

УДК 159.9.07

Іванова Є.О.[°]

Київський національний університет імені Т.Шевченка, факультет психології, аспірант

ЧИННИКИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПІДЛІТКІВ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЙНА РОБОТА ЩОДО ОПТИМІЗАЦІЇ ЙОГО РІВНЯ

В статті представлено результати дисертаційного дослідження емоційного інтелекту і особливостей сімейних стосунків підлітка. Дані теоретичного та емпіричного дослідження підтверджують, що стосунки з батьками, батьківський контроль, рівень тривожності та самооцінки є визначними чинниками в розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці. Також розглянуто теоретичне підґрунтя досліджуваної проблеми, де більше активізується розвиток емоційного інтелекту підлітка: в соціальному полі чи в сімейному колі. В поданій статті теоретично та емпірично обґрунтовано, чому родина може бути або сприятливим, або несприятливим середовищем для формування емоційного інтелекту підлітка. Представлені основні напрямки психокорекційної роботи.

Ключові слова: емоційний інтелект, підлітковий вік, сімейні стосунки, психокорекційна робота

В статье представлены результаты исследования эмоционального интеллекта и особенностей семейных отношений в семье подростка. Данные теоретического и эмпирического исследования подтверждают, что отношения с родителями, родительский контроль, уровень тревожности и самооценки являются влияющими факторами в развитии эмоционального интеллекта в подростковом возрасте. Также рассмотрены теоретические основы исследуемой проблемы, где больше активизируется развитие эмоционального интеллекта подростка: в социальном поле или в семейном кругу. В данной статье теоретически и эмпирически обосновано, почему семья может быть либо благоприятной, либо неблагоприятной средой для формирования эмоционального интеллекта подростка. Представлены основные направления психокоррекционной работы.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, подростковый возраст, семейные отношения, психокоррекционная работа

The article presents the results of the research of emotional intelligence and characteristics of teenager's family relationships. These theoretical and empirical studies confirm that the relationship with parents, parental control, the level of anxiety and self-esteem is an important factor in the development of emotional intelligence in adolescence. Also the theoretical background research problem where more active development of emotional intelligence adolescent: the social field or in the family circle. In the submitted article theoretically and empirically substantiated why the family can be either favorable or unfavorable environment for the formation of emotional intelligence adolescent. The basic directions of psychocorrective work presented in this article.

Keywords: *emotional intelligence, adolescence, family relationships, psychocorrective work*

Актуальність. Несвоєчасний розвиток або порушення емоційної сфери підлітка призводить до підвищеної тривожності, сором'язливості, страхів у спілкуванні та самовираженні, агресії, емоційного виснаження, переживання стресу. Емоційний інтелект (EI) визначається як здатність спостерігати власні емоції і емоції інших людей, розрізняти їх та використовувати цю інформацію для вирішення проблем та регуляції поведінки. В підлітковому віці відбуваються зміни пізнавальних процесів, які відіграють значну роль в розвитку EI: з'являються особливості пізнавальної та емоційної сфери, яких немає у дітей молодшого шкільного віку. В багатьох дослідженнях показано, що високий рівень розвитку EI сприяє успішності в різних сферах життя людини, таких як освіта, юриспруденція, медицина (M.Zeidner, G.Matthews, R.D.Roberts,2004; M.Brackett, J.Mayer, R.Warner,2004; Д.Гоулман, 2008) [3; 15]. Саме тому, дослідження проблематики психологічних передумов для успішного розвитку EI в підлітковому віці є актуальним. Теоретичний аналіз порушень EI (Дж. Меєр, П. Саловей; Р. Гоулман; Є. Сергієнко, І. Вєтрова; Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига; І.Н. Андрєєва, С.П. Дерев'янка) підтвердив важливість цього концепту для формування соціальної та активної особистості. [1; 3; 6; 12; 15]. Розвиток EI є важливим адаптаційним фактором, що сприяє оптимізації міжособистісної взаємодії, соціальної поведінки. Підвищення його рівня спровокує зниження деструктивних тенденцій в поведінці людей.

Мета. В поданій статті проаналізовано основні чинники розвитку EI в підлітків. Виявлено і розкрито зміст таких значимих чинників для розвитку EI підлітка, як рівень самооцінки та тривожності, характер стосунків між підлітком і батьками. Виділено характеристики сімей, які умовно можна розділити на такі, що сприяють розвитку EI підлітка, що зростає в ній і які зумовлюють порушення в розвитку EI підлітка. Визначено основні напрямки психокорекційної роботи з підлітками та їх родинами для оптимізації розвитку EI.

Основний матеріал. В контексті соціальної взаємодії підлітка для нього важливим стає можливість спілкуватися з однолітками. Як суттєву відмінність розвитку емоційних здібностей в підлітковому віці порівняно з дитинством в науковій літературі виділяють істотне розширення сфер соціальної активності особистості й зміни їхньої значущості для неї. Спілкування з рівними за віком, але різними за особистісними якостями людьми, основним осередком якого найчастіше стає класний колектив, сприяє подальшому розвитку самосвідомості підлітка, провідним механізмом якого виступає соціальне порівняння, що істотно прискорює формування соціальних здібностей його особистості. [2, с. 212]

Дослідники Е.Л. Носенко і Н.В. Коврига вважають EI людини головним аспектом відображення реальності, який формується та закріплюється протягом життя людини. EI не є іманентним і може розвиватися, вдосконалюватися, зростати. Інтегрованим відображенням внутрішніх детермінант EI у свідомості людини можна вважати почуття психологічного благополуччя, у якому фіксується позитивне ставлення індивідуума до себе як суб'єкта життєдіяльності. [6, с. 87] Тобто, наше припущення, що підлітки з умовно благополучних родин матимуть

високий рівень EI є вірним. Це робоче положення було підтверджено в емпіричному дослідженні. Також, ми припустили, що одним із визначальних факторів низького EI підлітків є включеність в нездорові сімейні взаємостосунки такі як коаліція з кимось з батьків проти іншого.

В багатьох дослідженнях домінує думка, що батьківський контроль пов'язаний з поведінковими розладами в підлітків (Patterson&Yoerger, 1997; Ary, Duncan, Biglanetal., 1999). Їх подальші дослідження підтвердили важливість батьківського нагляду в якості чинника, який контролює проблемну поведінку в підлітків. В дослідженні вимірювали, що роблять батьки, щоб вплинути на те, чим займається підліток у свій вільний час, а також, що батьки знають про те, як проводить вільний час підліток.

Також було запропоновано модель з метою задіяти інтерактивний процес батьківського нагляду. Якщо батьки починають інтенсивніше цікавитися особистим життям підлітка і задавати більше питань з цього приводу, то підлітки сприймають це як допит. Таким чином, це може призвести до збільшення і ескалації проблемної поведінки підлітка (Louise Hayes, Alan Hudson та Jan Matthews).

Групою дослідників було розроблено конструкт батьківського контролю, в який включили дві складові (Capaldi&Patterson, 1992). Перша - це правила і очікування батьків, кількість інформації, яку батьки вимагають від своїх дітей. Друга – як багато часу підлітки проводять зі своїми батьками. Їх дослідження підтвердило, що відсутність батьківського контролю в дитячому і підлітковому віці має прямий зв'язок з антигромадською поведінкою і корелює з іншими поведінковими проблемами. Наприклад, зловживанням психоактивними речовинами та низькою самооцінкою. Примусова модель демонструє, що поведінкові проблеми дитини починаються з неефективної батьківської поведінки, що, в свою чергу призводить до збільшення примусових впливів батьків на дитину. Таким чином, дисциплінарні покарання батьків формують в дитини аверсивну поведінку, яка виявляється в плачі, крику, униканні батьків. Такою поведінкою підліток намагається припинити неприємну батьківську поведінку. Отже, примусова модель продемонструвала, що в щоденній дитячо-батьківській взаємодії наявні умови, що сприяють проблемній поведінці підлітка.

Лонгітюдні дослідження показали, що батьківський контроль залишається стабільним протягом довгого часу (Barnesetal., 2000; Barnesetal., 1999; Chilcoat&Anthony, 1996). Також, були дослідження, які враховували тільки те, як сприймають підлітки батьківський контроль. Ці дослідження ясно показують, що коли батьки знають, де підлітки і чим вони займаються, то підлітки менш схильні до делінквентної поведінки. В структурі батьківського нагляду виділяють наступні складові: обізнаність батьків про дитину, діяльність і спілкування з дитиною, розуміння діяльності дитини (Dishionand McMahon, 1998).

Контроль батьками вільного часу підлітка може виявлятися в тому, що батьки знають, що підліток збирається робити і дають на це дозвіл; встановлюють ліміт часу на спілкування з однолітками і коли бути вдома. Коли ж підліток повертається до дому їх спілкування може складатися з двох елементів. Підліток може сказати своїм батькам, що він робив (за власним бажанням), або батьки можуть його запитати, таким чином контролюючи вільний час підлітка і піддаючи сумніву інформацію, яку він надає. Готовність підлітка розкриватися

перед батьками, розповідаючи про свою активність є критичним фактором батьківського контролю. [14]

Таблиця 1 - Сімейні параметри, що сприяють або заважають розвитку ЕІ підлітка

Автор теорії	Параметри сім'ї	
	Сприяють	Заважають
М.Боуен	відкрита сімейна система; висока самооцінка членів сім'ї; визначені правила; відповідальна поведінка батьків; вміння знаходити вихід в складних ситуаціях; низький рівень конфліктності між батьками і підлітком.	закрита сімейна система; низька самооцінка членів сім'ї; невизначеність сімейних правил; розгубленість в складних ситуаціях; безвідповідальність батьків; високий рівень конфліктності між батьками і підлітком.
В.Сатир	чесна, відкрита, ясна, пряма комунікація; висока самооцінка; правила гнучкі, змінюються при необхідності; повна свобода будь-яких обговорень, допускається автономність; різноманіття соціальних зв'язків; орієнтація на рівень розуміння інших членів сім'ї.	нечесна, заплутана, невизначена, неадекватна комунікація; низька самооцінка; правила приховані, жорстокі, незмінні, дріб'язкова опіка і контроль, заборони на обговорення; страх перед соціумом, закритість, відсутність соціальних зв'язків; байдужість до почуттів і переживань інших членів сім'ї.
М.Чіксентміхайі	прозорість у стосунках; зворотній зв'язок в сім'ї має однозначний характер; висока самооцінка; чітко визначені правила; надається можливість вибору; наявне почуття спільності/приналежності та довіри між усіма членами сім'ї; наявний інтерес батьків до того, що робить і відчуває їх дитина в даний момент.	неоднозначність зворотного зв'язку; низька самооцінка; відсутність або нечіткість сімейних правил; у підлітка немає вибору; відсутність почуття спільності/приналежності та довіри між певними або усіма членами сім'ї. орієнтування на майбутнє замість перебування в теперішньому.

Емоційний тон відносин між батьками і дітьми можна представити у вигляді шкали, на одному полюсі якої стоять максимально близькі, теплі, доброзичливі стосунки (батьківська любов), а на іншому – далекі, холодні і ворожі. В першому випадку засобами виховання є увага і заохочення, в другому – суворість і покарання. Різні способи батьківського контролю також можна представити у

вигляді шкали, на одному полюсі якої висока активність, самостійність і ініціатива дитини, а на іншому – її пасивність, залежність, безоглядна слухняність. Можна провести паралель між останньою шкалою і шкалою диференціації Я особистості.

Виходячи з того, що наше робоче положення визначає у колі найважливіших чинників розвитку ЕІ в підлітків суб'єктивне відображення ним сімейних стосунків, ми проаналізували психологічні процеси сім'ї. В.Сатир виділяє чотири фактори сімейного життя, які впливають на всі процеси, що відбуваються в родині. Це самооцінка, родинна комунікація, сімейні правила, зв'язок з суспільством за межами сім'ї. В усіх проблемних сім'ях, на думку В.Сатир, низька самооцінка; опосередковане, нечітке спілкування; жорсткі, безапеляційні правила; соціальні зв'язки здійснюються з позиції страху, звинувачень або підлецування. Благополучні сім'ї, навпаки, реалізують зовсім іншу модель: висока самооцінка; спілкування пряме, відверте, конкретне; гнучкі правила, які відповідають обставинам; відкриті соціальні зв'язки, повні довіри. [8]

М.Чіксентміхаї характеризує сімейну ситуацію, яка стимулює розвиток здатності досягати потокового стану, характеризується п'ятьма характеристиками. Ці характеристики збігаються з умовами, які сприяють розвитку емоційного інтелекту, тому що так само сприяють розвитку в підлітка рефлексії, стимулюють зосередження на власних емоційних станах і прямому вираженню своїх емоцій та почуттів. Тому, ми вважаємо доцільним, спиратися на запропоновані ним характеристики сім'ї, щоб дослідити їх вплив на формування ЕІ підлітка. [11]

В поданій таблиці 1 ми об'єднали характеристики, які описують два полюси сімей і їх умовно можна розділити на такі, що сприяють розвитку ЕІ підлітка, що зростає в ній і які зумовлюють порушення в розвитку ЕІ підлітка.

Проаналізувавши дослідження характеристик сімейної взаємодії та батьківського впливу на розвиток особистості підлітка, ми поділили сім'ї на емоційно диференційовані та емоційно недиференційовані сім'ї. Ці сім'ї мають наступні ознаки (Таб.2).

Для дослідження і аналізу розвитку ЕІ підлітків, важливо охарактеризувати складові компоненти ЕІ, які було співвіднесено з показниками інших методик. Першим компонентом ЕІ є усвідомлена регуляція емоцій. Емоціями неможливо керувати прямо, проте це можливо зробити опосередковано: через об'єкт, потребу, знак. Початковий момент управління почуттям – це розщеплення монолітного недиференційованого афекту (Я-почуття) на суб'єкт і його почуття. [9] Другий компонент ЕІ розуміння (осмислення) емоцій. Переживання емоцій і її називання (визначення) є різними феноменами. Визначення емоції розглядається як результат конструктивних процесів, які трансформують перцептивні переживання у внутрішній досвід, модифікуючи їх. В зв'язку з цим можна виділити три основні функції визначення емоцій: закріплення досвіду, міжособистісна комунікація, емоційна експресія.[10] Здатність вербалізувати емоції частково залежить від здатності чітко говорити про них. В зв'язку з цим розпізнавання емоцій є проблематичним для особистостей з вираженою алекситимією. Третій компонент ЕІ розрізнення і вираження емоцій. Однією з причин труднощів у розумінні емоцій є почуття тривоги, пов'язане з емоціями інших людей або власними, таким чином тривога може сприяти уникненню всього того, що могло б викликати емоції.[7]

Таблиця 2 - Відмінності в характеристиках емоційно диференційованих та емоційно недиференційованих типах сімей.

Сімейні характеристики	Тип сім'ї	
	Емоційно диференційовані сім'ї	Емоційно недиференційовані сім'ї
Комунікація.	Чесна, відкрита, ясна, пряма.	Нечесна, заплутана, невизначена, неадекватна.
Самооцінка.	Висока/нормальна	Низька/неадекватна/ викривлена/завищена
Сімейна система (норми).	Правила гнучкі, змінюються при необхідності; повна свобода будь-яких обговорень, допускається автономність.	Правила приховані, жорсткі, незмінні, дріб'язкова опіка і контроль, заборони на обговорення.
Соціальні зв'язки.	Різноманіття соціальних зв'язків, відкритість сімейної системи.	Страх перед соціумом, закритість, відсутність соціальних зв'язків (або загравання з соціумом).
Рівень особистісної тривоги.	Нормальний рівень	Високий рівень
Присутність в теперішньому моменті.	Зважання на потреби дитини в теперішньому.	Ігнорування нагальних потреб дитини, спрямованість в минуле або майбутнє.
Рівень конфліктності в сім'ї.	Нормальний рівень.	Високий рівень.
Позиція дитини в сімейній системі.	Рівень дитини, коли задовольняються її потреби.	Позиція в ролі одного з батьків (парентифікація або триангуляція).

Також було досліджено через відображення підлітком емоційних параметрів сімейної взаємодії, ми опосередковано дослідили як сімейні стосунки впливають на рівень розвитку ЕІ підлітка. На нашу думку, основним предиктором формування високого рівня ЕІ є те, як оцінює і сприймає підліток сімейну ситуацію та своє місце в ній.

Такі характеристики сім'ї, як низька самооцінка членів родини; опосередковане, нечітке спілкування; жорсткі, безапеляційні правила; соціальні зв'язки, які здійснюються з позиції страху, звинувачень або підлещування будуть заважати розвитку ЕІ в підлітка, що зростає в такій сім'ї. І, навпаки, якщо сім'я має такі ознаки як висока самооцінка членів родини; пряме, відверте, конкретне спілкування; гнучкі правила, які відповідають обставинам; відкриті, повні довіри соціальні зв'язки – це буде сприяти розвитку ЕІ підлітка. Високий рівень

особистісної тривожності заважає підлітку відчувати внутрішній стан і ті емоції, що він відчуває, а, отже, і виявити ЕІ.

Нами було виділено наступні характеристики сімейних стосунків, які актуально впливають на формування ЕІ: комунікація, норми сім'ї, характер соціальних зв'язків, конфліктність, присутність в теперішньому моменті, позиція дитини в сімейній системі. Наведені характеристики можна поділити на конструктивні та деструктивні для розвитку. Конструктивні характеристики створюють сприятливі умови для розвитку ЕІ підлітка. Деструктивні, навпаки, заважають і провокують неадаптивну поведінку.

Опосередкованим предиктором сім'ї, який буде сприяти або заважати розвитку ЕІ підлітка ми також виділили рівень сімейної тривоги. Якщо сім'я виступає як відкрита система, то її члени мають задовільний рівень емоційного контакту один з одним. В протилежному випадку в емоційному полі сім'ї підтримується високий рівень тривоги і рівень диференційованості її членів поступово знижується.

Для того, щоб побачити наявність відмінностей в складових ЕІ і сімейній системі підлітків, ми використали процедуру кластерного аналізу. Ми припустили, що в залежності від того як сприймаються підлітками особливості сімейної системи, в них будуть розвинені різні складові ЕІ. Наша вибірка розподілилася на два кластери, які ми назвали «Емоційно диференційовані сім'ї» та «Емоційно недиференційовані сім'ї». Ці кластери значимо відрізняються ($p \leq 0,05$) один від одного показниками.

За складовими ЕІ: - співпереживання радості; - розуміння та аналіз власних емоцій; - розуміння емоцій інших.

За сімейними характеристиками: - сімейне благополуччя; - почуття неповноцінності в сім'ї; - ворожість в сімейній ситуації; - почуття провини; - вимогливість-невимогливість; - поблажливність-суворість; - прийняття-неприйняття; - послідовність батьків.

Також, шляхом емпіричного дослідження нами було визначено, що самооцінка, тривожність, агресивність, почуття неповноцінності, конфліктність підлітка складають симптомокомплекс особистісних рис, які підтримують ЕІ. Виявлено, що нормальний або високий рівень самооцінки сприяє розвитку компонента ЕІ «увага до емоцій». Низька самооцінка пов'язана з труднощами в складових ЕІ «співпереживанні нещастя», а завищена - з «увагою до емоцій». Високий рівень тривожності пов'язаний з низьким рівнем ЕІ. Підлітки, які демонструють високі показники агресивності, почуття неповноцінності, конфліктності мають нижчий рівень розвитку ЕІ.

В обох групах досліджуваних наявний достатній рівень батьківського контролю. Проте, тільки в першому кластері високі показники емоційного контакту з батьками і поваги до них. Тобто, це відображує стилі сімейного виховання, які вважаються більш сприятливими для розвитку особистості дитини, а саме – демократичний стиль. За опосередкованими характеристиками ми можемо віднести першу групу досліджуваних до цього стилю. Тому що наявні ознаки, які змістовно наповнюють цей батьківський стиль.

Інтерпретуючи отримані дані можна стверджувати, що хоча наявність батьківського контролю діагностується в обох групах, саме наявність емоційного прийняття і близькості характеризують благополучні сім'ї.

В підлітків, які потрапили в кластер «Емоційно диференційовані сім'ї» вищі середні показники EI, порівняно з «Емоційно недиференційовані сім'ї». Отже, батьківський контроль є необхідною умовою для розвитку EI підлітка, однак цього недостатньо для формування EI високого рівня. В групі, де наявні високі показники емоційного прийняття батьками EI підлітків є високим. Тобто, формування EI високого рівня можливо тільки за умови емоційного прийняття батьками, емоційної близькості і згоди з ними.

Наші робочі положення було підтверджено емпіричним шляхом і на основі отриманих даних нами було розроблено методичні рекомендації та психокорекційну програму спрямовану на оптимізацію рівня EI не тільки в підлітків, а також в батьків.

Підвищення емоційної грамотності є одним з перших кроків в розвитку EI. Також одним зі структурних компонентів є здатність усвідомлювати та висловлювати почуття, так само як і розуміти емоції інших. [1] Виходячи з цих положень, основні напрямки психокорекційної роботи з підлітками та їх родинами для оптимізації розвитку EI ми склали в програму тренінгу.

Мета програми: оптимізація розвитку EI підлітків та їх батьків.

Структура програми: I. Діагностичний блок (4 год.); II. Розвиваючий блок (12 год); III. Закріплюючий блок (4 год.).

Діагностичний блок включає авторську анкету для батьків спрямовану на визначення емоційної близькості між ними і підлітками. Також в цей блок нами включено вправи на знання емоцій і вміння до вербального вираження емоцій.

II. Розвиваючий блок спрямований на актуалізацію здібностей до розуміння та управління емоційними станами. Оволодінню навичками управління емоційною поведінкою та експресивним реагуванням. Також зроблено акцент на налагодження внутрішньо-сімейної взаємодії, діалогу між підлітком і батьками.

III. Закріплюючий блок передбачає повторення отриманого досвіду і включає підбиття підсумків і рефлексію, що змінилося за час проходження тренінгу.

Висновки. Добре розвинений EI є важливою умовою для формування адаптивної поведінки підлітка. Низький рівень EI тісно пов'язаний з соціальною дезадаптацією і емоційними розладами: депресією, тривогою, різними формами відхилень поведінки. EI є необхідною складовою успішного функціонування особистості. Зміни в пізнавальній та емоційній сфері підлітка відіграють значну роль в розвитку EI. Тому проблема розвитку EI є актуальною саме для підліткового віку. В основі нашого дослідження лежить визначення EI як здібності, що складається з наступних компонентів: ідентифікація емоцій, використання емоцій для підвищення ефективності мислення та діяльності, розуміння та аналіз емоцій, свідоме управління емоціями для особистісного зростання і покращення міжособистісних відносин. Останній компонент на цьому віковому етапі буде досліджуватися опосередковано через особистісні опитувальники. Крім того, в даному контексті варті уваги такі особистісні характеристики EI: позитивна та негативна експресія, прийняття рішень на основі емоцій, емпатія, співпереживання радості та нещастю, увага до емоцій. Зміни в пізнавальній та емоційній сфері підлітка відбуваються під впливом таких соціально-психологічних чинників: соціально-конституціональних характеристик (гендер, вік), інтелектуального розвитку, розвитку емоційної сенситивності, соціальної

взаємодії, освіти та самоосвіти. Чинник соціальної взаємодії включає відносини в сім'ї, шкільному колективі, з учителями, однолітками.

Список використаних джерел

1. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И. Н. Андреева. – Новополюк : ПГУ, 2011. – 388 с.
2. Божович Л. И. Проблемы формирования личности / Л. И. Божович. – Воронеж, 1995. – 227 с.
3. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман, пер. с англ. А. П. Исаевой. – М. : АСТ : АСТ Москва, Владимир : ВКТ, 2009. – 478 с.
4. Кривцова С. В. Подросток на перекрестке эпох / С. В. Кривцова. – М. : Генезис, 1997. – 288 с.
5. Масгутова С. К. Основные проблемы подросткового возраста в контексте школьной психологической службы [Текст] : дис. канд. психол. наук / С. К. Масгутова. – М. : 1988. – 196 с.
6. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект : концептуалізація феномена, основні функції : моногр. / Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига. – Київ : Вища школа, 2003. – 126с.
7. Рейковский Я. В. Экспериментальная психология эмоций / Я. В. Рейковский. – М. : Прогресс, 1979. С. 133–179.
8. Сатир В. Вы и ваша семья / В. Сатир. – М. : Апрель-Пресс, Институт общегуманитарных исследований, 2007. – 315 с.
9. Тхостов А. Ш.,. Феноменология эмоциональных явлений / А. Ш. Тхостов, И. Г. Колымба // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. – 1999. – № 2. – С. 3–14.
10. Холмогорова А. Б. Культура, эмоции и психическое здоровье / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян // Вопросы психологии. – 1999. – № 2. С. 61–74.
11. Чиксентмихайи М. Поток : Психология оптимального переживания/ М. Чиксентмихайи, пер. с англ. – М. : Смысл; Альпина нон-фикшн, 2013. – 461 с.
12. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища [Текст] : дис. канд. психол. наук : 19.00.05 / Дерев'янка Світлана Петрівна ; Черніг. держ. пед. ун-т ім. Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2009. – 327 арк. : рис., табл.
13. Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – М. : Изд-во "Институт психологии РАН", 2009. – С. 350. (24)
14. Barnes G. M. The effects of parenting on the development of adolescent alcohol misuse: A six-wave latent growth model / G. M. Barnes, A. S. Reifman // Journal of Marriage and Family, 2000. – P. 175–186.
15. Salovey P. Emotional intelligence / P. Salovey, J. D. Mayer // Imagination, Cognition and Personality, 1990. – P. 185–211. (50)

Отримано 12.09.2015 р.