

ベーシック編 1. EQを学ぶ



What Is EQ ?

1. EQの歴史 2. EQ概論 3. なぜビジネスにEQ？

株式会社 EQ
Nao Takayama



Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.

EQの歴史

Emotional Intelligence Quotient



Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.

紀元前1世紀～4世紀

汝が感情に支配されないように、
汝が感情を支配せよ

“Rule your feelings lest your feelings rule you.”

B.C.1世紀のストア哲学者
パブリリウス・サイラス

情動に関する研究



情動は確実に存続する

- 必要な行動を起こす活力を与える
- 貴重な情報を知らせる

チャールズ・ダーウィン
「人間と動物における情動」
(1872年)

EQに関する歴史

| | |
|----------|--|
| 1905年 | ビネー・シモン知能尺度発表 |
| 1970年代 | AI(人工知能)、認知、感情分野での研究が進む |
| 1983年 | ハワード・ガードナー「Multiple Intelligence」発表 |
| 1990年 | P.サロベイ & J.メイヤー「Emotional Intelligence」理論発表 |
| 1993年 | 研究誌「Intelligence」を編集 |
| 1995年 | D.ゴールマン「Emotional Intelligence」発売ベストセラーに |
| 1995年10月 | 「TIME」の特集記事、IQと対比してEQという言葉が使用される |
| 1996年 | D.ゴールマン日本語翻訳本「EQ心の知能指数」発売 |



EQの誕生

エール大学のピーター・サロベイ博士(現学長)と
ニューハンプシャー大学のジョン・メイヤー博士が
1990年に論文 “*Emotional Intelligence*”
で発表した概念



情動が私たちの行動に重大な影響を与えている
情動をうまく管理し、利用することは、知能である

EQの広がり



日本経済新聞出版社:刊
新発売！
2020年1月17日



東洋経済新報社:刊
2003/12/18初版(現18刷)



Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.

脳トレからEトレへ

任天堂DSで登場！

「EQトレーナー」
～できる大人のコミュニケーション術～



「魅力改革」
こころの魅力が人の気持ちを動かす！



Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.

EQ 概論

EQ理論提唱者



Dr. Peter Salovey (Ph.D)
(President of Yale Univ.)



Dr. John D. Mayer (Ph.D)



Copyright © EQ Co., Ltd. All Right Reserved.

能力4: Manage (感情の調整)

気持ちを活かす

他の3つの能力を発揮し、望ましい
決定をするために感情を活用する

能力1: Identify (感情の識別)

気持ちを感じる

自分と相手の感情を識別する

気持ちを考える

今起こっている感情の原因を
理解し、その変化を予測する

気持ちをつくる

問題・課題を解決するために
感情を生み出す

能力3: Understand (感情の理解)

能力2: Use (感情の利用)



Copyright © EQ Co., Ltd. All Right Reserved.

WHAT IS EMOTIONAL INTELLIGENCE?①

We define emotional intelligence as the subset of social intelligence that involves *the ability to monitor one's own and other's feelings and emotion, to discriminate among them and to use this information to guide one's thinking and actions.*

~

We hope to reveal the implication of this scattered set of findings that have not yet been appreciated: that there is a set of conceptually related mental processes involving emotional information. The mental processes include a) appraising and expressing emotions in the self and others, b) regulating emotion in the self and others, c) using emotions in adaptive ways.

■ Emotional Intelligence の定義

情動知能(EQ)は、社会的(対人関係における)知能の一部を構成しており、“自己および他者の情動を観察(モニター)し、識別したうえで、そこから得られた情報を用いて、自分の思考や行動を方向づける能力”が含まれている。

Salovey,P & Mayer,J.D 1990 Emotional Intelligence. *Imagination,Cognition and Personality*, Vol.9 , 185-211



Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.

WHAT IS EMOTIONAL INTELLIGENCE?②

But this(1990年の定義) and other earlier definitions now seem vague in places and impoverished in the sense that they talk only about perceiving and regulating emotion, and omit thinking about feelings.

A revision that corrects these problems is as follows:

Emotional Intelligence involves the ability to perceive accurately, appraise, and express emotion; the ability to access and / or generate feelings when the facilitate thought; the ability to understand emotion and emotional knowledge; and the ability to regulate emotions to promote emotional and intellectual growth.

■ 改訂版Emotional Intelligence の定義

情動知能(EQ)とは、情動を正確に知覚し、評価し(appraise)、表現する能力、思考を促進するように気持ちを利用したり生成できる能力、情動を理解し、情動に関する知識を利用する能力、情動的・知的成長を促進するために情動を制御する能力を含む。

Mayer,J.D & Salovey,P 1997 What is emotional intelligence? Salovey,P.& Sluyter,D.(Eds)
Emotional development and emotional intelligence:Educational implications. New York:
Basic Books



Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.

WHAT IS EMOTIONAL INTELLIGENCE?③

Emotional intelligence refers to an ability to recognize the meaning of emotions and their relationships, and to reason and problem solve on the basis of them.

Emotional intelligence is involved in the capacity to perceive emotions, assimilate emotion-related feelings, understand the information of those emotions, and manage them(Mayer & Salovey, 1997; Salovey &Mayer,1990) .

■ 集約定義

情動知能(EQ)とは、情動の意味および複数の情動の間の関係を認識する能力、ならびにこれらの認識に基づいて思考し、問題を解決する能力を言う。

情動知能は、情動を知覚・識別する能力、情動から生じる感情を消化する能力、情動からの情報を理解する能力、情動を管理する能力が含まれている。

Mayer,J.D., Caruso,D., & Salovey,P 1999 Emotional intelligence meets traditional standard for an intelligence. *Intelligence*, 27 ,267-298.

Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.



なぜビジネスにEQが有効か



Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.

太郎さんと次郎さんの兄弟

太郎さんが**3時間**で出来る仕事
次郎くん**2時間**で出来る仕事
二人が協力するとこの仕事は何時間で
終わるでしょう？

1. 15分 2. 1時間12分 3. 5時間

ビジネスは**情**と**理**で動いている

■情:EQ(感じる)

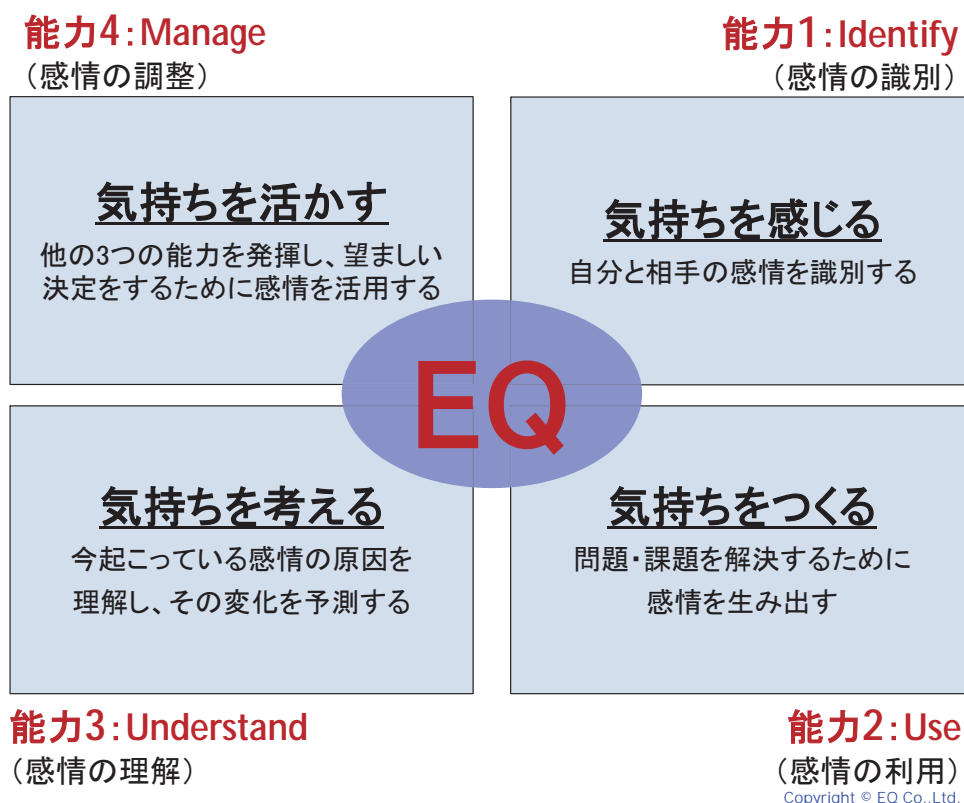
■理:IQ(考える)



EQはビジネスの成果に関係する



Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.

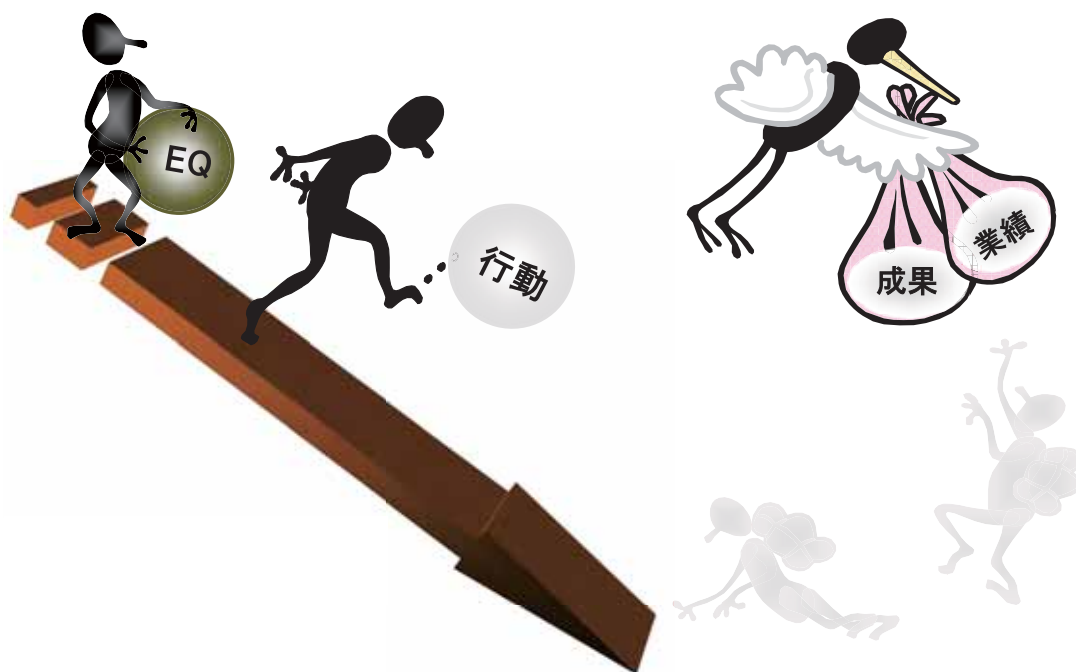


Copyright © EQ Co.,Ltd. All Right Reserved.

EQ発揮行動は成果に結びつく



EQを発揮できないと行動は…



EQはビジネスの成果に関係します

**次回、ベーシック編2
「感情を知る」で、
お会いしましょう！**

たかやま なお

