

情绪智力：理论基础、测量工具与实证研究综述

任双

西北师范大学

DOI:10.12238/er.v8i6.6123

[摘要] 情绪智力自提出以来，经历了概念形成、理论发展和实证研究三个阶段。核心理论模型包括能力模型、混合模型和特质模型。测量工具主要有自我报告测量和最大表现测量。情绪智力对教育实践和心理健康等领域具有重要影响。未来研究应关注跨文化适应性、神经机制探索以及在实际应用中的深化。

[关键词] 情绪智力；理论模型；情绪智力测量

中图分类号：B848.5 文献标识码：A

A Comprehensive Review of Emotional Intelligence: Theoretical Foundations, Measurement Tools, and Empirical Research

Shuang Ren

Northwest Normal University

Abstract: Emotional Intelligence (EI) has evolved through three distinct phases since its inception: conceptual formation, theoretical development, and empirical investigation. The core theoretical frameworks predominantly encompass the ability model, the mixed model, and the trait model. Measurement methodologies are broadly categorized into self-report inventories and maximum-performance assessments. Empirical evidence substantiates EI's significant impact across domains including educational practices and psychological well-being. Future research trajectories should prioritize cross-cultural validation, neurocognitive mechanism exploration, and optimization of practical applications in real-world contexts.

Keywords: Emotional Intelligence; Theoretical Model; Measurement of Emotional Intelligence

1 引言

情绪智力 (Emotional Intelligence, EI) 作为心理学领域的一个重要概念，自 20 世纪 90 年代初被正式提出以来一直受到广泛关注和深入研究。情绪智力不仅揭示了人们在处理情绪信息方面的能力差异，还强调了情绪在个体成功和人际关系中的重要作用。本研究综述旨在综合分析情绪智力的理论基础、研究现状，为后续研究和实践提供有价值的参考。

2 情绪智力的概念界定

情绪智力的定义经历了多次演变和发展。桑代克的社会智力概念为情绪智力的研究提供了初步的理论基础。随后，Gardner 的多元智力理论进一步发展了情绪智力的概念，将内省智力和人际智力作为情绪维度成分包含在内^[1]。然而，这些理论并未直接提出情绪智力的概念。

直到 1990 年，Salovey 和 Mayer 才正式提出了情绪智力的概念，并将其定义为个体监控自己及他人的情绪和情感，并识别、利用这些信息指导自己的思想和行为的能力^[2]。这一定义强调了情绪智力在个体思想和行为中的指导作用。此后，情绪智力的定义逐渐丰富和完善，在情绪智力的概念阐

释层面，Bar-On (1997) 与卢家楣 (2005) 分别构建了差异化理论视角^[3]。前者将这一心理特质阐释为整合性适应系统，涵盖情绪调适、人格特质及社会互动三大功能模块，构成个体应对环境压力的核心心理资源；后者则聚焦情感活动的操作机制，将其解构为以情绪信息加工为核心的特异性能力体系，强调该概念在情感任务完成中的枢纽作用。

尽管情绪智力的定义存在多种表述，但核心要素基本一致，即情绪智力涉及个体对情绪的认识、理解、管理和表达等方面，这些能力共同构成了情绪智力的基础，使其在个体成功和人际关系中发挥着重要作用。

3 情绪智力的理论模型及测量工具

情绪智力的理论模型主要包括能力模型 (Ability Model)、混合模型 (Mixed Model) 以及特质模型。其测量工具主要有两类，一类是自我报告测量，另一类是最大表现测量。

3.1 能力模型

由 Salovey 与 Mayer 主导构建的能力模型，经过 1997 至 2000 年的迭代完善，确立了情绪智力作为非认知心理能力的理论框架^[4]。该模型采用四阶递进式架构，各维度呈现

阶梯式发展关系：

基础层（情绪感知维度）：通过整合生理反馈、情感经验及艺术表达等多元信息源，形成对自我与他人情绪的识别系统，构成整个模型的操作基盘；

认知驱动层（情绪运用维度）：探究情绪对信息加工机制的调节效应，实证研究显示其在记忆编码、决策优化等认知活动中具有增益作用；

分析层（情绪理解维度）：建立情绪表征与诱发因素之间的逻辑关联，形成对情绪生成机制的因果推理能力；

调控层（情绪管理维度）：作为模型的顶端结构，聚焦情绪系统的动态平衡策略，涉及情绪强度调节与适应性反应模式构建。

3.2 混合模型

混合模型以 Goleman 和 Bar-On 为代表，Bar-on（1997）认为，“情绪智力是一系列影响个体成功应对环境需求和压力的非认知能力、胜任力和技能”^[3]。它包括个人技能、人际技能、适应性、压力管理和总体情绪。在 Goleman 的模型（1995）中，他提出了五种能力，即认识自身情绪、管理情绪、自我激励、识别他人的情绪以及处理人际关系的能力^[5]。这些维度共同反映了情绪智力在个体生活和职业发展中的重要作用。他们认为情绪智力不仅仅是个体的一种能力，而是个性、特质和能力的结合。

3.3 特质模型

Petrides 和 Furnham 提出的特质情绪智力模型，是对情绪智力领域的一次重要理论贡献。该模型将情绪智力视为个体的一种人格特质，而非仅仅是处理情绪的能力或技能。它强调情绪智力是个体对自我情绪状态的认知、理解、表达和管理的能力，这种能力在个体的行为决策、社交互动以及个人发展中发挥着重要作用。

特质情绪智力模型认为，情绪智力不仅涉及个体对情绪的感知和理解，还包括了个体如何利用这些信息来指导自己的行为。它不仅仅关注情绪本身，而且更深入地探讨了个体如何与情绪互动，并据此作出决策。这种理解使得特质情绪智力模型与传统的情绪智力模型有所区别，后者往往更多关注情绪的处理和管理技能。

此外，特质情绪智力模型还强调了情绪智力作为人格特质的一面。这意味着情绪智力是个体相对稳定的一种心理特征，它不同于情绪状态或情绪反应，而是个体在长时间内表现出的一种倾向或能力。这种特质性的理解使得特质情绪智力模型能够更好地解释个体在情绪管理方面的差异，以及这些差异如何影响个体的行为和社交互动。

总的来说，特质情绪智力模型提供了一种理解情绪智力的全新视角，将情绪智力视为个体人格特质的一部分，并强

调了情绪智力在个体行为决策、社交互动以及个人发展中的重要作用。这一模型不仅深化了我们对情绪智力的理解，也为情绪智力的研究和应用提供了新的思路和方法。

后两个模型与最早的模型不同之处在于，它们不仅将情绪智力视为一种纯粹的能力，而且在不同程度上考虑了人格特征。值得注意的是，尽管这些模型对情绪智力的看法不同，但它们并非相互排斥，而有一个共同点，即它们的定义都回答了如何过上成功生活的问题。

3.4 情绪智力的测量工具

Petrides 和 Furnham（2000）总结了先前的模型，并发现各种情绪智力模型和定义的确立，相应催生出了满足研究需求的测量方法^[6]。这些测量方法大致可分为两类：一类是自我报告测量，另一类是最大表现测量。然而，Petrides 和 Furnham（2001）发现，这两种测量方法在情绪智力的应用上会得到不同的结果^[7]。他们认为，这两种测量方法实际上测量的是不同类型的情绪智力，因此结果会不一致。前者应用于测量行为倾向和自我感知能力，而后者应用于测量实际能力。因此，他们建议将情绪智力分为特质情绪智力（或情绪自我效能感）和能力情绪智力（能力 EI 或认知-情绪能力）。作为人格特质，特质情绪智力应在人格的框架内进行讨论。此外，它并非一种认知能力，而是包含了一系列与情绪相关的倾向和自我感知的情绪能力，因此应通过自我报告进行测量。相反，能力情绪智力属于认知领域，关注实际能力，应通过最大表现测量而非自我报告测试进行测量^[7]。通过分析，他们认为许多学者通过自我报告问卷收集的情绪智力数据，实际上是他们所说的特质情绪智力。

4 情绪智力的实证研究现状

4.1 情绪智力在教育领域的实证研究

教育领域的研究表明，个体情绪智力水平对教育生态具有多维度影响机制。跨文化研究显示，具备较高情绪智力的学生群体不仅展现出更强的亲社会倾向^[8-9]，其社会适应能力还体现在同伴关系中获得更多正向评价^[10]。在认知发展维度，该心理特质与学业成就^[11]、创新思维^[12]以及学历获取率^[13]均存在显著相关性。中国本土化研究进一步揭示，该变量对初中阶段学习动力维持具有预测效力。值得注意的是，教师情绪智力作为教学系统中的关键变量，已被证实对教学效能、课堂动态及师生关系质量产生调节作用。

4.2 情绪智力在心理健康领域的实证研究

情绪智力作为个体心理调节能力的重要维度，其核心功能体现在情绪识别与评估、情绪调控以及社会适应三个方面。高情绪智力者不仅能精准感知自身与他人的情绪状态，更能通过有效管理情绪来维持积极的身心平衡，建立良性人际关系网络，进而在学业、职业及社会适应等方面表现出显著优

势。大量实证研究表明,情绪智力水平与心理健康状况存在显著正相关,这一结论已获得国内多领域研究的支持。

在情绪智力与心理健康关系的实证探索中,学者们从不同角度进行了深入研究。王才康(2022)通过分析大学生群体情绪智力与焦虑、抑郁等心理指标的关系,首次揭示了情绪调节能力对心境状态的保护性作用:情绪智力不足的个体更易出现焦虑、抑郁等负性情绪。这一发现被后续研究不断验证,孙淑芬(2013)的追踪研究表明,高情绪智力个体在应对压力事件时表现出更强的心理韧性,其情绪管理能力可作为心理健康的重要预测指标^[14]。针对青少年群体,竺培梁(2006)发现重点高中生的情绪智力水平与其心理健康呈双向促进关系,这种动态交互作用在人格发展关键期尤为显著^[15]。此外,郑显亮(2008)进一步拓展了研究维度,发现情绪智力通过增强社会支持感知和自我效能感的中介作用,能够显著提升个体的情绪稳定性与自我认同水平^[16]。

5 总结

情绪智力的研究已经取得了显著的进展,形成了较为系统的理论框架和研究方法。在教育、心理健康等领域,情绪智力的研究都取得了重要的成果,揭示了情绪智力对个体发展和社会互动的重要作用。

然而,仍有许多问题有待进一步探索。未来研究应关注情绪智力的跨文化适应性,探索其神经机制,并深化在实际应用中的研究。同时,应开发更加精准、全面的测量工具,加强纵向研究,以更好地理解情绪智力的发展轨迹和影响因素。随着研究的深入,情绪智力必将在促进个人发展、提高组织效能和改善社会福祉方面发挥更加重要的作用。

[参考文献]

- [1] Gardner, H. *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*[M]. New York: Basic Books, 1983.
- [2] Mayer, J. D., & Salovey, P. *Emotional intelligence*[J]. *Imagination, Cognition, and Personality*, 1990, 9(3): 185-211.
- [3] Bar-On, R. *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical manual*[M]. Toronto: Multi-Health Systems, 1997.
- [4] Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. *Models of emotional intelligence*[C]// STERNBERG R J. *Handbook of intelligence*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2000: 396-420.
- [5] Goleman, D. *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*[M]. New York: Bantam Books, 1995.
- [6] Petrides, K. V., & Furnham, A. On the dimensional

structure of emotional intelligence[J]. *Personality and Individual Differences*, 2000, 29(3): 313-320.

[7] Petrides, K. V., & Furnham, A. *Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies*[J]. *European Journal of Personality*, 2001, 15(5): 425-448.

[8] Mavroveli, S., & Sanchez-Ruiz, M. J. *The role of emotional intelligence in children's prosocial behavior*[J]. *Journal of Moral Education*, 2011, 40(4): 457-473.

[9] Frederickson, N., Cohn, M. A., Coffey, K. A., 等. *Open hearts build lives: Positive emotions, induced through loving-kindness meditation, build consequential personal resources*[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2012, 102(6): 1112-1125.

[10] Mavroveli, S., Sangareau, Y., & Peterson, C. *Emotional intelligence and peer nomination: Popularity, likability, and social impact*[J]. *British Journal of Developmental Psychology*, 2009, 27(2): 287-307.

[11] Lanciano, T., & Curci, A. *Emotional intelligence and academic performance in high school students*[C]// *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2014, 116: 3953-3957.

[12] Sanchez-Ruiz, M. J., Mavroveli, S., & Petrides, K. V. *The relationship between emotional intelligence and creativity in adolescents*[J]. *Learning and Individual Differences*, 2011, 21(4): 469-474.

[13] Keefer, K. V., Parker, J. D. A., & Wood, L. M. *Emotional intelligence and academic success in college students*[J]. *Journal of College Student Development*, 2012, 53(1): 112-120.

[14] 孙淑芬. 情绪智力与大学生应对压力方式的关系研究[J]. *《中国健康心理学杂志》*, 2013, 21(3): 430-432.

[15] 竺培梁. 重点高中生情绪智力与心理健康的相关研究[J]. *《心理科学》*, 2006, 29(6): 1390-1393.

[16] 郑显亮. 大学生情绪智力与社交效能感、社会支持的关系研究[J]. *《中国健康心理学杂志》*, 2008, 16(7): 733-735.

作者简介:

任双(1999.07-),女,汉族,四川南充人,在读研究生,研究方向为外语教学。