

Игнатович Е.М.¹, Лящ О.П.².

¹Институт педагогического образования и образования взрослых имени Ивана Зязюна
НАПН Украины, Киев, Украина

²Винницкий государственный педагогический университет имени Михаила
Коцюбинского, Винница, Украина

Ihnatovych E.M.¹., Liashch O.P.²

¹Ivan Ziaziun Institute of Pedagogical and Adult Education of the NAES of Ukraine, Kyiv,
Ukraine

²Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University, Vinnytsia, Ukraine

Психологические закономерности развития эмоционального интеллекта в юношеском возрасте как условия психического здоровья личности

The psychological patterns of emotional intelligence development in youth age as a condition of personal mental health

Резюме

Актуальность этого исследования обусловлена необходимостью решения вопроса развития эмоционального интеллекта молодого поколения и потребностями психолого-медицинской практики в противодействии негативным последствиям, связанным с невротическими расстройствами. Поскольку последние являются важным фактором риска для психического здоровья личности. В нашем исследовании было обнаружено, что у молодых людей с депрессиями и тревожно-фобическими расстройствами уровень эмоционального интеллекта ниже, чем у психически здоровых представителей категории юношеского возраста, что проявилось в слабо развитой способности первых сознательно регулировать эмоции. При этом характер взаимосвязей между психофизиологическими факторами и способностями психически здоровой личности юношеского возраста к идентификации, использованию, пониманию, сознательной регуляции эмоций выражается в том, что средний и высокий уровни аффективно-когнитивного, поведенчески-деятельностного и мотивационно-рефлексивного компонентов эмоционального интеллекта показали те испытуемые, которые имели выраженный уровень силы и

подвижности нервной системы, а также способность к саморегуляции аффективно-когнитивных функций и состояний.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, невротические расстройства, психическое здоровье.

Abstract

The actuality of the research is specified by the necessity of resolving the issue of young generation emotional intelligence development and the needs of psychological and medical practice in countering the negative consequences associated with neurotic disorders. Since the last ones are an important risk factor for the individual mental health. The investigation shows that the young people with depression and anxiety-phobic disorders have lower level of emotional intelligence than mentally healthy representatives of the youth category, which was manifested in the poorly developed ability of the former to consciously regulate emotions. Moreover, the specificity of the interrelation between psychophysiological factors and the ability of a mentally healthy young person to identify, use, understand, consciously regulate emotions is expressed in the fact that the average and high levels of affective and cognitive, behavioral and activity, motivational and reflective components of emotional intelligence were shown by those subjects, who had a pronounced level of nervous system strength and mobility, as well as the ability to self-regulate affective and cognitive functions and conditions.

Key words: emotional intelligence, neurotic disorders, mental health.

Исследования структуры эмоционального интеллекта при психических заболеваниях

В контексте современных научно-исследовательских работ в области различных отраслей психологической науки развивается идея о том, что в структуре единого интеллекта человека существуют, как условно независимые, разные его виды: математический, лингвистический, музыкальный, профессиональный, социальный, эмоциональный в том числе [19]. Особый исследовательский интерес вызывает эмоциональный интеллект, поскольку предполагается то, что эмоциональный интеллект есть предиктором психического здоровья, а также успешности профессиональной деятельности человека в различных сферах жизни, таких как медицина, психология, образование, юриспруденция [8; 14]. В ряде исследований авторами утверждается то, что эмоциональный интеллект, а именно высокий уровень его развития у человека, детерминирует жизненный успех, в то время как низкий уровень развития

эмоционального интеллекта обуславливает социальную дезадаптацию и связан с возникновением эмоциональных расстройств, например таких, как депрессия, тревога, различные формы отклоняющегося поведения, которые чаще проявляются в юношеском возрасте [2; 15].

Следуя предположению о невротических расстройствах, которые в большей степени представлены нарушениями эмоциональной сферы, многие исследователи обращаются к вопросу о роли интеллекта в этиопатогенезе неврозов [16]. Так, во многих публикациях известных отечественных и зарубежных психологов речь идет о взаимосвязанности эмоций и интеллекта [5; 7; 17]. Понятие эмоционального интеллекта было введено и раскрыто Дж. Мэйером и П. Сэловеем, которые понимают его как когнитивную способность, ориентированную на переработку эмоциональной информации и включающую: способность воспринимать, выражать эмоции, ассимилировать эмоции и мысли, понимать и объяснять эмоции, а также регулировать эмоции (как свои, так и чужие) [1; 14]. Результаты теоретического анализа медико-психологической литературы позволили констатировать недостаточность разработанности проблемы зависимости психического здоровья личности от уровня развития эмоционального интеллекта в юношеском возрасте.

Основываясь на исследованиях структуры эмоционального интеллекта при психических заболеваниях, в которых было подтверждено предположение о связи аффективных расстройств (при наличии ведущего психопатологического синдрома и коморбидного расстройства личности) с нарушениями или снижением уровня эмоционального интеллекта можно сделать вывод о том, что при указанных расстройствах нарушения эмоционального интеллекта выступают в качестве предрасполагающих и хронифицирующих личностных факторов [7; 18].

В исследованиях детерминированности антиципационной состоятельности чертами личности у психически здоровых и больных шизофренией было обнаружено, что зависимость антиципационной состоятельности от креативности у психически здоровых людей, в отличие от больных шизофренией, выражается в способности предвосхищать поведение, поступки и реакции других в различных ситуациях [6; 11]. Следовательно, можно вести речь о том, что эмоциональный интеллект может способствовать эффективной психической адаптации молодых людей к различным условиям и ситуациям, имеющих место и актуальных в их жизни, и является необходимым условием психического здоровья личности [3; 5]. На основе чего будет правомерным предположение о том, что существуют некоторые психологические закономерности развития эмоционального интеллекта в юношеском возрасте как условия психического

здоровья личности. Эмпирическая проверка обозначенной гипотезы стала целью данного исследования.

Эмпирическое обоснование психологических закономерностей развития эмоционального интеллекта как условия психического здоровья личности

Определение нами понятия эмоционального интеллекта методологически основывается на: принципах системности, детерминизма; положениях психологических теорий деятельности, личности, положениях о структуре личности и ее развитии в среде и деятельности; принципах организации психологического исследования; представлениях о сущности, психологических механизмах и условиях формирования личности в юношеском возрасте. Соответственно, эмоциональный интеллект личности юношеского возраста понимается нами как иерархизированная система способностей молодого человека к обработке эмоций. При этом эмоциональный интеллект как интегрированный конструкт предусматривает функциональное единство эмоциональных и интеллектуальных процессов в целостной системе способностей к восприятию, распознаванию и пониманию собственных эмоций, эмоций других людей, управления эмоциональными проявлениями.

Генезис эмоционального интеллекта в юношеском возрасте был изучен нами как процесс становления и развития аффективно-когнитивного (способность личности к идентификации эмоций), поведенчески-деятельностного (способности личности к использованию и понимание эмоций), мотивационно-рефлексивного (способность личности к сознательной регуляции эмоций) компонентов эмоционального интеллекта личности на таких возрастных этапах юношеского возраста, как 14-16 и 17-18 лет. На основе чего нами определены закономерности развития эмоционального интеллекта, среди которых важное значение имеет системная детерминированность этого процесса. Рассмотрим подробнее в чем заключается указанная закономерность.

Системная детерминация генезиса эмоционального интеллекта в юношеском возрасте объясняет влияние системы психологических факторов на структуру эмоционального интеллекта личности. Следует заметить, что определенные гендерно-возрастные, психофизиологические, когнитивные, личностные факторы не рассматривались как явления жесткого детерминизма, поскольку развитие эмоционального интеллекта в юношеском возрасте под влиянием различных причин может происходить и благодаря законам саморазвития. Тем не менее, в процессе апробации программы развития поведенчески-деятельностного и мотивационно-рефлексивного компонентов и в ходе статистической обработки результатов ее

формирующего воздействия в нашем исследовании определены факторы, обуславливающие повышение способностей юношей и девушек к идентификации, использованию, пониманию, сознательной регуляции эмоций.

Характер взаимосвязей между гендерно-возрастными факторами, а именно гендерными уровнями (маскулинности, феминности, андрогинности), возраста (этап ранней юности 14-16 лет, этап поздней юности 17-18 лет) и аффективно-когнитивным, поведенчески-деятельностным, мотивационно-рефлексивным компонентами эмоционального интеллекта (идентификации, использования, понимания, сознательной регуляции эмоций) раскрывается следующим образом (рис. 1.):

1) средний и высокий уровни сознательной регуляции эмоций показали те испытуемые, которые имели выраженный уровень маскулинности, средние и высокие значения идентификации и использования эмоций показали исследуемые с выраженной феминностью, исследуемые с выраженной андрогинностью обнаружили средние показатели и высокие показатели понимания эмоций;

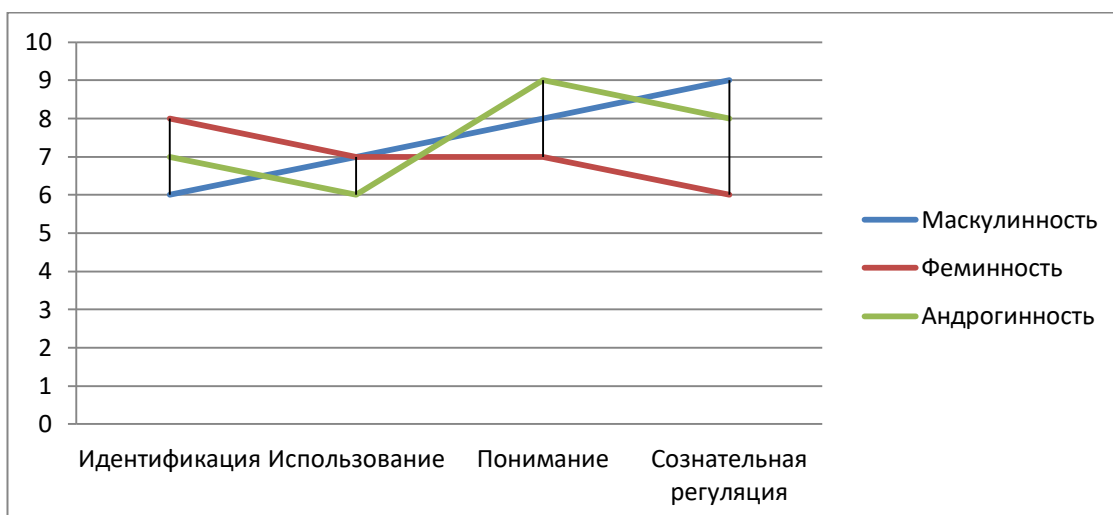


Рис. 1. Характер взаимосвязей между гендерными уровнями и компонентами эмоционального интеллекта

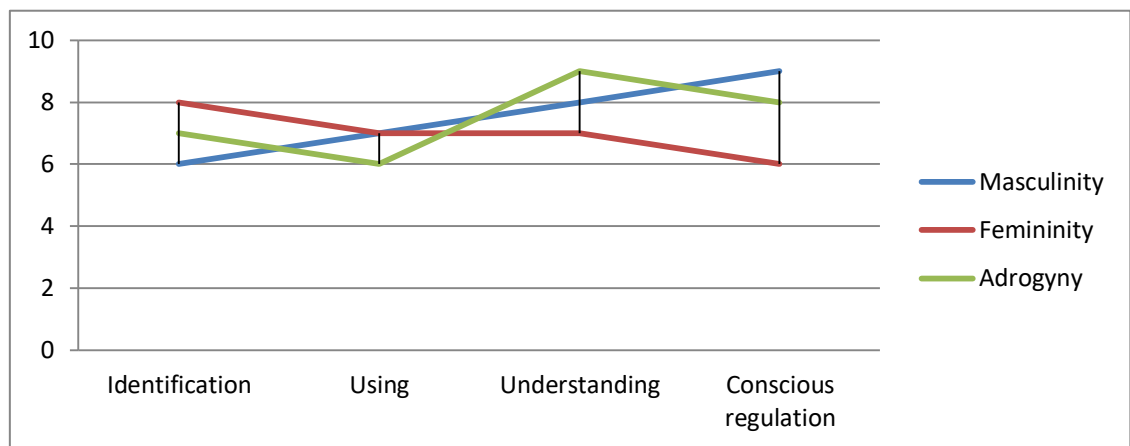


Fig. 1. The specificity of the interrelation between gender levels and emotional intelligence components

2) особенностью эмоционального интеллекта на этапе 14-16 лет является недостаточный уровень развития поведенчески-деятельностного (способность к пониманию эмоций) и мотивационно-рефлексивного компонентов (способность к сознательной регуляции эмоций) значимость сознательной регуляции эмоций и понимания поведения других становится присущим для личности несколько позднее, в возрасте 17-18 лет (рис. 2).

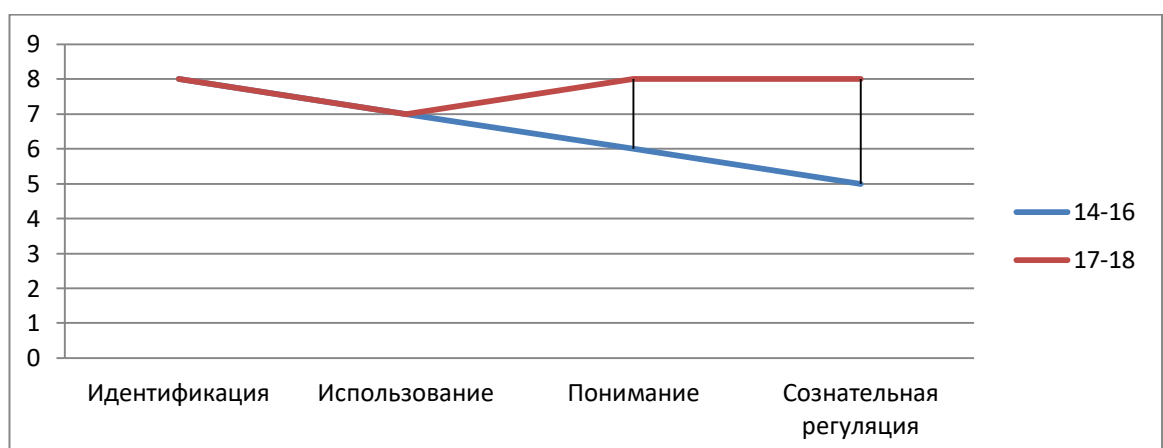


Рис.2. Характер взаимосвязей между возрастом и компонентами эмоционального интеллекта

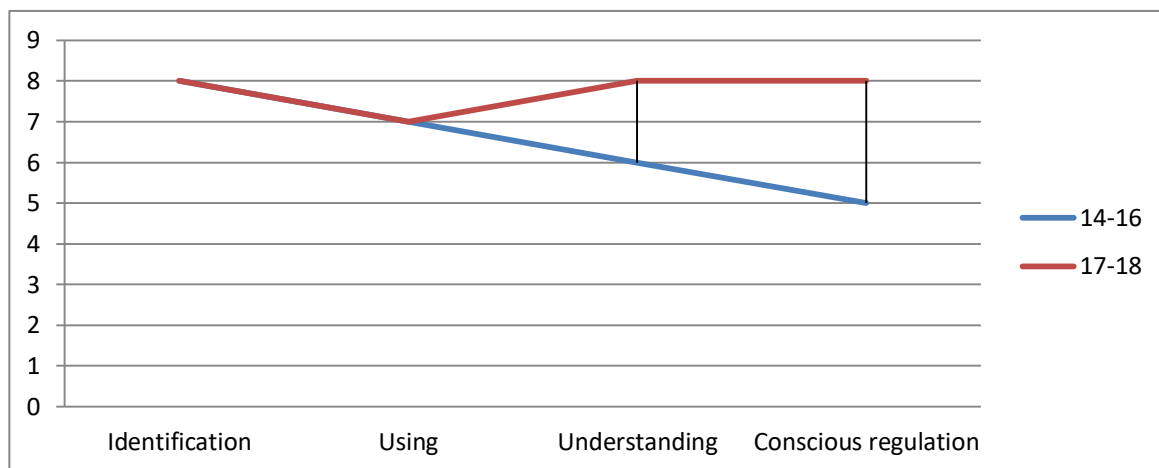


Fig. 2. The specificity of the interrelation between age and emotional intelligence components

Характер взаимосвязей между психофизиологическими факторами и способностями личности юношеского возраста к идентификации, использованию, пониманию, сознательной регуляции эмоций выражается в том, что средний и высокий уровни аффективно-когнитивного, поведенчески-деятельностного и мотивационно-рефлексивного компонентов эмоционального интеллекта показали те испытуемые, которые имели выраженный уровень силы и подвижности нервной системы. Средние и низкие значения идентификации, использования, понимания, сознательной регуляции эмоций показали исследуемые с выраженной силой, инертностью, а также слабостью и подвижностью или слабостью нервной системы. В то же время, существует сбалансированная связь между силой и подвижностью (слабостью и инертностью) нервной системы и способностями личности юношеского возраста к идентификации и пониманию эмоций (рис. 3).

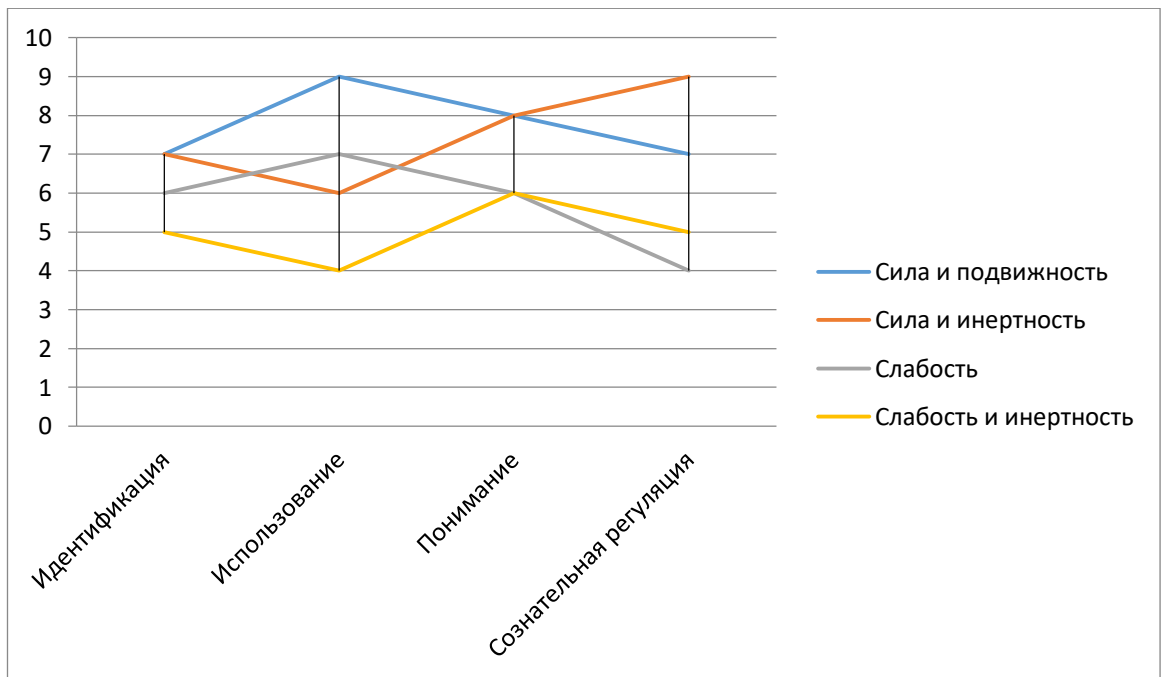


Рис. 3. Характер взаимосвязей между силой и подвижностью нервной системы и компонентами эмоционального интеллекта

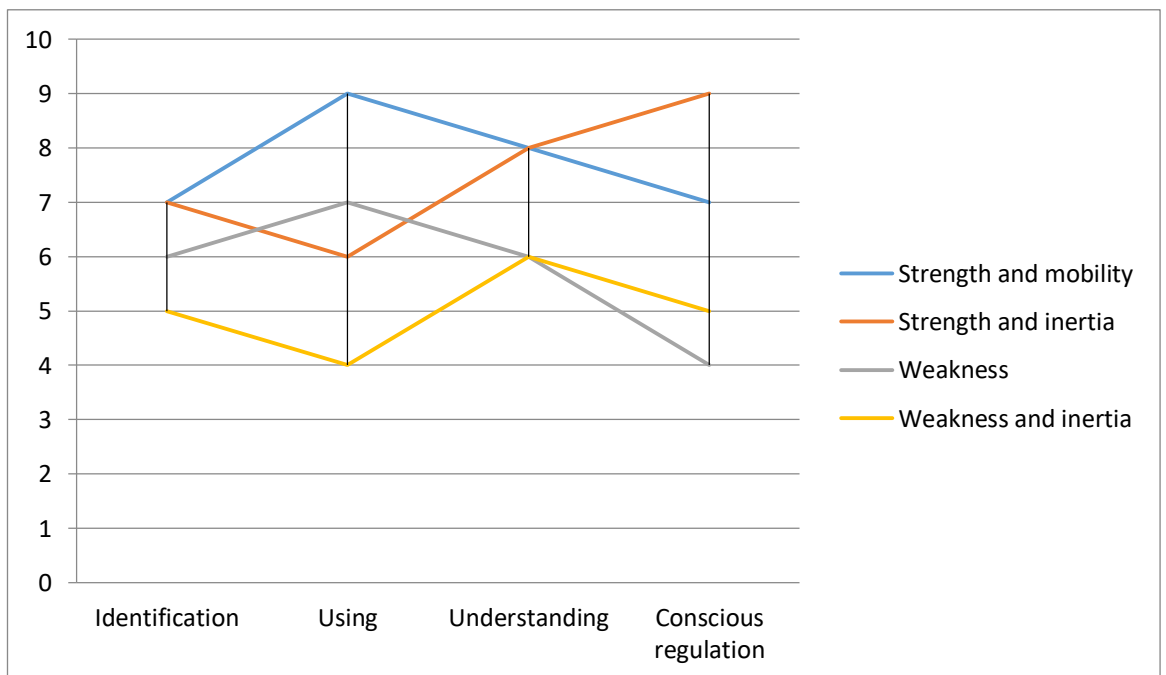


Fig. 3. The specificity of the interrelation between the nervous system strength and mobility and emotional intelligence components

Характер взаимосвязей между когнитивными факторами и способностями личности юношеского возраста к идентификации, использованию, пониманию, сознательной регуляции эмоций выражается в том, что средний и высокий уровни

аффективно-когнитивного, поведенчески-деятельностного и мотивационно-рефлексивного компонентов эмоционального интеллекта показали те испытуемые, которые характеризовались высокими показателями по шкалам теоретического и практического интеллекта, а средние и низкие значения идентификации, использования, понимания, сознательной регуляции эмоций показали исследуемые с низкими индексами теоретического и практического интеллекта. При этом более сбалансированная связь была обнаружена между практическим интеллектом и способностями к идентификации, использованию и пониманию эмоций (рис. 4).

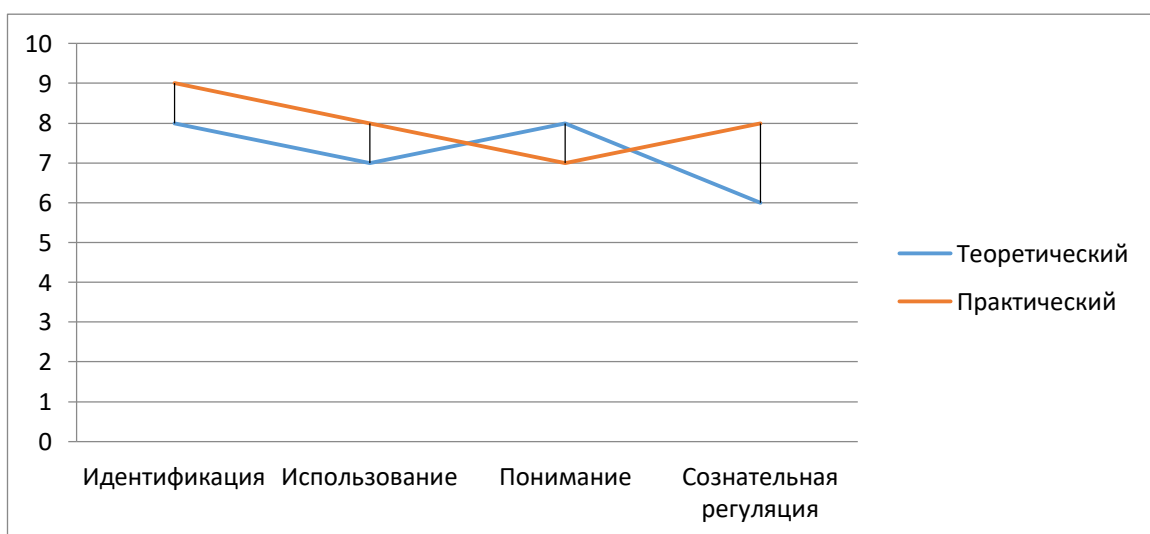


Рис.4. Характер взаимосвязей между теоретическим и практическим и эмоциональным интеллектом

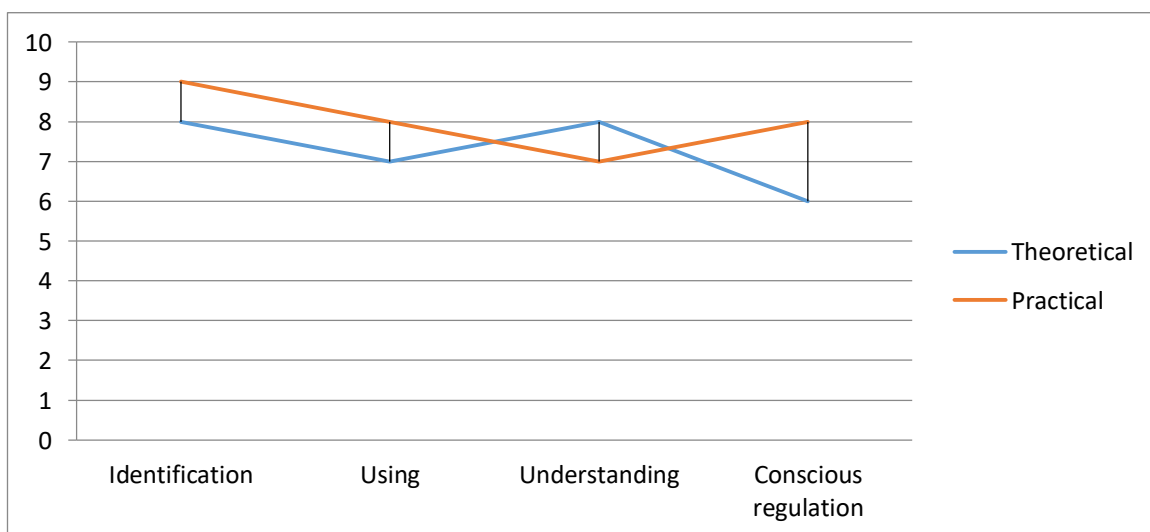


Fig. 4. The specificity of the interrelation between theoretical, practical and emotional intelligence

Характер взаимосвязей между личностными факторами и способностями личности юношеского возраста к идентификации, использования, понимания, сознательной регуляции эмоций выражается в том, что высокие уровни аффективно-когнитивного, поведенчески-деятельностного и мотивационно-рефлексивного компонентов эмоционального интеллекта показали испытуемые, имевшие средние и высокие показатели по шкалам блока коммуникативных, эмоционально-волевых, мотивационных свойств. Средние и низкие значения идентификации, использования, понимания, сознательной регуляции эмоций показали исследуемые с низкими индексами шкал блока коммуникативных, эмоционально-волевых, мотивационных свойств. При этом более сбалансированная связь была обнаружена между мотивационными, эмоционально-волевыми свойствами и составляющими эмоционального интеллекта (рис.5).

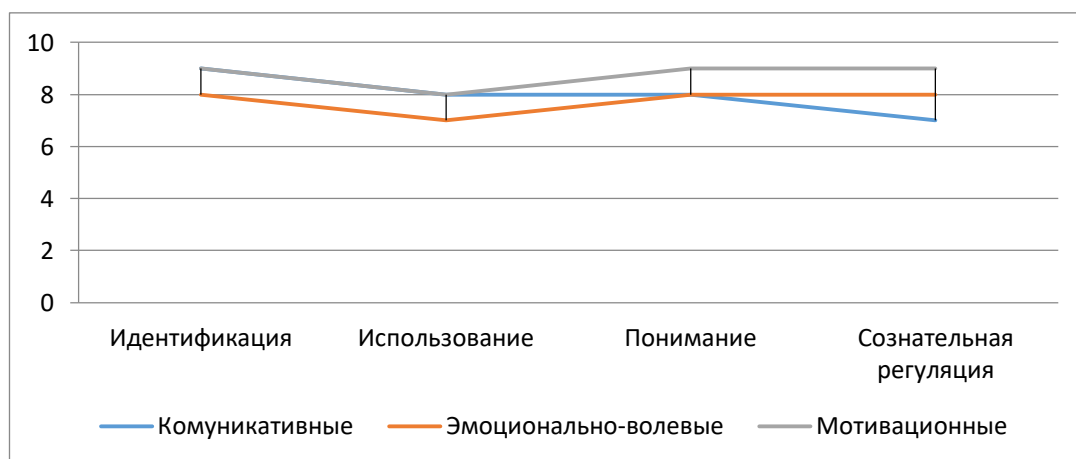


Рис. 5. Характер взаимосвязей между коммуникативными, эмоционально-волевыми, мотивационными свойствами личности и эмоциональным интеллектом

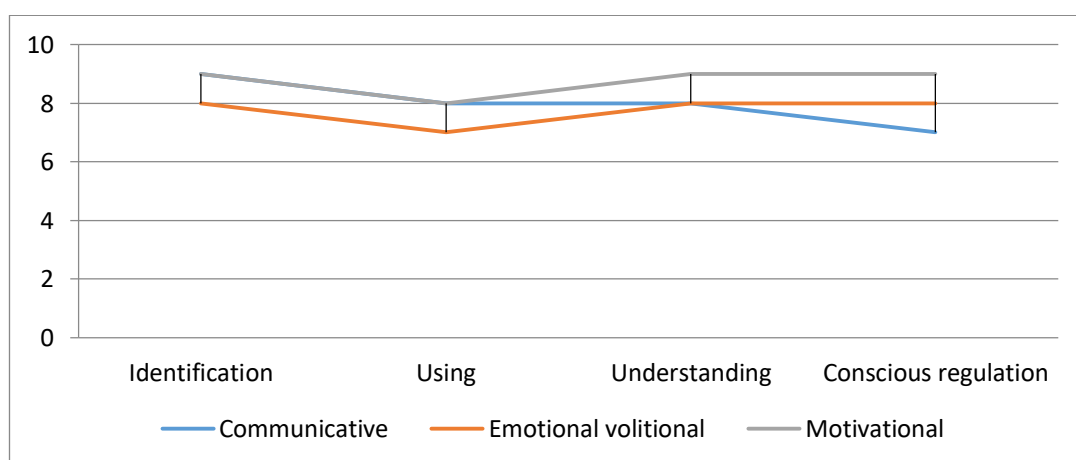


Fig. 5. The specificity of the interrelation between communicative, emotional-volitional, motivational personality traits and emotional intelligence

Поскольку в юношеском возрасте интеллект функционирует как целостная структура одновременно происходят: прогрессивное развитие теоретического мышления) что становится более системным и продуктивным; внутренняя и внешняя речь осложняется по содержанию; увеличивается осмысленность восприятия, внимания, совершенствуется способность к целенаправленной сосредоточенности внимания; воображение становится управляемым процессом; произвольное запоминание становится значительно эффективнее произвольное, то именно в этот период начинает очерчиваться индивидуальный стиль эмоциональной интеллектуальной деятельности как индивидуально-своеобразной системы психологических средств, которые сознательно или стихийно использует человек в целях наилучшего уравнивания своей индивидуальности с предметными, внешними условиями деятельности.

Таким образом, системная детерминированность эмоционального интеллекта в юношеском возрасте характеризуется предопределённостью уровней развития компонентов (аффективно-когнитивного, поведенчески-деятельностного, мотивационно-рефлексивного) эмоционального интеллекта от совокупности факторов (гендерно-возрастных, психофизиологических, когнитивных, личностных). При этом было отмечено относительно низкий уровень развития эмоционального интеллекта, в частности способностей к пониманию и сознательной регуляции эмоций, в возрасте 14-16 лет, а также меньшую согласованность на этом этапе развития личности измеряемых в структуре эмоционального интеллекта характеристик по сравнению с лицами более старшего юношеского возраста (17-18 лет). Важным аспектом в развитии эмоционального интеллекта является сбалансированность его составляющих с гендерно-возрастным, психофизиологическим, когнитивными, личностными параметрами. Сбалансированность развития эмоционального интеллекта в юношеском возрасте оказалась взаимозависимой с силой и подвижностью нервной системы, практическим интеллектом, мотивационными, эмоционально-волевыми свойствами.

Вторая важная закономерность генезиса эмоционального интеллекта личности юношеского возраста заключается в структурно-функциональном единстве составляющих эмоционального интеллекта личности юношеского возраста. Эта закономерность проявляется в том, что аффективно-когнитивный, поведенчески-деятельностный мотивационно-рефлексивный компоненты эмоционального интеллекта личности юношеского возраста являются функционально взаимосвязанными в процессе актуализации и осуществления эмоциональных, интеллектуальных, деятельностных функций. Так, аффективно-когнитивный компонент выполняет функции отображения и

генерализации объектов эмоционального интеллекта: восприятие, фиксации, хранения и переработки эмоциональной информации. Поведенчески-деятельностный осуществляет функции побуждения и мобилизации внутреннего содержания личностного и деятельностного измерений эмоционального интеллекта: опредмечивания потребности, эмоциональная активация, сдвиг мотивов, субъективное переживание осознанного мотива. Мотивационно-рефлексивный выполняет функции оценки и регуляции: рефлексия, регуляция содержания эмоциональных переживаний и состояний.

Все вышеуказанные функции эмоционального интеллекта в процессе их осуществления разворачиваются на аффективно-когнитивном, поведенчески-деятельностном, мотивационно-рефлексивном уровнях, но мера функциональной активности конкретной составляющей эмоционального интеллекта определяет актуальная функциональная задача, которая решается в настоящее время, то есть ведущая для актуального момента функция эмоционального интеллекта (рис. 6).

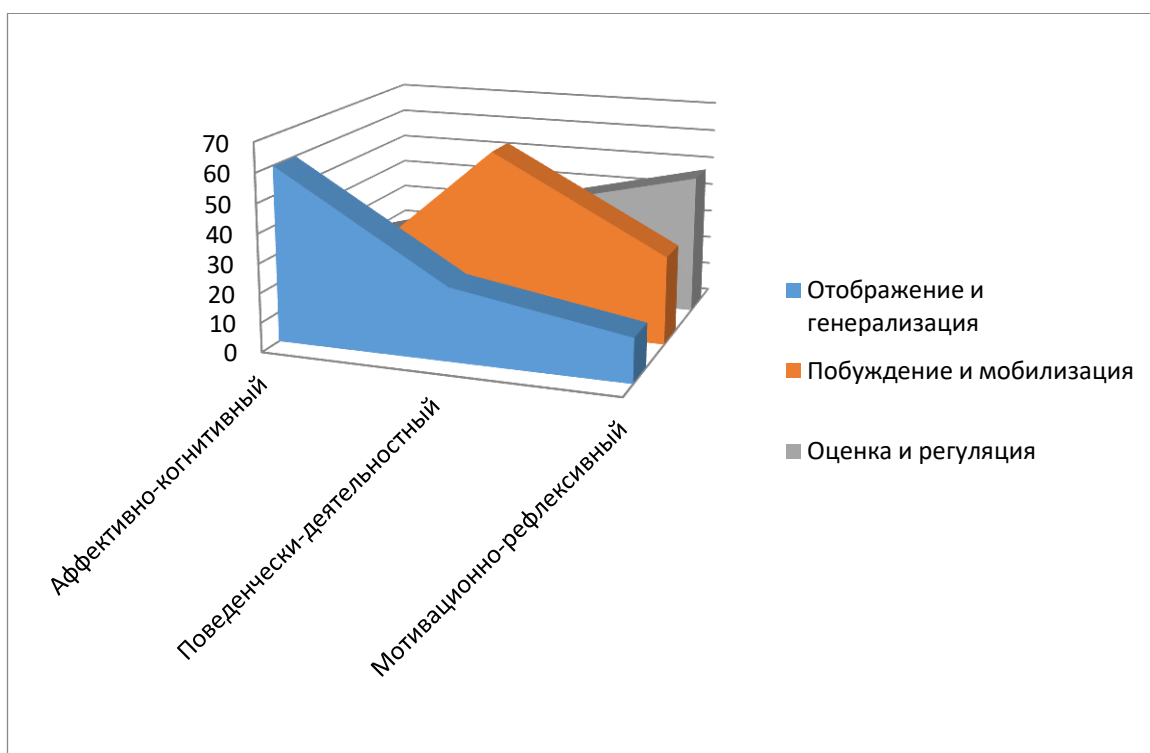


Рис.6. Структурно-функциональное единство эмоционального интеллекта

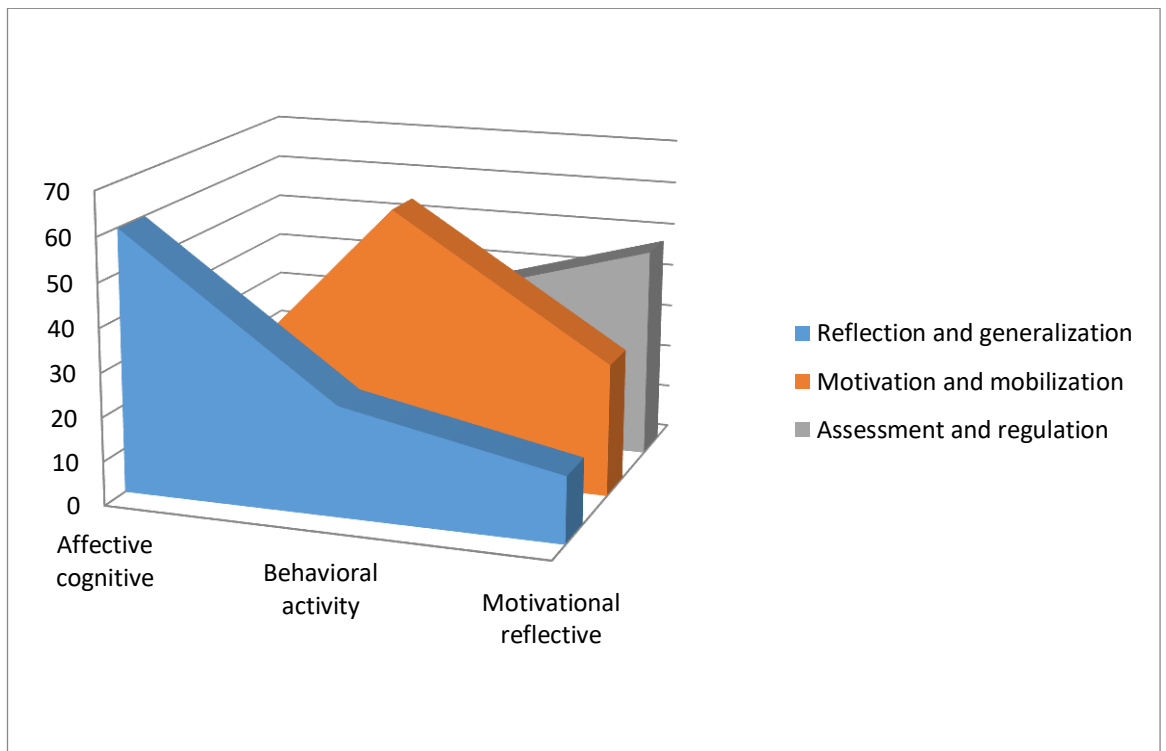


Fig. 6. The structural and functional unity of emotional intelligence

В структуре эмоционального интеллекта личности юношеского возраста аффективно-когнитивный компонент объединяет динамические особенности нервно-психической деятельности, свойства теоретического и практического интеллекта в целостную способность личности к идентификации эмоций.

Идентификация эмоций предполагает как умение личности юношеского возраста идентифицировать эмоции, характеризующие актуальное физическое состояние молодого человека, а также ее чувства и мысли, так и умение идентифицировать с помощью вербальных средств, мимики и поведения эмоции других людей. Способность к идентификации эмоций также связана с умениями молодого человека: точно, адекватно выражать эмоции; выделять потребности, обусловившие возникновение этих эмоций эмоциями; различать силу, интенсивность, истинность эмоций, состояний, чувств.

Значение и роль поведенчески-деятельностного компонента эмоционального интеллекта личности юношеского возраста заключается в интеграции коммуникативных, эмоционально-волевых, интеллектуальных, мотивационных свойств в целостную способность молодого человека к использованию и пониманию эмоций. Эта способность предполагает умение личности: распознавать эмоции; понимать различные формы их выражения; распознавать возможные переходы между эмоциями; интерпретировать содержание, которое передают эмоции, понимать смешанные чувства; использовать эмоции как средство фасилитации поведения и деятельности. Эмоции могут

способствовать эффективному поведению и деятельности, если с их помощью обеспечивается приоритетное внимание к важным аспектам ситуации, причем доступные для понимания эмоции могут быть использованы как форма поддержки или усиления действия.

Мотивационно-рефлексивный компонент, в свою очередь, объединяет мотивационные свойства и рефлексивность в способность личности юношеского возраста к сознательной регуляции эмоций. Сознательная регуляция эмоций обеспечивается умениями: быть открытым эмоциям и чувствам; стремиться к успеху, верить в него; оценивать и корректировать эмоции по отношению к себе и окружающим; управлять собственными эмоциями и эмоциями других людей путем оптимизации негативных эмоций и повышение интенсивности положительных эмоций без уменьшения или преувеличения информации, которую они могут передать.

В целом личность юношеского возраста имеет достаточно развитую способность проявлять свои эмоции в соответствии с ситуацией и по мере необходимости по отношению к себе или других, в деятельности, которой она занята, а также относительно предметов, с которыми она действует.

Умение выражать и адекватно распознавать эмоции являются необходимыми условиями социальной адаптации. Установлено, что молодые люди, которые не способны идентифицировать эмоции других людей или адекватно выражать собственные эмоции, находятся в состоянии фрустрации, потому что не понимают и не осознают, что происходит в межличностном общении. Подобные нарушения приводят к социальной изоляции личности. Такие ученики или студенты, хотя имеют средние или высокие уровни теоретического интеллекта, испытывают трудности в обучении, поскольку способность к идентификации эмоций, являющаяся ведущей для юношеского возраста, влияет на качество межличностных отношений субъектов образовательно-профессиональной деятельности.

Соответственно этому были определены типичные для личности юношеского возраста причины трудностей в выражении эмоций. Среди них: неусвоенность принятых в обществе форм выражения эмоций и чувств; нежелание выявить собственные эмоции и чувства, что связано со страхом молодого человека потерять самоконтроль или быть осужденным, отвергнутым, осмеянным со стороны других.

Со способностью к выражению эмоций связано субъективное переживание эмоции молодым человеком, что является ведущим признаком при различении мыслей. Распознавание эмоций других людей осуществляется в основном по внешним проявлениям эмоций, то есть по мимике и пантомимике, изменениям речи и голоса,

поведения, вегетативным реакциям. Легче всего в юношеском возрасте идентифицируются целостные эмоциональные выражения, которым соответствуют внешние проявления эмоций во всех указанных формах. Самое сложное для личности юношеского возраста идентифицировать мимические выражения эмоций. Сложность распознавания эмоций для юношей заключается в том, что им сложно распознать эмоцию через ее субъективное видение, они могут представлять эту эмоцию как комплексное переживания. Более точно идентифицируются юношами базовые эмоции. При этом молодые люди, которые сами переживают негативные эмоции, более точно определяют соответствующие эмоциональные состояния других и могут их учитывать в межличностные взаимодействия. В то же время, такие юноши стремятся к контактам с теми, кому присуще переживание эмоций грусти и страха. Это свидетельствует о том, что в юношеском возрасте имеет место влияние собственного эмоционального опыта переживания личностью определенных эмоций на ее способность распознавать эмоции других людей.

К причинам трудностей в понимании эмоций других людей отнесены: сосредоточенность на собственной личности, что приводит к неспособности замечать и правильно оценивать эмоциональное состояние других людей; чувство собственного достоинства; чувство тревоги, связанное с эмоциями других людей или собственными; тревога, которая побуждает избегать всего того, что могло бы ее вызвать; любая польза от непонимания эмоций других; недостаточное знание другого человека.

Таким образом, структурно-функциональное единство составляющих эмоционального интеллекта таких, как способности к идентификации, использования, понимания, сознательной регуляции эмоций способствует эффективной межличностном взаимодействии и проявляется в том, что аффективно-когнитивный, поведенчески-деятельностный мотивационно-рефлексивный компоненты эмоционального интеллекта личности юношеского возраста являются функционально взаимосвязанными в процессе актуализации и осуществления эмоциональных, интеллектуальных, деятельностных функций, что обеспечивается системой психологических механизмов генезиса эмоционального интеллекта личности юношеского возраста таких, как: отражательно-генерализационный, побудительно-мобилизационный и оценочной-трансформационный. С помощью этих механизмов происходит целостная актуализация и осуществление: процессов восприятия, переработки, фиксации и хранения эмоциональной информации в генерализированных образах; эмоциональной активации и субъективного переживания осознанного мотива; субъективной оценки окружающего мира, себя и результатов своей

деятельности; осмысление, анализ, оценка и трансформация содержания своего внутреннего мира (эмоций, чувств, мыслей, характера), а также действий и поступков.

Третья закономерность генезиса эмоционального интеллекта в юношеском возрасте заключается в интегрированности механизмов актуализации и осуществления эмоциональных, интеллектуальных и деятельностных функций и проявляется в том, что: эмоции, рождаясь из соотношения (положительного или отрицательного) результатов действий и потребностей, становятся внутренним регулятором деятельности в том смысле, что эмоциональные переживания, придавая деятельности страстный характер, выступают как форма контроля по направлению деятельности, выделяя из явлений окружающей среды те события, которые имеют значение для личности. Выделение важного будто предполагает активность личности, готовит к той или иной деятельности, побуждает к ней; реальное выполнение деятельности связано с волей молодого человека. Волевые процессы развиваются из эмоций и чувств как процессы высшего уровня, тесно связанные с сознанием.

С целью определения ведущей роли одного или нескольких психологических механизмов в развитии эмоционального интеллекта личности юношеского возраста как условия психического здоровья личности был осуществлен факторный анализ. Полученные значения факторных нагрузок показали ведущее значение в развитии эмоционального интеллекта отражательно-генерализационного (0,954541) и оценочно-трансформационного (0,95142) механизмов, а также побудительно-мобилизационного, отличающегося меньшей по значению факторной нагрузкой (0,764035). Полученные результаты позволяют подтвердить идею об интегрированности механизмов актуализации и осуществления эмоциональных, интеллектуальных и деятельностных функций в развитии эмоционального интеллекта личности юношеского возраста как условия психического здоровья личности.

Заключение

Результаты проведенного исследования показали, что способности в структуре эмоционального интеллекта определяют возрастные и гендерные аспекты, процессуальные характеристики и свойства когнитивных процессов, личностные свойства. Между различными психологическими подструктурами личности юношеского возраста существуют многозначные связи, обеспечивающие функционирование и реализацию психических процессов, достигающие осознанного и управляемого уровня функционирования именно в юношеском возрасте, обеспечивая тем самым психическое здоровье личности. Как показали экспериментальные данные, функционирование и

развитие эмоционального интеллекта в этот период обеспечивается действием отражательно-генерализационного, побудительно-мобилизационного и оценочно-трансформационного механизмов, опосредующих взаимосвязь отдельных структурных элементов способностей юной личности к идентификации, использованию, пониманию, сознательной регуляции эмоций. Следует отметить особую значимость психологических механизмов развития эмоционального интеллекта в юношеском возрасте, система которых обеспечивает процессуальные средства интеграции эмоциональных и когнитивных эффектов в поведении, деятельности и психическом здоровье личности.

Обозначенные нами механизмы как метапсихические образования обеспечивают возможность построения объективированных ментальных репрезентаций действительности и одновременно предоставляет молодым людям возможность саморегуляции аффективно-когнитивных функций и состояний, определяющих потенциал объективации эмоций в оценках, суждениях, позициях, поступках, влияющих на уровень психического здоровья личности.

Участие авторов: концепция и дизайн исследования, редактирование – О.М. Игнатович;
концепция и дизайн исследования, сбор материала, обработка, написание текста – О.П. Лящ.
Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Литература

1. Caruso D. R., Salovey P. The Emotionally Intelligent Manager: How to Develop and Use the Four Key Emotional Skills of Leadership / D. Caruso, P. Salovey. – 2004. – 320 p.
2. Crombie D. T., Lombard C., Noakes T. D. Increasing emotional intelligence in cricketers: an intervention study / D. T. Crombie, C. Lombard, T. D. Noakes // International Journal of Sports Science and Coaching, 2011. – 6(1). – P.69–86. doi:10.1260/1747-9541.6.1.69
3. Daniel M. Self-scoring Emotional Intelligence Tests / M. Daniel. – New York: Barnes and Noble Books. – 2000. – 50 p.
4. De Raad, Kokkonen M. Traits and emotions: a review of their structure and management / Raad De, M. Kokkonen // European Journal of Personality. – 2000. – Vol.14. – P. 477-496.
5. Di Stefano C., Heather D., Schutz P. Identifying patterns of appraising tests in first year college students: implications for anxiety and emotion regulation during test taking / C. Di Stefano, D. Heather, P. Schutz // Journal of Educational Psychology. – 2008. – V.100. – P. 942–960.

6. Feuerstein R. The theory of structural modifiability. / R. Feuerstein // In B. Preseasons (Ed.), Learning and thinking styles: Classroom interaction. – Washington, DC: National Education Associations. – 1990. – 478 p.
7. Feuerstein R. Rand Y., Hoffman M. B., Miller R. Instrumental enrichment: An intervention program for cognitive modifiability / R. Feuerstein, Y. Rand , M. B. Hoffman , R. Miller . – Baltimore, University Park Press, 2004. – 328 p.
8. Gardner Howard. Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences / Howard Gardner // New York : Basic Books, 1983. – 440 p.
9. Goetz T., Frenzel A., Rosemary E. Emotional transmission in the classroom: exploring the relationship between teacher and student enjoyment / T. Goetz , A. Frenzel, E. Rosemary // Journal of Educational Psychology. – 2009. – V.101. – P. 705– 716.
10. Guastello D. D., Guastello S. J. Androgyny, gender role behavior, and emotional intelligence among college students and their parents / D. D Guastello, S. J. Guastello // Sex Roles: A J. of Research. – 2003, Dec. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.findarticles.com/p/articles/>
11. Gutiérrez-Cobo M. J., Cabello R., Fernández-Berrocal P. The three models of emotional intelligence and performance in a hot and cool go/no-go task in undergraduate students / M. J. Gutiérrez-Cobo, R. Cabello, P. Fernández-Berrocal // Frontiers in Behavioral Neuroscience, 2017. – Vol. 11. – P.33.<https://doi.org/10.3389/fnbeh.2017.00033>
12. Hodzic S., Scharfen J., Ripoll P., Holling H., Zenasni F. How Efficient Are Emotional Intelligence Trainings: A Meta-Analysis / S. Hodzic, J. Scharfen, P. Ripoll, H. Holling, F. Zenasni // Emotion Review, 2017. – 10(2). – P.138–148. <https://doi.org/10.1177/1754073917708613>
13. Kidwell B., Hasford J., Hardesty D. M. Emotional ability training and mindful eating / B, Kidwell, J. Hasford, D. M. Hardesty // Journal of Marketing Research, 2015. – 52(1). – P.105–119. doi:10.1509/jmr.13.0188
14. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. The ability model of emotional intelligence: principles and updates / J. D. Mayer, P. Salovey, D. R. Caruso. Emotion Review, 2016. – 8(4). – P.290–300. <http://dx.doi.org/10.1177/1754073916639667>
15. Megías A., Gutiérrez-Cobo M. J., Fernández-Berrocal P., Cabello R., Gómez-Leal R. Performance on emotional tasks engaging cognitive control depends on emotional intelligence abilities: an ERP study / A Megías, M. J Gutiérrez-Cobo, P. Fernández-Berrocal, R. Cabello,

R. Gómez-Leal // Scientific Reports, 2017, 7(1). – 16446. <http://dx.doi.org/10.1038/s41598-017-16657-y>

16. Nélis D., Kotsou I., Quoidbach J., Hansenne M., Weytens F., Dupuis P., Mikolajczak M. Increasing emotional competence improves psychological and physical well-being, social relationships, and employability. *Emotion* / D. Nélis, I. Kotsou, J. Quoidbach, M. Hansenne, F. Weytens, P. Dupuis, M. Mikolajczak. – 2011, 11(2). – P. 354–366. doi:10.1037/a0021554
17. Petrides K. Trait emotional intelligence theory / K. Petrides // *Industrial and Organizational Psychology: Perspectives on Science and Practice*. – Vol. 3(2). – 2010. – P. 136-139.
18. Plutchik R. A. General psychoevolutionary theory of emotion / R. Plutchik, H. Kellerman (Eds.) // *Emotion: Theory, research, and experience*. – New York, NY: Academic, 1980. – Vol. 1. – P.3–33.
19. Sternberg R. J., Wagner R. K. Automatization failure in learning disabilities / R. J. Sternberg, R. K. Wagner // *Topics in learning and learning disabilities*, 2, July, 1-11. – 1982. – . 155-156.