

FTAMP 15.31.31

<https://doi.org/10.26577/JPoS.2023.v87.i4.02>

М.Б. Ерденова , Г.К. Датхабаева , М.К. Жолдасова ,
Д.М. Искакова , А.М. Кустубаева 

Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Қазақстан, Алматы қ.

*e-mail: Almira.Kustubaeva@kaznu.kz

ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ ЭМОЦИЯНЫ РЕТТЕУ СТРАТЕГИЯСЫНА БАСЫМДЫҚ БЕРУІ ЖӘНЕ ЭМОЦИЯЛЫҚ ИНТЕЛЛЕКТ

Жасөспірімдердегі эмоциялық интеллекттің (ЭИ) ерекшеліктерін адамның әлеуметтік бейімделуі мен тиімділігінің маңызды факторы ретінде түсіну эмоциялық–когнитивті сфераның бұзылуына психологиялық түзетудің және қалыптастырудың оңтайлы стратегияларын әзірлеудің негізі болып табылады. Жұмыстың мақсаты – 12-15 жас аралығындағы қалыпты дамып келе жатқан ұлдар мен қыздардағы ЭИ және эмоцияларды реттеу (РЭ) сипаттамаларын анықтау. Мақалада қазақ тілінде бейімделген валидацияланған сауалнамалар көмегімен 54 жасөспірімде ЭИ және РЭ көрсеткіштері алынды. Зерттеу нәтижелері эмоцияларды «қайта қарау» стратегиясы эмоциялық интеллект деңгейімен оң байланысты екенін және бұл жас тобында эмоцияларды «басу» стратегиясынан басым екенін көрсетті. ЭИ көрсеткіштері қыздарда ер балалармен салыстырғанда айтарлықтай жоғары екендігі анықталды. Осылайша, эмоциялық интеллект көрсеткіштерінің ерекшеліктері және жасөспірім кезіндегі эмоцияларды реттеу стратегиясының артықшылықтары анықталды, олар кейінірек басқа жас топтарын қарастырған кезде эмоциялық функциялардың даму динамикасын түсінуге көмектеседі. Бұл нәтиженің құндылығы қалыпты дамудан ауытқуларды анықтау үшін ЭИ көрсеткіштерінің нормативтік мәндерін анықтау болып табылады. Эмоциялық интеллект пен эмоцияны реттеудің анықталған корреляциясы эмоцияны реттеудің тиімді тәсілдерін жасауға негіз бола алады.

Түйін сөздер: онтогенез, жасөспірім, эмоциялық интеллект, эмоцияны реттеу, гендер.

M.B. Yerdenova, G.K. Datkhabayeva, M.K. Zholdassova,
D.M. Iskakova, A.M. Kustubayeva*

Al-Farabi Kazakh National University, Kazakhstan, Almaty

*e-mail: Almira.Kustubaeva@kaznu.kz

Emotional intelligence and preference in emotion regulation strategy in adolescents

Understanding the peculiarities of emotional intelligence (EI) in adolescents as the most important factor of social adaptation and human efficiency is the basis for the development of optimal strategies of formation and psychological correction for disorders of emotional and cognitive sphere. The aim of the work is to determine the characteristics of EI and emotion regulation (ER) in boys and girls at the age of 12-15 years with normal development. EI and ER were assessed in 54 adolescents using previously adapted validated questionnaires in Kazakh. The results of the study showed that the strategy of “reinterpretation” of emotions positively correlates with the level of emotional intelligence and prevails over the strategy of “suppression” of emotions in this age group. It has been revealed that EI indicators are significantly higher in girls compared to boys. Thus, the peculiarities of emotional intelligence indicators and preference for the strategy of emotion regulation in adolescence have been determined, which in the future when considering other age groups will help to understand the dynamics of development of emotional functions. The value of this result lies in determining the normative values of EI indicators to establish deviations from normal development. The revealed correlations of emotional intelligence and emotion regulation can serve as a basis for the development of effective approaches to emotion regulation.

Key words: ontogenesis, adolescence, emotional intelligence, emotion regulation, gender.

М.Б. Ерденова, Г.К. Датхабаева, М.К. Жолдасова,
Д.М. Искакова, А.М. Кустубаева*

Казахский национальный университет им. аль-Фараби, Казахстан, г. Алматы
*e-mail: Almira.Kustubaeva@kaznu.kz

Эмоциональный интеллект и предпочтение стратегии регуляции эмоций у подростков

Понимание особенностей эмоционального интеллекта (ЭИ) у подростков как важнейшего фактора социальной адаптации и эффективности человека – основа для разработки оптимальных стратегий формирования и психологической коррекции при нарушениях эмоционально-когнитивной сферы. Цель данного исследования – определить характеристики ЭИ и регуляции эмоций (РЭ) у мальчиков и девочек в возрасте 12-15 лет при нормальном развитии. Показатели ЭИ и РИ оценивались у 54 подростков с помощью ранее адаптированных валидизированных опросников на казахском языке. Результаты исследования показали, что стратегия «переосмысления» эмоций положительно коррелирует с уровнем эмоционального интеллекта и преобладает над стратегией «подавления» эмоций в данной возрастной группе. Выявлено, что показатели ЭИ достоверно выше у девочек по сравнению с мальчиками. Таким образом, определены особенности показателей эмоционального интеллекта и предпочтения стратегии регуляции эмоций в подростковом возрасте, которые в дальнейшем при рассмотрении других возрастных групп помогут понять динамику развития эмоциональных функций. Ценность данного результата заключается в определении нормативных значений показателей ЭИ для установления отклонений от нормального развития. Выявленные корреляции эмоционального интеллекта и регуляции эмоций могут служить основанием для разработки эффективных подходов к регулированию эмоций.

Ключевые слова: онтогенез, подростковый возраст, эмоциональный интеллект, регуляция эмоций, гендер.

Кіріспе

Неврология саласындағы зерттеулердің халықаралық деңгейіне сәйкес әзірленген валидацияланған кешенді әдістеме негізінде алғаш рет қазақстандық популяцияда ми дамуының және эмоциялық-когнитивтік реттелуінің жасқа байланысты заңдылықтарын іргелі зерттеу жүргізілді. Бұл зерттеу МРТ/ЭЭГ деректерін пайдалана отырып, қазіргі заманғы ми сигналдарын өңдеу технологияларын пайдалану негізінде эмоциялық және когнитивтік реттеу мен қалыпты ми дамуының механизмдері арасындағы байланысты түсінуге бағытталған. Зерттеудің маңызды теориялық және практикалық маңызы бар: қалыпты жағдайда онтогенездегі ми функциялары мен эмоциялы-танымдық процестердің қалыптасуын теориялық түсіну әртүрлі бұзылулардағы нормадан ауытқуларды клиникалық зерттеуге мүмкіндік береді, бұл тәжірибеде балалар мен ересектердегі, әсіресе өтпелі жас кезеңдеріндегі эмоциялық-когнитивтік саланың нормасынан ауытқуларды уақытылы диагностикалауды қолдануға мүмкіндік береді. Бұл мақалада зерттеудің психометриялық деректері берілген.

Ғасырлар бойы қызу талқыланып келе жатқан дәстүрлі интеллект өлшемі адам өміріндегі

табыстың әлсіз өлшемі екендігін көрсетті. Көптеген өмірден алынған мысалдар оқушының мектептегі үлгерімі болашақта тек қана табысты мансапқа алып келмейтіндігін дәлелдеп отыр. Расымен, соңғы зерттеулерге сәйкес, әлеуметтік және эмоциялық салада өлшенетін қабілеттер ең көп қызығушылық тудырды. Тарихи тұрғыдан алғанда, когнитивті емес интеллект көптеген зерттеушілердің назарын аудартты. Осылайша, Д. Векслердің интеллект анықтамасында «жеке тұлғаның жаһандық мүмкіндіктерінің жиынтығы... және қоршаған ортамен тиімді әрекеттесу», бейімделу үшін маңызды аффективті және әлеуметтік «интеллектілі емес элементтер» қаралады (Holdnack, 2019; Wechsler, 1972). Р. Торндайк «әлеуметтік интеллект» түсінігін ұсынды (Thorndike, 1937). Г.Гарднер «көптік интеллект» теориясын енгізіп, тұлғашілік және тұлғааралық қасиеттердің маңыздылығын атап өтті (Gardner, 1983).

Жасөспірімдік шақ – тұлғааралық қарым-қатынас ерекше маңызды болып, жетекші қызмет түрі мәртебесіне ие болатын кезең. Қарым-қатынастың барлық құрамдас бөліктерін (қарым-қатынас, өзара әрекеттесу, қабылдау) тиімді жүзеге асыру көбінесе эмоциялық интеллектке – адамның өз эмоцияларын тану, адекватты түрде білдіру және қарым-қатынас серіктесінің эмоция-

ларын қабылдау, бұл ақпаратты жалпы контекстке қосу және тұлғааралық өзара әрекеттесуіне негізделген. Эмоциялық интеллекттің қалыптасуы мектепке дейінгі жастан басталады, ал жасөспірімдік шақта бұл интегралды қабілет ерекше мәнге ие болады. Өзінің ерекшеліктеріне сәйкес эмоциялық интеллект өмір бойы дами алатын тұлғаның маңызды сипаттамасы болып табылады, ол үздіксіз тұлғалық дамудың заманауи көзқарасына сәйкес оны метақұзыреттілік ретінде қарастыруға мүмкіндік береді. Жасөспірімдік шақтың бірқатар ерекшеліктері бар. Тұлғаның эмоциялы-ерікті саласының дамуына байланысты: интроспекцияның дамуына әкелетін рефлексияның пайда болуы, олардың тәжірибелеріне ерекше қызығушылықтың пайда болуы, сыртқы әлемге қанағаттанбау, өзін-өзі қуту, эксклюзивтілік сезімінің пайда болуы, өзін-өзі растауға ұмтылу, басқаларға қарсы тұру, олармен қақтығыстардың көбеюі. Жасөспірімдердің эмоциялық интеллектісін зерттеудің өсіп келе жатқан қажеттілігі студенттерге тек сыртқы ортаның ғана емес, сонымен бірге жаһандық әлеуметтік-экономикалық өзгерістер жағдайлары әсер етуімен тығыз байланысты. Мектептің жақын ортасы мен білім беру мүмкіндіктері үлкен маңызға ие (Goleman, 2013). Адамның эмоциялары – бұл тікелей тәжірибе, түйсік, қабылдау және адамның дүниеге және адамдарға қатынасы түрінде бейнеленетін субъективті психологиялық күйлердің ерекше түрі. Жасөспірімдік шақ эмоциялық интеллекттің қалыптасуының маңызды кезеңі болып табылады. Эмоциялық сфераның келесі ерекшеліктері ажыратылады:

- жоғары эмоциялық қозу және эмоциялық тәжірибенің тұрақтылығы өзінің және басқа адамдардың эмоцияларын түсінудің әлсіз көрінетін қабілетімен үйлеседі, бұл қарым-қатынас пен тұлғааралық өзара әрекеттесуді қиындатады, қақтығыстарды, оқшаулану сезімін тудыруы мүмкін.

- эмоциялық интеллект жасөспірімдердің әлеуметтік мінез-құлқында бейімделу қызметін атқарады; зерттеушілер эмпатияның даму тенденцияларының болуын, басқалардың эмоцияларын басқаруға белсенді ұмтылысын атап өтеді.

- жасөспірімдердің көпшілігінде тұлғааралық және тұлға ішілік эмоциялық интеллект дамуының орташа және төмен деңгейі бар, ал тұлғааралық эмоциялық интеллект әдетте тұлға ішіндегіге қарағанда көбірек дамыған.

Осылайша, өте айқын эмоциялық интеллект тапшылығы кезінде басқалармен тығыз қарым-

қатынас орнату қажеттілігі жасөспірім кезінде шешілуі керек қайшылықты тудырады.

Жасөспірімдердегі эмоциялық интеллект құрылымы келесі компоненттермен ұсынылған: когнитивті, реттеуші, мінез-құлық. Бұл компоненттерді бағалау критерийлері: эмоциялық күйлер, олардың себептері мен салдары туралы түсініктерді қалыптастыру; эмоциялардың қарқындылығын бақылау және реттеу мүмкіндігі; адамдармен қарым-қатынаста эмоцияларды конструктивті түрде білдіру қабілеті. Компоненттік құрылым жас жеткіншектердің эмоциялық интеллектін дамытудағы психологтың негізгі міндеттерін анықтайды. Біріншіден, өзінің және басқа адамдардың эмоциялық күйлерінің көрінуінің ерекшеліктері, себептері мен салдары туралы түсініктерді қалыптастыру. Екіншіден, жасөспірімдердің эмоцияларды өзін-өзі реттеу дағдыларын дамыту. Үшіншіден, жас жеткіншектерді адамдармен қарым-қатынаста эмоцияны көрсетудің сындарлы тәсілдеріне үйрету. Қазіргі уақытта эмоция білімнің ерекше түрі ретінде адамға қоршаған орта жағдайларына сәтті бейімделуге мүмкіндік беретіні және интеллект категориясымен байланысты екендігі мойындалады. Эмоциялар мен интеллект өздерінің практикалық бағытында бірігуге қабілетті. Бұл интеграция тұлғаның үйлесімді дамуы үшін қажет.

Эмоциялық интеллект ең жоғары психикалық функция ретінде қалыптасуының үш негізгі моделіне ие: өздігінен қалыптасу; мақсатты қалыптастыру; өзін-өзі қалыптастыру. Стихиялық қалыптасу сөзсіз бар және кез келген адамның дамуында маңызды рөл атқарады, өйткені эмоциялық дүниенің жүйелі түрде қалыптасуын ғана қамтамасыз ету өте қиын (Андреева, 2011).

Сондай-ақ, Ю.В. Давыдова жасөспірім кезіндегі эмоциялық интеллекттің маңызды белгілерін, құрылымы мен ерекшеліктерін зерттеп, жасөспірім кезіндегі эмоциялық интеллект тұрақты гетерогенді категория екенін анықтады, оның функциялары қызметтің сәттілігін қамтамасыз ету, тұлға ішілік және тұлғааралық өзара әрекеттесу процестерін оңтайландыру және үйлестіру болып табылады. Автор эмоциялық интеллект пен оның маңызды белгілерінің дамуы сандық сипатқа ие екенін атап өтеді: ересек жасөспірімге қарай балалардың көпшілігі басқа адамдардың эмоцияларын тану және эмпатия көрсету қабілеттерін көрсетеді. Өз зерттеуінде Ю.В. Давыдова жасөспірімдердің эмоцияларын басқару қабілеті туралы мәліметтер алды. Жалпы жасөспірім кезінде балалардың жоғары ерікті

кернеулерге қабілеттілігі шектеулі, ұстамдылық пен ұстамдылық жетіспейді, бұл ұстамсыздық, шыдамсыздық, айқындық түрінде көрінеді. Зерттеу нәтижелері ұлдардың қыздармен салыстырғанда эмоциялық күйлерін басқару қабілетінің төмен дамуын анықтады.

Адамдардың әлеуметтік қарым-қатынасын интеллект түрі ретінде қарастыратын алғашқы басылымдар 1920 жылдары пайда болды. 1920 жылы профессор Эдвард Торндайк алғаш рет әлеуметтік интеллект ұғымын енгізді, ол оны «адамдарды, ерлер мен әйелдерді, ұлдар мен қыздарды түсіну қабілеті, адамдармен қарым-қатынас жасау және адамдармен қарым-қатынаста саналы әрекет ету қабілеті» деп сипаттады. Интеллектті зерттеуге Дэвид Векслер (Дэвид Векслер) маңызды үлес қосты, ол интеллектті «адамның мақсатты әрекет ету, ұтымды ойлау және қоршаған әлеммен тиімді қарым-қатынас жасау қабілеті» деп санады. Ол 1940 жылы жариялаған мақаласында адамның қабілеттерін «интеллектілі» және «интеллектілі емес» деп бөлді, соңғыларының қатарына аффективті, жеке және әлеуметтік деп санады және адамның өмірлік жетістігін болжауда «интеллектілі емес» қабілеттер маңызды деп тұжырымдады (Люсин, 2004).

Интеллектілік тесттерді әзірлеуде көп жұмыс істеген Дэвид Векслердің әсері XX ғасырдың екінші жартысының басында психологияда бихевиоризм теориясы басым болған кезде де жалғасты. 1960 жылдары эмоциялық интеллект ұғымы алғаш рет пайда бола бастады. Ол 1964 жылы Майкл Бельдоктың «Sensitivity to expression of emotional meaning in three modes of communication» кітабында және 1966 жылы Ганскарл Лейнердің «Emotional intelligence and emancipation» кітабында пайда болды.

Эмоциялық интеллект – психология ғылымындағы қарқынды зерттеу нысаны болып саналатын өзекті мәселелердің бірі. Эмоциялық интеллект – өзінің және өзге адамдардың эмоциясын түсіну барысы және эмоциялық интеллект деңгейі жоғары адамдар өзге адамдардың эмоциясы мен сезімдерін едәуір жақсы түсінуге мүмкіндік береді, өзінің эмоциялық өрісін басқара біледі, сондықтан олардың қоғамдағы мінез-құлқы анағұрлым лайықты, икемді болып келеді әрі айналадағылармен өзара қарым-қатынаста өз ойлаған мақсаттарына оңай қол жеткізе алады. Ол проблемаларды шешу және мінез-құлықты реттеу үшін айналасындағылардың жеке және эмоциялық күйлері мен эмоцияларын білуге және қолдануға

назар аударады. Бұл жағдайда ЭИ бізге адамдармен қарым-қатынас жасауға және қарым-қатынас жасауға көмектеседі, бұл көптеген балаларға, әсіресе жасөспірімдерге және ересектерге көмектеседі (Ильин, 2011). Эмоцияларды дұрыс түсіндіруді, әңгімелесушінің тәжірибесі туралы ақпаратты оқуды, оның мінез-құлқының себептері мен мотивтерін түсінуді үйрене отырып, біз оның хабарламасына барабар жауап беруге мүмкіндік аламыз. Осылайша, біз П.Сэловей мен Дж.Майер берген тұжырымдама негізінде эмоциялық интеллекттің анықтамасын алдық (Mayer, 2002). Эмоциялық интеллект – бұл адамның эмоциясын түсіну қабілеті, эмоцияларда бейнеленген басқа адамның тәжірибесін түсіну қабілеті, сонымен қатар интеллектуалдық талдау мен синтез негізінде өзінің эмоциялық саласын басқару қабілеті.

Бүгінгі күні эмоциялық интеллектті (ЭИ) анықтаудың әдістемелік тәсілдері әртүрлі зерттеулерде ерекшеленді. ЭИ модельдерінің келесі топтарын ажыратуға болады:

1) қабілет ретіндегі ЭИ модельдері (Mayer, 2000) бұл эмоцияларды қабылдау, эмоцияларды түсіну және қалыптастыру, эмоцияларды қабылдау мен түсіну дәрежесін анықтау қабілеті деп санайды. Мейер-Саловей-Карузоның эмоциялық интеллект тесті (Caruso, 2002; Salovey, 2002) эмоцияны анықтаудың сандық баламасын анықтауға, ойлаудың тиімділігін арттыруға, эмоцияны түсінуге, эмоцияны басқаруға мүмкіндік береді;

2) ЭИ моделі жеке тұлғаның жеке сипаттамасы ретінде (Pertrides, 2003);

3) ЭИ-ді қабілет ретінде де, жеке сипаттама ретінде де қарастыратын аралас модельдерді Д.Гоулманның эмоциялық құзыреттілік моделінде (Goleman, 1995) және Р. Бар-Онның эмоциялық-әлеуметтік интеллект модельдерінде ұсынды (Bar-On, 2000). Эмоциялық интеллекттің бар үлгілерінен басқа (Goleman, Bar-On, Mayer-Salovey) зерттеушілер оның негізгі құрамдас бөліктері ретінде өзінің және басқа адамдардың эмоцияларын түсінудің айқын қабілетін, эмоциялық сфераны басқарады, бұл қарым-қатынаста жоғары бейімделу мен тиімділікті тудырады. Сыртқы дүниенің заңдылықтарын көрсететін абстрактілі және нақты интеллекттен айырмашылығы, эмоциялық интеллект ішкі дүниені, оның адам мінез-құлқымен байланысын және қоршаған шындықпен әрекеттесу ерекшеліктерін көрсетеді.

Майер-Саловей-Карузо эмоциялық интеллект моделін қарастыратын болсақ, бұл мо-

дель қазіргі уақытта психологияда негізгі болып саналады, ол әдетте эмоциялық интеллект тұжырымдамасын сипаттау үшін қолданылады, дегенмен Дэниел Големанның осы модельге негізделген аралас моделі де өте танымал. Қабілет үлгісін кейбір ғалымдар, атап айтқанда Ховард Гарднер, психометриялық тұрғыдан тым бейтарап деп сынға алды.

Мейер, Саловей және Карузо эмоциялық интеллекттің тек төрт компонентін ажыратады (Caruso, 2002):

- эмоцияларды қабылдау – басқа адамдардың эмоцияларын (мимика, ым-ишара, сыртқы түрі, жүрісі, жүріс-тұрысы, дауысы арқылы) тану, сонымен қатар өздерінің эмоцияларын анықтау қабілеті.

- эмоцияларды ойлауды ынталандыру үшін пайдалану – адамның (көбінесе бейсаналық) ойлау процесін белсендіру, эмоцияларды мотиватор ретінде пайдалану, өз бойындағы шығармашылықты ояту.

- эмоцияларды түсіну – эмоцияның себебін анықтау, олар мен эмоциялар арасындағы байланысты тану, бір эмоцияның екіншісіне өтуін анықтау, эмоцияның уақыт бойынша дамуын болжау, сондай-ақ қарым-қатынаста эмоцияларды түсіндіру, күрделі (біржақты, көп мағыналы) сезімдерді түсіну.

- эмоцияларды басқару – бұл сіздің мақсаттарыңызға жету үшін өз эмоцияларыңызды және басқалардың эмоцияларын бағындыру, ояту және бағыттау. Сондай-ақ, логикалық тізбектерді құруда, әртүрлі мәселелерді шешуде, шешім қабылдауда және өз мінез-құлқын таңдауда эмоцияларды есепке алу қабілетін қамтиды.

Ғылыми журналист Дэниел Гоулман жасаған аралас модель эмоциялық интеллект 5 құрамдас бөліктен тұрады деп болжайды (Holdnack, 2019):

- өзін-өзі тану – шешім қабылдау кезіндегі эмоцияларды, мотивацияны анықтау, өзінің күшті және әлсіз жақтарын тану, мақсаттары мен өмірлік құндылықтарын анықтау қабілеті.

- өзін-өзі реттеу – өз эмоцияларын басқару, импульстарды тежеу қабілеті.

- мотивация – мақсатқа жету үшін оған жетуге ұмтылу.

- эмпатия – шешім қабылдағанда басқалардың сезімін ескеру, сондай-ақ басқа адамдармен эмпатия жасау қабілеті.

- әлеуметтік дағдылар – адамдармен қарым-қатынас орнату, адамдарды манипуляциялау, оларды қажетті бағытқа итермелеу.

1988 жылы Реуен Бар-Он эмоциялық-әлеуметтік интеллект түсінігін енгізді және

оның көптеген терең жеке және тұлғааралық қабілеттерден, дағдылар мен қабілеттерден тұрады, олар біріктірілген кезде адамның мінез-құлқын анықтайды. Бар-Он алғаш рет EQ белгілеуін енгізді – emotional quotient, эмоциялық коэффициенті IQ – интеллект коэффициентіне ұқсас. Ревен Бар-Он моделі эмоциялық интеллект ұғымының өте кең түсіндірмесін береді. Ол адамға әртүрлі өмірлік жағдайлардан сәтті шығуға мүмкіндік беретін барлық танымдық емес қабілеттер, білімдер мен құзыреттер деп анықтайды. Бар-Он эмоциялық интеллекттің бес құрамдас бөлігімен сәйкестендірілуі мүмкін құзыреттің бес саласын анықтады: өзін-өзі тану, тұлғааралық дағдылар, бейімделу, стрессті басқару және басым көңіл-күй. Солардың негізінде Бар-Он эмоциялық интеллектті өлшеуге арналған EQ-і деп аталатын сауалнаманы әзірледі.

ЭИ-ді өмірдегі сәттіліктің болжаушылары ретінде зерттеу үлкен қызығушылық тудырды. Мәселен, В. Palmer бірлескен авторлармен бірге көңіл-күйді бағалау сауалнамасы мен өмірге қанағаттану (Palmer, 2002) шкаласының өзгертілген нұсқасын (Salovey, 1995) қолдана отырып, өмірге қанағаттануға байланысты (Diener, 1985) ЭИ-ді зерттеді. ЭИ деңгейі өмірге қанағаттанумен байланысты болды. Сонымен бірге эмоциялық интеллект пен когнитивті интеллекттің ерекшеліктерін мидың ЭЭГ-мен байланысын зерттеді (Jaušovec, 2019). Авторлар ерлер мен әйелдердің когнитивті интеллектпен байланысты тыныштық күйіндегі ЭЭГ айырмашылықтары бар деп қорытындылады. Басқа авторлар қаржылық қызмет кеңесшілерінің эмоциялық құзыреттілік деңгейі мен өмір сапасы арасындағы байланысты зерттеді. Зерттеушілер сонымен қатар эмоциялық интеллектті дамытуы бойынша тренингтерден өтті, бұл өнімділікті орта есеппен 46%-ға арттырды, өнімділіктің орташа көрсеткіші 25%-ға өсті және стресске төзімділік айтарлықтай өсті (Grossmeier, 2019).

Эмоциялық интеллект адамның жалпы қоғамдағы мінез-құлқын, әсіресе оның дамуының әртүрлі кезеңдерін қаншалықты болжай алатындығы эмоциялық интеллектті ғылыми зерттеудің мәні болып табылады. Мысалы, авторлар ЭИ-ді ми қыртысының электрлік белсенділігімен (ЭЭГ) байланысты 10 жастағы балалардағы девиантты мінез-құлықтың болжаушысы ретінде зерттеді (Poole, 2018). Зерттеу нәтижесінде олар ұлдардың ЭИ деңгейі қыздармен салыстырғанда айтарлықтай төмен екенін анықтады. Төмен ЭИ девиантты мінез-

құлық ретінде түсіндірілді (атап айтқанда агрессия және құқық бұзушылық). Сонымен қатар, ЭИ деңгейі мен фронтальді ЭЭГ белсенділігінің заңдылықтары арасында байланыс анықталмады. Дегенмен, авторлар бұл фронтальды тыныштық күйі кезіндегі ЭЭГ үлгілерінің белсендірілуі балалардағы девиантты мінез-құлықтың тәуелсіз көрсеткіштері деп қорытылады. Әр түрлі жастағы топтардағы балалардың эмоциялық интеллекттісін зерттеу ерекше қызығушылық тудырды, өйткені балалық шақта кейінгі өмірлік оқиғаларға және өмірдің қиындықтарына бейімделу қабілеттеріне әсер ететін мінез-құлық ерекшеліктері қалыптасады.

Бірлескен авторлармен бірге Гросс теориясына сәйкес (McRae, 2020) эмоцияны өзін-өзі реттеудің екі негізгі стратегиясы бар: 1) эмоцияны қайта қарау немесе қайта бағалау; 2) эмоцияны басу. Авторлар екі стратегияның механизмдерін ұсынды және психофизиологиялық зерттеулер негізінде біріншісінің ең бейімделгіш екенін анықтады. Біз реттеу стратегиялары жеке дамуда қалыптасады және жас ерекшеліктеріне ие, сонымен қатар балалардағы эмоциялық интеллекттің дамуымен байланысты деген болжам жасадық.

Біздің зерттеуімізде 12 жастан 15 жасқа дейінгі балаларда ЭЭГ және МРТ ми дамуының ерекшеліктерімен бірге ЭИ-ны зерттеу ұсынылады. Бұл мақалада зерттеуге қатысқан 54 еріктінің алдын-ала нәтижелері келтірілген. Бұл мақаланың мақсаты «эмоциялық интеллект» және «эмоцияны реттеу» сауалнамаларының бейімделген нұсқалары арқылы жасөспірімдердегі эмоциялық интеллекттің гендерлік және жас ерекшеліктерін зерттеу.

Эмоциялық интеллектті өлшеу үшін біз Solovey және басқалар ұсынған модельге тоқталдық, олар үш шкаланы анықтайтын 30 сұрақтан тұратын ыңғайлы TMMS сауалнамасын ұсынды: өзінің эмоцияларына назар аудару, өзінің эмоцияларын түсіну және өзінің эмоциялық күйін қалыпқа келтіру шкалалары (Salovey, 1995). Бұл сауалнаманың балалар нұсқасының болуы таңдауымызға негіз болды (Rockhill, 1999). Эмоцияны реттеу стратегияларын, артықшылығын өлшеу үшін «Эмоцияны реттеу» сауалнамасы қолданылды (Martín-Brufau, 2020).

Зерттеу материалдары мен әдістері

Нәтижелерді бастапқы талдауға гендерлік жағынан теңдестірілген (ерлер 55%-ы, әйелдер 45%-ы) Алматы қаласының орта және арнау-

лы орта орындарының оқушылары арасынан 12 жастан 15 жасқа дейінгі (орташа жас=13,90; ст. ауытқу=4,01) 54 адамның зерттеу мәліметтері енгізілді. Зерттеуге қатысу үшін негізгі критерийлері болды: орталық және перифериялық жүйке жүйесі ауруларының болмауы, зерттелетін жас топтарына сәйкестігі, көру проблемалары туындаған жағдайда тиісті түзету құралдарының болуы (түзету көзілдірігі, түзету линзалары және т.б.). Сыналушыларды ғылыми зерттеуден шеттетуге және тоқтатудың негізгі критерийлері де болды, бұрын анықталған психоневрологиялық аурулардың болуы, сондай-ақ зерттеуге дейін 2 аптадан аз уақыт бұрын психоактивті препараттарды қабылдау болып саналды.

Эксперименттік зерттеу әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университетінің биофизика, биомедицина және нейроғылым кафедрасында, «Когнитивтік нейроғылым» ғылыми-зерттеу орталығының базасында жүргізілді. Бұл мақалада сыналушылардың эмоциялық интеллектісі мен эмоцияларын реттеудің жас және гендерлік психологиялық ерекшеліктерінің бастапқы зерттеу нәтижелері берілген. Зерттеу бастапқы жобасы сараптамадан өткен және әл-Фараби ат. ҚазҰУ жоғарғы қоғамдық денсаулық сақтау мектебінің медицина факультетінің жергілікті этикалық комитеті мақұлдаған (хаттама №IRB-A267 22.02.2021). Зерттеуге қатысу ерікті болды және олар кәмелетке толмаған субъектілер болды. Қатысушылар зерттеудің мақсатымен, міндеттерімен және зерттеудің кез келген кезеңіне қатысудан бас тарту мүмкіндігімен толық танысып, ақпараттандырылған келісім парағына қол қойды. Кәмелетке толмаған қатысушылардың келісім парағына оның атанасы не қамқоршысы қол қойды. Жоба аясында эмоциялық интеллектті диагностикалау әдісі ретінде қазақ тіліне аударылып, бейімделген Trait Meta Mood Scale (TMMS) эмоциялық интеллектті диагностикалау әдісі алынды (Salovey, 1995; Кустубаева, 2009). Сонымен қатар, эмоцияларды өзіндік реттеудің екі стратегиясын – когнитивті қайта бағалау/қайта ойлау және эмоцияны білдіруді басу арқылы анықтауға арналған эмоцияның өзін-өзі реттеуін зерттеу үшін эмоцияны реттеу сауалнамасы (ERQ) (Martín-Brufau, 2020) қолданылды. Қазақ тілінде сөйлейтіндерге қазақ тілінде, орыс тілінде сөйлейтіндерге орыс тілінде сауалнамалар ұсынылды.

TMMS әдістемесі 30 сұрақтан және 3 шкаладан тұрады: өз эмоцияларына назар аудару

(назар аудару); өз эмоциялық күйлерін түсіну (түсіну), көңіл-күй мен жағымсыз эмоциялық, тәжірибелерді реттеу қабілеті (бұдан әрі мәтін бойынша-реттеу). ERQ әдістемесі эмоцияларды реттеудің екі стратегиясына сейкес келетін екі шкаланы өлшейтін 10 сұрақты қамтиды: 1) жағымсыз тәжірибелерді тудыратын жағдайды когнитивті қайта бағалау/қайта қарау (қайта қарау), 2) өз эмоцияларының көрінісін басу (басу).

Альфа-Кронбах критерийінің көрсеткіштері сауалнамалардың сенімділігін растады. Шкалаларының сенімділік көрсеткіштері 0,63-

тен 0,85-ке дейінгі деңгейде болды. Біз ұсынған болжамдарды тексеру мақсатында ANOVA бір факторлы дисперсиялық талдау қолданылды. Статистикалық талдау үшін SPSS 26.0 бағдарламасы қолданылды. Айырмашылықтар $p \leq 0.05$ кезінде сенімді деп саналды.

Зерттеу нәтижелері және талқылаулар

Жасөспірімдердің жас ерекшелігіне байланысты эмоциялық интеллекттің және эмоцияны реттей алу қабілетінің орташа көрсеткіштері 1-2 кестелерде берілді.

1-кесте – Жасына байланысты эмоциялық интеллекттің орташа көрсеткіштері

Жасы	Эмоциялық интеллект шкалалары					
	Өз эмоцияларына назар аудару		Өз эмоцияларын түсіну		Көңіл күйін реттеу қабілеті	
	Орташа мәні	СА*	Орташа мәні	СА*	Орташа мәні	СА*
12-15 жас	66, 0335	11, 19134	62, 6253	13, 79264	69, 1005	14, 95745

*СА – стандартты ауытқу

2-кесте – Жасына байланысты эмоцияны реттей алу қабілетінің орташа көрсеткіштері

Жасы	Эмоциялық реттеудің шкалалары			
	Эмоцияларды қайта бағалау/ қайта қарау		Эмоцияны басу	
	Орташа мәні	СА*	Орташа мәні	СА*
12-15 жас	27, 8889	7, 09150	15, 4815	4, 42864

*СА – стандартты ауытқу

Эмоциялық интеллект және эмоцияны өзін-өзі реттеу стратегиясының көрсеткіштері бойынша гендерлік топтар арасындағы One way ANOVA статистикалық талдау сенімді айырмашылықтары тек «Өз эмоцияларын түсіну» көрсеткіші бойынша анықталды (1-сурет – Өз эмоцияларын түсіну» көрсеткіші бойынша гендерлік сенімді айырмашылықтары). Бұл көрсеткіш қыздар тобында ЭИ жоғары екендігі айқын байқалады, дегенмен эмоцияны қайта бағалау/қайта қарау стратегиясын таңдау тенденциясы және жасына қарай эмоцияны басу стра-

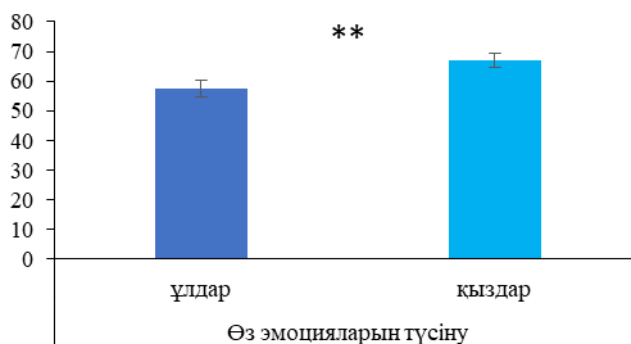
тегиясын қолданудың гендерлік өзгешеліктері байқалмады (3-кесте – Жасөспірімдердің эмоциялық интеллекті мен эмоцияны өзін-өзі реттеу стратегиясының орташа көрсеткіштері).

Эмоциялық интеллект және эмоцияларды реттеу стратегиясының өзара байланысын 4-кестеден көруге болады.

«Эмоцияларды қайта бағалау/қайта қарау» көрсеткіші ЭИ «Өз эмоцияларына назар аудару», «Көңіл-күйін реттей алу қабілеті» көрсеткіштерімен оң байланыста екені анықталды.

3-кесте – Жасөсірімдердің эмоциялық интеллекті мен эмоцияны өзін-өзі реттеу стратегиясының орташа көрсеткіштері

Эмоциялық интеллект шкалалары	Гендер	Орташа мәні	СА*
Өз эмоцияларына назар аудару	ұлдар	65,60	10,47
	қыздар	66,58	12,24
Өз эмоцияларын түсіну	ұлдар	57,30	13,73
	қыздар	66,89	12,49
Көңіл-күйін реттеу қабілеті	ұлдар	68,55	15,98
	қыздар	69,79	13,88
Эмоцияны реттеу шкалалары			
Эмоцияларды қайта бағалау/қайта қарау	ұлдар	27,67	7,16
	қыздар	28,17	7,15
Эмоцияны басу	ұлдар	15,70	4,05
	қыздар	15,21	4,93



1-сурет – «Өз эмоцияларын түсіну» көрсеткіші бойынша гендерлік сенімді айырмашылықтары

4-кесте – Эмоциялық интеллект және эмоцияларды реттеу стратегиясының Пирсон корреляция бойынша мәнді көрсеткіштері

	Өз эмоцияларына назар аудару	Көңіл-күйін реттеу қабілеті
Эмоцияларды қайта бағалау/қайта қарау	0,307(*)	0,369(**)

Қорытынды

Зерттеу жұмысының нәтижелері зерттеудің мақсатына сәйкес эмоциялық интеллект көрсеткіштері мен эмоцияларды реттеудегі жасқа байланысты ерекшеліктері туралы негізгі болжамды ішінара растады. Осы зерттеуге қатысқан шектеулі сыналұшылардан анықталған эмоциялық интеллект көрсеткіштерінің жоғарылау тенденциясы болашақта өз растауын табуы мүмкін. Дегенмен, нәтижелер

жас аспектісінде эмоциялық интеллекттің дамуын түсінудегі маңызды қадам болып табылады. Жасына қарай өзінің эмоциялық күйін қайта қарауды реттеу стратегиясының басым болуының байқалған тенденциясы онтогенездегі эмоциялық-реттеуші процестердің біртіндеп жетілу болжамын дәлелдейді (Moreira, 2018). Алдыңғы зерттеулерге сәйкес, қайта ойлау эмоцияны басумен салыстырғанда анағұрлым қолайлы және тиімді стратегия болып табылады (McRae, 2020). Гендерлік айырмашылықтарды

салыстыру алдыңғы зерттеулердің нәтижелерін растады: қыздар ұлдарға қарағанда жоғары эмоциялық интеллектті көрсетті (Jaušovec, 2019). Қыздардағы эмоциялық жағдайды когнитивті қайта бағалау стратегиясына артықшылық ер балалармен салыстырғанда айқынырақ, бұл алдыңғы нәтижеге сәйкес келеді. ЭИ қыздардағы эмоциялық реттеу механизмдерінің жетілуі ұлдарға қарағанда тезірек болуы мүмкін.

Қорытындылай келе, эмоциялық интеллектті түсіну мен өлшеудің әртүрлі тәсілдері бар екенін атап өткен жөн, өкінішке орай, олар көбінесе бір-біріне сәйкес келе бермейді. Адамдардың эмоциялық интеллект дәрежесі әртүрлі деген идея мәдени тенденциялар мен бағдарлар сияқты факторларда көрініс тапты. Эмоциялық интеллектті маңызды әлеуметтік контекстерде (білім беру, кәсіби және тұлғааралық) оның деңгейін көтеру арқылы үйренуге болады деп болжанады.

Осылайша, қарама-қайшы зерттеулерге қарамастан, эмоциялық интеллект қазіргі қоғамда үлкен рөл атқарады, жалпы ақыл-ой қабілеттерімен және жеке факторлармен салыстырғанда іс-әрекеттің сәттілігінде жоғары ақпараттылығына байланысты нақты өмірдің практикалық бөлігін анықтайды (Goleman, 1995; Saarni, 1999). Шынында да, эмоциялық интеллект кәсіби және жеке тұрғыдан адамдардың жақсы қарым-қатынасы мен табыстылығында маңызды

рөл атқарады, ал эмоциялық интеллектті өлшеу эмоциялық интеллект туралы білімді іс жүзінде жеткілікті түрде қолдану үшін зерттеу әдісін, сауалнамалар мен тестілерді таңдауда жауапты және мұқият тәсілді қажет етеді.

Біз үшін эмоциялық интеллект қызықты, өйткені оны зерттеу эмоциялардың табиғатын және оларды реттеу жолдарын тереңірек түсінуге, басқа адамның эмоцияларын түсіну және реттеу арқылы оның мінез-құлқын айтуға немесе болжауға мүмкіндік береді.

Эмоциялық интеллекттің мәні мен құрылымын жақсы түсіну үшін эмоциялық интеллектті, әсіресе оның психофизиологиялық негіздерін зерттеудің өзектілігін ескере отырып, біз эмоциялық интеллект деңгейіне және эмоцияларды реттеу қабілетіне байланысты ми қыртысының электрлік белсенділігіндегі (ЭЭГ) жеке айырмашылықтарды зерттеудің нәтижелерін жариялауды жоспарлап отырмыз.

Алғыс білдіру

Бұл зерттеу Қазақстан Республикасы Ғылым және жоғары білім министрлігімен қаржыландырылды («Әртүрлі жастағы адамдардың бас миының дамуының ЭЭГ/МРТ көрсеткіштерін, эмоциялық-когнитивтік функцияларын және олардың генетикалық маркерлерін зерттеу») №AP08856595, жетекшісі – А.М. Кустубаева).

Әдебиеттер

- Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. – Новополюк: ПГУ, 2011. – 388 с.
- Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. In R. Bar-On & J. Parker (Eds.): *Handbook of emotional intelligence*. – San Francisco, CA: Jossey-Bass, 2000. – P. 363-388.
- Caruso D.R., Mayer J.D., Salovey P. Relation of an Ability Measure of Emotional Intelligence to Personality // *Journal of personality assessment*. – 2002. – Vol. 79(2). – P. 306–320.
- Diener E., Emmons R.A., Larsen R.J., Griffin S. The Satisfaction with Life Scale // *Journal of Personality Assessment*. – 1985. – Vol. 49. – P. 71-75.
- Gardner H. *Frames of mind*. – New York: Basic Books, 1983. – 440 p.
- Goleman D. *Emotional intelligence*. – New York: Bantam, 1995. – 352 p.
- Goleman D. Emotional intelligence. Why it can mean more than IQ. – М.: “Mann, Ivanov and Ferber”, 2013. – 560 p.
- Grossmeier J., Chapman L., Moorefield R., Kenney C., Toussaint L., Luskin F., Aberman R., DeLorenzo A. Sr. Editor’s Desk: Addressing Spiritual Well-Being in the Workplace // *American Journal of Health Promotion*. – 2019. – Vol.33(7). – P. 1081-1093.
- Holdnack J.A. The development, expansion, and future of the WAIS-IV as a cornerstone in comprehensive cognitive assessments. In G. Goldstein, D.N. Allen, & J. DeLuca (Eds.): *Handbook of psychological assessment*. – Elsevier Academic Press, 2019. – P. 103–139. Doi.org/10.1016/B978-0-12-802203-0.00004-3.
- Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – Санкт-Петербург: Питер, 2011. – 752 с.
- Jaušovec N. The neural code of intelligence: From correlation to causation // *Physics of Life Reviews*. – 2019. – Vol. 31. – P. 171-187.
- Кустубаева А.М., Мэттьюс Дж., Джакупов С.М., Голегенова А.А. Адаптация русскоязычной версии опросника «Эмоциональный интеллект» // *Вестник КазНУ. Серия социологии и психологии*. – 2009. – №1(28). – С. 29-34.
- Кобзева О.В. Специфика образа мира в подростковом возрасте // *Проблемы современного педагогического образования. Сер. Педагогика и психология /сб. статей*. – Ялта: РИО ГПА, 2016. – Вып. 53. – Ч. 7. – С. 236 – 242.

- Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Институт психологии РАН, 2004. – С. 29 – 36.
- Mayer J.D., Salovey P., Caruso D. Competing models of emotional intelligence. In R.J. Sternberg (Ed.): *Handbook of human intelligence* (2nd ed.). – New York: Cambridge University Press, 2000. – P. 396-420.
- Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Mayer–Salovey–Caruso Emotional Intelligence. Intelligence Test (MSCEIT) User’s Manual. – Toronto, Canada: MHS Publishers, 2002. – 456 p.
- McRae K., Gross J.J. Emotion regulation // *Emotion*. – 2020. – Vol. 20(1). – P. 1-9.
- Martín-Brufau R., Martín-Gorgojo A., Suso-Ribera C., Estrada E., Capriles-Ovalles M.E., Romero-Brufau S. Emotion Regulation Strategies, Workload Conditions, and Burnout in Healthcare Residents // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2020. – Vol. 17(21). – P. 7816-7828.
- Moreira J.F.G., Silvers J.A. In due time: Neurodevelopmental considerations in the study of emotion regulation // *Book Emotion regulation*. – 2018. – NY: Routledge. – P. 111–134.
- Pertrides K.V., Furnham A. Trait Emotional intelligence: Behavioral validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction // *European Journal of Personality*. – 2003. – Vol. 17. – P. 39-57.
- Palmer B., Donaldson C., Stough C. Emotional intelligence and life satisfaction // *Personality and Individual Differences*. – 2002. – Vol. 33. – P. 1091–1100.
- Poole K.L., Santesso D.L., Van Lieshout R.J., Schmidt L.A. Trajectories of frontal brain activity and socio-emotional development in children // *Developmental Biology*. – 2018. – Vol. 60(4). – P. 353-363.
- Панкратова А.А. Эмоциональный интеллект: о возможности усовершенствования модели теста Мэйера-Сэловея-Карузо // *Вестник Московского университета. Серия Психология*. – 2010. – № 3. – С. 52-63.
- Rockhill C.M., Greener S.H. Development of the Trait Meta-Mood Scale for Elementary School Children. ERIC database, Champaign, IL. – 1999. – P. 11. [Электронный ресурс]: URL: <https://eric.ed.gov/?id=ED430688> (дата обращения: 27.09.2021).
- Salovey P., Stroud L.R., Woolery A., Epel E.S. Perceived Emotional Intelligence, stress reactivity, and symptom reports: further explorations using the Trait Meta-Mood Scale // *Psychology and Health*. – 2002. – Vol. 17. – Issue 5. – P. 611-627.
- Salovey P., Mayer J.D., Goldman S.L., Turvey C., Palfai T.P. Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J.W. Pennebaker (Ed.) *Emotion, disclosure, & health*. – 1995. – P. 125–154; DOI: 10.1037/10182-006.
- Saarni C. The development of emotional competence. – New York: Guilford Press, 1999. – 381 p.
- Thorndike R.L., Stein S. An evaluation of the attempts to measure social intelligence // *Psychological Bulletin*. – 1937. – Vol. 34. – P. 275-284.
- Wechsler D., Matarazzo J.D. Wechsler’s Measurement and Appraisal of Adult Intelligence. USA; Oxford University Press, 1972. – 308 p.

References

- Andreeva I.N. (2011) Emotsional’nyy intellekt kak fenomen sovremennoy psikhologii [Emotional intelligence as a phenomenon of modern psychology]. Novopolotsk: PSU, 388 p. (In Russian)
- Bar-On R. (2000) Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory (Bar-On & J. Parker, Ed). San Francisco, CA: Jossey-Bass, pp. 363-388.
- Caruso D.R., Mayer J.D., & Salovey P. (2002) Relation of an Ability Measure of Emotional Intelligence to Personality. *Journal of Personality Assessment*, no 79(2), pp. 306–320.
- Diener E., Emmons R.A., Larsen R.J., & Griffin S. (1985) The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, vol. 49, pp. 71-75.
- Gardner H. (1983) Frames of mind: the theory of multiple intelligences. Basic Books, pp. 440.
- Goleman D. (1995) Emotional Intelligence. New York: Bantam, pp. 352.
- Goleman D. (2013) Emotional intelligence. Why it can mean more than IQ. M.: “Mann, Ivanov and Ferber”, 560 p.
- Grossmeier J., Chapman L., Moorefield R., Kenney C., Toussaint L., Luskin F., Aberman R., DeLorenzo A. Sr. (2019). Editor’s Desk: Addressing Spiritual Well-Being in the Workplace. *American Journal of Health Promotion*, no 33(7), pp. 1081-1093.
- Holdnack J.A. (2019) The development, expansion, and future of the WAIS-IV as a cornerstone in comprehensive cognitive assessments. In Elsevier eBooks, pp. 103–139. Elsevier BV. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-802203-0.00004-3>
- Ilyin E.P. (2011) Emotsii i chuvstva [Emotions and feelings]. St. Petersburg: Peter, 752 p. (In Russian)
- Jaušovec N. (2019) The neural code of intelligence: from correlation to causation. *Physics of Life Reviews*, no 31, pp. 171-187.
- Kustubayeva A.M., Matthews G., Dzhakupov S.M., Tolegenova A.A. (2009) Adaptatsiya russkoyazychnoy versii oprosa «Emotsional’nyy intellekt» [Adaptation of the Russian version of the questionnaire “Emotional Intelligence”]. *Vestnik KazNU. Seriya sotsiologii i psikhologii*, no (28), pp. 29-34. (In Russian)
- Kobzeva O.V. (2016) Spetsifika kartiny mira v podrostkovom vozraste [Specificity of the image of the world in adolescence]. Problems of modern pedagogical education. Ser. Pedagogy and psychology. Collection of articles. Yalta: RIO GPA, no 53 (7), pp. 236 – 242. (In Russian)
- Lyusin D.V. (2004) Modern ideas about emotional intelligenc. Social intelligence: Theory, measurement, research / Edited by D.V. Lyusin, D.V. Ushakov. Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, pp. 29-36. (In Russian)
- Mayer J.D., Salovey P., Caruso D. (2000) Competing models of emotional intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of human intelligence* (2nd ed.). New York: Cambridge University Press, pp. 396-420.

- Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. (2002) Mayer–Salovey–Caruso Emotional Intelligence. Intelligence Test (MSCEIT) User’s Manual. Toronto, Canada: MHS Publishers, pp. 396-420.
- McRae K., Gross J.J. (2020) Emotion regulation. *Emotion*, no 20(1), pp. 1-9.
- Martín-Brufau R., Martín-Gorgojo A., Suso-Ribera C., Estrada E., Capriles-Ovalles M.E., Romero-Brufau S. (2020) Emotion Regulation Strategies, Workload Conditions, and Burnout in Healthcare Residents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, no 17(21), pp. 7816-7828.
- Moreira J.F.G., Silvers J.A. (2018) In due time: Neurodevelopmental considerations in the study of emotion regulation. Book Emotion regulation. NY: Routledge, pp. 111–134.
- Pertrides K.V., Furnham A. (2003) Trait Emotional intelligence: Behavioral validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality*, no 17, pp. 39-57.
- Palmer B., Donaldson C., & Stough C. (2002) Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, no 33, pp. 1091–1100.
- Poole K.L., Santesso D.L., Van Lieshout R.J., Schmidt L.A. (2018) Trajectories of frontal brain activity and socio-emotional development in children. *Developmental Biology*, no 60(4), pp. 353-363.
- Pankratova A.A. (2010) Emotsional’nyy intellekt: vozmozhnosti uluchsheniya modeli testa Meyyera-Saloveya-Karuzo [Emotional intelligence: on the possibility of improving the model of the Meyer-Salovey-Caruso test]. *Bulletin of the Moscow University. Ser. 14. Psychology*, no 3, pp. 52-63. (In Russian).
- Rockhill C.M., & Greener S.H. (1999) Development of the Trait Meta-Mood Scale for Elementary School Children. ERIC database, Champaign, IL. URL, pp. 11. <https://eric.ed.gov/?id=ED430688>.
- Salovey P., Stroud L.R., Woolery A., & Epel E.S. (2002) Perceived Emotional Intelligence, stress reactivity, and symptom reports: further explorations using the Trait Meta-Mood Scale. *Psychology and Health*, no 17(5), pp. 611-627.
- Salovey P., Mayer J.D., Goldman S.L., Turvey C., & Palfai T.P. (1995) Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. *Emotion, Disclosure, & Health*, pp. 125–154. DOI.org/10.1037/10182-006.
- Saarni C. (1999) The development of emotional competence. New York: Guilford Press, 381 p.
- Thorndike R.L., Stein S. (1937) An evaluation of the attempts to measure social intelligence. *Psychological Bulletin*, vol. 34(5), pp. 275–285. DOI.org/10.1037/h0053850.
- Wechsler D., Matarazzo J.D. (1972) Wechsler’s Measurement and Appraisal of Adult Intelligence. Oxford: University Press, USA, 308 p.