

У статті досліджено основні концептуальні підходи до вивчення поняття "емоційний інтелект" та інструментальні засоби його вимірювання, представлено дані експериментального дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту у педагогічних працівників. Встановлено, що пріоритетним напрямом розвитку емоційного інтелекту у педагогічних працівників є підвищення їх рівня здатності до емоційної саморегуляції.

В статье исследованы основные концептуальные подходы к изучению понятия "эмоциональный интеллект" и инструментальные средства его измерения, представлены данные экспериментального исследования особенностей развития эмоционального интеллекта у педагогических работников. Установлено, что приоритетным направлением развития эмоционального интеллекта у педагогических работников является повышение их способности к эмоциональной саморегуляции.

This paper presents basic approaches to the study of the concept "Emotional intellect" tools of its measuring, and data of experimental research of the emotional intelligence development of pedagogical workers. As the priority direction of teachers emotional intelligence development paper states strengthening their ability for the emotional self-regulation.

ШЛЯХИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

О. О. Новак

Сучасна освіта попри проголошувани гуманістичні орієнтири розвитку значною мірою все ще зводиться до знаннєвого компоненту, зорієнтованого на раціональне пізнання навколишнього світу, і значно менше – до афективного, чуттєвого світосприйняття. Така ситуація є логічним висновком тези: "Що планується і може бути вимірним – те й розвивається". Якщо школа своїм пріоритетним завданням визначає рівень знань учнів – імовірно, він буде зростати, про що свідчатимуть результати самостійних і контрольних робіт, державної атестації тощо. Хоча при цьому роль і значення чуттєвого, емоційного світосприйняття у навчально-виховному процесі не залишається зовсім поза увагою педагогів, проте йому часто відводиться роль допоміжної функції [9]: а) емоції як складова частина пізнавальних потреб, що є витокком розумової діяльності; б) емоції як регулятор самого пізнавального процесу на певних його етапах; в) емоції як компонент оцінки досягнутого результату, тобто як зворотний зв'язок.

Водночас роль емоцій у процесі міжособистісної взаємодії багатогранна: це і створення першого враження про людину, і певний вплив на того, хто є суб'єктом сприйняття емоцій, і відчуття емоційних станів та переживань інших людей. Емоції завдяки своєму експресивному компоненту беруть участь у встановленні, підтримці і розвитку контактів з іншими людьми у процесі спілкування з ними, у впливі на них.

Останнім часом у наукових дослідженнях [2; 5; 8; 22] дедалі частіше почали

з'являтися дані про те, що успішність людини, професійне життя якої пов'язане із міжособистісними стосунками, переважно визначається її емоційною компетентністю, і значно меншою мірою залежить від загального рівня інтелектуального розвитку, власне, рівня знань. На думку Д.Гоулмана, одного із розробників теорії емоційного інтелекту, складовими цього феномена є здатність особистості усвідомлювати і визнавати власні почуття, а також почуття інших для самомотивації, управління своїми емоціями та вплив на емоційні стани інших людей [5]. Під поняттям "емоційна компетентність" розуміють "мистецтво ідентифікувати свої почуття у той момент, коли людина їх переживає, і в результаті здатність краще розуміти себе і свою поведінку, свідомо вибирати свої реакції" [18, 102]. Власне, це поняття звертає на себе увагу вже тим, що вказує на можливість збільшення ступенів свободи людини у своїх життєвих виборах.

Поряд із терміном "емоційна компетентність" дослідниками феномена успішності людини в соціальній сфері використовується поняття "емоційний інтелект", під яким розуміють "сукупність некогнітивних (емоційних і соціальних) здібностей, знань і умінь, що впливають на можливість індивіда успішно відповідати вимогам навколишнього середовища і протистояти його тиску" [13]. Нині найбільш визнаними є дві моделі емоційного інтелекту (EI): модель здібностей Дж.Майєра – П.Саловея (уявлення про емоційний інтелект як про перетин емоцій і пізнання) та змішана модель Р. Бар-Она

(емоційний інтелект як поєднання розумових і особистісних рис, притаманних кожній конкретній особі) [2; 13; 17; 19].

У контексті цього дослідження нас насамперед цікавить проблема можливостей і шляхів розвитку емоційного інтелекту дорослої людини. Із цього приводу думки психологів розділяються. Так, наприклад, Джон Майер вважає, що підвищити рівень ЕІ мало ймовірно, оскільки це відносно стійка здібність [13]. Але емоційні знання, тобто вид інформації, якою оперує емоційний інтелект, відносно легко набуваються, зокрема у процесі навчання.

Інша точка зору полягає в тому, що емоційний інтелект можна і потрібно розвивати [5; 7; 18]. Зокрема, Д. Гоулман наводить таку аргументацію: нервові шляхи мозку продовжують розвиватися аж до середини людського життя, а тому можливий і емоційний розвиток, який виявляється в усвідомленому регулюванні емоцій і полягає у розвитку таких здібностей, як самоконтроль, завзяття і наполегливість, а також уміння мотивувати свої дії [5].

Узявши за основу положення про те, що емоційний інтелект піддається розвивальному впливу, перед дослідниками неминуче постає запитання щодо можливостей його вимірювання та віднайдення резонансних (ключових) точок прикладання зусиль.

Метою статті є дослідження шляхів розвитку емоційного інтелекту, що включає розгляд деяких концептуальних основ теорії ЕІ, інструментальних засобів вимірювання та пріоритетних напрямів його розвитку у педагогічних працівників.

Як уже зазначалося, змішані моделі ЕІ включають когнітивні, особистісні та мотиваційні риси, що традиційно вимірюються за допомогою опитувальників, основаних на самоусвідомленні. Поряд із перевагами, вони мають суттєвий недолік: люди із низьким ЕІ мали би погано усвідомлювати власні здатності у цій сфері, а тому їх відповіді з очевидністю будуть переважно відображати рівень соціальної бажаності. У рамках моделі здібностей вивчаються характеристики ЕІ за допомогою завдань, що мають правильні і хибні відповіді.

Слід зазначити, що на думку низки дослідників [19], результати опитувальників і тестів ЕІ цих двох підходів низько корелюють один з одним, що викликає запитання щодо їх наукової спроможності. До того ж, і самооцінні методи, і тести досягнень базуються виключно на суб'єктивних поглядах їх авторів, а концептуальна основа вимірювальних засобів

нині не має єдиного організуючого принципу стосовно розуміння ЕІ.

У наукових роботах [2; 5; 6; 10; 13; 22] розвиток емоційного інтелекту розглядається здебільшого у двох аспектах: у плані вивчення онтогенетичних змін у здібностях до розуміння і управління емоціями, і у контексті цілеспрямованої (тренінгової) дії на розвиток окремих сторін ЕІ. На думку І. Андреєвої [2], теоретичне обґрунтування відповідних програм найдоцільніше проводити у рамках гуманістичного, поведінкового і когнітивного напрямів. Найбільш продуктивними методами розвитку ЕІ дослідниця вважає гру, арттерапію, психогімнастику, поведінкову терапію, дискусійні методи, моделювання, програвання ролей, зворотний зв'язок, демонстрації, проектування (там само).

Основні засоби тренінгової роботи пов'язуються, як правило, з прийомами соціально-психологічної рефлексії та соціально-психологічної перцепції – осмисленням власних переживань, переживань інших у процесі комунікативної взаємодії. Серед загальних цілей тренінгових занять виділяють [11]:

- ◆ Навчитися розпізнавати і усвідомлювати емоції (свої та інших людей).
- ◆ Виділити власні успішні стратегії самомотивації.
- ◆ Встановлювати і підтримувати позитивні міжособистісні комунікації.
- ◆ Оволодіти засобами ефективного управління стресом.
- ◆ Діагностувати і долати конфлікти, що виникають у роботі.
- ◆ Виявити і усвідомити можливі причини неефективності у роботі, потенціал кожного учасника.
- ◆ Навчитися управляти собою, відчуттями, станами, внутрішнім діалогом.

Але для того, щоб звернутися до більш конкретного розгляду шляхів та засобів розвитку емоційного інтелекту у педагогічних працівників, слід визначити інструментальні засоби вимірювання ЕІ, "зорієнтуватися" в ситуації, а вже потім пропонувати певний план дій.

Одним із найбільш уживаних у наукових дослідженнях методів вимірювання ЕІ є опитувальник Д.В.Люсіна "ЕмІн", що складається з двох шкал – міжособистісного і внутрішньоособистісного ЕІ, кожна з яких включає по 3 субшкали, відповідні здібностям, пов'язаним із розумінням емоцій та управлінням ними. Подібний підхід щодо розгляду ЕІ як двох-компонентної структури поділяє С.П.Дерев'янку, яка виокремлює *внутрішньоособистісний* (здатність до розуміння та управління власними емоціями) та *міжособистісний* (здатність до розуміння та

управління емоціями інших) компоненти [6]. Неодноразово доведено [19], що опитувальники на ЕІ корелюють із відомими особистісними рисами "великої п'ятірки" – нейротизмом, екстраверсією, відкритістю досвіду, доброзичливістю, усвідомленістю.

Досить часто у дослідженнях для вивчення рівня ЕІ використовують опитувальник "Емоційний інтелект" Н.Холла [21], що базується на теорії моделі здібностей емоційного інтелекту Дж. Майєра – П. Саловея. В основу цієї теорії покладено зв'язок ЕІ з двома особистісними факторами – теплотою і чуйністю. Модель містить чотири компоненти:

1) розрізнення, сприйняття та вираження емоцій (здатність ідентифікувати емоції за виразом обличчя, тоном голосу, мовою тіла; здатність стежити за власними почуттями в реальному часі й розуміти їх; емоційна грамотність, тобто спроможність назвати специфічні почуття в собі та інших людях, вміння висловлюватися чітко, зрозуміло і ефективно застосовувати емоції під час комунікації);

2) емоційна фасилітація мислення (здатність адекватно використовувати почуття у процесі мислення, розв'язання проблем і прийняття рішення; потенційна можливість почуттів спрямовувати особистість на те, про що важливо і необхідно подумати);

3) розуміння емоцій (можливість розв'язувати емоційні проблеми; здатність ідентифікувати та розуміти взаємозв'язок між емоціями, думками і поведінкою; можливість розуміти цінність емоцій);

4) управління емоціями (спроможність взяти на себе відповідальність за власні емоції та почуття щастя; можливість здобути досвід із негативних почуттів і з'ясувати можливості для особистісного зростання; здатність допомогти іншим зрозуміти їх емоції та вказати шляхи їх ефективного використання).

Автори особливо зосереджують увагу на п'яти типах здібностей: знання про

емоції, управління емоціями, розпізнавання емоцій у інших, уміння мотивувати себе, управляти соціальними відносинами у позитивному руслі. Відповідно, методика Н. Холла містить 30 тверджень, що рівномірно розподіляються на 5 шкал: "Емоційна обізнаність", "Управління своїми емоціями", "Самотивація", "Емпатія", "Розпізнавання емоцій інших людей". Слід зауважити, що на думку Є.П.Ільїна, остання шкала не є достатньо валідною і більше характеризує здатність впливати на емоційні стани інших людей, ніж "розпізнавати емоції інших людей" [9]. Загалом, одержувані результати тесту є достатньо суб'єктивними, оскільки вони відображають власні уявлення опитуваних стосовно певних особистісних характеристик.

За даними дослідження І. Філіппової [22], що проводилося серед майбутніх психологів за методикою Н. Холла, у 16 % опитаних виявлено високий показник ЕІ, у 52 % – середній, 32 % виявили низький рівень ЕІ. Парціальні характеристики емоційного інтелекту розподілились таким чином:

У нашому дослідженні, проведеному на базі ПОППО ім. М.В. Остроградського у жовтні 2010 року серед слухачів курсів підвищення кваліфікації різного фаху ($n = 56$) за методикою Н. Холла, виявлено, що 16,4 % мають високий рівень, 45,2 % – середній, 38,4 % – низький рівень ЕІ. Конкретні характеристики прояву парціальних складових емоційного інтелекту представлено у таблиці 2.

Як видно з порівняння даних таблиць 1 і 2, самооцінні судження майбутніх психологів та вчителів майже збігаються за характеристиками "емоційна обізнаність" та "емпатія", децю нижчі показники вчителів щодо здатності розпізнавати емоції інших людей, і суттєво нижчі показники оцінки здатності вчителів до управління власними емоціями. Якщо взяти до уваги зауваження Є.П.Ільїна щодо доцільності заміни параметра "Розпізнавання емоцій інших" на "Вплив на емоційні стани інших", виходить, що вчителі менш оптимістично оцінюють власні

Таблиця 1

Парціальні характеристики емоційного інтелекту досліджуваної групи майбутніх психологів

Рівні	Емоційна обізнаність, %	Управління емоціями, %	Самотивація, %	Емпатія, %	Розпізнавання емоцій інших, %
Високий	24	30	24	26	22
Середній	52	40	50	50	54
Низький	24	30	26	24	24

Таблиця 2

Парціальні характеристики емоційного інтелекту вчителів курсів підвищення кваліфікації (n=56)

Рівні	Емоційна обізнаність, %	Управління емоціями, %	Самомотивація, %	Емпатія, %	Розпізнавання емоцій інших, %
Високий	23,21	0,00	10,71	33,93	14,29
Середній	55,36	12,50	42,86	53,57	62,50
Низький	21,43	87,50	46,43	14,29	23,21

Таблиця 3

Кореляційна матриця показників емоційного інтелекту (за Н. Холлом) та педагогічного стажу слухачів курсів підвищення кваліфікації ПОІППО ім. М.В.Остроградського

	Педагогічний стаж	Емоційна усвідомленість	Управління емоціями	Самотивація	Емпатія	Вплив на емоції інших
Педстаж	1,000	0,244*	-0,069	-0,167	0,051	0,013
Емоційна усвідомленість		1,000	-0,053	0,041	0,233*	0,110
Управління емоціями			1,000	0,273**	-0,200*	-0,040
Самотивація				1,000	-0,021	0,288**
Емпатія					1,000	0,189
Вплив на емоції інших						1,000

* Correlation is significant at the 0.05 level (2 -tailed).

** Correlation is significant at the 0.01 level (2 -tailed).

можливості щодо здатності впливати на емоційні стани інших.

Це може бути пов'язано із більшим "розривом" у віці з учнями порівняно із студентами (середній педагогічний стаж досліджуваної групи вчителів – 19 років), що, відповідно, може впливати на об'єктивно гірше розуміння емоційних станів учнів, а отже, і на здатність ці стани змінювати. З іншого боку, це може свідчити про інтуїтивно-природний характер формування цієї складової ЕІ, так як, за нашими даними, шкільне освітнє середовище не підвищує рівень здатності вчителів впливати на емоційні стани інших. Відзначимо, що з п'яти складових емоційного інтелекту методики Н. Холла дві характеристики – уміння управляти власними емоційними станами та впливати на інших – є більш об'єктивними, оскільки оцінюють результат – ступінь практичної реалізації уміння ідентифікувати емоційні стани. Іншими словами, точне визначення емоцій є передумовою для управління ними.

З метою статистичної обробки одержаних даних використано коефіцієнт кореляції Кендалла статистичного пакету SPSS 11.0., оскільки цей коефіцієнт не залежить від характеру розподілу показників у малих вибірках. Спроба визначити залежність між педагогічним стажем діяльності та складовими ЕІ показала, що стаж роботи позитивно корелює із рівнем емоційної усвідомленості ($r = 0,224$, $p < 0,05$). Іншими словами, чим більший стаж – тим вища здатність ідентифікувати власні емоції та переживання. Звідси можна припустити, що із досвідом набувається саме ця здатність.

Факт, що деякі шкали методики Н. Холла корелюють між собою, свідчить про необхідність подальшого доопрацювання тесту.

Графічно результати дослідження складових емоційного інтелекту вчителів (за абсолютними показниками) представлено на Рис. 1. Як видно, першочергові зусилля щодо розвитку ЕІ слід спрямовувати на підвищення здатності до управ-

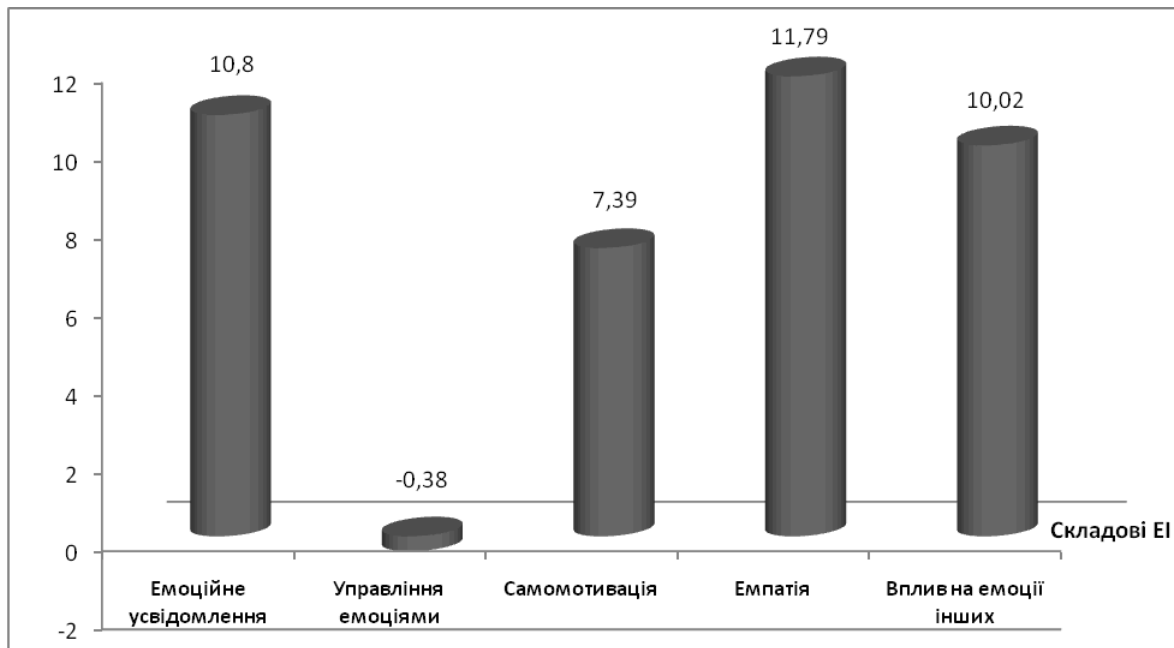


Рис. 1. Розподіл складових емоційного інтелекту у групі слухачів курсів підвищення кваліфікації ПОІППО ім. М.В. Остроградського (n=56)

ління власними емоціями, емоційної саморегуляції. Принаймні, саме цей напрям визначається педагогічними працівниками як найбільш проблемний, такий, що містить ресурс для усвідомленого розвитку.

У наукових джерелах управління власними емоціями визначається як здатність і потреба керувати власними емоціями, викликати і підтримувати бажані емоції і контролювати небажані емоції [2; 3; 5; 6; 10; 13; 17; 22]; здатність контролювати зовнішні прояви власних емоцій, адекватно та повно демонструвати власні почуття і при цьому відверто виражати себе [3; 5; 7; 9; 17].

Якщо, на думку І. Андрєєвої, емоціями неможливо управляти прямо [3], цього можна досягти опосередковано: через об'єкт, знак. Початковий етап управління емоціями потребує усвідомлення себе як суб'єкта переживання і усвідомлення наявності цього переживання як об'єкта аналізу. Дослідниця пов'язує усвідомлення емоцій з їх ідентифікацією, оскільки саме вербалізація власного емоційного стану знижує інтенсивність емоційного переживання.

Процес управління емоціями складається з двох основних етапів: рефлексії (усвідомлення емоційних переживань) та активізації (вибору регулятивних стратегій та прийомів). Можна виділити, принаймні, два способи управління емоціями [3]: контроль інтенсивності емоцій і управління їх екстенсивною складовою – емоціогенними ситуаціями. Способи контролю інтенсивності емоцій за допомогою когнітивної регуляції припускають вико-

ристання уваги і мислення для встановлення контролю над небажаними емоціями. Наприклад, відключення (відвернення) полягає в умінні думати про що завгодно, окрім емоціогенних обставин, що вимагає достатніх вольових зусиль. Переключення пов'язане із спрямованістю свідомості на певну іншу справу або на діловий бік діяльності. Ефективним може бути переключення на позитивні думки.

Зменшення значущості здійснюється шляхом переоцінки ситуації або зниження значущості самої події ("Чого може навчити мене ця ситуація, що я можу винести позитивного для себе із цього досвіду?", "Як себе поведи надалі у подібних ситуаціях", "Це – не головне в житті", "Цінний не результат, а набутий досвід" тощо). У цьому контексті, наприклад, можна навести висловлювання у вигляді молитви, що використовується у практиці психолога І. Журавської: "Господи, дякую тобі за усе те добро, що ти для мене робиш. І за все те, що здається мені злом. Дякую тобі, Боже, за здатність дякувати тобі".

Управлінню емоціями сприяють певні особистісні характеристики. Наприклад, одна із характеристик емоційної стійкості – "афективна толерантність", суть якої полягає у здатності терпимо ставитися до сильних негативних переживань без того, щоб пригнічувати або спотворювати їх. Адже кожна емоція людини має власну функцію, зокрема захисну для самої людини. "Я людина, і ніщо людське мені не чуже". Якщо боятися і уникати (свідомо або несвідомо пригнічувати) неприємні переживання, людина починає певною

мірою жити проти самої себе, свого ества, своїх потреб, нічого при цьому не змінюючи.

Інший аспект цього виду толерантності пов'язаний із терпимим ставленням до різних (включаючи яскраві, індивідуальні, незвичні форми) емоційних проявів інших людей [6]. Розвинена афективна толерантність дозволяє людині краще усвідомлювати як власні емоційні процеси, так і переживання інших людей, розуміти їх емоційний світ без упередженого ставлення, без негативних оцінних суджень, що базуються на власній системі цінностей: "І таке у світі буває". Власне, тільки за цієї умови – визнання права за іншим мати власну, відмінну від нашої, систему цінностей, можна зрозуміти і відчувати внутрішній світ іншого таким, яким він є.

Результати впровадження програм розвитку емоційного інтелекту у педагогічних колективах повинні бути оцінені як за кількісними, так і за якісними показниками. Ведучі тренінгових занять мають періодично відстежувати стан досягнення запланованих навчальних результатів, а також проводити оцінку інших ефектів, що стосуються загальної групової психологічної атмосфери та індивідуальних емоційних переживань учасників під час кожної вправи. Як показує практика, серед можливих "ненормативних" ефектів виявляються [7]:

1. Ефект зближення. Спільне переживання емоцій в ході виконання творчої діяльності (малювання, аплікація, рольові ігри) посилює тенденцію до встановлення емоційної єдності учасників.

2. Ефект емоційного знесилення. Після тренінгових вправ, які стимулюють підвищення емоційної включеності учасників, спостерігається пасивне ставлення до інших вправ на занятті.

3. Ефект післядії. Після тренінгових вправ, які потребують максимальних енергетичних затрат, спостерігалось зниження емоційного тону, яке на наступному занятті змінювалось на "ейфорійний" настрій та підвищення емоційної налаштованості учасників тренінгової групи. Як зазначає С.П.Дерев'яно, "сфера емоційних переживань є суто особистою, і тому глибокий їх аналіз є неможливим в ході безпосередньої внутрішньогрупової взаємодії" [7].

Нині дослідження феномена емоційного інтелекту, спроб його теоретичного обґрунтування та шляхів розвитку набуває все більшого поширення, особливо у професійних сферах, пов'язаних із спілкуванням. Цей інтерес викликаний у першу чергу новими можливостями практичного застосування спеціальних знань, умінь і навичок, що підвищують ефективність та

успішність діяльності. У цьому плані освітня сфера являє собою широке ресурсне поле для подальшого пошуку дієвих засобів поліпшення міжособистісних стосунків усіх учасників навчально-виховного процесу, і, загалом, для підвищення якості освіти.

Слід продовжити пошуки шляхів розвитку емоційного інтелекту, перевіряючи на ефективність та результативність обидві концептуальні моделі ЕІ, інструментальні засоби його вимірювання. Для кількісної оцінки рівня розвитку емоційного інтелекту можна використовувати методику Н. Холла "Емоційний інтелект", беручи до уваги зроблені зауваження щодо потреби у її доопрацюванні.

Першочерговими напрямками розвитку ЕІ у педагогічних працівників є підвищення їх рівня здатності до емоційної саморегуляції, що базується на емоційній обізнаності. Цей процес може бути організований у груповій та індивідуальній формах і передбачає два основних етапи: рефлексію (усвідомлення емоційних переживань) та активізацію (вибір власних регулятивних стратегій та прийомів).

ЛІТЕРАТУРА

1. Аболин Л. М. Эмоциональная устойчивость и пути ее повышения [Электронный ресурс] // Вопросы психологии. – 1989. – № 4. – С.141 – 149. – CD-изд-во "Вопросы психологии", 2004. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см. – Системн. вимоги: CPU-Pentium II 233; 64 Mb RAM; Windows 95/98/2000/XP. – Назва з контейнера.

2. Андреева И. Н. Возможности развития эмоционального интеллекта в процессе психологического тренинга / И.Н.Андреева // Психология и современное общество: взаимодействие как путь взаиморазвития: Материалы 4 международной научно-практической конференции, 10-11 апреля 2009 года, г. Санкт-Петербург [Электронный ресурс] / редкол. В.Н. Дежкин [и др.]. – Ч.1- СПб: СПбИУиП, 2009. – С. 24 – 26. – Режим доступу до статті : <http://epolotsk.com/psy/articles.php?lng=ru&pg=241>

3. Андреева И. Н. Когнитивные стратегии эмоциональной саморегуляции в педагогической деятельности [Электронный ресурс] / И. Н. Андреева // Весті ВДПУ, 2008. – № 4. – С. 31 – 35. – Режим доступу до статті : <http://www.epolotsk.com/psy/articles.php?lng=ru&pg=227>

4. Аршава И. Ф. Эмоційна стійкість людини та її діагностика [Электронный ресурс] : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. психол. наук : спец. 19.00.02 "Психофізіологія" [Электронный ресурс] / И. Ф. Аршава. – К., 2007. – 38 с. – Режим доступу : <http://links.dir.com.ua/linkinfo.php?linkID=26590>,

5. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: Ценное практическое руководство по разви-

тию и совершенствованию эмоций человека / Д. Гоулман / перевод с англ. А. П. Исаевой. – Москва : Хранитель, 2008. – 478 с.

6. Дерев'янюк С. П. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.05 "Соціальна психологія; психологія соціальної роботи" / С. П. Дерев'янюк. – К., 2009. – 23 с.

7. Дерев'янюк С. П. Активізація розвитку емоційного інтелекту як спосіб оптимізації процесу соціально-психологічної адаптації особистості [Електронний ресурс] / С. П. Дерев'янюк // Вісник НТУУ "КПІ", Філософія. Педагогіка. Психологія. – 2009. – № 3. – С. 91-98. – Режим доступу : www.nbuv.gov.ua/portal/natural/vkpi/FPP/2009-3.../05_Derevyanko.pdf

8. Дьяченко М. И., Пономаренко В.А. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости [Электронный ресурс] // Вопросы психологии. – 1990. – № 1. – С. 106 – 112. – CD-изд-во "Вопросы психологии", 2004. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) ; 12 см. – Системн. вимоги: CPU-Pentium II 233; 64 Mb RAM; Windows 95/98/2000/XP. – Назва з контейнера.

9. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Евгений Павлович Ильин. – СПб. : Питер, 2001. – 752 с.

10. Ильин Е. П. Эмоциональные свойства человека [Электронный ресурс] / Е. П. Ильин // Эмоции и чувства. – СПб. : Питер, 2001. – 752 с. – Режим доступу : <http://conshelp.com/23/>

11. Капачына Алла. Программа тренинга эмоционального интеллекта [Электронный ресурс]. – Режим доступу до статті : www.epolotsk.com/psy/teksty/Karacina_training.doc

12. Кристал, Г. Аффективная толерантность [Электронный ресурс] / Г. Кристал // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2001. – № 4. – Режим доступу до журн. : <http://psyjournal.ru/>

13. Матусевич І. Основні концептуальні підходи щодо розуміння емоційного інтелекту особистості у психології [Електронний ресурс]. – Режим доступу до статті : <http://conferences.neasto.org.ua/node/44>

14. Моросанова В. И. Регуляторные аспекты нейротизма и экстраверсии: новый взгляд / В.И. Моросанова, Е. М. Коноз // Вопросы психологии. – 2001. – № 2. – С. 59 – 73. – С. 106 – 112. – CD-изд-во "Вопросы психологии", 2004. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) ; 12 см. – Системн. вимоги: CPU-Pentium II 233; 64 Mb RAM; Windows 95/98/2000/XP. – Назва з контейнера.

15. Наследов А. Д. SPSS: Компьютерный анализ данных в психологии и социальных науках / Андрей Дмитриевич Наследов. – СПб. : Питер, 2005. – 416 с.

16. Общая психодиагностика / [А. А. Бодалёв, В. В. Столин, В. С. Аванесов и др.]. – СПб. : Речь, 2006. – 440 с.

17. Орел Е. Эмоциональный интеллект: понятие и способы диагностики [Электронный ресурс] : Веб-сайт "Флогистон". – Ре-

жим доступу до статті : <http://flogiston.ru/articles/general/eq>

18. Рейнольдс Марша. Коучинг: эмоциональная компетентность / Пер. с англ. Центра поддержки корпоративного управления и бизнеса. – Центр поддержки корпоративного управления и бизнеса, 2003, 112 с. – С. 102.

19. Робертс Р. Д. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике [Электронный ресурс] / Р.Д.Робертс, Дж. Мэттьюс, М. Зайднер, Д. В. Люсин // Психология. Журнал Высшей Школы Экономики. 2004. Т. 1. № 4. С. 3-24. – Режим доступу до статті : <http://www.eq-rating.ru/content/view/24/2/>

20. Словарь-справочник по психологической диагностике / Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М.; Отв. ред. Крымский С. Б. – К. : Наук. думка, 1989. – 200 с.

21. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М., Изд-во Института Психотерапии. – 2005. – 490 с.

22. Філіппова І. Емоційний інтелект як засіб успішної самореалізації / [Електронний ресурс]. – Режим доступу до статті : <http://www.politik.org.ua/vid/magcontent.php3?t=6&n=72&c=1686>

Стаття надійшла в редакцію 5.11.2010 ■