

L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

Le terme d'intelligence émotionnelle^[22] est souvent abrégé « EI » (*Emotional Intelligence*) ou « IE » en français.

Les théories qui s'y intéressent divergent en 3 grandes conceptions majeures : IE capacités, IE trait et IE mixte.

L'intelligence émotionnelle est un terme assez récent puisqu'il voit le jour grâce à Salovey et Mayer (1990), en plein contexte d'une période que l'on appelle Révolution affective^[23]. Le terme est ensuite popularisé par Daniel Goleman en 1995.

Intelligence émotionnelle capacités

Cette première conception décrit l'intelligence émotionnelle comme « un ensemble de capacités verbales et non verbales permettant de générer, reconnaître, exprimer, comprendre et évaluer nos propres émotions et celles des autres afin d'orienter les pensées et les actions pour faire face aux exigences et pressions issues de l'environnement »^[24]. Ainsi, sont théorisées des capacités dont les 4 composantes majeures sont :

1. La perception émotionnelle
2. L'assimilation
3. La compréhension
4. La régulation émotionnelle

Cette dernière composante est également appelée APEX en ce qu'elle est la capacité de plus haut niveau et qu'elle affecte un certain nombre de domaines. Selon Kluemper et al., 2013, lorsque cette composante est élevée chez un employé, elle permettrait à la fois de prédire positivement la performance au travail et également son comportement citoyen, mais négativement le comportement de déviance sur le lieu de travail.

Intelligence émotionnelle trait

Cette seconde conception décrit l'intelligence émotionnelle comme « une façon habituelle et préférentielle à chaque individu d'appréhender, de penser ou de ressentir ses émotions et celles d'autrui et une façon particulière de gérer les situations relationnelles »^[26]. Elle comprend donc des traits qui sont inhérents à la personnalité. Des modèles déjà existants, le modèle à 3 dimensions d'Eysenck et le Big Five, servent à la conception d'un nouveau modèle : le TEIQue^[27] (*Trait Emotional Intelligence Questionnaire* soit "Questionnaire sur l'Intelligence Émotionnelle en tant que Trait"). Ce dernier permet d'apporter ce que l'on appelle une validité incrémentielle^[28] en ce qu'il permet de préciser certains points des 2 modèles précédents.

De manière générale, l'intelligence émotionnelle trait permet de renseigner sur la santé mentale des individus ou encore sur les stratégies de faire-face utilisées.

Intelligence émotionnelle mixte

En 1999, Goleman développe un modèle mixte de l'intelligence émotionnelle qui comprend 5 facettes, recoupant chacune 25 compétences. Les principales sont :

- Domaine personnel

- Conscience de soi
- Maîtrise de soi
- Motivation
- Domaine social
 - Empathie
 - Aptitudes sociales

Ce modèle permet de prédire le fonctionnement social d'un individu et le type de stratégie de faire-face qu'il utilise. Les principales qualités sont qu'il ressemble plus qu'aux précédents aux situations que peuvent vivre un individu au quotidien, mais également dans leur vie professionnelle. Le modèle mixte est toutefois souvent critiqué pour son manque de précision du concept d'intelligence émotionnelle.

©wikipedia