

ΟΙΚΟΥΜΕΝΙΚΟΤΗΤΑ
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ –
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ
ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ & ΠΡΟΤΥΠΗ
ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΣΕ ΙΑΤΡΙΚΟ
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΒΛΑΧΟΣ
Α.Μ.:1975

ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΙΩΑΝΝΗΣ ΝΕΣΤΟΡΟΣ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΤΟΣ:2009

«Ανθρώποις πάσιν μέτεστι γινώσκειν

εωυτούς και σωφρονεῖν.»

Ηράκλειτος

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Σελ.
<u>1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ</u>	4
ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ - ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ	
2.1 ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ	5
2.2 ΕΚΦΡΑΣΗ & ΣΥΓΚΙΝΗΣΗ	6
2.3 ΕΝΤΟΠΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ ΣΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ	14
2.4 ΣΗΜΑΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΔΟΜΗ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ	16
2.5 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ & ΣΥΝΕΙΡΜΟΙ	18
ΔΕΥΤΕΡΟ ΜΕΡΟΣ – ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ	
3.1 Η ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΑΠΟΨΗ ΓΙΑ ΤΙΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ	24
3.2 ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΑΠΟΨΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ	27
3.3 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ	37
3.4 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ & ΚΟΥΛΤΟΥΡΑ	41
3.5 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ & ΗΓΕΤΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ	43
<u>4. ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ</u>	48
<u>5. ΑΝΤΙ ΕΠΙΛΟΓΟΥ</u>	52
<u>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ</u>	56

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στο πρώτο μέρος της παρούσας εργασίας θα διερευνηθεί η έννοια των συναισθημάτων καθώς και η οικουμενικότητα τους, δηλαδή κατά πόσο τα συναισθήματα επηρεάζονται από το πολιτιστικό πλαίσιο. Επίσης θα γίνει λόγος για τον τρόπο έκφρασης των συναισθημάτων και των συγκινήσεων αλλά και για το ποιες περιοχές του εγκεφάλου λαμβάνουν μέρος στην αντίληψη αλλά και στην παράγωγή ενός συναισθήματος.

Στο δεύτερο μέρος της εργασίας γίνεται μια ανασκόπηση του όρου της συναισθηματικής νοημοσύνης, ξεκινώντας από το πώς ορίζονταν στην αρχαιότητα οι συναισθηματικές ικανότητες και φτάνοντας μέχρι τα εξελιγμένα μοντέλα συναισθηματικής νοημοσύνης των ημερών μας. Στην συνέχεια, υπάρχει εκτενή αναφορά για το πώς οι ατομικές διαφορές και στοιχεία της προσωπικότητας μας επηρεάζουν την συναισθηματική μας νοημοσύνη. Επίσης, η επίδραση της κουλτούρας στις συναισθηματικές ικανότητες είναι ένα από τα θέματα που θα αναλυθούν ενώ γίνεται και ειδική αναφορά στην σύνδεση συναισθηματικής νοημοσύνης και ηγεσίας καθώς αυτός ο τομέας έχει αναδείξει σημαντικά ερευνητικά στοιχεία για την επίδραση της συναισθηματικής νοημοσύνης στην ανθρωπινή δραστηριότητα.

Στο τέλος της εργασίας παρατίθεται μια παρέμβαση που θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης σε ασθενείς μέσα στον χώρο του νοσοκομείου είτε έξω από αυτό.

Στόχος της παρούσας εργασίας είναι η διερεύνηση της οικουμενικότητας των συναισθημάτων καθώς και η ανασκόπηση ερευνητικών και θεωρητικών δεδομένων για την συναισθηματική νοημοσύνη.

ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ

2. ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ

2.1.ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ;

Η έννοια του συναισθήματος είναι σε όλους μας γνωστή και σε αυτό αναφερόμαστε όταν μιλάμε για θυμό, φόβο, χαρά, λύπη... δεδομένης όμως της ευρύτητας του όρου ο ακριβής ορισμός του είναι πραγματικά δύσκολος. Ορίζεται ως “ψυχική αναστάτωση, βίαιη ή ήρεμη, που δημιουργείται από κάποια παροδική αιτία ” ή ως “ψυχική κατάσταση που κυμαίνεται μεταξύ ευχαρίστησης και δυσαρέσκειας και σχετική αντίδραση στο αντικείμενο που τη προκαλεί και που μπορεί να ποικίλει από έλξη μέχρι και αποστροφή”. Ο τρόπος συμπεριφοράς ενός υποκειμένου θα ορίζεται από το συναίσθημα που το συνοδεύει. (Ferre et al, -).

Οι άνθρωποι, βέβαια, δεν αισθάνονται το ίδιο σε όλα τα μέρη της γης, ούτε εκφράζονται με τον ίδιο τρόπο. Υπάρχει ένας καθαρός και άμεσος τρόπος έκφρασης των συναισθημάτων: η ομιλία. Το να πει κάποιος αυτό που αισθάνεται και σκέφτεται είναι, λογικά, ο πιο αλάνθαστος και ειλικρινής τρόπος έκφρασης. Δεν είναι όμως και ο μοναδικός. Εξίσου σημαντικός είναι και ο ρόλος της μη λεκτικής επικοινωνίας. Ο τρόπος συμπεριφοράς αλλά και η έκφραση του προσώπου είναι καθρέπτης των συναισθημάτων, τα οποία έτσι και αλλιώς δύσκολα ελέγχονται ή καλύπτονται. Κοιτώντας και μόνο μια φωτογραφία μπορούμε να καταλάβουμε τη συναισθηματική κατάσταση ενός ατόμου, χωρίς καν να ξέρουμε τι κάνει ή τι λέει, απλά και μόνο από την έκφραση του προσώπου του μπορούμε να καταλάβουμε αν είναι θυμωμένο, χαρούμενο, έκπληκτο κλπ. Σε αυτό έχουν αφιερωθεί πολλές μελέτες που αποσκοπούν να γνωρίσουν ακριβώς ποιοι μύες του προσώπου παρεμβαίνουν στην έκφραση κάθε συναισθήματος.

Οι επιστήμονες είναι πλέον σε θέση να αναγνωρίζουν πότε ένα συναίσθημα είναι πραγματικό και πότε ψεύτικο με την ανάλυση των μυών του προσώπου. Η φυσική έκφραση των διαφορετικών συναισθημάτων δεν είναι αποκλειστικό

προνόμιο κάποιων πολιτισμών, αλλά μια ικανότητα των ανθρώπων σε όλα τα μήκη και τα πλάτη του πλανήτη. Έχει αποδειχθεί ότι οι γυναίκες έχουν μεγαλύτερη ικανότητα έκφρασης των συναισθημάτων τους σε δεδομένη στιγμή, τόσο με την έκφραση του προσώπου όσο και με τη στάση του σώματος. (Ferre et al, -) Ο βαθμός κύρτωσης των φρυδιών, η ένταση των χειλιών ή το βάθος των ρυτίδων κάτω από τα μάτια αποκαλύπτουν με μεγάλη ακρίβεια το συναίσθημα που νιώθει το άτομο, την ένταση και την αυθεντικότητά του. Σύμφωνα με τις πιο σύγχρονες μελέτες έχει αποδειχθεί ότι οι μύες του προσώπου, όχι μόνο καθιστούν δυνατή την αναγνώριση των συναισθημάτων των άλλων, αλλά μπορεί να καθορίσουν και τα δικά μας.

Με άλλα λόγια, τα πειράματα απέδειξαν ότι εκείνοι που υποκρίνονταν ότι ήταν θυμωμένοι ή θλιμμένοι ή χαρούμενοι, μόνο με την έκφραση του προσώπου τους, τελικά; Κατέληγαν να νιώθουν πραγματικά αυτό το συναίσθημα. Οι μύες του προσώπου μπορεί να αποβούν τόσο σημαντικοί, ώστε δεν είναι σπάνιο τι φαινόμενο μια αλλαγή της έκφρασης του προσώπου να επιφέρει φυσιολογικές αλλαγές. Αυτή η θεωρία έχει οδηγήσει στη διαπίστωση ότι υπάρχει κάποια νευρωνική διασύνδεση ανάμεσα σε αυτούς τους μύες και το αυτόνομο νευρικό σύστημα που είναι υπεύθυνο για την ενεργοποίηση και την απενεργοποίηση του οργανισμού. Αν πάρουμε την έκφραση του θυμωμένου μπορεί να προκαλέσει αύξηση των ρυθμών της καρδιάς, τα επίπεδα της αδρεναλίνης στο αίμα, το βαθμό εφίδρωσης κοκ και τελικά να προκληθεί θυμός. Αυτό συμβαίνει είτε μιλάμε για κάποιον Άγγλο, είτε για Γάλλο, είτε για Έλληνα... (Ferre et al, -).

2.2 ΕΚΦΡΑΣΗ ΚΑΙ ΣΥΓΚΙΝΗΣΗ

Η έκφραση του προσώπου που συνοδεύει μια συγκίνηση εξυπηρετεί στην επικοινωνία της συγκίνησης αυτής. Οι ψυχολόγοι θεωρούν την επικοινωνία των συγκινήσεων σημαντικό παράγοντα που συμβάλλει στην επιβίωση του είδους. Για παράδειγμα η όψη του θυμού ενός ανθρώπου προειδοποιεί τους γύρω του ότι μπορεί να ενεργήσει επιθετικά. Πιο πρόσφατες έρευνες δείχνουν ότι εκτός από την λειτουργία της επικοινωνίας, οι συγκινησιακές εκφράσεις συμβάλλουν στην υποκειμενική εμπειρία της συγκίνησης. Ορισμένες εκφράσεις του προσώπου φαίνεται ότι έχουν οικουμενική σημασία ανεξάρτητα από το πολιτισμό στον οποίο ζει το άτομο. Η οικουμενική έκφραση του θυμού, για παράδειγμα, συνεπάγεται φουντωμένο πρόσωπο, χαμηλωμένα και συνοφρυωμένα φρύδια, διεσταλμένα ρουθούνια, σφιγμένο πηγούνι και προβολή δοντιών (Atkinson, 2004). Όταν άνθρωποι από πέντε χώρες (ΗΠΑ, Βραζιλία, Χιλή, Αργεντινή, Ιαπωνία) είδαν φωτογραφίες που παρουσίαζαν εκφράσεις του προσώπου χαρακτηριστικές της χαράς, του θυμού, της λύπης, της αηδίας, του φόβου και της έκπληξης, δεν δυσκολεύτηκαν να εντοπίσουν το συναίσθημα που αντιστοιχούσε σε κάθε έκφραση. Ακόμη και μέλη απομακρυσμένων ομάδων που δεν έχουν ουσιαστικά καμία επαφή με το δυτικό πολιτισμό (όπως οι Φόρε και οι Ντάι της Νέας Γουινέας) δεν δυσκολεύτηκαν πολύ να εντοπίσουν τα συναισθήματα που αντιπροσώπευαν οι διάφορες εκφράσεις του προσώπου ανθρώπων της Δύσης. Το ίδιο και οι Αμερικανοί φοιτητές που είδαν βιντεοκασέτες με τις εκφράσεις των προσώπων ανθρώπων που ανήκαν στη φυλή των Φόρε της Νέας Γουινέας, εντόπισαν με ακρίβεια τις εκφράσεις που συνδέονταν με τις διάφορες συγκινήσεις, αν και μερικές φορές συνέχεαν το φόβο με την έκπληξη (Atkinson, 2004).

Η άποψη ότι υπάρχει ένας οικουμενικός πυρήνας βασικών συναισθημάτων και αντίστοιχων εκφράσεων του προσώπου ενισχύθηκε από τη διαπολιτισμική μελέτη του Paul Ekman και των συνεργατών του. Οι ερευνητές αυτοί, ζήτησαν από

ανθρώπους σε εγγράμματες και μη εγγράμματες κουλτούρες, να παράγουν εκφράσεις που αρμόζουν σε γεγονότα, όπως ο θάνατος αγαπημένου προσώπου ή η συνάντηση με ένα στενό φίλο. Τόσο οι εγγράμματοι όσο και οι αγράμματοι ενήλικες έδωσαν στο πρόσωπό τους την ίδια έκφραση για να απεικονίσουν το κάθε συναίσθημα. Όταν τους έδειξαν φωτογραφίες ηθοποιών που παρουσίαζαν διάφορες εκφράσεις και οι δύο ομάδες συμφώνησαν ως προς τις φωτογραφίες που παρουσίαζαν ευτυχία, λύπη, θυμό και αηδία. Οι αγράμματοι ενήλικες δεν έκαναν διάκριση ανάμεσα σε εκφράσεις φόβου και έκπληξης, αν και τις ξεχώριζαν από τα άλλα συναισθήματα (Cole et al, 2002).

Η οικουμενικότητα ορισμένων συγκινησιακών εκφράσεων επιβεβαιώνει τον ισχυρισμό του Δαρβίνου ότι υπάρχουν έμφυτες αποκρίσεις με εξελικτική ιστορία. Σύμφωνα με το Δαρβίνο, πολλοί από τους τρόπους με τους οποίους εκφράζουμε μια συγκίνηση είναι κληρονομικός και αρχικά συνέβαλε στην επιβίωση του ανθρώπινου είδους. Ο Δαρβίνος πρότεινε και ο Ekman και ο Itard επιβεβαίωσαν την ύπαρξη διαπολιτισμικών τακτικοτήτων του συναισθήματος σε επιδείξεις του προσώπου. Μια διαπολιτισμική σύγκριση για την επίδειξη θυμού και χαράς σε μάσκες-πρόσωπα που χρησιμοποιηθήκαν στις τελετουργικές κοινωνικές λειτουργίες αποκάλυψαν ότι ένα σύνολο γεωμετρικών σχεδίων, περισσότερο από τα πραγματικά γνωρίσματα του προσώπου, μεταβιβάζουν αυτά τα διαφορετικά συναισθηματικά νοήματα. Η δύναμη των μη αντιπροσωπευτικών οπτικών σχεδίων, να παράγουν νόημα εξετάστηκε σε μια σειρά ερευνών χρησιμοποιώντας υλικά που παρουσίαζαν γεωμετρικές μορφές σε μια ποικιλία από σχέδια γραμμών και διαμορφώσεις μεταξύ ατόμων στην ολλανδική τέχνη του 17^{ου} αιώνα. Τα αποτελέσματα όλων των ερευνών προτείνουν ότι για τα συναισθήματα θυμού και χαράς, τουλάχιστον, το νόημα βρίσκεται στις γεωμετρικές ιδιότητες της οπτικής επίδειξης (Aronoff, 2006). Είναι περίπου ενάμιση αιώνας που ο Δαρβίνος υποστήριξε ότι οι επιδείξεις συγκίνησης στο πρόσωπο έχουν παρόμοια μορφή σε όλους τους ανθρώπους σε όλους τους πολιτισμούς. Η πρόταση του υποκίνησε

πολλές έρευνες για μια θεωρία που αναζητά τη μορφή και τη πηγή συναισθηματικής έκφρασης. Στις μέρες μας, εξετάζοντας τη συνεχώς αυξανόμενη μεθοδολογική ικανότητα, ονομάζουμε τις υποθέσεις του Δαρβίνου ως «τομέα συναισθηματικής νευρολογίας». Για να εξεταστεί αυτή η πρόταση εμπειρικά, έγιναν μια σειρά από μελέτες σε διάφορους δυτικούς πολιτισμούς που καταδεικνύουν ότι οι άνθρωποι επιδεικνύουν τα συναισθήματα τους μέσα από κοινές διαμορφώσεις του προσώπου (μορφασμούς). Μια σημαντική ερευνητική προσπάθεια, που στηρίζεται σε αυτό το αξίωμα, εξέτασε τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά γνωρίσματα ή «οδηγούς σημάδια», που συνθέτουν την όψη του προσώπου για ένα ιδιαίτερο συναίσθημα. Οι ερευνητές αναρωτιόντουσαν πώς οι παρατηρητές αναγνώριζαν το συναίσθημα. Αναρωτήθηκαν αν υπάρχει ένας παράλληλος ανιχνευτής χαρακτηριστικών γνωρισμάτων που να βρίσκεται στον εγκέφαλο και οι παρατηρητές το χρησιμοποιούσαν για να αποκωδικοποιήσουν την επίδειξη (αυτό που φαινόταν) (Argonoff, 2006). Προσπάθησαν, λοιπόν, να εξερευνήσουν τη πιθανότητα να υπάρχουν σύνολα έμφυτων μηχανισμών αξιολόγησης ή «αυτοεκτιμητές», που επιτρέπουν στους παρατηρητές να αναγνωρίζουν ένα ιδιαίτερο συναίσθημα που βιώνεται από ένα άλλο άτομο. Η αρχική μελέτη επιδίωξε να προσδιορίσει τους οδηγούς-σημάδια που τραβάνε τη προσοχή του παρατηρητή σε μια επίδειξη θυμού, σκεπτόμενοι ότι αυτό θα ωφελούσε το πρόσωπο να αναγνωρίσει γρήγορα ότι αντιμετωπίζει κίνδυνο από το άλλο πρόσωπο. επιδιώκεται, λοιπόν, η αναγνώριση του ερεθίσματος-σημάδι που είναι το πιο κοινό για να φανεί ότι μια επίδειξη θυμού είναι παρούσα εξετάζοντας τις μορφές του προσώπου στις οποίες ένα διαφορετικό διαπολιτισμικό δείγμα ανθρώπων χρησιμοποιεί συγκεκριμένα ερεθίσματα-σημάδια (όπως ο προσανατολισμός των φρυδιών), για να μεταβιβάσει την απειλή, αναμένοντας ότι αυτές οι αντιπροσωπεύσεις θα επιδείκνυαν το είδος του χαρακτηριστικού γνωρίσματος το οποίο οι ανιχνευτές θα χρησιμοποιούσαν για να αποκωδικοποιήσουν τη συναισθηματική επίδειξη. Για τον έλεγχο της υπόθεσης επιδιώχθηκε ένα διαπολιτισμικό μέσο που να καθορίζει ποιες πτυχές της

συγκίνησης είναι οι εμφανέστερες. Εξετάζοντας πόσο δύσκολο είναι να λάβουμε συγκρίσιμα στοιχεία στη συναισθηματική έκφραση από ένα πλήθος μη δυτικών πολιτισμών, ο Mead πρότεινε ότι το έργο τέχνης από έναν πολιτισμό, ειδικά μάσκες που αντιπροσωπεύουν έντονα τις εκφράσεις του προσώπου και χρησιμοποιούνται στις δραματικές δημόσιες λειτουργίες, είναι μια προσιτή πηγή στοιχείων για να μελετήσουμε χαρακτηριστικούς του είδους παράγοντες στις συναισθηματικές επιδείξεις (Aronoff, 2006). Οι εκφράσεις του προσώπου που παρουσιάζονται στις μάσκες είναι ευρέως χρησιμοποιούμενες για να προκαλέσουν τις ιδιαίτερα συγκεκριμένες απαντήσεις-εντυπώσεις στα μέλη ενός ακροατηρίου, συγκεντρώνουν τη προσοχή στα ιδιαίτερα στοιχεία του προσώπου μεταξύ πολλών ερεθισμάτων που συνθέτουν ένα ανθρώπινο πρόσωπο και επιτρέπουν την έρευνα των διαμορφώσεων του προσώπου με τη γνωστή κοινωνική έννοια όπως καθορίζεται από τα μέλη μιας συγκεκριμένης κουλτούρας-πολιτισμού. Ο Aronoff και οι συνεργάτες του ανέμεναν αυτό μέσα σε κάθε ένα από τα διαφορετικά σύνολα πληθυσμών, ότι οι μάσκες που χρησιμοποιήθηκαν για να μεταβιβάσουν την απειλή χρησιμοποιούσαν πιο συχνά τα συστατικά απειλής στην εμφάνιση προσώπου απ' ό,τι οι μάσκες που χρησιμοποιήθηκαν για να μεταβιβάσουν θετικά συναισθήματα (Aronoff, 2006).

Για να αναγνωρίσουν τα χαρακτηριστικά του προσώπου που μεταβιβάζουν απειλή στις πλαστικές παρουσιάσεις, ζήτησαν σπουδαστές από δύο πανεπιστήμια στις ΗΠΑ, να φανταστούν ότι είναι επικεφαλής κυνηγοί από τη Νέα Γουινέα και πρέπει να πάνε μακριά σε μια αποστολή και να ζωγραφίσουν μια μάσκα που θα ήθελαν να φορούν προκειμένου να εκφοβίσουν τα θύματα και να παραδοθούν. Αφότου συνέλλεξαν αυτές τις ζωγραφιές, ζητήθηκε στους φοιτητές να φανταστούν ότι θα πάνε μακριά για ένα ερωτικό χορό και τους παρακάλεσαν να ζωγραφίσουν μια μάσκα που θα ήθελαν να φορέσουν για να κερδίσουν τη καρδιά της αγαπημένης τους. Χαρακτηριστικά που επιλέχθηκαν για τη κλίμακα απειλής από αυτές τις ζωγραφιές ήταν εκείνες που χαρακτήριζαν το θυμό στις φωτογραφίες και

περιγραφές θυμού με κινήσεις στο πρόσωπο ή ισοδύναμες καλλιτεχνικές αντιπροσωπεύσεις τέτοιων μορφών. Όπως ήταν αναμενόμενο, τα σχέδια των σπουδαστών στη περίπτωση του εκφοβισμού, περιλάμβαναν σημαντικά πιο υψηλά επίπεδα αυτών των χαρακτηριστικών από τα σχέδια ερωτοτροπίας. Επίσης πάρθηκαν μάσκες που παρουσίαζαν απειλή ή μη σε κοινωνικές λειτουργίες από μουσεία και βιβλιογραφικές πηγές συμπεριλήφθηκαν στο δείγμα αν:

1. η κοινωνία παραδοσιακά χρησιμοποιούσε μάσκες σε σημαντικές κοινωνικές λειτουργίες
2. η εθνογραφία ήταν αρκετά σαφής για να προσδιορίσει τη κοινωνική λειτουργία κάθε μάσκας
3. μάσκες πολλών ετών δε συμπεριλήφθηκαν για να μην έχουν αλιωθεί οι εκφράσεις από το χρόνο
4. οι μάσκες ήταν φτιαγμένες μόνο από ξύλο
5. υπήρχαν τουλάχιστον δέκα μάσκες απειλής και δέκα μη απειλής διαθέσιμες στη κοινωνία

τελικά μαζεύτηκε ένα σύνολο ολοκληρωμένο από μάσκες για οχτώ πολιτισμούς και μερικά δείγματα για εννέα. Επομένως ένα μικτό δείγμα δημιουργήθηκε από τις κατάλληλες μάσκες που προήλθαν από κοινωνίες που δε πληρούσαν το κριτήριο των δέκα μασκών για κάθε τύπο (Aronoff, 2006). Έγιναν φωτογραφικές διαφάνειες των μασκών και κωδικοποιήσεις και παρουσιάζονταν οι διαφάνειες από ένα πολιτισμό τη φορά στην οθόνη και κωδικοποιούσαν την εμφάνιση απειλητικών σημαδιών. Ο κάθε πολιτισμός που εξετάστηκε χωριστά αποκάλυψε μια παρόμοια διαφορά. Τελικά, η δυνατότητα κάθε ερεθίσματος να διαφοροποιήσει μεταξύ απειλητικών και μη απειλητικών επιδείξεων εξετάστηκε. Η αναλογία των μασκών κάθε τύπου που περιλαμβάνει κάθε χαρακτηριστικό εξετάστηκε σε ένα chi-square test, το οποίο έδειξε ότι 18 από τα 19 χαρακτηριστικά διακρίνονται σημαντικά ανάμεσα στους δύο τύπους μασκών.

Η διαπολιτισμική επιβεβαίωση των ερεθισμάτων-σημαδιών απειλής έδειξε ότι τα χαρακτηριστικά απειλής έχουν βιολογικό υπόβαθρο και βρίσκονται κάπου στο νευρο-μυϊκό σύστημα.

Ενώ ορισμένες χειρονομίες και εκφράσεις του προσώπου φαίνονται να είναι εγγενώς συνδεδεμένες με συγκεκριμένες συγκινήσεις, άλλες μαθαίνονται. Ένας ψυχολόγος εξέτασε τα κινέζικα μυθιστορήματα για να δει τον τρόπο με τον οποίο αυτά απεικόνιζαν τις διάφορες ανθρώπινες συγκινήσεις. Πολλές από τις σωματικές αλλαγές που μπορεί να πραγματοποιηθούν την ώρα που το άτομο βιώνει τη συγκίνηση (πχ τρέμουλο), αντιπροσωπεύουν τις ίδιες συγκινήσεις στη κινέζικη λογοτεχνία όπως και στη δυτική (Atkinson et al, 2004). Άλλες εκφράσεις του σώματος, όμως, αποκαλύπτουν πολύ διαφορετικές συγκινήσεις τις οποίες πραγματεύεται η κινέζικη λογοτεχνία σε αντίθεση με τη δυτική. Τα ακόλουθα αποσπάσματα από κινέζικα μυθιστορήματα, σίγουρα θα παρερμηνεύονταν από έναν Ευρωπαίο που δεν είναι εξοικειωμένος με τη κινέζικη κουλτούρα:

→ Πρόταξαν τις γλώσσες τους

Ήταν έκπληκτοι

→ Χτύπησε τα χέρια του

Ανησυχούσε

→ Έξυσε τα αφτιά και τα μάγουλα του

Ήταν ευτυχισμένος

Κάθε πολιτισμός έχει τους δικούς του κανόνες σχετικά με την εκδήλωση των συγκινήσεων. Οι κανόνες αυτοί ορίζουν τα είδη των συγκινήσεων που πρέπει να βιώνουν οι άνθρωποι σε ορισμένες καταστάσεις και τη συμπεριφορά που είναι κατάλληλη για αυτές τις συγκινήσεις. Για παράδειγμα, σε ορισμένους πολιτισμούς οι άνθρωποι που χάνουν ένα αγαπημένο πρόσωπο αναμένεται να νιώσουν θλίψη και την εκφράζουν ανοιχτά, θρηνώντας και εκλιπαρώντας την επιστροφή του. Σε άλλους πολιτισμούς οι πενθούντες αναμένεται να χορεύουν, να τραγουδούν και να

είναι ευτυχισμένοι (Atkinson et al, 2004) . Στην Ευρώπη, δύο άνθρωποι που συναντιούνται στο δρόμο μπορεί να αγκαλιαστούν και να φιληθούν, αλλά στις ΗΠΑ αυτές οι χειρονομίες τρυφερότητας είναι ταμπού μεταξύ ανδρών.

Έτσι εκτός από τις βασικές εκφράσεις των συγκινήσεων που φαίνεται να είναι οικουμενικές, υπάρχουν και οι συμβατικές μορφές έκφρασης, ένα είδος γλώσσας των συγκινήσεων που αναγνωρίζεται από τα άλλα μέλη του πολιτισμού αλλά που συχνά παρερμηνεύονται από ανθρώπους άλλων πολιτισμών (Atkinson et al, 2004) .



2.3 ΕΝΤΟΠΙΣΜΟΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ ΣΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ

Οι συγκινησιακές εκφράσεις που είναι οικουμενικές είναι επίσης πολύ συγκεκριμένες. Χρησιμοποιούνται συγκεκριμένοι μύες για να εκφραστούν συγκεκριμένες συγκινήσεις. Αυτός ο συνδυασμός οικουμενικότητας και χρήσης συγκεκριμένων μυών, υποδηλώνει ότι στον άνθρωπο μπορεί να έχει εξελιχθεί ένα ειδικευμένο νευρικό σύστημα για να ερμηνεύει τις συγκινησιακές εκφράσεις. Τα ευρήματα των ερευνών φανερώνουν ότι πράγματι υπάρχει ένα τέτοιο σύστημα, το οποίο βρίσκεται στο δεξί ημισφαίριο του εγκεφάλου (Atkinson et al, 2004) .

Μια πηγή ενδείξεων προέρχεται από μελέτες στις οποίες φωτογραφίες συγκινησιακών εκφράσεων παρουσιάστηκαν σύντομα, είτε στο αριστερό είτε στο δεξί τμήμα του οπτικού πεδίου των συμμετεχόντων. Όταν ένα ερέθισμα παρουσιάζεται στο αριστερό μέρος του οπτικού πεδίου, αυτό προβάλλεται στο δεξί ημισφαίριο, ενώ όταν το ερέθισμα παρουσιάζεται στο δεξί τμήμα του οπτικού πεδίου, προβάλλεται στο αριστερό ημισφαίριο. Όταν οι συμμετέχοντες πρέπει να αποφασίσουν ποιες από τις δύο συγκινήσεις απεικονίζει η φωτογραφία, οι απαντήσεις τους είναι πιο γρήγορες και ακριβείς όταν η εικόνα προβάλλεται στο δεξί ημισφαίριο. Επιπλέον όταν τα δύο ημισφαίρια του προσώπου παρουσιάζουν διαφορετικές συγκινήσεις, η έκφραση που προβάλλεται στο δεξί ημισφαίριο έχει μεγαλύτερο αντίκτυπο στην απόφαση του συμμετέχοντος (Atkinson et al, 2004) .

Εκτός από τις εκφράσεις του προσώπου, οι συγκινήσεις εκδηλώνονται και με τον τρόπο που μιλάμε, ιδιαίτερα με τις παραλλαγές του τόνου, του χρόνου και της έντασης. Μερικές από τις παραλλαγές αυτές είναι μάλλον οικουμενικές και συγκεκριμένες. Μια απότομη αύξηση του τόνου, για παράδειγμα υποδηλώνει φόβο. Το εξειδικευμένο σύστημα νεύρων για την αντίληψη αυτών των συγκινησιακών ενδείξεων, βρίσκεται στο δεξί ημισφαίριο και οι ενδείξεις που έχουμε για την ύπαρξη του είναι παρόμοιες με τις ενδείξεις για τις εκφράσεις του προσώπου (Atkinson et al, 2004). Οι συμμετέχοντες είναι πιο ακριβείς στον

εντοπισμό του συγκινησιακού τόνου μιας φωνής που παρουσιάζεται στο αριστερό αυτί (που προβάλλει πληροφορίες στο δεξί ημισφαίριο) από όσο όταν αυτή παρουσιάζεται στο δεξί αυτί (που προβάλλει πληροφορίες στο αριστερό ημισφαίριο) (Atkinson et al, 2004).

2.4 ΣΗΜΑΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΔΟΜΗ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΩΝ ΟΡΩΝ

Υπάρχει μια υπόθεση, η οποία εξετάζει τη σημασιολογική δομή των συναισθηματικών όρων στα αγγλικά και στα ιαπωνικά. Η αγγλική έννοια της στεναχώριας είναι πιο κοντά στον ιαπωνικό όρο hazukashii, απ' ό,τι η αγγλική έννοια της ντροπής. Γίνεται, λοιπόν, προσπάθεια να παρουσιαστούν οι ομοιότητες μεταξύ των όρων και να αξιολογηθούν οι διαφορές μεταξύ της ντροπής, της στεναχώριας και του hazukashii. Η υπόθεση εξετάζεται ερευνώντας δύο αγγλικά μονόγλωσσα δείγματα και ένα μονόγλωσσο ιαπωνικό δείγμα, αντιγράφοντας το Romney, το Moore και τους συνεργάτες τους στις έρευνες τους (Rusch, 2004). Οι έρευνες των Romney και Moore καταδεικνύουν αρκετά πράγματα σχετικά με τα συναισθήματα. Πρώτα από όλα, Ιάπωνες, Άγγλοι αλλά και Κινέζοι ομιλητές έχουν μια κοινή γνωστική σημασιολογική δομή στους συναισθηματικούς όρους. Η δομή είναι ένα γνωστικό σχέδιο οργανωμένο συστηματικά κατά μήκος των θεωρητικών διαστάσεων που υπολογίζονται για μεγαλύτερη μεταβολή νοήματος. Αυτές οι έρευνες φέρνουν διορατικότητα στην ερώτηση για τα κοινά χαρακτηριστικά των βασικών συναισθημάτων. Οι Ekman και Davidson αναφέρονται στην ιδέα ότι τα βασικά συναισθήματα εμβαθύνουν στο ρόλο που έπαιξε η εξέλιξη στο να διαμορφωθούν τόσο μοναδικά όσο και κοινά χαρακτηριστικά στα συναισθήματα που επιδεικνύουμε, όπως η λειτουργία τους. Αυτή είναι μια προσαρμοστική άποψη που επεκτείνεται από τη βιολογία στο πολιτισμό (Rusch, 2004).

Τα βασικά συναισθήματα εξετάζονται με βάση τα στοιχειώδη γεγονότα της ζωής κι έχουν προσαρμοστεί φυλογενετικά. Γι' αυτό το λόγο ένας κοινός πυρήνας των συναισθηματικών εννοιών είναι λεξικολογικά ίδιος σε όλες τις γλώσσες. Η έρευνα που θα περιγραφεί απευθύνεται στην αντίληψη ότι η μεταφρασμένη επιλογή της αγγλικής λέξης «ντροπή» απεικονίζει καλύτερα την ιαπωνική λέξη hazukashii από ότι η αγγλική λέξη «στεναχώρια». Η διαίσθηση των ερευνητών ήταν ότι η στεναχώρια ήταν πιο κοντά νοηματικά με τη λέξη hazukashii παρά με τη

ντροπή. Το Bonjinsha-Oxford-Japanese-English λεξικό μεταφράζει τη λέξη hazukashii ως «το να είσαι ντροπαλός, το να είσαι στεναχωρημένος, το να είσαι επαίσχυντος». Η υπόθεση που εξετάζεται εδώ είναι ότι μεταξύ του γνωστικού σημασιολογικά δομημένου μοντέλου των συναισθηματικών όρων στα αγγλικά και στα ιαπωνικά, κρατώντας όλους τους άλλους όρους σταθερούς, ο αγγλικός όρος της στεναχώριας είναι πιο κοντά στον ιαπωνικό (Rusch, 2004). Οι συμμετέχοντες σε αυτή την έρευνα αποτελούνται από τρεις ομάδες δειγμάτων. Το πρώτο δείγμα είναι από προπτυχιακούς φοιτητές στην Irvine της Καλιφορνία. Σε αυτούς τους Άγγλους ομιλητές ζητήθηκε να χρησιμοποιήσουν το αγγλικό σύνολο ερεθισμάτων συναισθηματικών όρων και τη λέξη «ντροπή». Το δεύτερο δείγμα είναι από προπτυχιακούς φοιτητές στην Costa Mesa της Καλιφορνία. Σε αυτούς τους Άγγλους ομιλητές ζητήθηκε να χρησιμοποιήσουν το αγγλικό σύνολο ερεθισμάτων συναισθηματικών όρων και τη λέξη «στεναχώρια». Το τρίτο δείγμα είναι από προπτυχιακούς φοιτητές στην Toyama της Ιαπωνίας. Σε αυτούς τους ομιλητές ζητήθηκε να χρησιμοποιήσουν το ιαπωνικό σύνολο ερεθισμάτων συναισθηματικών όρων και τη λέξη «hazukashii» (Rusch, 2004).

Το δεύτερο δείγμα χρησιμοποιήθηκε για να συγκρίνουν τις διαφορές μεταξύ των αγγλικών λέξεων της ντροπής και της στεναχώριας με τον ιαπωνικό όρο. Ο συνολικός αριθμός των συμμετεχόντων στο πείραμα ήταν 98. Η λίστα από 15 συναισθηματικούς όρους προέρχεται από προηγούμενες έρευνες. Η λίστα με τους αγγλικούς όρους είναι: θυμός, άγχος, ανησυχία, βαρεμάρα, αποστροφή, φθόνος, ενθουσιασμός, φόβος, χαρά, μίσος, μοναξιά, αγάπη, λύπη, ντροπή, κούραση. Για αυτή την έρευνα, στο νέο (δεύτερο) αγγλικό δείγμα αντικαθίσταται η λέξη «στεναχώρια» με τη λέξη «ντροπή». Κάθε συμμετέχοντας εκτιμά την ομοιότητα κάθε ζεύγους όρων (105 ζεύγη) σε μια κλίμακα 5 επιπέδων (1 ως 5 από το λιγότερο ως το περισσότερο όμοιο) στη δική του γλώσσα (είτε αγγλικά, είτε ιαπωνικά). Τα αποτελέσματα έδειξαν, πράγματι, ότι η αγγλική λέξη «στεναχώρια»

είναι πιο κοινή σημασιολογικά με την ιαπωνική λέξη hazukashii παρά με την αγγλική λέξη «ντροπή» (Rusch, 2004).

2.5 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΥΝΕΙΡΜΟΙ

Ο Russell και οι συνεργάτες του παρατήρησαν τις διαφορές και τις ομοιότητες στη σημασία συναισθηματικών λέξεων με διαπολιτισμικές έρευνες. Η έλλειψη επαρκών εμπειρικών ερευνών είναι ιδιαίτερος ανεπιτυχής λαμβάνοντας υπόψη τον ισχυρισμό κάποιων μελετητών ότι οι συναισθηματικοί όροι είναι μοναδικοί σε μια γλώσσα και επιπλέον δεν είναι συγκρίσιμοι μεταξύ των γλωσσών. Σε αντίθεση με αυτή τη θέση που βασίζεται στη θεωρία και την έρευνα των εθνογράφων, οι διαθέσιμες πειραματικές έρευνες παρουσιάζουν όχι μόνο διαφορές μεταξύ των γλωσσών αλλά και ομοιότητες. Πολλές έρευνες, βέβαια, χρειάζονται περαιτέρω ανάλυση για να κατανοήσουμε τη πολύπλευρη φύση της έννοιας του συναισθήματος (Hupka et al, 2002).

Διάφορες μέθοδοι χρησιμοποιήθηκαν για να μελετήσουν τις διαπολιτισμικές ομοιότητες και διαφορές στο νόημα των συναισθηματικών όρων όπως οι ελεύθεροι συνειρμοί λέξεων, το σημασιολογικό διαφορικό, οι κριθέντες στόχοι ομοιότητας.

Σκοπός της έρευνας που θα παρουσιάσουμε είναι να ανακαλύψει διαπολιτισμικές ομοιότητες και διαφορές σε ελεύθερους συνειρμούς λέξεων στη Κορέα και στις ΗΠΑ στις έννοιες της ρομαντικής ζήλειας και στις σχετικές συναισθηματικές έννοιες του θυμού, του φθόνου, του φόβου και της λύπης. Οι τελευταίες έννοιες συμπεριλήφθηκαν για δύο λόγους: πρώτον επειδή συνηθίζεται στα αμερικάνικα αγγλικά να χρησιμοποιείται η έννοια της ζήλιας σε καταστάσεις φθόνου και θέλαμε να καθορίσουμε αν το «θόλωμα» είναι επίσης παρόν στις σχετιζόμενες έννοιες των Αμερικανών και ιδιαίτερα των Κορεατών, στον οποίων τα λεξικά γίνεται ξεκάθαρη η διάκριση μεταξύ των δύο όρων. Δεύτερον, κάποιοι μελετητές πρότειναν ότι η εμπειρία της ζήλειας είναι ένας συνδυασμός θυμού, φόβου και λύπης.

Σκοπός είναι να διευκρινίσουμε αν αυτοί οι όροι συμμετέχουν στις σχετικές με την ζήλεια έννοιες (Hupka et al, 2002).

Η ρομαντική ζήλεια ορίζεται ως η ώθηση να προστατεύσουμε ρομαντικές σχέσεις ενάντια στην παρείσφρηση των ανταγωνιστών. Ο φθόνος, από την άλλη πλευρά, ορίζεται ως το να θέλεις να έχεις αυτό που έχει ο άλλος, έχοντας συχνά αρνητικές υποδηλώσεις και κάνοντας φθονερές συγκρίσεις με τα χαρακτηριστικά κάποιου, τα επιτεύγματα και τις κατοχές του. Οι περισσότεροι Άγγλοι μελετητές κάνουν μια εννοιολογική διάκριση μεταξύ του φθόνου και της ζήλειας. Αμερικανοί προπτυχιακοί φοιτητές διακρίνουν ομοίως τις διαφορές αυτών των εννοιών, αλλά, εντούτοις συχνά χρησιμοποιούν την έννοια της ζήλειας όταν αναφέρονται σε δυσάρεστες καταστάσεις φθόνου. Το γεγονός αυτό παρακίνησε τους ερευνητές να προβλεφθεί μια επικάλυψη στα συνειρμικά νοήματα της ζήλειας και του φθόνου στα αμερικάνικα αγγλικά. Μια σαφή διάκριση γίνεται στα κορεάτικα λεξικά όπου η ζήλεια καθορίζεται ως το συναίσθημα της έχθρας που έχει κάποιος όταν πιστεύει ότι ο σύντροφος του αρέσει σε κάποιον άλλο. Ο φθόνος αναφέρεται στο συναίσθημα της αποστροφής όταν κάποιος πιστεύει ότι οι άλλοι έχουν καλύτερα χαρακτηριστικά και περισσότερες κυριότητες (Hupka et al, 2002). Βάσει των ορισμών από τα λεξικά προβλέπεται λιγότερη επικάλυψη σε συνειρμικά νοήματα για τις δύο έννοιες στους Κορεάτες παρά στους Αγγλοαμερικάνους. Διαπολιτισμικές έρευνες υποστηρίζουν την αναμενόμενη διαφορά στην επικάλυψη. Περίπου 20% των γλωσσών παγκοσμίως δε κάνουν καμία διάκριση μεταξύ φθόνου και ζήλειας, αφού έχουν μια λέξη για να περιγράψουν τις δύο αυτές έννοιες (Hupka et al, 2002).

Αντίθετα με τη πρόταση ότι η εμπειρία της ζήλειας είναι συνδυασμός θυμού, φόβου και λύπης, υπάρχει το επιχείρημα ότι πολλά συναισθήματα ίσως βιωθούν σε καταστάσεις ζήλειας όχι επειδή είναι ακέραια συστατικά αυτής αλλά λόγω μετατόπισης των ανησυχιών στη ζήλεια του ατόμου. Για παράδειγμα ένα άτομο μπορεί να θυμώσει όταν εισπράττει αμέλεια από το σύντροφο του για τα

συναισθήματα του. Στιγμές αργότερα μπορεί να ξυπνήσουν μέσα του συναισθήματα λύπης όταν σκεφτεί τη λήξη αυτού που μέχρι τώρα θεωρούσε ευχάριστη σχέση. Γενικά αναμένεται μεγαλύτερη επικάλυψη στις ενώσεις μεταξύ φθόνου και ρομαντικής ζήλειας στις ΗΠΑ απ' ό τι στη Κορέα.

Οι συμμετέχοντες του πειράματος ήταν ως εξής: το αμερικάνικο δείγμα είχε 152 εθελοντές που στρατολογήθηκαν από εισαγωγικά ψυχολογικά μαθήματα του πανεπιστημίου της Καλιφορνία και απαιτήθηκε να είναι ντόπιοι ομιλητές των αγγλικών. Η ηλικία τους κυμάνθηκε από 18-28 ετών. Η εθνική διανομή από Καυκάσιους, Ασιάτες, Λατίνους, Αφρο-Αμερικανούς και ανάμεικτους ήταν 32%, 30%, 26%, 10%, και 2% αντίστοιχα. Το κορεάτικο δείγμα ήταν 152 εθελοντές εγγεγραμμένοι στη γενική ψυχολογία και σε ασιατικές σπουδές σε δύο κορεάτικα πανεπιστήμια της Σεούλ, ηλικίας 18-28 ετών. Το δείγμα δεν είχε εθνική ποικιλομορφία. Οι συμμετέχοντες ήταν εθελοντές και ανώνυμοι (Hupka et al, 2002).

Δόθηκε στους συμμετέχοντες ένα σημειωματάριο για τη συλλογή δεδομένων που αποτελούταν από τρεις σελίδες. Στη πρώτη σελίδα ζητήθηκαν δημογραφικά στοιχεία (ηλικία, φύλο, εθνικότητα) και δίνονταν οι οδηγίες. Στη δεύτερη σελίδα υπήρχε κενό και δόθηκε η οδηγία στους συμμετέχοντες να μη δουν τη λέξη-ερέθισμα της τρίτης σελίδας προτού δοθεί η εντολή να αρχίσουν τις ενώσεις. Το συναίσθημα-λέξη που ήταν και το ερέθισμα ήταν τυπωμένο στην αρχή κάθε γραμμής της σελίδας απαντήσεων. Η οδηγία πληροφόρησε τους εθελοντές ότι η λέξη ερέθισμα πιθανώς να τους έκανε να σκεφτούν άλλες σχετιζόμενες με αυτό λέξεις. Ζητήθηκε σε αυτούς να γράψουν μόνο μια λέξη σε κάθε γραμμή και μετά να γυρίσουν στο τυπωμένο ερέθισμα-λέξη της επόμενης γραμμής για να αποτρέψουν αλυσιδωτές απαντήσεις. Οι έννοιες ερεθίσματα ήταν: θυμός, φθόνος, φόβος, ρομαντική ζήλεια και λύπη. Τέσσερις μαθητές κολλεγίου και ο ερευνητής, άνετοι στη γλώσσα των αγγλικών και στα κορεάτικα μετέφρασαν τις έννοιες στα κορεάτικα. Τέσσερις άλλοι τις μετέφρασαν στα αγγλικά. Οι τελευταίοι μαζί με τον

ερευνητή επέλυσαν τυχόν διαφωνίες. Για παράδειγμα το boopo και το hwa είναι συνώνυμα του θυμού. Παρόλα αυτά το boopo συνήθως χρησιμοποιείται σαν ουσιαστικό, ενώ, το hwa σαν ρήμα. Επιλέχθηκε, λοιπόν, το boopo γιατί όταν το hwa χρησιμοποιείται σαν ουσιαστικό έχει τη σημασία της καταστροφής. Χωρίς ένα πλαίσιο διευκρίνησης οι Κορεάτες θα μπορούσαν πιθανόν να είναι αβέβαιοι ως προς το ποιος ορισμός ισχύει για το hwa.. (Hupka et al, 2002).

Οι συμμετέχοντες είχαν ένα λεπτό στη διάθεση τους για να γράψουν ελεύθερους συνειρμούς για καθένα από τα πέντε συναισθήματα.

Τα αποτελέσματα είχαν ως εξής: ο κυρίαρχος συνειρμός των Αμερικάνων και των Κορέων για το θυμό ήταν η λεξικολογικά ισοδύναμη λέξη «έξαλλος», η οποία δε διαφέρει μεταξύ των δύο γλωσσών. Αυτό που έκανε τη διαφορά ήταν η ψυχολογική ερμηνεία της έννοιας. Για τους Αμερικάνους ο θυμός σχετίζεται με την απογοήτευση, το μίσος και το φόβο. Αυτές οι έννοιες εμφανίζονται για να προσδιορίσουν τις αιτίες του θυμού. Πολύ διαφορετικά, για τους Κορεάτες ο θυμός σχετίζεται με τις συνέπειες όπως πάλι, δάκρυα, λύπη, απελπισία (Hupka et al, 2002).

Η ζήλεια ήταν η αρχική έννοια για το φθόνο τόσο για τους Αμερικάνους όσο και για τους Κορεάτες. Άλλος κυρίαρχος αμερικάνικος συνειρμός όπως το μίσος, η θέληση και η πλεονεξία εμφανίζονται για να εκμαιεύσουν το φθόνο. Ομοίως, οι κορεάτικοι συνειρμοί (μίσος, κορίτσια, πόλεμος, απληστία κλπ) χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν τι ξυπνάει το φθόνο και ενδεχομένως τις συνέπειες του φθόνου.

Οι κυρίαρχοι αμερικάνικοι συνειρμοί για το φόβο περιλαμβάνουν συνώνυμες λέξεις (πχ τρόμος) και καταστάσεις που δημιουργούν φόβο (σκοτάδι, θάνατος κλπ). Οι κορεάτικοι συνειρμοί για φαντάσματα, ταινίες τρόμου και αισθήματα αγάπης περιγράφουν το φόβο. Οι κυρίαρχοι αμερικάνικοι συνειρμοί για την ρομαντική ζήλεια ήταν λέξεις όπως αγάπη, εραστής, μίσος, κορίτσι. Αυτές οι λέξεις περιγράφουν τη ρομαντική ζήλεια με εξαίρεση την έννοια του μίσους που

πιθανότατα είναι συνώνυμο της ζήλειας ή περιγράφει το συναίσθημα προς τους δράστες, αυτούς δηλαδή που προκαλούν τη ζήλεια. Οι κορεάτικοι συνειρμοί της αγάπης, της έχθρας, της πάλης, του ερωτικού τριγώνου είναι ουσιαστικά κοινές με τους αμερικάνικους συνειρμούς (Hupka et al, 2002).

Οι πρώτοι συνειρμοί και στα δύο έθνη για τη λύπη ήταν το κλάμα και τα δάκρυα, φυσική συνέπεια της λύπης αρκετά συχνά. Άλλοι αμερικάνικοι συνειρμοί για τη λύπη ήταν το συνώνυμο «κατάθλιψη» και η «μοναξιά» που οδηγεί στη λύπη. Οι κορεάτικοι συνειρμοί επικεντρώθηκαν κυρίως σε δυσάρεστες καταστάσεις που φέρνουν θλίψη (πχ χωρισμός, βλάβη, αγάπη, μίσος).

Η υπόθεση ότι η επικάλυψη στο συνειρμό των εννοιών της ζήλειας και του φθόνου θα ήταν μικρότερη στους Κορεάτες από ότι στους Άγγλους δεν επιβεβαιώθηκε. Αν και οι λεξικολογικοί ορισμοί διακρίθηκαν σαφώς ανάμεσα στους κορεατικούς όρους, το συνειρμικό νόημα επικαλύφθηκε στον ίδιο βαθμό και στις δύο γλώσσες. Αυτό το εύρημα επιβεβαιώνει προηγούμενες έρευνες Αμερικανών όπου η υποκειμενική εμπειρία της ζήλειας και του φθόνου τείνει να επικαλύπτεται. Το 20% των γλωσσών σε ολόκληρο τον κόσμο έχουν μόνο έναν όρο για τα δύο αυτά συναισθήματα (ζήλεια, φθόνος). Φάνηκε ότι η εμπειρία της ζήλειας είναι ένα μίγμα θυμού, φόβου, λύπης. Η έννοια της ρομαντικής ζήλειας επικαλύπτεται κάπως με τις έννοιες του θυμού, του φθόνου, του φόβου και της λύπης τόσο στη Κορέα, όσο και στις ΗΠΑ. Στις μέρες μας δεν ισχύουν όμως αυτά τα αποτελέσματα της έρευνας. Υπάρχει η αξίωση ότι η ρομαντική ζήλεια δεν είναι πλέον ένα μίγμα θυμού, φόβου και λύπης αλλά είναι από εκείνες τις συγκινήσεις που συνδυάζονται με άλλες. Η παραίτηση του μείγματος πιθανότατα προκύπτει από τη τάση των ατόμων σε δυσάρεστες καταστάσεις ζήλειας να επικεντρώνονται στις συνέπειες λύπης και φόβου του διλλήματος τους (Hupka et al, 2002).

Βρέθηκαν αρκετές διαπολιτισμικές ομοιότητες και διαφορές στους ελεύθερους συνειρμούς των πέντε αυτών εννοιών. Δηλαδή, περίπου το 1/2 των συνειρμών για το θυμό, το φθόνο, το φόβο, τη ζήλεια και τη λύπη ήταν κοινά σε

Κορέα και ΗΠΑ. Οι διαφορές ήταν μικρότερες και δεν είχαν επιπτώσεις στο συνειρμικό νόημα των συναισθηματικών εννοιών σε μεγάλο βαθμό. Συγκεκριμένα αναφέρονται στο ποια πτυχή της συναισθηματικής έννοιας οδηγεί σε μια σειρά συνειρμών. Για παράδειγμα οι Αμερικανοί επικεντρώνονται στα αίτια του θυμού ενώ οι Κορεάτες στις συνέπειες αυτού. Όσον αφορά στην έννοια του φόβου οι Αμερικανοί περιλαμβάνουν ένα συνώνυμο κι ένα συμπλήρωμα αυτού. Οι Κορεάτες επικεντρώνονται στο τι μπορεί να εκμαιεύσει το φόβο (πχ σκοτάδι). Τόσο οι Αμερικανοί όσο και οι Κορεάτες, όσο αφορά τους συνειρμούς των εννοιών του φθόνου και της ζήλειας επικεντρώνονται στο τι εκμαιεύει αυτά τα συναισθήματα. Μόνο το 6% της σημασιολογικής δομής των κρινόμενων στόχων των 5 αγγλικών και ιαπωνικών συναισθηματικών όρων ήταν πολιτιστικά διαφορετικό σε αντίθεση με το 66% που ήταν κοινό σε Αμερικανούς και Ιάπωνες. Τέτοια συμπεράσματα προτείνουν ότι σημαντικά δομικά συστατικά της γλώσσας συγκίνησης, μπορούν να είναι ανθρώπινα καθολικά, ιδιαίτερα όταν αντιμετωπίζονται λαμβάνοντας υπόψη τη καθολικότητα που έχει καταδειχθεί στη φυσική γλώσσα στην εξέλιξη των κατηγοριών συγκίνησης, στη σημασιολογία, στη συναισθηματική έννοια, τη φωνολογία, τη γραμματική, την έκφραση του προσώπου ανάλογα με το συναίσθημα, τη διαδικασία αξιολόγησης του συναισθήματος, τη εννοιολογική οργάνωση των συναισθηματικών όρων (Hupka et al, 2002).

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

3.1 ΠΡΟΛΟΓΟΣ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Σύμφωνα με την αρχαία ελληνική αντίληψη η βάση για να ακολουθεί κάποιος τον συνεχόμενο δρόμο για την αυτοβελτίωση του είναι το «γνώθι σ'αυτόν» που ο Θαλής ο Μιλήσιος σαν φράση εισάγαγε στην φιλοσοφία. Έχοντας το «γνώθι σ'αυτόν» οδηγούμαστε στην αυτογνωσία, η οποία φωτίζει το δρόμο μας για την αναζήτηση της αληθείας και την απόκτηση του ύψιστου αγαθού, της αρετής «*Ανθρώποις πάσιν μέτεστι γινώσκειν εωυτούς και σωφρονείν*» (Ηράκλειτος) (Vegetti M.,2000).

Η αυτογνωσία είναι αποτέλεσμα βαθιάς ενδοσκόπησης και κατανόησης των συναισθημάτων και των συμπεριφορών του άτομου, ώστε να επιτευχθεί το επίπεδο συνειδητότητας που θα επιτρέπει στο άτομο να διακρίνει τις επιθυμίες, τα κίνητρα και τις παρορμήσεις του. Οι Πυθαγόρειοι φιλόσοφοι είχαν θέσει κάποιες αρχές που καθόριζαν την καλή συμπεριφορά του άτομου απέναντι στον εαυτό τους, τους γύρω τους αλλά και προς τους θεούς. Πέρα από αυτές τις αρχές οι Πυθαγόρειοι υιοθετούσαν πρακτικές αυτοσυγκέντρωσης και διαλογισμού με στόχο την γνώση και τον έλεγχο του εαυτού, χαρακτηριστικά ο Πλάτωνας αναφέρει σε μερικά έργα του ότι η ευβουλία, ο ορθός λογισμός και η εφαρμοσμένη αρετή είναι αποτέλεσμα ενδοσκόπησης και διαλογισμού. Ο διαλογισμός αποτελεί μια πρακτική που προσδίδει στο νου ευελιξία, επειδή τον απελευθερώνει από την αμεσότητα του παρόντος, αφυπνίζοντας στη μνήμη εμπειρίες του παρελθόντος και δίνοντας κίνητρα για το μέλλον (Vegetti M.,2000).

Ο Σωκράτης, αναφέρει ότι το να φθάσει κανείς «εις ψυχής θεραπείαν» εξαρτάται κυρίως από τη δυνατότητα του να ερευνήσει να εμβαθύνει για να βρει την αλήθεια: «...όταν οι ηδονές, οι λύπες, οι φόβοι κι όλα τα άλλα παρόμοια ξεχωρίζονται από τη φρόνηση και υποκαθιστούν το ένα το άλλο, μήπως άραγε τότε αυτού του είδους η αρετή δεν είναι παρά οφθαλμαπάτη και μήπως είναι στ' αλήθεια δουλική και δεν έχει τίποτα το υγιές και το αληθινό, ενώ αντίθετα η αλήθεια είναι στην πραγματικότητα ένα είδος κάθαρσης απ' όλα τα παρόμοια, το ίδιο και η σωφροσύνη και η δικαιοσύνη και η ανδρεία, κι η ίδια η φρόνηση είναι ίσως ένα είδος καθαρμού».

Η σωκρατική μέθοδος για την κατάκτηση της γνώσης και την κάθαρση στηρίζεται αφενός την ειρωνεία που αφυπνίζει και αφετέρου στη μαιευτική, την επαγωγική τεχνική κατά την οποία μέσα από ερωταποκρίσεις εκμαιεύεται από τους μαθητές η γενική αλήθεια σαν αποτέλεσμα κοινής αναζήτησης. Η μαιευτική του Σωκράτη, η «εις άτοπον επαγωγή» του Ελεάτη Ζήνωνα και η διαλεκτική του Πλάτωνα χρησιμοποιούν έντεχνα το διάλογο για την από κοινού αναγνώριση και επικύρωση της αλήθειας, κυρίως την αλήθεια του εαυτού, μετά από νοητική προετοιμασία (Δήμας Β, 2000).

Για τον Πλάτωνα, κατά την οντολογική θεωρία του, ο κόσμος είναι χωρισμένος σε εκείνον τον οποίο έχουμε την δυνατότητα να αντιληφθούμε με τις αισθήσεις μας και σε εκείνον που αντιλαμβανόμαστε με τον νου μας. Η αλληγορία του μύθου της σκοτεινής σπηλιάς, όπου οι άνθρωποι είναι φυλακισμένοι στην αυταπάτη των αισθήσεων βλέποντας μόνο τις σκιές του φωτεινού αληθινού κόσμου έξω από τη σπηλιά, αποδίδει με έμμεσο τρόπο την ευθύνη του ανθρώπου να αγωνιστεί να βγει, να απελευθερώσει το νου του από την πλάνη και ο οποίος όταν το πετύχει καλείται, δεδομένου ότι κατέχει πλέον τη γνώση, να επιλέξει, αν θα ξαναμπει στη σπηλιά να ελευθερώσει και τους άλλους αφυπνίζοντας τη συνείδηση τους ή αν θα επαναπαυτεί στη μακαριότητα των ατομικών του αναζητήσεων (Δήμας Β, 2000).

Η αρετή κατά τον Αριστοτέλη η αρετή αποτελεί την πρακτική σοφία, τη μέση οδό, την ευφυή εκτίμηση του καλού. Για να βρούμε τη μέση οδό απαιτείται νοημοσύνη, για να την ακολουθήσουμε με εγκράτεια. Κατά τον Αριστοτέλη πάντα, η αρετή αποκτάται επαναλαμβάνοντας συνεχώς το κάλο, δηλαδή υιοθετώντας συνεχώς μια σωστή συμπεριφορά. Η σωστή συμπεριφορά, αρχικά, επιβάλλεται με πειθαρχία ενώ με τον καιρό γίνεται συνήθεια η όποια οδηγεί στην ευδαιμονία του άτομου (Vegetti M.,2000).



3.2 ΟΡΟΛΟΓΙΑΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ

ΟΡΟΛΟΓΙΑΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ

Η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης προέκυψε κυρίως μέσα από την αντιπαράθεση που επικρατούσε σχετικά με το πόσο αποτελεσματικά μπορούσε ο δείκτης γνωστικής νοημοσύνης να προβλέψει κάποιες πτυχές της ανθρωπίνης γνωστικής και μη-γνωστικής δραστηριότητας. Η έννοια της γνωστικής νοημοσύνης μετράει περίπου εκατό χρόνια στο πεδίο της ψυχολογικής ερευνάς και έχει να επιδείξει σημαντικά αποτελέσματα σε σχέση με την ικανότητα της να λειτουργεί ως καθοριστικός παράγοντας πρόβλεψης της ακαδημαϊκής και επαγγελματικής επιτυχίας ενός ατόμου (Matarazzo, 1972; Ree & Earles, 1992). Όμως, μερικοί ερευνητές (Bar-On, 1997; Cooper & Sawaf, 1997; Goleman, 1995; Salovey & Mayer, 1990) αμφισβητούν την ικανότητα πρόβλεψης που αποδίδεται στη γνωστική νοημοσύνη θεωρώντας την ανεπαρκή να προβλέψει συγκεκριμένες παραμέτρους της ανθρώπινης δραστηριότητας όπως της επιτυχίας στην εργασία, του έλεγχου των συναισθημάτων και των κοινωνικών ικανοτήτων (Hunter & Hunter, 1984; Sternberg, 1996). Με βάση τα παραπάνω, πολλοί ερευνητές και θεωρητικοί αναζήτησαν εναλλακτικούς τρόπους για να περιγράψουν και να κατανοήσουν την ανθρώπινη νοημοσύνη. Έτσι, προέκυψαν πλειάδα εννοιών και θεωριών οι οποίες αποτέλεσαν τη βάση πάνω στην οποία δομήθηκε η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, μερικές από αυτές είναι: η *κοινωνική νοημοσύνη* (Thorndike, 1920), η *πολλαπλή νοημοσύνη* (Gardner, 1983), η επιστημονική έρευνα γύρω από την *«αλεξιθυμία* (Sifneos, 1967) καθώς και οι συνεπακόλουθες ερευνητικές κατευθύνσεις της *ψυχολογικής συναίσθησης* (psychological mindedness) (Appelbaum, 1973) και της συναισθηματικής *επίγνωσης* (emotional awareness) (Lane & Schwartz, 1987), το μοντέλο της *αποκρυσταλλωμένης και ρέουσας ευφυΐας* (Catel, 1971; Horn, 1988). Η θεωρία για τη συναισθηματική νοημοσύνη αντλεί επιπλέον στοιχεία από τον κλάδο της νευρολογίας και της αρχιτεκτονικής του εγκεφάλου (LeDoux, 1989; Goleman, 1995).

Η επικοινωνιακή επάρκεια, οι επικοινωνιακές δεξιότητες, είναι προϋποθέσεις για επάρκεια επικοινωνιακής επάρκειας που είναι ένα σύνολο δεξιοτήτων. Επάρκεια σε επικοινωνιακές δεξιότητες ή επάρκεια είναι μάλιστα οι προϋποθέσεις για επάρκεια επικοινωνιακή που είναι οι επικοινωνιακές δεξιότητες που είναι οι επικοινωνιακές δεξιότητες που είναι οι επικοινωνιακές δεξιότητες. Zeidner, Matthews & Roberts, 2001) επάρκεια μάλιστα είναι η επάρκεια επικοινωνιακή που είναι οι επικοινωνιακές δεξιότητες που είναι οι επικοινωνιακές δεξιότητες. (Davies, Stankov, & Roberts, 1998. Zeidner, Matthews & Roberts, 2001) επάρκεια μάλιστα είναι η επάρκεια επικοινωνιακή που είναι οι επικοινωνιακές δεξιότητες που είναι οι επικοινωνιακές δεξιότητες.

Σύμφωνα με τον Gardner η συναισθηματική νοημοσύνη, βασίζεται στην ενδοπροσωπική και διαπροσωπική νοημοσύνη και παρόλο που ο Gardner δεν χρησιμοποίησε τον συγκεκριμένο όρο στην πραγματικότητα εισήγαγε την έννοια της Συναισθηματικής νοημοσύνης. Η διαπροσωπική νοημοσύνη είναι η ικανότητα του άτομου να κατανοεί τα συναισθήματα και τις προθέσεις των άλλων ατόμων, ενώ η ενδοπροσωπική νοημοσύνη είναι η ικανότητα του άτομου να έχει επίγνωση του συναισθηματικού του κόσμου (Τριλιβα, Πουλου, 2004). Ο όρος συναισθηματική νοημοσύνη πρωτοεμφανίζεται μόλις το 1990 με εμπνευστές τους Salovey & Mayer (1990), οι οποίοι την ορίζουν ως την

«ικανότητα ενός ατόμου να αντιλαμβάνεται, τα συναισθήματα του και τα συναισθήματα των άλλων, να τα διαχωρίζει και να τα χρησιμοποιεί ως πηγή ενέργειας, πληροφορίας και επιρροής τόσο του εαυτού του όσο και των άλλων ανθρώπων γύρω του». Κάνοντας μια σύντομη ιστορική

αναδρομή, παρατηρούμε ότι πριν τον συγκεκριμένο ορισμό και για πολλά χρόνια, η μέτρηση της νοημοσύνης εκφραζόταν με τον δείκτη νοημοσύνης (IQ). Ο Gardner (1983) ήταν από τους πρώτους επιστήμονες που διεύρυνε την έννοια της νοημοσύνης προτείνοντας οχτώ μορφές νοημοσύνης:

1. Γλωσσική
2. Μαθηματική

3. Λογική
4. Οπτικοχωρική
5. Μουσική
6. Κιναισθητική
7. Ενδοπροσωπική
8. Διαπροσωπική

Ο ορισμός των Mayer & Salovey καθώς και το θεωρητικό μοντέλο που διαμορφώθηκε από αυτούς τους επιστήμονες (Mayer & Salovey 1997) έχει κυρίως γνωστική προσέγγιση. Στο θεωρητικό τους μοντέλο προτείνουν τέσσερις ομάδες συναισθηματικό - γνωστικών ικανοτήτων:

- Ικανότητες αναγνώρισης και έκφρασης των συναισθημάτων στον εαυτό και στους άλλους. Σε αυτήν την ομάδα συμπεριλαμβάνεται η ικανότητα να αναγνωρίζει κάποιος το συναίσθημα το οποίο βιώνει, την αναγνώριση των συναισθημάτων που βιώνουν οι άλλοι άνθρωποι, την ικανότητα του άτομου να εκφράζει τα συναισθήματα του με ακρίβεια καθώς και η ικανότητα να διακρίνει τα συναισθήματα ανάμεσα σε ακριβή και ανακριβή

- Ικανότητα αφομοίωσης των συναισθημάτων στη σκέψη και λήψη αποφάσεων. Αυτή η ομάδα περιλαμβάνει ικανότητες όπως αυτή του να αλλάξεις τις σκέψεις σου με βάση την ιεράρχηση των συναισθημάτων σου, την ικανότητα παράγωγης συναισθημάτων για την διευκόλυνση στην λήψη αποφάσεων, την ικανότητα να αξιοποιείς τις αλλαγές στην ψυχική διάθεση έτσι ώστε να γίνεται εφικτή η εκτίμηση πολλαπλών απόψεων και την ικανότητα να χρησιμοποιείς τις συναισθηματικές καταστάσεις που βιώνεις για την διευκόλυνση της επίλυσης προβλημάτων και της δημιουργικότητας.

- Ικανότητες ταυτοποίησης και διάκρισης συναισθημάτων. Σε αυτή την ομάδα περιλαμβάνονται: η ικανότητα να κατανοείς τις σχέσεις ανάμεσα σε πλειάδα συναισθημάτων, να αντιλαμβάνεσαι τα αίτια και τις συνέπειες των συναισθημάτων, να κατανοείς πολύπλοκα αισθήματα και αντιφατικές συναισθηματικές καταστάσεις και τέλος να κατανοείς τις μεταβάσεις από ένα συναίσθημα σε ένα άλλο.

- Ικανότητες χειρισμού των συναισθημάτων για επίτευξη ενός κοινωνικού σκοπού. Οπου περιλαμβάνονται η ικανότητα να είσαι «ανοιχτός» στα συναισθήματα, η ικανότητα να παρακολουθείς και να σκέφτεσαι γύρω από αυτά, η ικανότητα να ασχολήσε με μια συναισθηματική κατάσταση για την συνέχιση της στον χρόνο και για την απομάκρυνση της από αυτήν και τέλος η ικανότητα του άτομου να διαχειρίζεται τα συναισθήματα του και τα συναισθήματα των άλλων (Salovey, Mayer et al., 1997).

Επίσης, Salovey και Sluyter (1997) και Mayer et al., (1999, 2000) υποστηρίζουν ότι οι δεξιότητες που μετράει το EQ αναφέρονται στο πώς οι άνθρωποι αντιλαμβάνονται, κατανοούν, χρησιμοποιούν και διαχειρίζονται τα συναισθήματα τους και των άλλων. Οι δεξιότητες αυτές χωρίζονται σε δύο μεγάλες κατηγορίες: η πρώτη αφορά στην κατανόηση των συναισθημάτων και στην επίτευξη των στόχων με βάση αυτά, η δεύτερη αφορά στην επίτευξη των στόχων με βάση τα συναισθήματα των άλλων. Οι δεξιότητες αυτές μετράονται με το MEIS και το MSCEIT, όπου το MEIS μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα, να τα χρησιμοποιούμε για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα μας και να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων (π.χ. να κατανοούμε τα συναισθήματα των άλλων, να χρησιμοποιούμε τα συναισθήματα των άλλων για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων). Το MSCEIT μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα των άλλων, να χρησιμοποιούμε τα συναισθήματα των άλλων για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων. Ωστόσο, οι δεξιότητες αυτές μετράονται με το MEIS και το MSCEIT, όπου το MEIS μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα, να τα χρησιμοποιούμε για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα μας και να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, ενώ το MSCEIT μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα των άλλων, να χρησιμοποιούμε τα συναισθήματα των άλλων για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων. Ωστόσο, οι δεξιότητες αυτές μετράονται με το MEIS και το MSCEIT, όπου το MEIS μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα, να τα χρησιμοποιούμε για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα μας και να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, ενώ το MSCEIT μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα των άλλων, να χρησιμοποιούμε τα συναισθήματα των άλλων για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων. Ωστόσο, οι δεξιότητες αυτές μετράονται με το MEIS και το MSCEIT, όπου το MEIS μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα, να τα χρησιμοποιούμε για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα μας και να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, ενώ το MSCEIT μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα των άλλων, να χρησιμοποιούμε τα συναισθήματα των άλλων για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων.

Οι δεξιότητες αυτές μετράονται με το MEIS και το MSCEIT, όπου το MEIS μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα, να τα χρησιμοποιούμε για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα μας και να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, ενώ το MSCEIT μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα των άλλων, να χρησιμοποιούμε τα συναισθήματα των άλλων για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων. Ωστόσο, οι δεξιότητες αυτές μετράονται με το MEIS και το MSCEIT, όπου το MEIS μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα, να τα χρησιμοποιούμε για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα μας και να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, ενώ το MSCEIT μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα των άλλων, να χρησιμοποιούμε τα συναισθήματα των άλλων για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων. Ωστόσο, οι δεξιότητες αυτές μετράονται με το MEIS και το MSCEIT, όπου το MEIS μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα, να τα χρησιμοποιούμε για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα μας και να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, ενώ το MSCEIT μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα των άλλων, να χρησιμοποιούμε τα συναισθήματα των άλλων για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων. Ωστόσο, οι δεξιότητες αυτές μετράονται με το MEIS και το MSCEIT, όπου το MEIS μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα, να τα χρησιμοποιούμε για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα μας και να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, ενώ το MSCEIT μετράει την ικανότητα να κατανοούμε τα συναισθήματα των άλλων, να χρησιμοποιούμε τα συναισθήματα των άλλων για να επιτύχουμε τους στόχους μας, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων, να διαχειριστούμε τα συναισθήματα των άλλων.

Οσοι υιοθετούν τα μοντέλα των Mayer και Salovey, οι οποίοι υιοθέτησαν το μοντέλο των Mayer και Salovey (Ciarrochi et al., 2000).

Πέρα από το μοντέλο των «Νοητικών ικανοτήτων» των Mayer και Salovey υπήρξε διάκριση των μοντέλων των Bar-On (1997,2000) και Goleman (2005) τα όποια χαρακτηρίστηκαν ως «μεικτά μοντέλα». Τα «μεικτά μοντέλα» ορίζουν την συναισθηματική νοημοσύνη με τρόπο διευρυμένο που περιλαμβάνει κίνητρα, διαθέσεις, γνωστικές και μη-γνωστικές διαδικασίες. Η μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης στα «μεικτά μοντέλα» γίνεται με ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς σε αντίθεση με το μοντέλο των «νοητικών ικανοτήτων» όπου η μέτρηση της βασίζεται σε αντικειμενικούς δείκτες μέτρησης ικανοτήτων με βάση την επίδοση σε συναισθηματικές δεξιότητες.

Η συναισθηματική νοημοσύνη βρήκε ένα περισσότερο αναπτυξιακό μοντέλο, στο πρόσωπο του Daniel Goleman (1998, 2000), ο οποίος όρισε την συναισθηματική νοημοσύνη ως *«την ικανότητα ενός ατόμου να αναγνωρίζει τα συναισθήματά του και τα συναισθήματα των άλλων, να τα χειρίζεται αποτελεσματικά και να δημιουργεί κίνητρα για τον εαυτό του»*.

Εμβαθύνοντας, ο Daniel Goleman προχώρησε στις τέσσερις διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης, όπου στην επιστημονική του πορεία σε αυτό τον κλάδο, κατάφερε να εξελίξει. Ειδικότερα, ενώ πριν το μοντέλο παρουσίαζε πέντε κύριους τομείς, το τελικό μοντέλο απλοποιήθηκε συνοψίζοντάς το σε τέσσερις: αυτοεπίγνωση, αυτοδιαχείριση, κοινωνική επίγνωση και διαχείριση σχέσεων. Αυτοί οι τομείς περιλαμβάνουν πλέον δεκαοκτώ δεξιότητες αντί των αρχικών είκοσι πέντε (Goleman, Boyatzis, McKee,2002)_οι οποίες αναφέρονται παρακάτω:

I. ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

1. ΑΥΤΟΕΠΙΓΝΩΣΗ

- *Συναισθηματική αυτοεπίγνωση*: Η κατανόηση που διαθέτει ένα άτομο

σχετικά αφενός, με τα συναισθήματά του, αφετέρου για τις δεξιότητές του, τις δυνατότητες, τα όρια, τις αξίες και τα κίνητρά του. Ο άνθρωπος που χαρακτηρίζεται από αυτοεπίγνωση είναι ρεαλιστής, μπορεί να ισορροπεί στην λεπτή γραμμή του «πετάω στα σύννεφα» και του είμαι απαισιόδοξος, με το να γνωρίζει κάθε φορά προς τα πού κατευθύνεται και γιατί. Με άλλα λόγια, θέτει ειλικρινείς και ξεκάθαρους στόχους, με αποτέλεσμα να είναι πιο κοντά στην πραγματοποίησή τους. Το ουσιαστικότερο χαρακτηριστικό όμως της αυτοεπίγνωσης, είναι η τάση αυτοστοχασμού και περισυλλογής.

- **Ακριβής αυτοαξιολόγηση:** Η γνώση ενός ατόμου σχετικά με τις αδυναμίες του και τα δυνατά του στοιχεία αντίστοιχα.

- **Αυτοπεποίθηση:** Η σταθερή αίσθηση που έχει ένα άτομο για την αξία και τις δυνατότητές του.

2. ΑΥΤΟΔΙΑΧΕΙΡΗΣΗ

- **Αυτοέλεγχος:** Η ικανότητα ενός ατόμου για αυτοέλεγχο, πηγάζει από την αυτοεπίγνωση. Αν κάποιος δεν γνωρίζει τα συναισθήματά του, δεν μπορεί να προχωρήσει και στην προώθηση ή συγκράτησή τους, ανάλογα με την περίπτωση. Ο αυτοέλεγχος συγκεκριμένα, αφορά την δυνατότητα διατήρησης ψυχραιμίας και ενθουσιασμού παράλληλα με την καταστολή βίαιων και αρνητικών συναισθημάτων.

- **Διαφάνεια:** Η αξιοπιστία, τιμιότητα και ακεραιότητα ενός ατόμου.

- **Προσαρμοστικότητα:** Η δυνατότητα προσαρμογής στις μεταβαλλόμενες συνθήκες ή στο ξεπέρασμα εμποδίων.

- **Επίτευξη:** Το εσωτερικό κίνητρο για τη βελτίωση της απόδοσης ενός ατόμου.

- **Πρωτοβουλία:** Η ετοιμότητα για δράση και για αξιοποίηση των ευκαιριών.

- **Αισιοδοξία:** Η ικανότητα να βλέπουμε την θετική σκοπιά των πραγμάτων, να θεωρούμε το «ποτήρι μισο-γεμάτο και όχι μισο-άδειο».

II. ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

1. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΠΙΓΝΩΣΗ

- **Ενσυναίσθηση:** Η ικανότητα ενός ατόμου να αντιλαμβάνεται τα συναισθήματα των άλλων, να τα κατανοεί και να δείχνει ενεργά το ενδιαφέρον του για τις ανησυχίες τους.

- **Οργανωτική επίγνωση:** Η ετοιμότητα για αντίληψη των τρεχόντων ζητημάτων, των δικτύων κέντρων λήψης αποφάσεων και των στρατηγικών ενός οργανισμού.

- **Εξυπηρέτηση:** Η ικανότητα ενός ατόμου να αναγνωρίζει και να καλύπτει τις ανάγκες υφισταμένων και πελατών.

2. ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΧΕΣΕΩΝ

- **Έμπνευση:** Η ικανότητα ενός ατόμου να καθοδηγεί και να κινητοποιεί τους άλλους προς προδιαγεγραμμένο όραμα.

- **Επιρροή:** Η δυνατότητα ενός ατόμου να εφαρμόζει ένα ευρύ φάσμα τακτικών πειθούς.

- **Ανάπτυξη των άλλων:** Η ικανότητα για ανάπτυξη και ενίσχυση των δυνατών στοιχείων των άλλων.

- **Καταλύτης αλλαγών:** Η ικανότητα για ανάληψη πρωτοβουλιών και καθοδήγηση προς νέες κατευθύνσεις.
- **Διαχείριση συγκρούσεων:** Η ικανότητα για επίλυση συγκρούσεων με ομαλό τρόπο.
- **Οικοδόμηση δεσμών:** Η ικανότητα για καλλιέργεια και συντήρηση ενός δικτύου σχέσεων.
- **Συνεργασία και ομαδική δουλειά (ομαδικότητα).** (Goleman, Boyatzis, McKee, 2002).

Ένα ακόμα μοντέλο που χαρακτηρίζεται ως «μεικτό» είναι, αυτό, του Reuven Bar-On. Ο Bar-On (1997) στον ορισμό του για την συναισθηματική νοημοσύνη δίνει έμφαση στα χαρακτηριστικά που οδηγούν στην ψυχική ευεξία των ατόμων ενώ υποστηρίζει ότι η συναισθηματική νοημοσύνη είναι ένα σύνολο μη γνωστικών δυνατοτήτων, ικανοτήτων και δεξιοτήτων που βοηθούν τους ανθρώπους να αντιμετωπίζουν με επιτυχία τις απαιτήσεις του περιβάλλοντος. Το μοντέλο για την συναισθηματική νοημοσύνη που κατασκεύασε περιλαμβάνει 5 τύπους συναισθηματικής νοημοσύνης.

1. **την ενδοπροσωπική νοημοσύνη** όπου περιλαμβάνει την αυτοεπίγνωση, την αποφασιστικότητα, την αυτοαντίληψη, την αυτοπραγμάτωση, την ανεξαρτησία, την αναγνώριση και κατανόηση των συναισθημάτων και την έκφραση συναισθημάτων, σκέψεων και πεποιθήσεων με τρόπο μη-καταστροφικό και αυτό-υποστηρικτικό. Επίσης περιλαμβάνει την κατανόηση, αποδοχή και σεβασμό του εαυτού, την συνειδητοποίηση πιθανών δυνατοτήτων και την κινητοποίηση του εαυτού, τον αυτοέλεγχο και την συναισθηματική αυτάρκεια.
2. **την διαπροσωπική νοημοσύνη**, η οποία περιλαμβάνει την ενσυναίσθηση, τις διαπροσωπικές σχέσεις, την κοινωνική υπευθυνότητα, την

αναγνώριση και κατανόηση συναισθημάτων που εκφράζουν οι άλλοι , την συνεργασία και την υπευθυνότητα.

3. **Η προσαρμογή**, αναφέρεται στην επίλυση προβλημάτων, στην επαφή με την πραγματικότητα, την ευελιξία, την κατανόηση του προβλήματος και την εύρεση πιθανών λύσεων. Επίσης περιλαμβάνει την σχέση της διαφοράς ανάμεσα στην υποκειμενική και αντικειμενική πραγματικότητα και την ικανότητα προσαρμογής σε καινούργιες καταστάσεις.
4. **Η διαχείριση του στρες** αναφέρεται στην ανθεκτικότητα του άτομου στο στρες, στον έλεγχο των παρορμήσεων, στην εφαρμογή θετικών και δραστικών μεσών προσαρμογής και στην αντίσταση ή καθυστέρηση σε παρορμητικές τάσεις και συμπεριφορές.
5. Τέλος, η **γενική διάθεση** περιλαμβάνει την ευδαιμονία, το αίσθημα της αισιοδοξίας, την αίσθηση βαθιάς ικανοποίησης, ευχαρίστησης και χαράς καθώς και την διατήρηση θετικής στάσης και προοπτικής όταν υπάρχουν δυσκολίες (Bar-On, 1997,2000. Matthews, Zeidner & Roberts,2002).

Το τέταρτο και πιο πρόσφατο μοντέλο για την συναισθηματική νοημοσύνη είναι αυτό των Petrides και Furnham (2001). Στο μοντέλο αυτό η συναισθηματική νοημοσύνη περιγράφεται ως ένα σύνολο διαθέσεων και συναισθηματικών ικανοτήτων που συσχετίζονται μεταξύ τους και εντάσσει στον ορισμό χαρακτηριστικά της προσωπικότητας όπως είναι η ενσυναίσθηση, η κοινωνική νοημοσύνη, η προσωπική νοημοσύνη και η συναισθηματική νοημοσύνη. Αντί του όρου συναισθηματική νοημοσύνη οι Petrides και Furnham προτίμησαν τον όρο «συναισθηματική αυτό-αποτελεσματικότητα» ενώ στην «συναισθηματική νοημοσύνη προσωπικότητας» αποδίδουν στοιχεία όπως: η προσαρμοστικότητα, η αποφασιστικότητα, η αποτίμηση συναισθημάτων, η έκφραση συναισθημάτων και η διαχείριση συναισθημάτων των άλλων. Επίσης, στοιχεία όπως η αυτοεκτίμηση, η κινητοποίηση του εαυτού, η διαχείριση του στρες και η ενσυναίσθηση ως

χαρακτηριστικό της προσωπικότητας παίζουν σημαντικό ρόλο στην «συναισθηματική νοημοσύνη προσωπικότητας» (Petrides και Furnham, 2001).

Ερευνες έχουν δείξει ότι τα δύο μοντέλα (δεξιότητων και μικτά) παρουσιάζουν αδύνατες συσχετίσεις γι αυτό και πρέπει να θεωρούνται ως διακριτά (Petrides & Furnham, 2000; Bar-On, 2005). Το στοιχείο αυτό είναι ανασταλτικό στην όλη προσπάθεια για ουσιαστική εδραίωση της έννοιας της συναισθηματικής νοημοσύνη στην ψυχολογία και τις άλλες επιστήμες.

3.3 ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΑ

Με βάση τα τέσσερα βασικότερα μοντέλα που αναφέρθηκαν παραπάνω και τις θεωρητικές απόψεις και τα ψυχομετρικά εργαλεία που έχουμε στην διάθεσή μας, τα τελευταία χρόνια έχει υπάρξει αύξηση των ερευνητικών δεδομένων για την συναισθηματική νοημοσύνη σε σχέση με ατομικούς παράγοντες που την καθορίζουν (π.χ., ηλικία, φύλο, κοινωνικό και οικονομικό επίπεδο, πολιτιστικό περιβάλλον) και σε σχέση με τομείς της δραστηριότητας του άτομου όπως γνωστικές ικανότητες, χαρακτηριστικά προσωπικότητας, ικανοποίηση από τη ζωή, προσαρμοστικότητα και ευτυχία (π.χ., Bar-On, 2000. Ciarrochi et al., 2000). Τα περισσότερα ερευνητικά δεδομένα που έχουμε, εστιάζουν στην ενήλικη ζωή εξαιτίας δυσκολιών στην μεθοδολογία και την μέτρηση. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα να μην γνωρίζουμε αρκετά πράγματα για την συναισθηματική νοημοσύνη, την ανάπτυξη και την λειτουργία της στην παιδική και την εφηβική ηλικία.

Σε μια έρευνα που έγινε σε εφήβους ηλικίας 12 ως 16 ετών (Πλατσίδου, 2009), διερευνήθηκε το προφίλ των εφήβων που είχαν υψηλή, μέση ή χαμηλή αντιληπτή συναισθηματική νοημοσύνη, ως προς ορισμένα χαρακτηριστικά. Διαπιστώθηκε ότι οι έφηβοι με υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη ήταν κυρίως κορίτσια, είχαν υψηλότερη σχολική επίδοση και εξέφραζαν ηθικο-κοινωνική σκέψη υψηλότερου επιπέδου, σε σύγκριση με τους εφήβους μέσης και χαμηλής συναισθηματικής νοημοσύνης. Ωστόσο, οι τρεις ομάδες εφήβων δε διαφοροποιούνταν μεταξύ τους ως προς την ηλικία.

Σε γενικές γραμμές, όλοι σχεδόν οι ερευνητές που μελετούν τη συναισθηματική νοημοσύνη έχουν καταλήξει στο συμπέρασμα ότι η ανάπτυξη της ολοκληρώνεται τουλάχιστον μέχρι την πέμπτη δεκαετία της ζωής (Bar-On, 2000) και επηρεάζεται θετικά από την εμπειρία και την άσκηση, όπως συμβαίνει και με τη γνωστική νοημοσύνη (Goleman, 1998. Zeidner et al., 2003). Οι Mayer et al.

(1999), συγκρίνοντας ένα δείγμα εφήβων, ηλικίας 12 ως 16 ετών, με ενήλικες (από 17 ως 70 ετών, M.O.=23), κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι ο μεγαλύτερος ρυθμός ανάπτυξης της συναισθηματικής νοημοσύνης καταγράφεται στα πρώτα χρόνια της νεότητας. Παρολ' αυτά, δε διερευνήθηκε η μεταβολή της συναισθηματικής νοημοσύνης κατά την διάρκεια της εφηβείας.

Όσον αφορά το φύλο, δεν έχουν παρατηρηθεί σημαντικές διαφοροποιήσεις μεταξύ ανδρών και γυναικών, παρά μόνο κάποιες διαφορές, σε επιμέρους διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης. Για παράδειγμα, έχει διαπιστωθεί ότι οι γυναίκες είναι κάπως πιο ικανές στην αναγνώριση συναισθημάτων (Mayer et al., 1999). Σε έρευνες ερωτηματολογίου, που έγιναν με τη μέθοδο των αυτοαναφορών, οι γυναίκες είχαν καλύτερες επιδόσεις στις διαπροσωπικές ικανότητες (Bar-On, 1997) και καλύτερη γενική συναισθηματική νοημοσύνη (Schutte et al., 1998), ενώ οι άνδρες είχαν καλύτερες επιδόσεις στις ενδοπροσωπικές ικανότητες.

Η άποψη κάποιων θεωρητικών της συναισθηματικής νοημοσύνης ότι οι συναισθηματικές δεξιότητες αναπτύσσονται μέσα στο πλαίσιο των διαπροσωπικών σχέσεων ώθησε την ερεύνα στην διερεύνηση της συναισθηματικής νοημοσύνης με τους πέντε τύπους προσωπικότητας. Σε ερεύνα των Petrides και Furnham (2001) βρεθήκαν μέτριες συσχετίσεις θετικής φόρας ανάμεσα στη συναισθηματική νοημοσύνη και τέσσερις παραμέτρους της προσωπικότητας (διαθεσιμότητα στην εμπειρία, εξωστρέφεια, ευσυνειδησία, συνεργατικότητα) και αρνητική συσχέτιση με την παράμετρο του νευρωτισμού.

Σε ερεύνα που έγινε σε 169 ιταλούς δάσκαλους για να μελετηθεί η συναισθηματική νοημοσύνη και η αυτοαποτελεσματικότητα, με τα ερωτηματολόγια, φάνηκε ότι οι άντρες είχαν υψηλότερα σκορ στην ενδοατομική διάσταση ενώ οι γυναίκες στην διαπροσωπική διάσταση του ερωτηματολογίου Bar-On. Η αυτοαποτελεσματικότητα των δασκάλων είχε μεγαλύτερη συσχέτιση με την ενδοατομική διάσταση (Annamaria Di Fabio and Letizia Palazzeschi, 2008). Μια

άλλη ερευνα που έγινε σε 124 μαθητές γυμνασίου έδειξε ότι η συναισθηματική νοημοσύνη βασισμένη στην ικανότητα σχετίζεται θετικά με την σχολική επιτυχία (Annamaria Di Fabio and Letizia Palazzeschi,2009). Παρόμοιο ερευνα προσπάθησε να παραλληλίσει την συναισθηματική νοημοσύνη και την διδασκαλία ικανοτήτων 234 προπτυχιακών φοιτητών στο management, από αυτούς 121 δήχθηκαν σεμινάρια συναισθηματικής νοημοσύνης (16 εβδομάδων). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι αυτοί που παρακολούθησαν μαθήματα management και σεμινάρια είχαν σημαντικές βελτιώσεις στην συναισθηματική νοημοσύνη (Sue Campbell Clark, Ronda Callister, Ray Wallace (2003).

Η ερευνα των Barbutto και Burbach (2006), μελέτησε την σχέση μεταξύ συναισθηματικής νοημοσύνης και της μετασχημάτιζες ηγεσίας σε 80 ανώτερους υπάλληλους και στα μέλη της ομάδας τους (3-4 άτομα). Τα αποτελέσματα φανέρωσαν ότι η συναισθηματική νοημοσύνη έχει θετική συσχέτιση με την μετασχημάτιξη ηγεσία, δηλαδή οι ανώτεροι υπάλληλοι με υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη κάνουν εξατομικευμένες εκτιμήσεις για εργασία, ορθότερες παρακινήσεις, εμπνέουν κίνητρα στους υπάλληλους τους. Με την σειρά τους οι υπάλληλοι έχουν καλύτερη απόδοση, μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα και ικανοποίηση από την εργασία.

Η ερευνα των Satish P. Deshpande και Jacob Joseph(2008), σε 108 άτομα νοσοκόμους/-ες έδειξε ότι η συναισθηματική νοημοσύνη και η ηθική συμπεριφορά των συναδέλφων σχετίζονται θετικά με την ηθική συμπεριφορά των νοσηλευτών/-τριών. Ενώ παρόμοιο ερευνα στην Τουρκία με 297 άτομα νοσηλευτικού προσωπικού η συναισθηματική νοημοσύνη σχετίστηκε θετικά με την ικανοποίηση εργασίας και τις οργανωτικές υποχρεώσεις. Επίσης έδειξε ότι η θετική επίδραση της συναισθηματικής νοημοσύνης επάνω στις οργανωτικές υποχρεώσεις εμφανίζεται μέσω της ικανοποίησης από την εργασία (Guleryuz, G., Guney, S., Aydın, E. M., & Asan, O.).

Η συναισθηματική νοημοσύνη, στις μέρες μας, αποτελεί έναν τομέα που το ερευνητικό ενδιαφέρον έχει αυξηθεί και όπως η ονομασία της κάνει εμφανές αποτελεί ένα είδος νοημοσύνης, σύμφωνα με πολλούς ερευνητές. Όπως είναι λογικό πολλοί ερευνητές θέλησαν να ερευνήσουν την σχέση ανάμεσα στην συναισθηματική νοημοσύνη και την γνωστική νοημοσύνη, χωρίς να παραλείψουν επιμέρους γνωστικές ικανότητες. Οι έρευνες που επιχείρησαν να αναδείξουν μια σχέση ανάμεσα σε αυτές τις δυο μεταβλητές δεν κατάφεραν να αναδείξουν μια συστηματική σχέση μεταξύ τους. Σε ορισμένες έρευνες διαπιστώθηκε ότι υπάρχουν μέτριες συσχετίσεις της συναισθηματικής με τη γνωστική νοημοσύνη (Derksen, Kramer, & Katzko, 2002. Lam & Kirby, 2002) και σε άλλες χαμηλές (Davis, et al., 1998). Τέλος, σε κάποιες έρευνες βρέθηκαν μη σημαντικές συσχετίσεις (Ciarrochi et al., 2000). Οσον αφορά τις γνωστικές ικανότητες, οι Mayer et al. (2000) βρήκαν ότι η συναισθηματική νοημοσύνη παρουσίαζε μέτριες συσχετίσεις με τη λεκτική ικανότητα ($r=0,36$ και $r=0,45$, $p<0,01$), το ίδιο, όμως δεν ίσχυσε και με μη λεκτικές μετρήσεις της νοημοσύνης (π.χ., με τα Raven Progressive Matrices).

Ακολούθως, η σχέση της συναισθηματικής νοημοσύνης με την ακαδημαϊκή επίδοση παρουσίασε ποικιλία διακυμάνσεων από αρκετά σημαντική έως και μη σημαντική. Παραδείγματος χάριν, βάση ερευνητικών αποτελεσμάτων φάνηκε ότι η συναισθηματική νοημοσύνη, μπορεί να προβλέπει τους τελικούς βαθμούς των πρωτοετών φοιτητών (Schutte et al., 1998). Κατά παρόμοιο τρόπο άλλη έρευνα έδειξε το ίδιο σε φοιτητές άλλων ετών, αλλά σε σημαντικά μικρότερο βαθμό. Τέλος, ορισμένες έρευνες δεν ανέδειξαν ότι δεν υφίσταται μια τέτοια σχέση (Newsome, Day, & Catano, 2000).

3.4 ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

Πάρα την θεωρία ότι οι άνθρωποι από διαφορετικές πολιτισμικά πλαίσια (κουλτούρες) έχουν διαφορετικά συναισθήματα, η επιστήμη της νευρολογίας μας διδάσκει ότι όλοι οι άνθρωποι έχουν το ίδιο είδος νευροδιαβιβαστών, όπως αναφέρεται και στο πρώτο μέρος της παρούσας εργασίας. Άρα παρόλο που οι διάφορες κουλτούρες έχουν σημαντικές κοινωνικές, διοικητικές και γεωπολιτικές διαφορές τα συναισθήματα είναι τα ίδια.

Σύμφωνα με τον Freedman (2007) η κουλτούρα ορίζεται ως ένα σώμα μοιρασμένης γνώσης για το ποια είναι και θεωρείται αρμόζουσα συμπεριφορά. Οι πράξεις των ανθρώπων, οι χειρονομίες, ο τρόπος ομιλίας που φέρει ένας άνθρωπος σε μια διεθνή επαγγελματική συμφωνία επιτρέπει ένα μεγάλο εύρος ερμηνειών. Η κουλτούρα έχει την δύναμη να καθορίζει την αντίληψη των ανθρώπων για την κατάλληλη συμπεριφορά, τις αξίες, τη γλώσσα, τις συνήθειες, ακόμη και τον τρόπο με τον οποίο ορίζεται η επιτυχία.

Οι διαφορές κάθε κουλτούρας μπορούν να εντοπιστούν στον τρόπο που ερμηνεύουν λεπτά και περίπλοκα συναισθηματικά μηνύματα. Για τον λόγο αυτό, όταν η πολυπλοκότητα ενός μηνύματος είναι αυξημένη, απαιτείται υψηλότερη συναισθηματική νοημοσύνη προκειμένου να δούμε μέσα από τις πολιτιστικές προκαταλήψεις.

Η συναισθηματική νοημοσύνη έχει μερικά κοινά με τη νοημοσύνη κουλτούρας ως προς το ότι η συναισθηματική νοημοσύνη είναι από τη φύση της ποικιλοδιάστατη και περιλαμβάνει και τη συμπεριφοριστική και τη γνωστική όψη όπως και η νοημοσύνη κουλτούρας. Παρ'όλα αυτά ενώ η συναισθηματική νοημοσύνη έχει αξία σε ένα συγκεκριμένο πολιτιστικό περιβάλλον, είναι πιθανό να μην έχει καμία σημασία σε ένα άλλο, με διαφορετικούς για παράδειγμα κανόνες για την κοινωνική συμπεριφορά. Επιπροσθέτως, η συναισθηματική νοημοσύνη περιλαμβάνει την ικανότητα κάποιου να αναγνωρίζει και να εκφράζει τα συναισθήματά του ενώ η κουλτούρα μπορεί να επηρεάσει τους ίδιους τους κανόνες

έκθεσης των συναισθημάτων. Επιπρόσθετα, υπάρχουν στοιχεία για την ύπαρξη συγκεκριμένων νορμών για την εμπειρία των συναισθημάτων. Γι' αυτό και η συναισθηματική νοημοσύνη είναι προϊόν της κουλτούρας μέσα στην οποία αναπτύχθηκε και περιορίζεται από αυτήν (Ates, 2006).

Η διαπολιτισμική θεώρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης έχει μεγάλη σημασία καθώς η οικουμενικότητα των συναισθημάτων αποτελεί έναν παγκόσμιο κώδικα επικοινωνίας ανάμεσα σε λαούς, με διαφορετικό υπόβαθρο κοινωνικό και πολιτιστικό, έτσι οι άνθρωποι μπορούν να αντιλαμβάνονται χαρακτηριστικά όπως η αυθεντικότητα και η τιμιότητα, αυτό το είδος επικοινωνίας είναι πραγματικά ανεκτίμητο. Παρόλα αυτά είναι σημαντικό όχι μόνο να αναγνωρίζουμε τις πολιτιστικές διαφορές αλλά και να τις σεβόμαστε και να συμβιβάζομαστε με αυτές (Trompenaars & Woolliams, 2000).

3.5 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΗΓΕΤΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Οι επιστήμονες και κυρίως οι ψυχολόγοι τα τελευταία, μόλις, χρόνια έχουν ανακαλύψει την σύνδεση που υπάρχει ανάμεσα στην συναισθηματική νοημοσύνη και την ηγεσία (Ashforth and Humphrey, 1995). Ερευνητικά δεδομένα από μεγάλες επιχειρήσεις έδειξαν ότι η συναισθηματική νοημοσύνη είναι ένας σημαντικός παράγοντας που ξεχωρίζει τα επιτυχημένα άτομα στο χώρο εργασίας.

Σε μελέτη που έγινε για το ποιες ικανότητες οδηγούν στην επιτυχία σε 181 διαφορετικές θέσεις εργασίας, στις Η.Π.Α., βρέθηκε ότι το 67% των βασικών στοιχείων υπεροχής είναι συναισθηματικές δεξιότητες. Ένα ενδιαφέρον στοιχείο που φάνηκε από τα αποτελέσματα της συγκεκριμένης μελέτης είναι ότι όσο ανεβαίνουμε σε επίπεδα επαγγελματικής ιεραρχίας τόσο σημαντικότερη είναι η συναισθηματική νοημοσύνη για το άτομο (Goleman 1999). Σε κάθε πεδίο εργασίας η συναισθηματική νοημοσύνη είναι περίπου 2 φορές σημαντικότερη από τις καθαρά γνωστικές ικανότητες, στις υψηλόβαθμες, ηγετικές θέσεις η συναισθηματική νοημοσύνη κάνει τη διαφορά, καθώς το 90% της επιτυχίας μπορεί να εξηγηθεί από τις συναισθηματικές ικανότητες.

Από έρευνα του Ashkanasy, 2002 υποστηρίζεται, ότι οι managers έχουν την δυνατότητα να εκμεταλλευτούν κάποιες παραμέτρους της συναισθηματικής νοημοσύνης για το κάλο της εταιρείας τους. Το μοντέλο του Goleman εστιάζει κυρίως στην απόδοση και έχει χρησιμοποιηθεί εκτεταμένα στον χώρο των επιχειρήσεων για την ηγεσία και στην ομαδική εργασία. Οι managers με υψηλό δείκτη συναισθηματικής νοημοσύνης κατανοούν το συναισθηματικό κλίμα στις εταιρείες τους και να συμμερίζονται τις συναισθηματικές ανησυχίες των υπαλλήλων τους.

Επιπρόσθετα, μελέτες που αφορούν στην εκπαίδευση εργαζομένων και διοικητικού προσωπικού για τη αύξηση της συναισθηματικής νοημοσύνης έχουν δώσει ενδείξεις ότι η εκπαίδευση αυτή μπορεί να έχει θετικά αποτελέσματα ιδιαίτερα για την ανάπτυξη των ομάδων (Druskat & Wolff, Goleman, Jordan et al.).

Στο παρελθόν τα συναισθήματα αποτελούσαν το τροχοπέδη στην ομαλή λειτουργία των επιχειρήσεων και των οργανισμών καθώς αποπροσανατόλιζε το προσωπικό από τον ορθολογιστικό και κυνικό τρόπο λειτουργίας τους. Στις μέρες μας το συναίσθημα, όπως φαίνεται, έχει σημαντικό, πλέον, ρόλο μέσα σε επαγγελματικούς οργανισμούς και οι αντιλήψεις του παρελθόντος έχουν φύγει ανεπίστρεπτη. Το συναίσθημα, σήμερα, παίζει καταλυτικό ρόλο στην επιτυχία επαγγελματικών οργανισμών αλλά και στην επαγγελματική επιτυχία του άτομου, αφού σε πολλές περιπτώσεις καθορίζει την ανέλιξη του. Αυτό που πρέπει να λάβουν υπόψη τους οι οργανισμοί όλου του κόσμου, είναι η καλλιέργεια ηγετών οι οποίοι θα εμψυχήσουν τη συναισθηματική σύμπνοια και θα επιτρέψουν στους εργαζόμενους να προοδεύσουν.

Σύμφωνα με τους Daniel Goleman, Richard Boyatzis, και Annie McKEE (2002), το βασικό καθήκον των ηγετών είναι να εμπνέουν θετικά συναισθήματα σε όσους καθοδηγούν. Αυτό συμβαίνει όταν καλλιεργούν την αρμονία και το συντονισμό, δημιουργώντας μια δεξαμενή θετικής ενέργειας που απελευθερώνει τα καλύτερα στοιχεία των ανθρώπων. Βέβαια αυτό δεν σημαίνει ότι συμβαίνει πάντα. Οι ηγέτες μπορούν αντίστοιχα, να καθοδηγήσουν τα συναισθήματα προς αρνητική κατεύθυνση και να προκαλέσουν αποσυντονισμό και δυσαρμονία. Αυτή η πρωταρχική διάσταση της ηγεσίας, μολονότι συχνά αγνοείται ή παραμερίζεται, καθορίζει και τον βαθμό στον οποίο οι πράξεις ενός ηγέτη θα αποδώσουν. Και αυτό είναι που μας κάνει να συνειδητοποιήσουμε για άλλη μια φορά, γιατί η συναισθηματική νοημοσύνη έχει τόσο μεγάλη σημασία για την επιτυχημένη ηγεσία. Στην πραγματικότητα, η «γνήσια ηγεσία» απαιτεί την εφαρμογή της συναισθηματικής νοημοσύνης στην πράξη.

Σε αυτό το σημείο, αξίζει να αναφερθούμε σε ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα, που υποστηρίζει και στη πράξη, όσο προαναφέρθηκαν παραπάνω.

« Ας πάρουμε για παράδειγμα τη φρικιαστική καταστροφή στη Νέα Υόρκη, την Ουάσινγκτον και την Πενσυλβάνια, στις 11 Σεπτεμβρίου του 2001. Αυτή η τραγωδία επανέφερε στο προσκήνιο τον ουσιαστικό ρόλο της συναισθηματικής νοημοσύνης στην ηγεσία, και ιδίως σε στιγμές κρίσης όπως εκείνη. Απέδειξε για άλλη μια φορά πως η σύμπνοια, ο συντονισμός και η αρμονία πηγαίνουν πολύ πιο πέρα από την απλή θετική ανταπόκριση και καλύπτουν ένα ευρύτερο φάσμα συναισθημάτων. Δείτε τον Μάρκ Λόερ, πρόεδρο και διευθύνοντα σύμβουλο στην εταιρεία Sound View Technology, με έδρα το Κονέκτικατ. Στο χτύπημα της 11^{ης} Σεπτεμβρίου σκοτώθηκαν αρκετοί φίλοι, συνάδερφοι και συγγενείς εργαζομένων της εταιρείας του. Τις επόμενες ημέρες ο Λόερ, αντέδρασε προσκαλώντας όλους τους εργαζόμενους να έρθουν στην εταιρεία όχι για να δουλέψουν αλλά για να μοιραστούν τα συναισθήματά τους και να μιλήσουν γι' αυτά που μπορούσαν να κάνουν. Ο ίδιος ήταν διαρκώς στο πλευρό τους όσο εκείνοι θρηνούσαν, βοηθώντας τους να εκφράσουν τη θλίψη και την αγωνία τους. Κάθε βράδυ στις 9.45 μ.μ. έστελνε ηλεκτρονικά μηνύματα σε όλη την εταιρεία για την προσωπική πλευρά των εξελίξεων και των γεγονότων.

Ο Λόερ έκανε άλλο ένα βήμα. Ξεκίνησε μια συζήτηση για όσα μπορούσαν να κάνουν όλοι μαζί ώστε να βοηθήσουν πραγματικά και επιπλέον να βρουν κάποιο νόημα στη δράση τους. Αποφάσισαν ότι, αντί να κάνουν μια συνηθισμένη ομαδική δωρεά χρημάτων, θα αφιέρωναν όλα τα έσοδα της εταιρείας από τις πωλήσεις μια ημέρας στα θύματα της τραγωδίας. Κατά μέσο όρο, οι πωλήσεις της εταιρείας σε μια ημέρα κυμαίνονταν στο μισό εκατομμύριο δολάρια, το μέγιστο που είχαν επιτύχει ήταν ένα εκατομμύριο. Ωστόσο, όταν διέδωσαν το νέο στους πελάτες τους είχαν μια συγκλονιστική ανταπόκριση. Συγκέντρωσαν περισσότερα από έξι εκατομμύρια δολάρια σε μια μόνο μέρα!

Ο Λόερ συνέχισε τη θεραπευτική διεργασία ζητώντας από τους υπαλλήλους να δημιουργήσουν ένα είδος «βιβλίου αναμνήσεων», στο οποίο θα κατέγραφαν τις

σκέψεις, τους φόβους και τις ελπίδες τους για να μοιραστούν με τις επόμενες γενιές. Το αποτέλεσμα ήταν ένας χείμαρρος ποιημάτων, συγκινητικών αφηγήσεων και στοχασμών από ανθρώπους που μιλούσαν με την καρδιά τους».

Σε τέτοιες καταστάσεις καταστροφών όλοι νιώθουν την ανάγκη να στραφούν σε έναν ηγέτη για καθοδήγηση, κυρίως συναισθηματική. Επειδή ο τρόπος που βλέπει τα πράγματα, ασκεί επιρροή σε πλήθος ανθρώπων, έχει ειδικό βάρος, ο ηγέτης είναι ο άνθρωπος που καλείται να εμπνεύσει την ομάδα και να δώσει το νόημα που αναζητούν τα μέλη της σε κάθε κατάσταση. Ο Μάρκ Λόερ, όπως είδαμε στο περιστατικό που αναφέρεται παραπάνω, ανέλαβε με κουράγιο ένα από τα πλέον κρίσιμα συναισθηματικά καθήκοντα του ηγέτη: να βοηθήσει τον εαυτό του και τους ανθρώπους να βρουν νόημα και λογική σε μια κρίσιμη κατάσταση όπως αυτή της 11^{ης} Σεπτεμβρίου. Για να μπορέσει όμως να το κάνει αυτό χρειάστηκε να συντονιστεί και να εκφράσει την κοινή συναισθηματική πραγματικότητα έτσι ώστε όσα τελικά έπραξε και είπε να εναρμονίζονται σε βαθύτερο επίπεδο με όσα έκρυβαν οι άνθρωποι στην καρδιά τους.

Όπως προαναφέρθηκε, η «γνήσια ηγεσία» απαιτεί την εφαρμογή της συναισθηματικής νοημοσύνης στην πράξη. Θεμελιώδες καθήκον του ηγέτη αποτελεί η πρόκληση ενθουσιασμού, αισιοδοξίας και πάθους για τη δουλειά, καθώς και η καλλιέργεια κλίματος ομαδικότητας, συνεργασίας και εμπιστοσύνης. Σε μια προσπάθεια να εμβαθύνουμε αυτή τη διαπίστωση καταλήγουμε, ότι καθένας από τους τέσσερις βασικούς τομείς της συναισθηματικής νοημοσύνης – αυτοεπίγνωση, αυτοδιαχείριση, κοινωνική επίγνωση, διαχείριση σχέσεων – διαδραματίζει πρωταγωνιστικό ρόλο σε ένα επιτυχημένο πρότυπο ηγεσίας. Συγκεκριμένα, ο ηγέτης που δεν χειρίζεται καλά τα συναισθήματά του, μάλλον έχει ελάχιστη ή καμία επίγνωσή τους. Κι αν τα συναισθήματα αυτά είναι ανεξέλεγκτα, τότε θα αντιμετωπίσει σίγουρα πρόβλημα και με την διαχείριση των σχέσεών του με τους άλλους. Κι αυτό θα συμβεί γιατί αν δεν είμαστε ικανοί να κατανοήσουμε τα δικά μας συναισθήματα (αυτοεπίγνωση), τότε αδυνατούμε να κατανοήσουμε και των άλλων, γεγονός που θα οδηγήσει σε μια αποτυχημένη κοινωνική σχέση.

Αντίθετα, ένας ηγέτης που αναγνωρίζει τα δικά του συναισθήματα, είναι συντονισμένος με τα δικά του «εσωτερικά σήματα», αναπαράγουν τα θετικά τους στοιχεία, και ψάχνουν τρόπους να βελτιώσουν οτιδήποτε μπορεί να προκαλέσει δυσαρμονία στο περιβάλλον τους. Με αυτόν τον τρόπο, ο ηγέτης αντιλαμβάνεται και τις ανάγκες και τα συναισθήματα των γύρω του, τα οποία κατορθώνει να συντονίσει.

Επιγραμματικά λοιπόν, καταλήγουμε ότι, η αυτοεπίγνωση, διευκολύνει τόσο την ενσυναίσθηση, όσο και την αυτοδιαχείριση, ενώ με τη σειρά τους οι δύο αυτές ικανότητες, σε συνδυασμό, συμβάλλουν στον αποτελεσματικό χειρισμό των σχέσεων με τους άλλους (κοινωνική επίγνωση / διαχείριση σχέσεων). Επομένως, η συναισθηματικά ευφυής ηγεσία οικοδομείται πάνω στα θεμέλια της αυτοεπίγνωσης. Αυτή η αλληλεξάρτηση μεταξύ των τεσσάρων βασικών τομέων της συναισθηματικής νοημοσύνης σε πρώτη φάση, και μεταξύ αυτών και της ηγεσίας εν συνεχεία, έχουν μεγάλη σημασία και στην πράξη, αφού αποτελούν τα βασικά συστατικά της αποτελεσματικής γνήσιας ηγεσίας – της αρμονίας.

4. ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ

Όσα θα ακολουθούσουν είναι μια παρέμβαση που απευθύνεται σε γυναίκες που πάσχουν ή αναρρώνουν από καρκίνο του μαστού. Στόχος της παρέμβασης είναι η ανάπτυξη των διαστάσεων της συναισθηματικής νοημοσύνης και η αύξηση της ποιότητας ζωής. Το δείγμα που μπορεί να πάρει μέρος σε αυτήν την παρέμβαση είναι γυναίκες, όλων των ηλικιών, που πάσχουν από καρκίνο του μαστού ή βρίσκονται στην φάση θεραπείας. Η παρέμβαση μπορεί να γίνει σε νοσοκομειακό περιβάλλον δημόσιο ή ιδιωτικό.

Οι συνεδρίες από τις οποίες αποτελείται η παρέμβαση είναι 9 και οι συναντήσεις των συμμετεχόντων μπορούν να γίνονται δυο φορές τον μήνα για να μπορούν οι συμμετέχοντες να μην απασχολούνται πολλές ώρες από αυτό το πρόγραμμα αλλά και για να έχουν χρόνο να επεξεργαστούν αυτά που έγιναν στην προηγούμενη συνεδρία. Οι στόχοι και οι εργασίες κάθε συναντήσεις διαφέρουν, θα γίνει παρακάτω μια παρουσίαση όλων των συναντήσεων της παρέμβασης.

1^η συνεδρία: Στόχος σε αυτή την πρώτη συνεδρία είναι η γνωριμία των συμμετεχόντων μεταξύ τους και με τους εκπαιδευτές καθώς και η πληροφόρηση τους για το πρόγραμμα και τις διαδικασίες που θα πραγματοποιηθούν.

Σε αυτή την συνεδρία οι συμμετέχοντες παίρνουν ο ένας συνέντευξη από τον άλλο με στόχο να εισαχθούν ομαλά όλοι στην ομάδα και συντάσσουν μια σύμβαση μυστικότητας μεταξύ τους για να εξασφαλίσουν την εχεμύθεια των άλλων. Επίσης, συζητάνε για τα καθημερινά προβλήματα και πως αυτά σχετίζονται με την ασθένεια.

2^η συνεδρία: Στόχος σε αυτή τη συνεδρία είναι να υπάρξει βελτίωση στις αντιλήψεις του άτομου για τα αλλά άτομα και τα συναισθήματα τους.

Στην αρχή αυτής της συνεδρίας οι συμμετέχοντες συζητάνε για τα συναισθήματα που βίωσαν στην προηγούμενη συνεδρία. Στην συνέχεια οι συμμετέχοντες προσπαθούν με τους εκπαιδευτές ή τον εκπαιδευτή να καθορίσουν τα συναισθήματα καθώς και την σχέση του συναισθήματος με την σκέψη και την συμπεριφορά που βίωσαν σε κάποιες στιγμές στην ζωή τους. Τα μέλη της ομάδας καταγράφουν τα συναισθήματα σε ένα χαρτί και ύστερα τους αποδίδουν χαρακτηρισμούς ανάλογα με το εάν ήταν ένα ‘κάλο’ ή ένα ‘κακό’ συναίσθημα αυτό που βίωσαν. Στο τέλος αυτής της συνεδρίας, οι συμμετέχοντες έχουν ως άσκηση για το σπίτι να καταγράφουν τα συναισθήματα που βιώνουν μέχρι την επομένη συνάντηση.

3^η συνεδρία: στόχο έχει να γίνει παρουσίαση των συναισθημάτων και της έντασης με την όποια αυτά μπορούν να εμφανιστούν.

Σε αυτή την συνεδρία οι συμμετέχοντες μιλούν για το πώς βίωσαν την προηγούμενη συνεδρία και την εμπειρία της εργασίας για το σπίτι. Στην συνέχεια γίνεται παρουσίαση των εντάσεων που μπορεί να έχει ένα συναίσθημα. Επίσης γίνεται διαχωρισμός των συναισθημάτων σε βασικά και πολύπλοκα. Οι συμμετέχοντες μπορούν σε αυτή την συνεδρία να μιλήσουν για μια προσωπική τους εμπειρία και μέσω της αποκαλύψεις συναισθημάτων να βελτιώσουν την αντίληψη τους για αυτά. Τέλος οι συμμετέχοντες μπορούν να εξασκηθούν στο να αντιλαμβάνονται σωστά τα συναισθήματα των άλλων όπως αυτά παρουσιάζονται μέσα από ταινίες ή φωτογραφικό υλικό.

4^η συνεδρία: Στόχος αυτής της συνεδρίας είναι να μάθουν οι συμμετέχοντες να εκφράζουν με τον κατάλληλο τρόπο και στην κατάλληλη στιγμή τα συναισθήματα τους.

Η ομάδα σε μια πρώτη φάση συζητάει για το πώς βίωσε την εμπειρία της προηγούμενης συνάντησης. Στην συνέχεια ακόλουθη συζήτηση για το πώς επηρεάζει η έκφραση των συναισθημάτων της ανθρώπινες σχέσεις και αναλύονται οι ατομικές διαφορές ανάμεσα στους συμμετέχοντες για το πώς εκφράζουν τα

συναισθήματα τους στην καθημερινότητα. Τέλος, δίνεται στους συμμετέχοντες ως εργασία για το σπίτι, να παρατηρήσουν τους στενούς συγγενείς και φίλους τους, να καταγράψουν τα συναισθήματα που εξέφραζαν και να τα χαρακτηρίσουν.

5^η συνεδρία: Στόχος σε αυτό το σημείο της παρέμβασης είναι η διαχείριση των συναισθημάτων.

Η ομάδα, αφού συζητήσει για την εμπειρία της προηγούμενης συνάντησης, εστιάζει στις διαφορές που παρουσιάζουν τα μέλη της στην διαχείριση των συναισθημάτων και πως αυτή η διαχείριση συμβαδίζει με την συμπεριφορά. Στην συνέχεια οι συμμετέχοντες μπορούν με την μορφή role play μπορούν να δουν και να βιώσουν παραδείγματα διαχείρισης συναισθημάτων .

6^η συνεδρία: Στόχος είναι η βελτίωση της ενσυναίσθησης, δηλαδή του να ακούς με προσοχή τον άλλο, γι' αυτό μαθαίνουν και κάποιες αντιδράσεις, κινήσεις ή εκφράσεις του προσώπου που επιδεικνύουν ενσυναίσθηση.

Οι συμμετέχοντες, στην αρχή, συζητάνε για την εμπειρία της προηγούμενης συνάντησης ενώ στην συνέχεια οι εκπαιδευτές κάνουν μια επίδειξη ενσυναίσθησης και μετά γίνεται συζήτηση για τα χαρακτηριστικά της ενσυναίσθησης, την λειτουργία της μέσα στις σχέσεις και την αποτελεσματικότητα της. Οι συμμετέχοντες με την σειρά τους προσπαθούν να χρησιμοποιήσουν δεξιότητες ενσυναίσθησης ενώ του δίνεται και εργασία για το σπίτι να καταγράψουν το εάν στις συναντήσεις τους με άλλους ανθρώπους χρησιμοποιούν ενσυναίσθηση.

Στην **7^η συνεδρία** στόχος είναι οι συμμετέχοντες να αποκτήσουν κίνητρα και αυτοπαρωθητικές ικανότητες για να δείχνουν, στην καθημερινή τους ζωή και ομιλία, εμπιστοσύνη

Οι εκπαιδευτικοί κάνουν επίδειξη κινήτρων και δίνουν πληροφορίες για αυτά, όπως εάν είναι εσωτερικά ή εξωτερικά και πως μπορούν να αυξηθούν τα κίνητρα ενός ανθρώπου. Η ομάδα κάνει χρήση κινήτρων και μέσω role play κάνει χρήση παρωθητικών λέξεων.

8^η συνεδρία: Στόχος της προτελευταίας συνάντησης είναι να χρησιμοποιούνται συναισθήματα στην καθημερινή ζωή. Πιο συγκεκριμένα, υπάρχει επικέντρωση στις διαφορετικές φόρμες συμπεριφοράς και πως χρησιμοποιούν τα συναισθήματα. Σε αυτή τη συνεδρία μπορούν να εκφραστούν και σκέψεις για την φιλία και να αναπτύξουν δεξιότητες για την διαχείριση των σχέσεων.

Η ομάδα, στην αρχή, συζητάει για την εμπειρία της προηγούμενης συνάντησης, ενώ στην συνέχεια συζητάνε για την σπουδαιότητα των κοινωνικών σχέσεων και των συναισθημάτων. Οι συμμετέχοντες αναφέρουν προσωπικές τους εμπειρίες και με role play κάνουν χρήση λέξεων που χρησιμοποιούν με φίλους και μη φιλικών λέξεων λαμβάνοντας υποψιν και την συμπεριφορά τους.

Στην **9^η συνεδρία** οι συμμετέχοντες μοιράζονται τα συναισθήματα, τις εντυπώσεις και τις εμπειρίες τους από το πρόγραμμα ενώ αξιολογούν το πρόγραμμα σχετικά με τις αλλαγές που επέφερε στην ζωή τους.

Στην τελευταία συνεδρία γίνεται μια τελική αποτίμηση των όσων πραγματοποιήθηκαν στο πρόγραμμα. Πέρα από την συζήτηση οι συμμετέχοντες μαθαίνουν τεχνικές χαλάρωσης.

6. ANTI ΕΠΙΛΟΓΟΥ

Με αναφορά στα κριτήρια που έθεσαν οι Matthews, Zeidner & Roberts (2005) για την καταλληλότητα μιας θεωρίας ώστε να μπορεί να χαρακτηριστεί ως επιστημονικό πεδίο οδηγούμαστε στο συμπέρασμα ότι η συναισθηματική νοημοσύνη σαν έννοια και θεωρία δεν έχει ακόμη καθιερωθεί και δεν έχει την καθολική αποδοχή της επιστημονικής κοινότητας. Παρότι οι έρευνες, τα δεδομένα και οι πληροφορίες γύρω από αυτή την έννοια συνεχώς αυξάνονται, υπάρχουν ακόμα παράμετροι της ανθρωπίνης γνωστικής και μη- γνωστικής δραστηριότητας που δεν έχουν συσχετιστεί με αυτήν την έννοια. Επίσης κάποιες παράμετροι των θεωρητικών υποθέσεων δεν φαίνεται να επιβεβαιώνεται. Οι ασάφειες που προκύπτουν από τα θεωρητικά και τα ερευνητικά δεδομένα για την συναισθηματική νοημοσύνη έχει δημιουργήσει ένα κλίμα «πολεμικό» ανάμεσα στους υποστηρικτές και τους πολεμίους αυτής της έννοιας. Σε γενικές γραμμές τα όργανα αποτίμησης της συναισθηματική νοημοσύνη παρουσιάζουν ικανοποιητική αξιοπιστία, δεδομένης όμως της απουσίας εννοιολογικής συναίνεσης δεν υπάρχει αξιοπιστία για την ίδια την εννοιολογική κατασκευή την οποία πρεσβεύουν.

Η συναισθηματική νοημοσύνη δεν έχει βρει ακόμα έναν πλήρη και καθολικό ορισμό και η σχέση της με την γνωστική νοημοσύνη δεν είναι ξεκάθαρη, παρά το γεγονός ότι γίνονται προσπάθειες εύρεσης της συσχέτισης ή διαφοροποίησης της με άλλες πτυχές της νοημοσύνης (κοινωνική, γνωστική, πρακτική, κοκ) ή της προσωπικότητας. Έτσι τα ερευνητικά δεδομένα παρέχουν συνήθως αποτελέσματα οριακά για το εάν και κατά πόσο η συναισθηματική νοημοσύνη μπορεί να έχει αυτόνομη εννοιολογική δομή, με βάση την όποια θα μπορούσαν να ερμηνευτούν πτυχές της ανθρωπίνης νοητικής ικανότητας ή

προσωπικότητας. Τα όργανα μέτρησης της συναισθηματικής νοημοσύνης, και οι έρευνες που έχουν γίνει με αυτά, μας παρέχουν διαφορετικές συσχετίσεις, επικαλύψεις και διαφορετική προσθετική αξία για κάθε ένα από αυτά. Η διαφορά μεταξύ του μικτού μοντέλου και του μοντέλου των δεξιοτήτων για τη συναισθηματική νοημοσύνη εξακολουθεί να παραμένει αγεφύρωτη επαναδιατυπώνοντας το συμπέρασμα των Petrides & Furnham(2000) ότι τα δύο αυτά μοντέλα μετρούν κάτι το διαφορετικό.

Η συναισθηματική νοημοσύνη, βάση ερευνών, συνδέεται με κάποιες πτυχές της ανθρωπίνης δραστηριότητας, όπως η ακαδημαϊκή επίδοση, η επίδοση στην εργασία και τις ηγετικές ικανότητες. Ωστόσο, σύμφωνα με τους Matthews, Zeidner & Roberts (2000, 2001, 2005), δεν υπάρχουν σαφείς ερμηνείες του πώς κάποιες πτυχές της συναισθηματικής νοημοσύνης βοηθούν το άτομο στην επιτυχία και προσαρμογή στο κοινωνικό περιβάλλον ούτε και τι συμβαίνει εάν κάποια χαρακτηριστικά της προσωπικότητας του ατόμου που είναι βοηθητικά σε ένα είδος περιβάλλοντος μετατραπούν σε αρνητικά σε ένα άλλο. Πέραν τούτου, η θεωρία της συναισθηματικής νοημοσύνη παρά το γεγονός ότι παρέχει τεκμήρια σε επίπεδο νευρολογίας και εγκεφαλικής αρχιτεκτονικής δεν παρέχει επαρκείς επεξηγήσεις στη βάση των ατομικών διαφορών για το πώς και γιατί παρουσιάζονται διαφορές συναισθηματικού χειρισμού του γνωστικού συστήματος.

Εκπαιδευτικά προγράμματα για την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης έχουν επιχειρηθεί σε διάφορους πληθυσμούς και κυρίως στον τομέα των μεγάλων επιχειρήσεων καθώς και στον εκπαιδευτικό τομέα. Στον πρώτο τομέα υπάρχει μια δεξαμενή αποτελεσμάτων που συνηγορούν στην αξία του μοντέλου. Στον τομέα της εκπαίδευσης υπάρχει και πάλι μια πληθώρα προγραμμάτων τα οποία θεωρούνται ότι εντάσσονται στο μοντέλο της συναισθηματικής νοημοσύνης. Τα προγράμματα που αφορούν στην εκπαίδευση δεν είναι απόρροια κάποιας συγκεκριμένης θεωρητικής βάσης αλλά έχουν δομηθεί για να εξυπηρετούν

σκοπούς (όπως οι κοινωνικές δεξιότητες και η διαχείριση θυμού) και η αξία τους δεν έχει αποτιμηθεί με έγκυρο τρόπο.

Παρόλα αυτά η συναισθηματική νοημοσύνη πάρα την κριτική που υφίσταται αποτελεί έναν αναπτυσσόμενο επιστημονικό κλάδο γιατί αποτελεί έντονο πεδίο αντιπαράθεσης αλλά και γόνιμο έδαφος για περαιτέρω ερεύνα αλλά και γιατί χρησιμοποιεί την επιστημονική ερευνητική μεθοδολογία. Μέσα από αυτές τις διαδικασίες η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης προσπαθεί να αποκτήσει την τελική της μορφή και ένα ενιαίο εννοιολογικό υπόβαθρο. Ας θεωρήσουμε λοιπόν την συναισθηματική νοημοσύνη ως μια επιστημονική μεν έννοια η οποία βρίσκεται ακόμη στη διαδικασία της δημιουργίας της. Με βάση το συμπέρασμα αυτό διατηρούμε ακόμη την επιφύλαξη των Kaufman & Kaufman(2001) ότι η θεωρία δεν έχει ακόμη ωριμάσει αρκετά για την εφαρμογή της για κλινικούς, εργασιακούς ή εκπαιδευτικούς σκοπούς. Συνεπώς η χρήση της πρέπει να γίνεται με φειδώ και κάθε βήμα να σχεδιάζεται προσεκτικά πριν προβαίνουμε σε μεγάλοστομες διακηρύξεις περί αποτελεσματικότητας της.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Annamaria Di Fabio and Letizia Palazzeschi (2008). Emotional intelligence and self-efficacy in a sample of Italian high school teachers, *Social Behaviour and Personality*, 2008, 36 (3), 315-326.
- Annamaria Di Fabio, Letizia Palazzeschi (2009). An in-depth look at scholastic success: Fluid intelligence, personality traits or emotional intelligence? *Personality and Individual Differences* 46 581–585.
- Appelbaum, S. A. (1973). Psychological mindedness: Word, concept, and essence. *International Journal of Psycho-Analysis*, 54, 35-46.
- Arnoff (2006). How we recognize angry and happy emotion in people, places and things. Michigan State University.
- Arsenio, W. F. (2003). Emotional intelligence and the intelligence of emotions: A developmental perspective on mixed EI models. *Human Development*, 46, 97-103.
- Ashforth, B., & Humphrey, R. (1995). Emotion in the workplace: A reappraisal *Human Relations*, 48(2197-125).
- Ashkanasy, N.M. (2002). *Emotions in Groups, Organizations and Cultures*. Publisher: Emerald Group Publish Ltd.
- Atkinson Rita et al (2003). Εισαγωγή στην ψυχολογία του Hilgard. Αθήνα, εκδόσεις Παπαζήση.
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, Inc.
- Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. In R. Bar-On, & J. D. A. Parker (Eds.), *The Handbook of Emotional Intelligence* (pp. 363-388). San Francisco: John Willey & Sons, Inc.
- Bar-On, R. (2005). The Bar-On model of emotional-social intelligence. In P.
- Bedwell, S. (2003). *Emotional Judgment Inventory (EJI): Administration and technical manual*. Institute for Personality and Ability Testing, Inc. Champaign, IL.
- Boyatzis, R. E., Goleman, D., & Rhee, K. S. (2000). Clustering competence in emotional intelligence. In R. Bar-On, & J. D. A. Parker (Eds.), *The Handbook of Emotional Intelligence* (pp. 343-362). San Francisco: John Willey & Sons, Inc.
- Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Difference*, 28, 539-561.
- Caruso, D. R. & Wlfe, C. J. (2001). Emotional intelligence in the workplace. In
- Cattell, R. B. (1971). *Abilities: Their structure, growth, and measurement*. Boston: Houghton Mifflin.

- Ciarrochi, J. Forgas, J. P. & Mayer, J. D. (Eds.), *Emotional Intelligence in Everyday life* (pp. 150-167). New York: Psychology Press. Ciarrochi, J. V., Chan, A. Y. C., & Chan, A. Y. C. & Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28, 539-561
- Cole Michael et al (2002). Η ανάπτυξη των παιδιών. Η αρχή της ζωής: εγκυμοσύνη, τοκετός, βρεφική ηλικία. Αθήνα, εκδόσεις Τυπωθήτω.
- Cooper, R. K., & Sawaf, A. (1997). *Executive EQ: Emotional intelligence in leadership and organizations*. New York: Putnam.
- Daniel Goleman, «Η συναισθηματική νοημοσύνη – Γιατί το “EQ” είναι πιο σημαντικό από το “IQ”», εκδ. Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1998.
- Daniel Goleman, Richard Boyatzis, Annie McKee, «Ο νέος ηγέτης – Η δύναμη της συναισθηματικής νοημοσύνης στη διοίκηση των οργανισμών», εκδ. Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 2002.
- Davies, M., Stankov, L., & Roberts, R. D. (1998). Emotional Intelligence: In search of an elusive construct. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 989-1015.
- Derksen, J., Kramer, I., & Katzko, M. (2002). Does a self-report measure for emotional intelligence assess something different than general intelligence? *Personality and Individual Differences*, 32, 37-48.
- Drusket, V.U., & Wolff, S.B. (2001). *Group emotional intelligence and its influence on group effectiveness*. In C. Cherniss and Goleman (eds.), *The emotionally intelligent workplace*. Francisco: Jossey- Bass.
- Ferre et al. *Encyclopedia de la psychology* (-). Barcelona, MMI Oceano Grupo Editorial, S.A.
- Freedman, J. (2007) *Crossing the Cultural Divide with Emotional Intelligence, Performance Management*, http://www.talentmgt.com/performance_management/2007/March/274
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind*. New York: Basic Books.
- Guleryuz, G., Guney, S., Aydın, E. M., & Asan, O. (in press). The mediating effect of job satisfaction between emotional intelligence and organisational commitment of nurses: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*.
- Hofstede, G. (1980). *Culture's Consequences*, Beverly Hills, CA: Sage
- Horn, J. L. (1988). Thinking about human abilities. In J. R. Nesselroade & R. B. Cattell (Eds.), *Handbook of multivariate experimental psychology* (2nd ed., pp. 45–685). New York: Plenum
- Hunter, J. E., & Hunter, R.F. (1984). Validity and utility of alternative predictors of job performance. *Psychological Bulletin*, 76(1), 72-93.
- Hupka et al (2002). Comparison of associative meaning of the concepts of anger, envy, fear, romantic jealousy, and sadness between English and Korean. Northern Illinois University, California State University, Long Beach.

- John E. Barbuto jr., Mark E. Burbach (2006). The Emotional Intelligence of Transformational Leaders: A Field Study of Elected Officials. *The Journal of Social Psychology*, 2006, 146(1), 51-64.
- Kaufman, A. & Kaufman, J. (2001). Emotional intelligence as an aspect of general intelligence: What would David Wechsler say? *Emotion*, 1 (3), 258-264.
- Lam, L. T. & Kirby, S. L. (2002). Is emotional intelligence an advantage? An exploration of the impact of emotional and general intelligence on individual performance. *Journal of Social Psychology*, 142 (1), 133-143.
- Lane, R. D., & Schwartz, G. E. (1987). Levels of emotional awareness. A cognitive developmental theory and its application to psychopathology. *American Journal of Psychiatry*, 144, 133-143.
- LeDoux, J. E. (1989). Cognitive-emotional interactions in the brain. *Cognition and Emotion*, 3, 267-389.
- Markus, H.R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the Self: Implications for Cognition, Emotion, and Motivation. *Psychological Review*, 19, 58-76.
- Matarazzo, J.D. (1972). *Wechsler's measurement and appraisal of adult intelligence* (5th ed.). New York: Oxford University Press.
- Matthews, G. Zeidner, M., & Roberts, R. (2005). Emotional Intelligence. An elusive ability? In Wilhem, O. & Randal., E. (eds). *Handbook of understanding and measuring intelligence*. USA: Sage Publications.
- Matthews, G., Zeidner, M., & Roberts, R.D. (2002). *Emotional Intelligence: Science and Myth*. Cambridge, MA: The MIT press.
- Mayer J., Caruso D., Salovey P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27, 267-298.
- Mayer J., Salovey P., Caruso D. (2000). Models of emotional intelligence. In R.J. Sternberg (Ed.) *Handbook of Human Intelligence*. (pp.396-420). New York: Cambridge University Press.
- Mayer, J.D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & Sluyter, D. (Eds.) *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp.3-31). New York: Perseus Book Group.
- Mayer, J.D., DiPaolo, M. & Salovey, P. (1990). Perceiving Affective Content in Ambiguous Visual Stimuli: A Component of Emotional Intelligence. *Journal of Personality Assessment*, 54, 772-781.
- Newsome, S., Day, A. L., & Catano, V. M. (2000). Assessing the predictive validity of emotional intelligence. *Personality and Individual Difference*, 29, 1005-1016.
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2000). *On the dimensional structure of emotional intelligence*. San Francisco: Jossey-Bass
- Petrides, K., & Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioral validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood instruction. *European Journal of Personality*, 17, 39-57.

- Petrides, K. V. & Furnham, A. (2001). Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448.
- Ree, M.J., & Earles, J.A. (1992). Intelligence is the best predictor of job performance. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 86-89.
- Rusch (2004). Cross-Cultural Variability of the semantic domain of emotion terms : an examination of English shame and embarrass with Japanese hazukashii. Vanguard University of Southern California.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185–211
- Satish P. Deshpande, Jacob Joseph(2009). Impact of Emotional Intelligence, Ethical Climate, and Behavior of Peers on Ethical Behavior of Nurses. *Journal of Business Ethics* (2009) 85:403–410
- Schutte, N., Malouff, J., Hall, L., Haggerty, D., Cooper, J., Golden, C., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177 Science Curriculum, Stone-McCown
- Sifneos, P. E. (1967). Clinical observations on some patients suffering from a variety of psychosomatic diseases. *Acta Medicina Psychosomatica*, 21, 133-136.
- Singelis, Th. (1994) The Measurement of Independent and Interdependent Self-Construals, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, p. 580-591.
- Sternberg, R. J. (1996). *Successful intelligence: How practical and creative intelligence determine success in life*. New York: Simon and Shuster
- Sue Campbell Clark, Ronda Callister, Ray Wallace (2003). Undergraduate Management Skills Courses And Students' Emotional Intelligence. *Journal of Management Education* 2003; 27; 3
- Thomas, D. (2006) Domain and Development of Cultural Intelligence: The Importance of Mindfulness, *Group Organization Management*, 31, 78. p. 78-99.
- Thorndike, E.L. (1920). Intelligence and its uses. *Harper's Magazine*. 140, 227-235.
- Triandis, H.C. (1994). Theoretical and Methodological Approaches to the Study of Collectivism and Individualism. In U. Kim, H.C. Triandis, C. Kagitcibasi, & G. Yoon (Eds), *Individualism and Collectivism: Theoretical and Methodological Issues*, 41-51, Thousand Oaks, CA: Sage
- Trompenaars, F. & Woolliams, P. (2000). *When two Worlds Collide*. Amsterdam: THT, Intercultural Management Consulting.
- Vegetti M., *Ιστορία της Αρχαίας Φιλοσοφίας*, μτφρ. Γ.Α. Δημητρακόπουλος, εκδ. Π. Τραυλός, Αθήνα 2000.
- Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2001). Slow down, you move too fast: Emotional intelligence remains an “elusive” intelligence. *Emotion*, 1, 265-275

- Zeidner, M., Roberts, R. & Matthews, G. (2002). Can Emotional Intelligence Be Schooled? A Critical Review. *Educational Psychologist*, 37 (4), 215-231.
- Δήμας Π, «Η φιλοσοφία του Πλάτωνα», στο: Σ. Βιρβιδάκης, κ.ά., *Ελληνική Φιλοσοφία και Επιστήμη: από την αρχαιότητα έως τον 20ο αιώνα*, Εκδόσεις: ΕΑΠ, Πάτρα 2000.
- Πλατσίδου, Μ. (2009). Χαρακτηριστικά των εφήβων με υψηλή, μέση και χαμηλή συναισθηματική νοημοσύνη. *Επιστημονική Επετηρίδα της Ψυχολογικής Εταιρείας Βορείου Ελλάδας*, τόμος Γ΄.
- Τριλιβα, Σ. & Πούλου, Μ. (2004). Συναισθηματική Νοημοσύνη: Ορισμοί, Εννοιολογικά Μοντέλα και Προβληματισμοί. *Επετηρίδα τμήματος ψυχολογίας: Ελεύθερα*. Τόμος 1.