

Новая методика для измерения эмоционального интеллекта:
опросник ЭМИн

Д. В. Люсин

Опубликовано в: Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3 – 22.

В психологии интеллекта давно делаются попытки наряду с традиционно выделяемыми интеллектуальными способностями найти новые, которые были бы непосредственно связаны с решением социальных и личностных задач, встающих перед человеком в ходе его жизни. В 1920 г. Э. Торндайк сформулировал трёхкомпонентную модель интеллекта, включающую способности понимать и оперировать идеями (абстрактный интеллект), конкретными предметами (механический интеллект) и людьми (социальный интеллект). Так в психологию было введено понятие социального интеллекта, который определялся Э. Торндайком как «способность понимать людей [...] и управлять ими, поступать разумно в человеческих отношениях» (Thorndike, 1920, p. 228). Другие ведущие специалисты в области психологии интеллекта, такие как Ч. Спирмен, Д. Векслер, П. Вернон, Дж. Гилфорд также в той или иной форме утверждали, что понимание поведения других людей и себя самого должно выделяться в качестве отдельной интеллектуальной способности. Из более современных подходов такого рода можно назвать теорию множественных интеллектов Х. Гарднера, в рамках которой выделяется внутриличностный и межличностный интеллект (Gardner, 1983).

К сожалению, конструкты, связанные со способностями в области понимания социальных взаимодействий и внутриличностных процессов оказались сложны с точки зрения их операционализации и различения с традиционными формами интеллекта. Так, на основании данных о существенном пересечении социального интеллекта с вербальными способностями Л. Кронбах (Cronbach, 1970) пришел к выводу, что исследования в этой области бесперспективны.

Тем не менее в последнее десятилетие в научной и популярной литературе стало появляться все больше работ, посвященных одной из способностей такого рода – эмоциональному интеллекту (ЭИ). В широком смысле к эмоциональному

интеллекту относят способности к опознанию, пониманию эмоций и управлению ими; имеются в виду как собственные эмоции субъекта, так и эмоции других людей (Goleman, 1995; Matthews, Zeidner, Roberts, 2003; Mayer, Salovey, 1997; Люсин, 2004). Широкий интерес к ЭИ свидетельствует о том, что это понятие хорошо соответствует представлениям житейской психологии, интуитивно кажется перспективным для решения прикладных психологических задач, расширяет сложившиеся представления о разнообразии человеческих способностей, тем самым обогащая научную психологию.

Первая и наиболее известная в научной психологии модель ЭИ была разработана Питером Сэловеем и Джоном Мэйером; ими же был введен в психологию и сам термин "эмоциональный интеллект". Они определили ЭИ как «способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий» (Salovey, Mayer, 1990, p. 189). ЭИ трактовался как сложный конструкт, состоящий из способностей трёх типов: (1) идентификация и выражение эмоций, (2) регуляция эмоций, (3) использование эмоциональной информации в мышлении и деятельности. Позже Сэловей и Мэйер доработали и уточнили предложенную модель (Mayer, Salovey, 1997; Caruso, Mayer, Salovey, 2002). Этот переработанный вариант модели основывается на представлениях о том, что эмоции содержат информацию о связях человека с другими людьми или предметами (Mayer et al., 2001). Иначе можно было бы сказать, что они "информируют" человека о характере этих связей. При этом связи могут быть не только актуальными, но и вспоминаемыми и даже воображаемыми. Изменение связей с другими людьми и предметами приводит к изменению эмоций, переживаемых по этому поводу. В свете этих представлений ЭИ трактуется как способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, выявлять их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений.

Анализ способностей, связанных с переработкой эмоциональной информации, позволил Сэловею и Мэйеру выделить четыре компонента ЭИ. Эти компоненты выстраиваются в иерархию, уровни которой, по предположению авторов, осваиваются в онтогенезе последовательно. Каждый компонент касается как собственных эмоций человека, так и эмоций других людей: (1) идентификация

эмоций, (2) использование эмоций для повышения эффективности мышления и деятельности (3) понимание эмоций, (4) управление эмоциями.

В 1990-е годы появились также другие модели, представляющие несколько иной взгляд на ЭИ. Д. Гоулмен (Goleman, 1995) основал свою модель на ранних представлениях Сэловея и Мэйера (Salovey, Mayer, 1990), но добавил к выделенным ими компонентам ещё несколько, а именно энтузиазм, настойчивость и социальные навыки. Тем самым он соединил когнитивные способности, входившие в модель Сэловея и Мэйера, с личностными характеристиками. Благодаря популярности книги Гоулмена "Эмоциональный интеллект" его модель приобрела большую известность не только среди психологов, но и в более широких кругах.

Модель Р. Бар-Она (Bar-On, 1997) даёт очень широкую трактовку понятия ЭИ. Он определяет ЭИ как все некогнитивные способности, знания и компетентность, дающие человеку возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями (по: Стернберг, 2002, с. 88). Р. Бар-Он выделил пять сфер компетентности, которые можно отождествить с пятью компонентами ЭИ; каждый из этих компонентов состоит из нескольких субкомпонентов:

1. Познание себя: осознание своих эмоций, уверенность в себе, самоуважение, самоактуализация, независимость.
2. Навыки межличностного общения: эмпатия, межличностные взаимоотношения, социальная ответственность.
3. Способность к адаптации: решение проблем, связь с реальностью, гибкость.
4. Управление стрессовыми ситуациями: устойчивость к стрессу, контроль за импульсивностью.
5. Преобладающее настроение: счастье, оптимизм.

Развитие моделей ЭИ можно описать следующим образом. Модель Сэловея и Мэйера, возникшая первой, включала в себя только когнитивные способности, связанные с переработкой эмоциональной информации. Затем определился сдвиг в трактовке понятия в сторону усиления роли личностных характеристик. Крайним выражением этой тенденции можно считать модель Бар-Она, который вообще отказывается относить к ЭИ когнитивные способности. Правомерность такого подхода вызывает сомнения, так как понятие ЭИ становится полностью метафорическим. Под интеллектом в психологии всегда понимается (о каком бы

его виде ни шла речь и каких бы теоретических позиций ни придерживался тот или иной автор) некоторая когнитивная характеристика, связанная с переработкой информации. Если же ЭИ трактовать как исключительно личностную характеристику, то становится необоснованным само использование термина "интеллект".

Разнообразие появившихся в последнее десятилетие моделей ЭИ вызвало необходимость в их классификации. В наибольшей степени заслуживают внимания две попытки такого рода.

Дж. Мэйер, Д. Карузо и П. Сэловей (Mayer, Caruso, Salovey, 1999) предложили различать модели способностей и смешанные модели. К первому типу относится их собственная модель, трактующая ЭИ как когнитивную способность, а ко второму типу - модели, трактующие ЭИ как сочетание когнитивных способностей и личностных характеристик.

К.В. Петридес и Э. Фёрнхем (Petrides, Furnham, 2000) провели несколько иное различие, которое они считают более широким: ЭИ как способность (они называют его *ability EI* или *information-processing EI*) и ЭИ как черта (*trait EI*). Они утверждают, что характер модели определяется не столько теорией, сколько используемыми методами измерения конструкта. ЭИ как черта связан с оценкой устойчивости поведения в различных ситуациях, поэтому для его измерения могут применяться опросники. ЭИ как способность относится к традиционной психологии интеллекта, поэтому для его измерения наиболее адекватны задачи, подобные задачам интеллектуальных тестов.

Таким образом, можно выделить два основных подхода к измерению ЭИ. Вокруг них в современной литературе разворачиваются острые дискуссии. Критики использования «объективных» тестов, состоящих из заданий с одним правильным ответом по аналогии с традиционными тестами интеллекта, отмечают, что основная трудность этого подхода состоит в отсутствии убедительных оснований для определения правильного ответа. Например, на основании чего можно утверждать, какую эмоцию испытывает персонаж рассказа или человек, изображённый на фотографии? Для ответа на вопросы подобного рода предлагается использовать следующие подходы:

- оценки экспертов (но многие авторы считают, что нет убедительного критерия для отбора экспертов в этой области),

- оценки большинства испытуемых (но это противоречит самой идее тестов интеллекта и способностей, особенно в случае трудных заданий, с которыми должна справляться меньшая часть выборки),

- мнение разработчиков тестовых заданий, например, актёров, имитирующих эмоции при создании тестового материала, или художников, создающих изображения с теми или иными эмоциями (но возникает сомнение, что актёры или художники достаточно точно изображают эмоции, кроме того, высока вероятность, что они их утрируют и стереотипизируют, что снижает экологическую валидность тестового материала).

Проблема выбора правильного ответа остаётся не решённой, при этом разные способы её решения на материале одно и того же теста нередко дают результаты, плохо согласующиеся друг с другом (Roberts, Zeidner, Matthews, 2001).

Другой методический подход к измерению ЭИ состоит в использовании опросников. Главный его недостаток – опора на самоотчёт, что входит в противоречие с попыткой измерять ЭИ как один из видов интеллектуальных способностей. Одна из проблем использования опросников на ЭИ состоит в том, что они, как правило, слабо коррелируют с интеллектуальными тестами и значительно более тесно – с личностными опросниками. В связи с этим критиками высказывается предположение, что опросники на ЭИ измеряют не что иное, как некоторую комбинацию личностных черт.

Более подробный анализ психометрических свойств методик, представляющих два эти подхода к измерению ЭИ, показывает, что они слабо коррелируют друг с другом, а паттерны их корреляций с методиками, измеряющими другие конструкты, совпадают недостаточно (Робертс, Мэттьюс, Зайднер, Люсин, 2004). Следовательно, можно предположить, что эти два типа методик измеряют либо вообще довольно разные конструкты, либо, в лучшем случае, разные стороны ЭИ. Представляется, что в сложившейся ситуации оптимальным является использование в практической и исследовательской работе одновременно разных методических подходов для оценки ЭИ.

В отечественной психологии пока не существует стандартизированных методик для измерения ЭИ. Настоящая работа вносит вклад в восполнение этого пробела; она посвящена представлению опросника ЭМИн, разработанного на российской выборке для измерения эмоционального интеллекта. Ранние этапы

его разработки уже были описаны ранее (Lioussine, 2003; Люсин, Марютина, Степанова, 2004). В основу опросника положена трактовка ЭИ как способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими. Способность к пониманию эмоций означает, что человек

- может распознать эмоцию, т. е. установить сам факт наличия эмоционального переживания у себя или у другого человека;
- может идентифицировать эмоцию, т. е. установить, какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек, и найти для неё словесное выражение;
- понимает причины, вызвавшие данную эмоцию, и следствия, к которым она приведёт.

Способность к управлению эмоциями означает, что человек

- может контролировать интенсивность эмоций, прежде всего приглушать чрезмерно сильные эмоции;
- может контролировать внешнее выражение эмоций;
- может при необходимости произвольно вызвать ту или иную эмоцию.

И способность к пониманию, и способность к управлению эмоциями может быть направлена как на собственные эмоции, так на эмоции других людей. Следовательно, можно говорить о внутриличностном и межличностном ЭИ. Эти два варианта предполагают актуализацию разных когнитивных процессов и навыков, однако, предположительно, должны быть связаны друг с другом. Таким образом, в структуре ЭИ априорно выделяется два «измерения», пересечение которых даёт четыре вида ЭИ (табл. 1). Более подробно теоретическая модель, лежащая в основе опросника ЭИИн представлена в (Люсин, 2004).

Табл. 1. Априорная структура эмоционального интеллекта, положенная в основу опросника ЭИИн

	Межличностный ЭИ	Внутриличностный ЭИ
Понимание Эмоций	Понимание чужих эмоций	Понимание своих эмоций
Управление эмоциями	Управление чужими эмоциями	Управление своими эмоциями

Для создания опросника ЭИИн были разработаны утверждения на каждый вид ЭИ. Предварительные версии опросника проводились на нескольких сотнях

испытуемых. Серия факторно-аналитических процедур показала, что более или менее устойчиво выделяется пять факторов, в целом соответствующих предложенной структуре. В окончательном виде опросник ЭМИн состоит из 46 утверждений, по отношению к которым испытуемый должен выразить степень своего согласия, используя четырёхбалльную шкалу (совсем не согласен, скорее не согласен, скорее согласен, полностью согласен). Эти утверждения объединяются в пять субшкал, которые, в свою очередь, объединяются в четыре шкалы более общего порядка (табл. 2).

Табл. 2. Структура опросника ЭМИн

	МЭИ: межличностный ЭИ	ВЭИ: внутриличностный ЭИ
ПЭ: понимание эмоций	МП: понимание чужих эмоций	ВП: понимание своих эмоций
УЭ: управление эмоциями	МУ: управление чужими эмоциями	ВУ: управление своими эмоциями ВЭ: контроль экспрессии

Описание основных шкал и субшкал опросника ЭМИн

Шкала МЭИ (межличностный ЭИ). Способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими.

Шкала ВЭИ (внутриличностный ЭИ). Способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими.

Шкала ПЭ (понимание эмоций). Способность к пониманию своих и чужих эмоций.

Шкала УЭ (управление эмоциями). Способность к управлению своими и чужими эмоциями.

Субшкала МП (понимание чужих эмоций). Способность понимать эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций (мимика, жестикация, звучание голоса) и/или интуитивно; чуткость к внутренним состояниям других людей.

Субшкала МУ (управление чужими эмоциями). Способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций. Возможно, склонность к манипулированию людьми.

Субшкала ВП (понимание своих эмоций). Способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин, способность к вербальному описанию.

Субшкала ВУ (управление своими эмоциями). Способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

Субшкала ВЭ (контроль экспрессии). Способность контролировать внешние проявления своих эмоций.

Для подсчёта баллов ответы испытуемых кодируются по схеме «совсем не согласен» - 0, «скорее не согласен» - 1, «скорее согласен» - 2, «полностью согласен» - 3 для утверждений с прямым ключом и «совсем не согласен» - 3, «скорее не согласен» - 2, «скорее согласен» - 1, «полностью согласен» - 0 для утверждений с обратным ключом.

Значения по шкалам МЭИ и ВЭИ получаются путём простого суммирования соответствующих субшкал:

$$\text{МЭИ} = \text{МП} + \text{МУ}$$

$$\text{ВЭИ} = \text{ВП} + \text{ВУ} + \text{ВЭ}$$

Другой способ суммирования субшкал даёт ещё две шкалы – ПЭ и УЭ:

$$\text{ПЭ} = \text{МП} + \text{ВП}$$

$$\text{УЭ} = \text{МУ} + \text{ВУ} + \text{ВЭ}$$

Психометрический анализ

Опросник ЭМИн был проведён на 218 испытуемых. Эта выборка состояла из 187 студентов вузов Москвы и Великого Новгорода, обучавшихся по специальностям «психолог» и «менеджер», и 31 специалиста различного профиля¹. В неё входило 62 (28%) испытуемых мужского пола и 156 (72%) испытуемых женского пола, средний возраст испытуемых 21,8 года.

Для оценки надёжности ЭМИн вычислялись показатели внутренней согласованности α Кронбаха по всем шкалам и субшкалам (табл.3). Внутренняя согласованность основных шкал 0,80 и выше, что является достаточно высокими показателями для опросников. Внутренняя согласованность субшкал несколько

¹ Приношу благодарность Н.Д. Михеевой, Е.А. Валуге и Ю.Е. Кравченко за помощь в сборе данных.

ниже (в районе 0,7), но и её можно признать удовлетворительной, за исключением субшкалы ВЭ (0,51).

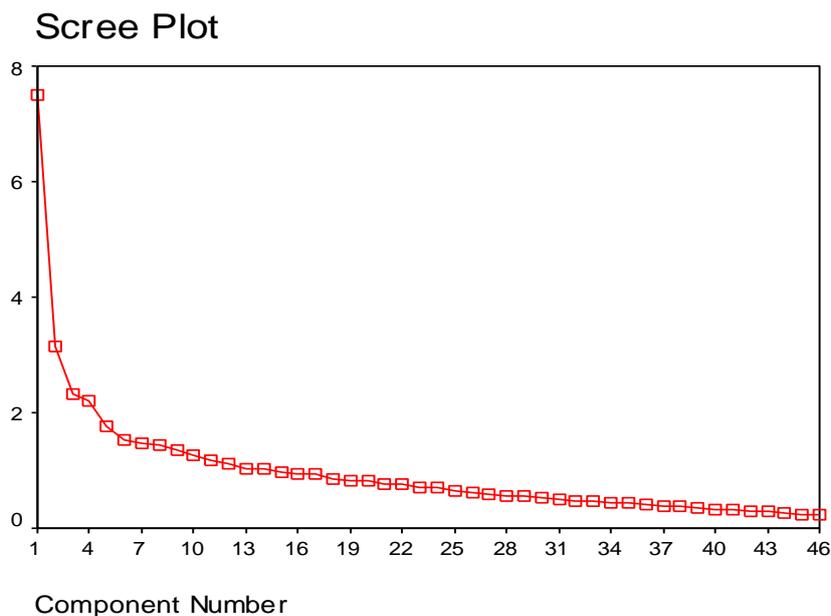
Табл. 3. Психометрические характеристики шкал и субшкал опросника ЭМИн

Шкала, субшкала	Кол-во утверждений	Среднее	Стандартное отклонение	α Кронбаха
МЭИ (межличностный ЭИ)	22	44,3	6,97	0,82
ВЭИ (внутриличностный ЭИ)	24	43,3	8,72	0,81
ПЭ (понимание эмоций)	22	43,8	7,41	0,80
УЭ (управление эмоциями)	24	43,8	8,05	0,80
МП (понимание чужих эмоций)	12	24,6	4,10	0,69
МУ (управление чужими эмоциями)	10	19,8	3,98	0,73
ВП (понимание своих эмоций)	10	19,3	4,58	0,71
ВУ (управление своими эмоциями)	7	13,7	3,15	0,69
ВЭ (контроль экспрессии)	7	10,4	3,28	0,51

Для изучения внутренней структуры опросника и её соответствия предложенным шкалам был проведён факторный анализ. Факторы выделялись методом главных компонент. Мера адекватности выборки КМО оказалась равна 0,790, значимость коэффициента сферичности Бартлетта меньше 0,001. Это свидетельствует о высокой надёжности вычисления корреляционной матрицы.

График собственных значений факторов представлен на рис 1. Визуальный анализ позволяет выделить два перелома кривой, на которых её крутизна сглаживается – на третьем и шестом факторах, поэтому для содержательного анализа были выбраны 2-факторное и 5-факторное решения. Вращение факторов проводилось по методу варимакс.

Рис. 1. График собственных значений факторов.



Результаты 2-факторного решения представлены в табл. 4 и 5. Первые два фактора объясняют 23% дисперсии. Анализ факторных нагрузок показывает, что эти два фактора точно соответствуют шкалам внутриличностного и межличностного ЭИ. По первому фактору высокие нагрузки имеют утверждения, относящиеся ко всем трём субшкалам, входящим в ВЭИ, по второму – по обеим субшкалам, входящим в МЭИ.

Таб. 4. Результаты 2-факторного решения

Факторы	До вращения			После вращения		
	Собственные значения	Процент объясняемой дисперсии	Кумулятивный процент объясняемой дисперсии	Собственные значения	Процент объясняемой дисперсии	Кумулятивный процент объясняемой дисперсии
1	7,510	16,327	16,327	5,368	11,669	11,669
2	3,160	6,869	23,195	5,302	11,527	23,195

Табл. 5. Матрица факторных нагрузок после вращения, 2-факторное решение. Представлены нагрузки с абсолютным значением больше 0,4.

№ утверждения	Субшкала и ключ	Факторы	
		1 ВЭИ	2 МЭИ
1	мп+		,522
2	му-		
3	мп+		,573
4	ву+	-,427	
5	му-		-,407
6	вэ-	,472	
7	вп+		
8	вп-		
9	му+		,525
10	вэ-		

1	7,510	16,327	16,327	4,112	8,939	8,939
2	3,160	6,869	23,195	3,925	8,532	17,471
3	2,338	5,082	28,278	3,387	7,363	24,833
4	2,215	4,815	33,092	3,202	6,961	31,795
5	1,757	3,820	36,913	2,354	5,118	36,913

Табл. 7. Матрица факторных нагрузок после вращения, 5-факторное решение. Представлены нагрузки с абсолютным значением больше 0,4.

№ утверждения	Субшкала и ключ	Факторы				
		1 МП	2 ВП	3 МУ	4 ВЭ	5 ВУ
1	мп+	,530				
2	му-			,613		
3	мп+	,626				
4	ву+					,614
5	му-			,448		
6	вэ-		,418			
7	вп+					
8	вп-		,455			
9	му+			-,421		
10	вэ-					,430
11	мп+	,492				
12	ву-					
13	мп+	,454				
14	вп+		-,476			
15	му+			-,498		
16	вэ-				,410	
17	му+			-,557		
18	вп-		,498			
19	вэ+				-,429	
20	мп+	,701				
21	вэ+				-,723	
22	вп-		,677			
23	вэ+				-,583	
24	му+					
25	ву+					,661
26	вп+		-,557			
27	мп+	,518				
28	ву+					
29	мп+	,429				
30	му-	-,407				
31	вп-					
32	мп+	,617				
33	ву-					-,501
34	мп+	,554				
35	вп-			,461		
36	му+			-,552		
37	ву+				-,666	
38	мп-	-,432				
39	вэ-				,604	
40	му-			,545		
41	вп-		,495			
42	мп-	-,418				
43	ву-					
44	му-			,532		

45	ВП-		,676			
46	МП-		,472			

Интерпретация результатов факторного анализа показывает, что внутренняя структура проанализированного набора утверждений является не очень сильной, но легко поддаётся осмысленной интерпретации, полностью соответствующей априорной структурной модели ЭИ, положенной в основу разработки опросника ЭИИ. Подавляющее большинство, хотя и не все утверждения из каждой субшкалы имеют высокие нагрузки на соответствующий им фактор. Однако следует учитывать, что целью факторного анализа в данном случае было изучение внутренней структуры опросника, но не принятие решения о том, какие утверждения включать в какую шкалу. Достаточно высокая внутренняя согласованность субшкал показывает, что включение в них утверждений с невысокими нагрузками по соответствующим им факторам было правомерным.

Внешняя валидизация данной версии опросника ЭИИ пока не проводилась, хотя существуют некоторые данные о валидности предварительной рабочей версии, которая по набору утверждений была очень близка к окончательной и отличалась несколько иным набором субшкал. Было показано, что актёры и вокалисты имеют значимо более высокие баллы по межличностному ЭИ и субшкале «Контроль экспрессии»; межличностный ЭИ положительно коррелирует с тестом на эмоциональный слух В.П. Морозова и экспериментальной методикой на измерение эмоциональной экспрессивности речи ($r = 0,26$, $p < 0,01$ и $r = 0,21$, $p < 0,01$, соответственно), а субшкала «Контроль экспрессии» с этими же двумя методиками коррелирует отрицательно (в обоих случаях $r = -0,18$, $p < 0,05$) (Есин, 2006). В исследовании Т. Суворовой, проведённом под руководством Ю.Е. Кравченко, было получено, что шкалы межличностного и внутриличностного ЭИ значимо положительно коррелируют с точностью распознавания негативных эмоций по фотографиям.

В настоящем виде опросник ЭИИ обладает достаточно высокой надёжностью, однако для дальнейшего психометрического обоснования требуются исследования его валидности. Валидизация методик на измерение ЭИ сталкивается с рядом проблем. В частности, довольно трудно выбрать внешний критерий, свидетельствующий о высоком или низком развитии эмоционального интеллекта. Одним из подходов может быть успешность профессиональной деятельно-

сти. Разумно предположить, что если человек успешен в профессиональной деятельности, тесно связанной с общением с другими людьми, пониманием их эмоциональных состояний и умением на них воздействовать, то у него ЭИ должен быть развит лучше, чем у неуспешных представителей этой же профессии или представителей других профессий, не связанных с общением. Другой подход может состоять в сопоставлении баллов ЭМИн с успешностью выполнения испытуемыми различных заданий на понимание чужих и своих собственных эмоций.

Серьёзная сложность при валидации любого опросника на ЭИ состоит в том, что получаемые баллы основаны на самоотчёте испытуемых. Одним из источников смещений результатов может быть субъективная важность ЭИ для испытуемого. Например, можно ожидать, что профессиональные психологи осознанно или неосознанно будут завышать свои результаты, так как для них ЭИ представляется профессионально важным качеством.

На настоящем этапе разработки опросник ЭМИн может использоваться в исследовательских целях. Его применение в целях прикладной психодиагностики станет возможным после проведения полного психометрического обоснования.

Литература

Есин И.Б. Специфика эмоционального слуха и эмоциональной экспрессивности речи у представителей различных профессий. Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук. М., 2006.

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.

Люсин Д.В., Марютина О.О., Степанова А.С. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Институт психологии РАН, 2004. С. 128 - 140.

Робертс Р.Д., Мэттьюс Дж., Зайднер М., Люсин Д.В. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. Т. 1, № 4, 2004. С. 3 - 26.

Стернберг Р.Дж. и др. Практический интеллект. СПб.: Питер, 2002.

Bar-On R. The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual. Toronto: Multi-Health Systems, 1997.

Caruso D.R., Mayer J.D., Salovey P. Relation of an ability measure of emotional intelligence to personality // Journal of Personality Assessment. 2002. V. 79. P. 306-320.

Cronbach L. J. The essentials of psychological testing (3rd Ed.). New York: Harper & Row, 1970.

Gardner H. Frames of mind. New York: Basic Books, 1983.

Goleman D. Emotional intelligence. New York: Bantam Books, 1995.

Lioussine D. Components of emotional intelligence and their relations with personality traits and gender // Psychology in dialogue with related disciplines. 8th European Congress of Psychology. Wien: European Federation of Psychologists' Associations, 2003.

Matthews G., Zeidner M., Roberts R. D. Emotional intelligence: Science and myth. Cambridge, MA: MIT Press, 2003.

Mayer J.D., Caruso D.R., Salovey P. Emotional Intelligence meets traditional standards for an intelligence // *Intelligence*. 1999. V. 27. P. 267-298.

Mayer J.D., & Salovey P. What is emotional intelligence ? // P. Salovey, D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators*. New York: Basic, 1997.

Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R., Sitarenios G. Emotional intelligence as a standard intelligence // *Emotion*. 2001. V. 1. P. 232-242.

Petrides K.V., Furnham A. On the dimensional structure of emotional intelligence // *Personality and Individual Differences*. 2000. V. 29. P. 313-320.

Roberts R.D., Zeidner M., Matthews G. Does emotional intelligence meet traditional standards for an intelligence? Some new data and conclusions // *Emotion*. 2001. V. 1. P. 196-231.

Salovey P., Mayer J.D. Emotional intelligence // *Imagination, Cognition, and Personality*. 1990. V. 9. P. 185-211.

Thorndike E. L. Intelligence and its uses // *Harper's Magazine*. 1920. № 140. P. 227-235.

Приложение

Текст опросника ЭМИн

№	Утверждение	Субшкала	Ключ
1.	Я замечаю, когда близкий человек переживает, даже если он (она) пытается это скрыть	МП	+
2.	Если человек на меня обижается, я не знаю, как восстановить с ним хорошие отношения	МУ	-
3.	Мне легко догадаться о чувствах человека по выражению его лица	МП	+
4.	Я хорошо знаю, чем заняться, чтобы улучшить себе настроение	ВУ	+
5.	У меня обычно не получается повлиять на эмоциональное состояние своего собеседника	МУ	-
6.	Когда я раздражаюсь, то не могу сдержаться, и говорю всё, что думаю	ВЭ	-
7.	Я хорошо понимаю, почему мне нравятся или не нравятся те или иные люди	ВП	+
8.	Я не сразу замечаю, когда начинаю злиться	ВП	-
9.	Я умею улучшить настроение окружающих	МУ	+
10.	Если я увлекаюсь разговором, то говорю слишком громко и активно жестикулирую	ВЭ	-
11.	Я понимаю душевное состояние некоторых людей без слов	МП	+
12.	В экстремальной ситуации я не могу усилием воли взять себя в руки	ВУ	-
13.	Я легко понимаю мимику и жесты других людей	МП	+
14.	Когда я злюсь, я знаю, почему	ВП	+
15.	Я знаю, как ободрить человека, находящегося в тяжелой ситуации	МУ	+
16.	Окружающие считают меня слишком эмоциональным человеком	ВЭ	-
17.	Я способен успокоить близких, когда они находятся в напряжённом состоянии	МУ	+
18.	Мне бывает трудно описать, что я чувствую по отношению к другим	ВП	-
19.	Если я смущаюсь при общении с незнакомыми людьми, то могу это скрыть	ВЭ	+
20.	Глядя на человека, я легко могу понять его эмоциональное состояние	МП	+
21.	Я контролирую выражение чувств на своем лице	ВЭ	+
22.	Бывает, что я не понимаю, почему испытываю то или иное чувство	ВП	-
23.	В критических ситуациях я умею контролировать выражение своих эмоций	ВЭ	+

24.	Если надо, я могу разозлить человека	МУ	+
25.	Когда я испытываю положительные эмоции, я знаю, как поддержать это состояние	ВУ	+
26.	Как правило, я понимаю, какую эмоцию испытываю	ВП	+
27.	Если собеседник пытается скрыть свои эмоции, я сразу чувствую это	МП	+
28.	Я знаю как успокоиться, если я разозлился	ВУ	+
29.	Можно определить, что чувствует человек, просто при-слушиваясь к звучанию его голоса	МП	+
30.	Я не умею управлять эмоциями других людей	МУ	-
31.	Мне трудно отличить чувство вины от чувства стыда	ВП	-
32.	Я умею точно угадывать, что чувствуют мои знакомые	МП	+
33.	Мне трудно справиться с плохим настроением	ВУ	-
34.	Если внимательно следить за выражением лица челове-ка, то можно понять, какие эмоции он скрывает	МП	+
35.	Я не нахожу слов, чтобы описать свои чувства друзьям	ВП	-
36.	Мне удаётся поддержать людей, которые делятся со мной своими переживаниями	МУ	+
37.	Я умею контролировать свои эмоции	ВУ	+
38.	Если мой собеседник начинает раздражаться, я подчас замечаю это слишком поздно	МП	-
39.	По интонациям моего голоса легко догадаться о том, что я чувствую	ВЭ	-
40.	Если близкий человек плачет, я теряюсь	МУ	-
41.	Мне бывает весело или грустно без всякой причины	ВП	-
42.	Мне трудно предвидеть смену настроения у окружаю-щих меня людей	МП	-
43.	Я не умею преодолевать страх	ВУ	-
44.	Бывает, что я хочу поддержать человека, а он этого не чувствует, не понимает	МУ	-
45.	У меня бывают чувства, которые я не могу точно опре-делить	ВП	-
46.	Я не понимаю, почему некоторые люди на меня обижа-ются	МП	-

Бланк для ответов

Пол ____ Возраст ____ Род занятий (профиль учёбы) _____

Вам предлагается заполнить опросник, состоящий из 46 утверждений. Читайте внимательно каждое утверждение и ставьте крестик (или галочку) в той графе, которая лучше всего отражает Ваше мнение.

№ утверждения	Совсем не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Полностью согласен	№ утверждения	Совсем не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Полностью согласен
1					24				
2					25				
3					26				
4					27				
5					28				
6					29				
7					30				
8					31				
9					32				
10					33				
11					34				
12					35				
13					36				
14					37				
15					38				
16					39				
17					40				
18					41				
19					42				
20					43				
21					44				
22					45				
23					46				