



知能指数(IQ)、感情知能指数(EQ)、そしてXQが必要な時代へ

総合調査部 副主任研究員 高宮 咲妃(たかみや さき)

そもそも感情知能指数(EQ)とは？

感情知能とは、1990年にアメリカの心理学者、サロベイ博士とメイヤー博士が提唱した考え方で、「感情をうまく管理し、利用できる能力」のことです。当初はEI(Emotional Intelligence)の名称で発表されましたが、各メディアが「知能指数:IQ(Intelligence Quotient)」と対比して「感情知能指数:EQ(Emotional Intelligence Quotient)」と紹介したことで広く周知されることとなりました。

両博士は、EQを4要素(資料1)に定義し、これらの能力を開発することにより、適切な感情表現および良い人間関係を築くことが可能であるとしています。IQは遺伝的性質を持つものに対して、EQは遺伝的な要素が少なく、訓練や学習によって後天的に高めることができる能力として知られています。

資料1 感情知能指数(EQ)の4要素

感情の識別	自分の気持ちを正確に把握する
感情の利用	自分の気持ちを前向きにする
感情の理解	相手の気持ちを正確に把握する
感情の調整	自分の気持ちをコントロールする

(出所)第一生命経済研究所作成

EQは高業績リーダーをつくる!?

従来は高いIQを持つ人がビジネスで成功すると考えられてきましたが、先述の両博士の研究により、EQが高い人、つまり対人能力が高い人がIQの高い人より成功していることがわかりました。

アメリカの心理学者ゴールマンも、経営幹部のどのような個人的能力が、どの程度企業の業績に貢献をしたのか、グローバル企業188社を調査しています。個人的能力を①技術的熟練度(会計やビジネスプランニング等)②知的能力(≒IQ:分析的推論等)③感情知能(EQ)の3つに分類

し分析したところ、企業での階層に関わらずEQが他の能力の2倍の影響を企業の業績に及ぼしていたことがわかりました。

企業の業績とリーダーのEQが連動していることは、他の様々な研究でも明らかにされており、2020年に行われた世界経済フォーラムの年次総会(ダボス会議)のレポートでは、「2025年に必要なスキルトップ15」にEQがランクインしている等、ビジネススキルとして大きく注目されている能力です。

これからのリーダーにはIQ、EQだけでは足りない?

ビジネスの業務にはIQも必要ですが、EQもその成功に大きな影響を及ぼすことを解説してきました。しかし最近、それらの能力だけでは足りないとも言われ始めています。

たとえば、気持ちがわかって共感できるが、その気持ちに寄り添いすぎて適切な対応ができない、もしくは相手の気持ちをうまく使って操ってしまう人もいる等、EQだけだと不足感があるということで、DQ(良識指数)が注目されています。DQは簡単にいうと、社員や同僚に共感するだけでなく、倫理観をもって利他的に行動できる能力のことを指します。

さらに、これからのリーダーに必要な能力としてDQ以外の様々な「XQ」も挙げられています(資料2)。ただ、IQ、EQ以外の「XQ」については、現段階では研究が蓄積されておらず、今後の研究が注目されている能力です。

今から先取りして自身がどの「XQ」を高める必要があるのか、確認してみたいかがでしょうか。

資料2 リーダーに必要と言われているXQ一覧

DQ (良識指数) Decency intelligence Quotient	倫理観をもって利他的に行動できる能力
CQ (好奇心指数) Curiosity Quotient	新しいことを学び、革新し、環境の変化に適応する能力
AQ (逆境指数) Adversity Quotient	困難に直面しても冷静に対処し、問題を解決し、成長する力
RQ (心の弾力指数) Resilience Quotient	逆境に陥ったときに、その逆境を跳ね返し回復する能力
OQ (オープン指数) Open Quotient	チーム員が協力的につながるができる能力

(出所)第一生命経済研究所作成