ύστερα από μελέτες, έχει αποδειχθεί ότι, οι άνθρωποι που χαλιναγωγούν τα συναισθήματα τους, ζουν μία περισσότερο ισορροπημένη ζωή και είναι περισσότερο υγιείς. Αυτό συμβαίνει γιατί, διαχειρίζονται με σύνεση τις καταστάσεις του περιβάλλοντος τους, χωρίς να σπαταλούν δυνάμεις σε ανούσια πράγματα, τα οποία δεν αξίζουν καμίας προσοχής (Tsaousis and Nikolaou, 2005). Ακόμα, θα μπορούσαμε να αναφέρουμε, πως παρατηρείται μία αντίθετη συσχέτιση

μεταξύ των δυσκολιών και της συναισθηματικής νοημοσύνης. Αυτό συμβαίνει γιατί, τα άτομα που έχουν αυξημένη συναισθηματική νοημοσύνη, μπορούν προσαρμοστούν και να ανταπεξέλθουν καλύτερα σε τυχόν δυσκολίες της ζωής (Tsaousis and Nikolaou, 2005). Συνεπώς, είναι σε θέση να διαχειρίζονται καλύτερα τις καταστάσεις γύρω τους, με συνέπεια να επιτυγχάνουν τους στόχους τους, καθώς και να διευρύνουν τον κοινωνικό τους περίγυρο (Kunnanatt, 2004).

Αναλυτικότερα, άνθρωποι με υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη, έχουν τη δυνατότητα, να είναι προσηλωμένοι στους στόχους τους, να εφευρίσκουν τρόπους παρακίνησης του εαυτού τους σε τυχόν δυσκολίες και να τιθασεύουν τις παρορμήσεις τους. Επίσης, είναι περισσότερο συνεργάσιμοι και ηθικότεροι, σε επαγγελματικό αλλά και προσωπικό επίπεδο (Deshpande and Shu, 2005). Σύμφωνα με την άποψη των Vakola, *et. al.*, (2004), οι εργαζόμενοι σε μία επιχείρηση, είναι περισσότερο δεκτικοί σε αλλαγές και προσαρμόζονται καλύτερα και ταχύτερα σε αυτές, όταν οι διευθυντές τους διαθέτουν, υψηλά επίπεδα συναισθηματικής νοημοσύνης, που σημαίνει ότι γνωρίζουν να καθοδηγούν καλύτερα τους υφισταμένους τους και να διαχειρίζονται καλύτερα τους επαγγελματικούς κινδύνους. Έτσι, είναι προφανές, ότι οι άνθρωποι που διαθέτουν υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη, μπορούν να είναι περισσότερο αισιόδοξοι, ότι θα επιτύχουν τους στόχους τους, σε αντίθεση με ανθρώπους που διαθέτουν χαμηλά επίπεδα συναισθηματικής νοημοσύνης.

Όμως, καλό είναι να αναφερθεί, ότι στην υπό εξέταση έννοια, υπάρχουν και άνθρωποι που την αντιμετωπίζουν με δυσπιστία. Πιο συγκεκριμένα, ο Locke, (2005), θεωρεί πως, η συναισθηματική νοημοσύνη δεν έχει οριστεί επακριβώς, παραμένοντας ακόμη μία θεωρητική καθαρά έννοια, χωρίς πρακτική εφαρμογή. Στο ίδιο μήκος κύματος με τον Locke, και άλλοι ερευνητές όπως οι Ashkanasy και Daus (2005), θεωρούν ότι η συναισθηματική νοημοσύνη, είναι απλώς μία άλλη θεώρηση της έννοιας της κοινωνικής νοημοσύνης. Τέλος, καλό είναι να επισημανθεί, πως αντιδράσεις ως προς την ερευνητική προσέγγιση και τα συνακόλουθα αποτελέσματα αυτής, υπάρχουν όχι μόνο μεταξύ των πολέμων της, αλλά και μεταξύ των υποστηρικτών της, όπου ο κάθε ερευνητής την ερμηνεύει διαφορετικά (Spector, 2005).

Συμπεράσματα της έρευνας

Η συναισθηματική νοημοσύνη, συνδέεται άρρηκτα με τα συναισθήματα του ατόμου και πως αυτό τα διαχειρίζεται, ώστε να το βοηθά να κατανοήσει τους άλλους, αλλά και τον ίδιο του τον εαυτό. Συγκεκριμένα, το άτομο, μπορεί να κατανοήσει καλύτερα τα συναισθήματα των συναδέλφων του, αλλά και να διαχειριστεί με τον καλύτερο τρόπο, τις επιτυχίες και τις αποτυχίες, σε επαγγελματικό επίπεδο. Ο άνθρωπος ως μονάδα, μπορεί να διαδραματίσει καθοριστικό ρόλο σε μία ομάδα εργασίας, και ο χειρισμός των δικών του συναισθημάτων αλλά και των υπολοίπων, να αποφέρει ένα πολύ επιτυχημένο αποτέλεσμα. Υπάρχουν υπέρμαχοι, αλλά και πολέμιοι της συναισθηματικής νοημοσύνης, οι οποίοι διαφωνούν, για το κατά πόσο βοηθά ή όχι το άτομο, να ξεπερνά τις καθημερινές δυσκολίες και να πετυχαίνει καλύτερα τους στόχους του. Η έρευνα μας, έχει ως γνώμονα, το να αναδείξει, τόσο τα θετικά στοιχεία της συναισθηματικής νοημοσύνης, όσο και τα αρνητικά που μπορεί να έχει. Η σημαντικότητα της συναισθηματικής νοημοσύνης, φαίνεται όχι μόνο στα στελέχη των εταιρειών, αλλά και στους υφισταμένους αυτών, καθώς, δημιουργεί ένα θετικό κλίμα, που μπορεί να οδηγήσει στην αύξηση της παραγωγικότητας. Σημαντικό στοιχείο, σε μία εταιρεία είναι, το ανθρώπινο δυναμικό της, στοιχείο που οι εταιρείες δίνουν πολύ μεγάλη βαρύτητα, τα τελευταία χρόνια.

Όσοι ασχολούνται με την παραγωγική διαδικασία μίας οικονομικής μονάδας, είτε είναι προϊστάμενοι, είτε υπάλληλοι, καλό είναι, να αυξάνουν τους ρυθμούς παραγωγής, να μεγιστοποιούν τα κέρδη, αλλά και να εξαπλώνουν τη φήμη της εταιρείας. Για να γίνει αυτό, θα πρέπει, να υπάρχει το κατάλληλο περιβάλλον και η σωστή υποστήριξη από τα διοικητικά στελέχη αυτής. Επίσης, ωφέλιμο είναι, να αξιοποιηθεί περισσότερο, η συναισθηματική νοημοσύνη, σε τομείς όπως είναι, η πρόσληψη εργαζομένων, η αξιολόγηση και ανάπτυξη τους. Με τον τρόπο αυτό, η εταιρεία, θα είναι πιο ανταγωνιστική, και θα μπορεί να αυξήσει την απόδοση της και τα κέρδη της. Αυτό σημαίνει ότι, η πολιτική της επιχείρησης, θα πρέπει να εναρμονιστεί, με την ορθή εφαρμογή της συναισθηματικής νοημοσύνης, σε όλα τα επίπεδα. Από την άλλη, δεν μπορούν όλα τα προβλήματα να λυθούν με τη συναισθηματική νοημοσύνη, καθώς, ο οξύς ανταγωνισμός, αλλά και οι ραγδαίες εξελίξεις, είναι παράγοντες, οι οποίοι πολλές φορές αποτελούν τροχοπέδη, στα μελλοντικά επιχειρηματικά σχέδια.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ελληνική

1. Πλατσίδου, Μ., (2010). *Η συναισθηματική νοημοσύνη: Θεωρητικά μοντέλα, τρόποι μέτρησης και εφαρμογές στην εκπαίδευση και την εργασία*. Εκδόσεις Gutenberg.

2. Πλατσιδου, Μ., (2004). Συναισθηματική νοημοσύνη: Σύγχρονες Προσεγγίσεις μιας παλιάς έννοιας. *Επιστήμες Αγωγής, Vol. 1*, pp. 27-39.

Ξένη

1. Ashkanasy, N. M., and Daus, C. S., (2005). Rumors of the death of emotional intelligence in organizational behavior are vastly exaggerated. *Journal of Organizational Behavior. Vol. 26*, pp. 441-452.
2. Austin, E. J., (2004). An investigation of the relationship between trait emotional intelligence and emotional task performance. *Personality and Individual Differences. Vol. 36*, pp. 1855-1864.
3. Bar-On, R., (1997a). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): a test of emotional intelligence*. Toronto, Canada. Multi-Health Systems, Inc.
4. Bar-On, R. (1997b). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): technical manual*. Toronto, Canada. Multi-Health Systems, Inc.
5. Bar-On, R., (1988). *The development of a concept of psychological well-being*. Unpublished doctoral dissertation. South Africa. Rhodes University.
6. Bar-On, R., (2000). *Emotional and Social intelligence. Insights from the EQ-I*.
7. Boyatzis, R. E., Goleman, D., Rhee, K. S., (2000). Clustering competence in emotional intelligence. In R. Bar-On & J.D Parker (Eds). *The Handbook of Emotional Intelligence*. pp. 343-362. San Francisco: John Willey & Sons. Inc.
8. Brackett, M. A., Nezlek, J. B., Schutz, A., Sellin, I., and Salovey, P., (2004). Emotional intelligence and social interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin. Vol. 8*, pp. 1018-1034.
9. Cairney, J., Hay, J. A., Faight, B. E., Wade, T. J., Corna, L., Flouris, A., (2005). Developmental coordination disorder, generalized self-efficacy toward physical activity, and participation in organized and free play activities. *The Journal of pediatrics*. pp. 30-45.
10. Cantor, N., and Kihlstrom, J. F., (2000). Handbook of intelligence, 2nd ed. *Cambridge University Press*. pp. 359-379.
11. Ciarrochi, J. V., Chan, A. Y. C., and Caputi, P., (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences. Vol. 28*, pp. 539-561.
12. Ciarrochi, J., Deane, F. P., Anderson, S., (2002). Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health. *Personality and Individual Differences. Vol. 32*, pp. 197-209.
13. Cooper, R. K., (1997). *EQ Map*. San Francisco. AIT and Essi Systems.
14. Cooper, R. K., and Orioli, A., (2005). *Executive EQ. Emotional Intelligence in Leadership and Organizations*. New York. Perigee Book.
15. Davies, M., Stancov, L., and Roberts, R. P., (1998). Emotional intelligence: In search of an elusive construct. *Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 75*, pp. 989-1015.
16. Deshpande, S. P., and Shu, X., (2005). The impact of emotional intelligence on counterproductive behaviour in China. *Management Research News. Vol. 5*, pp. 75-85.
17. Diggins, C., (2004). Emotional intelligence: the key to effective performance. *Human Resource Management. Vol. 1*, pp. 33-35.
18. Dulewicz, S.V., and Higgs, M. J., (2001). *Emotional intelligence general and general 360 user guide*. Windsor. NFER-Nelson.
19. Emmerling, R. J., and Goleman, D., (2003). Emotional intelligence: issues and common misunderstandings. *Issues in Emotional Intelligence. Vol. 1*, pp. 1-19.
20. Fatt, J. P. T., and Howe, I. C. K., (2003). Emotional intelligence of foreign and local university students in Singapore: Implications for managers. *Journal of Business and Psychology. Vol. 3*, pp. 345-365.
21. Ferres, N., and Connell, J., (2004). Emotional intelligence in leaders: an antidote for cynicism towards change? *Strategic Change. Vol. 13*, pp. 61-71.
22. Gardner, H., (1983a). *Multiple intelligence*. New York. Basic Books.
23. Gardner, H., (1983b). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Basic Books.

24. Goleman, D., (1998). *Η συναισθηματική νοημοσύνη: Γιατί το «EQ» είναι πιο σημαντικό από το «IQ»?* Αθήνα. Ελληνικά Γράμματα.
25. Goleman, D., (1995). Emotional intelligence, imagination, cognition and personality. *Personality and Individual Differences*. Vol. 9, pp. 185-211.
26. Goleman, D., (1998). *Working with emotional intelligence*. New York. Bantam Books.
27. Goleman, D., (2000). *Η συναισθηματική νοημοσύνη στον χώρο της εργασίας*. Αθήνα. Ελληνικά Γράμματα.
28. Goleman, D., (2000). Leadership that gets results. *Harvard Business Review*. pp. 78-90.
29. Goleman, D., (2001). Emotional intelligence: Issues in paradigm building. In C. Cherniss & D. Goleman (Eds.), *The emotionally intelligent workplace*. Jossey-Bass. pp. 13-26.
30. Goodman, M., (1995). *Creative Management*. Prentice Hall.
31. Herkenhoff, L. (2004). Culturally tuned emotional intelligence: an effective change management tool? *Strategic Change*. Vol. 13, pp. 73-81.
32. Hermann, F., Manfred, L., and Christian, K., (2007). The significance of personality in business, start-up intentions, start-up realization and business success. *Entrepreneurship Regional Development*. Vol. 3, pp. 227-251.
33. Jaeger, A. J., (2003). Job competencies and the curriculum: An inquiry into emotional intelligence in graduate professional education. *Research in Higher Education*. Vol. 6, pp. 615-639.
34. Kafetsios, K., and Zampetakis, L., (2008). Emotional Intelligence and job satisfaction: Testing the mediatory role of Positive and negative affect at work. *Personality and Individual Differences*. Vol. 44, pp. 710-720.
35. Kunnanatt, J. T., (2004). Emotional intelligence: the new science of interpersonal effectiveness. *Human Resource Development Quarterly*. Vol. 4, pp. 489-495.
36. Locke, E. A., (2005). Why emotional intelligence is an invalid concept. *Journal of Organizational Behavior*. Vol. 26, pp. 425-431.
37. Matthews, G., Zeidner, M., and Roberts, R. D., (2002). *Emotional intelligence: Science and myth*. Cambridge, MA: MIT press.
38. Matthews, G., Roberts, R. D., and Zeidner, M., (2003). Development of emotional intelligence: A skeptical -but not dismissive- perspective. *Human Development*. Vol. 46, pp. 109-114.
39. Matthews, G., Roberts, R. D., and Zeidner, M., (2004). Seven myths about emotional intelligence. *Psychological Inquiry*. Vol. 15, pp. 179-196.
40. Mayer, J.D. and Salovey, P., (1990). Emotional intelligence. *Cognition and personality*. Vol. 9, pp. 185-211.
41. Mayer, J. D., and Salovey, P., (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*. Vol. 4, pp. 433-442.
42. Mayer, J. D., Caruso, D. R., and Salovey, P., (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*. Vol. 27, pp. 267-298.
43. Mayer, J.D., and Salovey, P., (1997). *What is emotional intelligence*. In P. Salovey & D. Sluyter (eds.): *Emotional development and emotional intelligence: implications for educators* (pp. 3-31). New York. Basic Books.
44. Mayer, J. D., and Cobb, C. D., (2000). Educational policy on emotional intelligence Does it make sense? *Educational psychology review*. Vol. 12, pp. 163-183.
45. Mayer, J. D., Caruso, D. R., and Salovey P., (2000). *Selecting a measure of emotional intelligence: the case for ability scales*. In Bar-On and J.D. Parker (Eds). *Handbook of E.I.*, 320-342. New York. Jossey-Bass.
46. Mayer, J.D., Salovey, P., and Caruso, D.R. (2002). *Emotional Intelligence Test (MSCEIT)*. Toronto, Canada. Multi-Health Systems, Inc.
47. Mayer, J. D., Salovey, P., and Caruso, D. R., (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*. Vol. 15, pp. 197-215.
48. Mayer, J. D., Roberts, R. D., and Barsade, S. G., (2008). Human Abilities: Emotional Intelligence. *The Annual Review of Psychology*. Vol. 59, pp. 507-36.

49. Nettelbeck, T. J., and Wilson, C. J., (2004). The Flynn effect: Smarter not faster. *Intelligence*. Vol. 1, pp. 85-93
50. Nettelbeck, T. J., and Wilson, C. J., (2005). Uncertainty about the biology of intelligence: a role for a marker. *Task Cortex*. Vol. 2, pp. 234-235.
51. Oatley, K., (2004). *Emotions: A Brief History*. Wiley-Blackwell.
52. O'Connor, R. M., and Little, I. S., (2003). Revisiting the predictive validity of emotional intelligence: Self-report versus ability-based measures. *Personality and Individual Differences*. Vol. 35, pp. 1893-1902.
53. Orioli, E. M., (2000). *Leader know thyself: Measuring and developing leadership using the EQ-Map*. Chicago. Workshop presentation at Linkage Emotional Intelligence Conference.
54. Petrides, K. V., and Furnham, A., (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*. Vol. 29, pp. 313-320.
55. Petrides, K. V., and Furnham, A., (2001). Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies. *European Journal of Personality*. Vol. 15, pp. 425-448.
56. Salovey, P., and Sluyter, D. J., (1997). *Emotional development and emotional intelligence*. New York. Basic Books.
57. Schreier, L. S., (2002). Emotional intelligence and mediation training. *Conflict Resolution Quarterly*. Vol. 1, pp. 99-120.
58. Scott-Ladd, B., and Chan, C. C. A., (2004). Emotional intelligence and participation in decision-making: strategies for promoting organizational learning and change. *Strategic Change*. Vol. 13, pp. 95-105.
59. Shimazu, A., Shimazu, M., and Odahara, T., (2004). Job control and social support as coping resources in job satisfaction. *Psychological Reports*. Vol. 2, pp. 449-456.
60. Spector, P. E., (2005). Introduction: emotional intelligence. *Journal of Organizational Behavior*. Vol. 26, pp. 409-410.
61. Sternberg, R. J., (1985). *Beyond IQ: A triarchic theory of human intelligence*. New York. Cambridge University Press.
62. Surwit, R., Van Tilburg, M., Zucker, N., Mc Caskill, G., Perekh, P., Feing, M., Edwards, C., and Williams, L. J., (2002). Stress management improves long-term glycemic control in type 2 diabetes. *Diabetes Care*. Vol. 1, pp. 30-34.
63. Tett, L., Edwards, V., Hall, S., Maclachlan, K., Thorpe, G., and Garside, L. (2006). *Evaluation of the Adult, Literacy and Numeracy (ALN) Strategy*. Edinburgh, Scottish. Executive Social Research.
64. Thorndike, E., (1920). Reliability and Significance of Tests of Intelligence. *The Journal of Educational Psychology*. Vol. 11, pp. 20-30.
65. Tsaousis, I., and Nikolaou, I., (2005). Exploring the relationship of emotional intelligence with physical and psychological health functioning. *Stress and Health*. Vol. 21, pp. 77-86.
66. Vakola, M., Tsaousis, I., and Nikolaou, I., (2002). The role of emotional intelligence and personality variables on attitudes toward organizational change. *Journal of Managerial Psychology*. Vol. 2, pp. 88-110.
67. Warwick, J. K., and Nettelbeck, T. J., (2004). Emotional intelligence is...? *Personality and Individual Differences*. Vol. 5, pp. 1091-1100
68. Wechsler, D., (1958). *The Measurement and Appraisal of Adult Intelligence*. Baltimore. Williams & Wilkins.
69. Wong, C. S., and Law, K. S., (2002). The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: An exploratory study. *The Leadership Quarterly*. Vol. 13, pp. 243-274.
70. Zeidner, M., Matthews, G., and Roberts, R. D., (2006). Emotional intelligence, adaptation, and coping. In J. Ciarrochi, J. Forgas, and J. D. Mayer(Eds.), *Emotional intelligence in everyday life: A scientific inquiry*. Philadelphia. *Psychology Press*. pp. 82-97

THE EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A SEPARATE AND THE MEANING OF USE FOR THE MODERN MAN AND BUSINESS

Theodoros Karadimas¹, Panagiota Karadima²

1. Economist, Graduate, Program of Postgraduate Study, the Economic and Operational Strategy, the University Piraeus. Elements of communication: teo.karadimas@yahoo.gr
2. Postgraduate student, Program of Postgraduate Study, the Economic and Operational Strategy, the University Piraeus. Elements of communication: pn_karadima@yahoo.gr

Abstract

In recent years, more and more researchers and companies are turning their attention to emotional intelligence. This is due to a multitude of studies that show that the professional, social and personal achievement of a person does not play such an important role the intelligence that it has, as previously thought, but the developed or not, emotional intelligence that allocate. As a result, this new kind of intelligence, is gaining ground over traditional ways, because plenty of researchers are working systematically to create measurement methods and development. This research analyzes in depth investigations which have been carried out so far, such as theories of Mayer *et. al.*, (2000), Bar-On, (2000), Goleman, (2000) and Cooper, (1996, 1997), attempting to elicit from these important insights, which will lead us to an equitable conclusion. Also, we do not neglect to mention the opinions of the opponents of emotional intelligence, that enriching our analysis.

Keywords: *emotional intelligence, cognitive intelligence, intelligence, emotional development, emotional competence.*