

OPTIMIZAREA INTELIGENȚEI EMOȚIONALE LA ADOLESCENȚI
OPTIMIZATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENTS

CZU: 159.922.8:37.015

DOI: 10.46728/pspj.2024.v45.i2.p24-32

Victoria CHEPTENE,
drdă, Universitatea de Stat din Moldova
<https://orcid.org/0009-0000-8062-1656>

Rezumat

În acest articol sunt prezentate rezultatele studiului formativ privind inteligența emoțională, realizat prin implementarea și validarea programului de intervenție psihologică, dezvoltat de autori, prin prisma dezvoltării dimensiunilor personalității. Pentru experimentul formativ, au fost selectați 20 adolescenți, cu vârste între 18 și 22 de ani, provenind din experimentul de constatare la care s-a evidențiat un nivel scăzut al IE. Grupul experimental a fost divizat în 2 subgrupuri: 10 adolescenți în grupul experimental formativ și 10 adolescenți – în grupul de control. Analiza cantitativă și calitativă a rezultatelor obținute de către adolescenții din grupul experimental atestă creșterea indicilor generali ai inteligenței emoționale, cât și a componentelor ei, ceea ce confirmă eficacitatea programului formativ.

Cuvinte-cheie: inteligență emoțională, competența emoțională, program de intervenție, adolescent.

Abstract

This article presents the results of a formative study on emotional intelligence following the implementation and validation of the psychological intervention program, developed by the authors, through the lens of the development of personality dimensions. For the formative experiment, 20 teenagers, aged 18-22, were selected from the finding experiment in which a low level of EI was revealed. The experimental group was divided into 2 groups: 10 teenagers in the formative experimental group and 10 teenagers - in the control group. The quantitative and qualitative analysis of the results obtained by the adolescents in the experimental group demonstrate a significant improvement in both the overall emotional intelligence scores and its individual components, thereby confirming the effectiveness of the training program.

Keywords: emotional intelligence, emotional competence, interventional program, adolescent.

Introducere Numeroase studii prezintă date conform cărora inteligența emoțională, capacitatea persoanei de a relaționa cu cei din jur ghidează persoana spre obținerea succesului în viață, fiind frecvent

mai importantă în reușită decât abilitățile tehnice sau intelectuale. Or, succesul în viață nu vine atât de la cantitatea de informații cunoscute sau abilitatea de a le manipula, cât de la priceperea de a cunoaște

și regula propriile impulsuri și emoții, dar și pe ale celor din preajma noastră. Inteligența emoțională se referă la conștientizarea propriilor emoții, stăpânirea acestor emoții prin controlarea cauzelor generatoare, motivația interioară de a evolua, dublată de inițiativă, optimism, dăruire, empatie și, nu în ultimul rând, de aptitudinile sociale, adică de capacitatea de a stabili relații pozitive, de a coopera și colabora cu ceilalți, de a rezolva conflicte, de a capta atenția etc. Aceste particularități în mod inevitabil influențează orientarea și direcționarea sistemului propriu de valori al personalității.

Conceptualizarea demersului științific J. Mayer și P. Salovey au dezvoltat mai întâi structura de inteligența emoțională. Modelul lor este format din patru componente: 1) distingerea, percepția și exprimarea emoțiilor; 2) facilitarea emoțiilor; 3) înțelegerea emoțiilor; 4) gestionarea emoțiilor [apud 6; 7; 8].

În concepțiile autorului N. Hall, importantă pentru cercetarea realizată, inteligența emoțională este conturată de câteva componente: 1) competența emoțională; 2) gestionarea propriilor emoții; 3) automotivare; 4) empatia; 5. recunoașterea emoțiilor altora [apud 1]. D. Goleman afirmă că structurile care compun inteligența emoțională sunt: conștiința de sine; auto-controlul; motivația; empatia; aptitudini sociale [3; 4]. În acest context menționăm concepțiile autorului S. Hein conform cărora inteligența emoțională înseamnă: 1) să fii conștient de ceea ce simți tu, de ceea ce simt alții și să știi ce să faci în legătură cu aceasta; 2) să știi și deosebești ce-ți face bine, ce-ți face rău și cum să treci de la rău la bine; 3) să ai conștiință emoțională, sensibilitate și capacitate de conducere care să te ajute să maximizezi

pe termen lung fericirea și supraviețuirea [apud 2].

În prezent, există un dezacord dacă inteligența emoțională este mai mult un potențial înăscut ori dacă ea prezintă un set de abilități, competențe sau îndemnări învățate. D. Goleman susține că spre deosebire de gradul de inteligență, care rămâne același de-a lungul vieții sau de personalitatea care nu se modifică, competențele bazate pe inteligența emoțională sunt abilități învățate [3]. În opinia lui D. Goleman orice om își poate ridica gradul de inteligență emoțională prin educație și exerciții, dar unele componente ale inteligenței emoționale sunt tratate ca însușiri de personalitate și deci nu s-ar putea modifica pe parcursul vieții individului [4].

Evidențiem că articolul prezentat este o secvență a cercetării realizate la subiectul optimizarea *inteligenței emoționale*.

Scopul cercetării constă validarea programului de intervenție psihologică pentru dezvoltarea inteligenței emoționale prin prisma dimensiunilor personalității.

Ipoteza cercetării, presupunem că intervențiile psihologice în condiții special organizate contribuie la dezvoltarea inteligenței emoționale și a componentelor acesteia.

Eșantionul a fost constituit reieșind din necesitățile de a determina evaluarea inteligenței emoționale la etapa test-retest după implementarea programului formativ. Grupul experimentului a fost alcătuit din 20 adolescenți cu vârsta cuprinsă între 18 și 22 ani din experimentul de constatare la care s-a evidențiat un *nivel scăzut al IE*. Grupul experimental a fost structurat în 2 grupuri: 10 adolescenți în grupul experimental formativ (GE) și 10 adolescenți – în grupul de control (GC) (vezi tab. 1). În experiment au fost de acord să partici-

pe adolescenți beneficiari ai Centrului de Sănătate prietenos tinerilor „ACCEPT”, din Instituția Medico – Sanitară Publică (IMSP) Asociația Medicală Teritorială Centru (AMT).

Instrumente utilizate În secvența cercetării prezentată în acest articol am reflectat rezultatele obținute la *Chestionarul pentru diagnosticarea inteligenței emoționale* (N. Hall) [9].

Rezultate și discuții Experimentul formativ a fost fundamentat pe ideea conform căreia în condiții experimentale inteligența emoțională poate fi dezvoltată/optimizată în funcție de particularitățile personalității adolescentului. Deci, factorul esențial în procesul formativ planificat constă în dezvoltarea inteligenței emoționale și a personalității adolescentului. În elaborarea programului de intervenție psihologică pentru optimizarea inteligenței emoționale a personalității adolescentului s-a luat în considerare faptul că însușirea permanentă a diferitelor cunoștințe, prezența situațiilor problematice în rezolvarea unor sau altor obiective educaționale, necesitatea comparării, generalizării, analizei și sintezei permanente a materialului studiat în procesul instructiv-educativ este acea bază pe care se dezvoltă și inteligența emoțională a persoanei.

În experimentul formativ am utilizat strategii de clarificare a importanței inteligenței emoționale pentru personalitatea adolescentului. Astfel, ne-am condus de principiul că, cu cât este solicitat mai mult subiectul în analiza propriilor răspunsuri, cu atât eficiența lor este mai mare. Deplasarea de accent de la clarificare la autoclarificare sporește rentabilitatea lor, inclusiv prin mobilizarea intelectuală și afectivă a adolescenților. Experimentul a prevăzut producerea unor restructurări co-

gnitive prin justificări consecvente pozitive, asumări de responsabilitate a subiecților. Cunoscut este faptul că diferențele de vârstă, de instituție, educație, orizont cultural intergenerațional măresc distanța dintre mentalități. Mentalitatea adolescenților este una de căutare. Evoluția acestei căutări este observată prin trecerea lentă de la valorile superficiale ale preadolescenților la cele caracteristice adolescenței propriu-zise. Pornind de la cele relatate, programul de training a fost orientat cu preponderență spre dezvoltarea inteligenței emoționale la vârsta adolescenței. La elaborarea programului formativ au fost binevenite ideile care au demonstrat că este posibilă dezvoltarea și accelerarea inteligenței emoționale a personalității adolescentului [3; 4].

Conținutul, structura programului de intervenție psihologică în scopul optimizării inteligenței emoționale și a personalității adolescentului, a activităților formative iau în considerație caracteristicile psihologice ale inteligenței emoționale, accentuând necesitatea implicării formatorului în dezvoltarea factorilor care sunt în relație directă cu inteligența emoțională, scalele ei și dimensiunile personalității. De altfel, pe parcursul realizării experimentului formativ au fost respectate cerințele științifice orientate spre dezvoltarea particularităților individual-psihologice ale participanților la activitățile dezvoltative. Datele obținute în experimentul formativ și cel de control au fost prelucrate cu ajutorul metodelor statistice neparametrice ca tehnici de prelucrare în problema de comparare [5]. Pentru evaluarea pragurilor semnificației diferențelor obținute între grupul experimental și de control am utilizat Testul t pentru două eșantioane perechi (Paired-Samples T-Test); testul t

pentru două eșantioane independente (Independent-Samples T-Test).

Programul de intervenție psihologică *Optimizarea inteligenței emoționale a adolescenților* are următoarele obiective:

- cunoașterea adolescenților cu noțiunile de inteligență, emoție, inteligență emoțională, valoare, orientări valorice, încredere în sine, curaj social, motivația succesului, aptitudini comunicative, aptitudini organizatorice etc.;
- formarea condițiilor pentru dezvoltarea personală a adolescenților;
- dezvoltarea inteligenței emoționale, a personalității adolescentului;
- crearea condițiilor pentru conștientizarea nivelului de dezvoltare a inteligenței emoționale a propriilor orientări valorice, precum și a valorilor promovate de către societate.

Menționăm că programul de intervenție psihologică *Optimizarea inteligenței emoționale a adolescenților*, elaborat de noi, a fost implementat prin ședințe de training. Considerăm oportună această modalitate, deoarece conține diverse forme eficiente de lucru în grup în scopul dezvoltării inteligenței emoționale atât pe calea exercitării unei influențe din partea metodelor și tehnicilor utilizate de către moderator, cât și prin forța proceselor intragrupale, care amplifică considerabil posibilitățile de autoevaluare datorită comparării și prelucrării a experiențelor altuia.

Programul experimental este conceputualizat după o anumită schemă, având o structură ce include un ansamblu de activități dezvoltative în vederea realizării cu succes a obiectivelor. Acesta conține: metode de diagnosticare a stării personale și a stării grupului care permit evidențierea

problemelor personale și interpersonale în grup, analiza dinamicii grupului; tehnici orientate spre conștientizarea și formularea scopurilor personale și ale grupului în corespundere cu aptitudinile, posibilitățile, valorile umane obiective și necesitățile societății; metode de dezvoltare a aptitudinilor comunicative; tehnici de stimulare a gândirii creative, de reglare și autoreglare emoțională; tehnici de dezvoltare a gândirii pozitive, tehnici de dezvoltare a aptitudinilor organizatorice. Fiecare exercițiu sau metodă selectată are un scop bine orientat și aflat în concordanță cu etapa de lucru și cu necesitățile grupului.

Evidențiem că acest program de intervenție psihologică reprezintă ședințe de training care includ un sistem de activități, exerciții și tehnici organizate pentru dezvoltarea inteligenței emoționale. Programul de intervenție psihologică *Optimizarea inteligenței emoționale a adolescenților* include în structura sa 12 ședințe a câte 90 de minute fiecare.

Conținutul trainingului prezintă ședințe complexe cu obiective bine determinate spre dezvoltarea inteligenței emoționale și a dimensiunilor personalității adolescentului.

Programul de intervenție psihologică *Optimizarea inteligenței emoționale a adolescenților* are următoarea structură:

1) **Inteligența emoțională – caracteristici ale conceptului:**

Ședința 1. Conceptul de inteligență emoțională în psihologie.

Ședința 2. Caracteristicile inteligenței emoționale.

Ședința 3. Componentele inteligenței emoționale.

2) **Factorii facilitatori ai dezvoltării inteligenței emoționale:**

Ședința 4. Inteligența emoțională – încrederea în sine.

Ședința 5. Inteligența emoțională – curajul social.

Ședința 6. Inteligența emoțională – inițierea contactelor sociale.

Ședința 7. Inteligența emoțională prin aprecierea, controlul și exprimarea emoțiilor.

Ședința 8. Inteligența emoțională prin utilizarea emoțiilor în soluționarea problemelor.

Ședința 9. Inteligența emoțională – motivația succesului.

Ședința 10. Inteligența emoțională – aptitudinile comunicative și organizatorice.

3) Inteligența emoțională și orientările valorice ale adolescenților:

Ședința 11. Inteligența emoțională - orientările valorice: relații, influențe.

Ședința 12. Ședința de încheiere. Oportunități de dezvoltare a inteligenței emoționale și de promovare a valorilor la vârsta adolescenței..

În tabelul 1 sunt prezentate date generale a subiecților din grupul experimental și grupul de control.

Tabelul 1

Structura grupului experimental (GE) și ale grupului de control (GC) din cadrul experimentului formativ

Vârsta/ mediul de proveniență		Grupul experimental		Grupul de control	
		Nr.	%	Nr.	%
Mediul de proveniență <i>urban</i>		4	40	6	60
Mediul de proveniență <i>rural</i>		6	60	4	40
Vârsta	18-19 ani	-	-	1	10
	19-20 ani	4	40	3	30
	20-21 ani	5	50	6	60
	21-22 ani	1	10	-	-
Număr total de adolescenți:		10	100	10	100

Menționăm că adolescenții din grupul experimental au vârsta medie de 20 ani, fiind de gen feminin, din mediu de proveniență urban și rural.

În continuare vom prezenta, în primul rând, rezultatele pentru adolescenții din grupul experimental (GE) test și grupul experimental (GE) retest, aspecte indicate în prima direcție a cercetării.

Urmare a celor descrise în ordine consecutivă, în continuare prezentăm rezultatele la nivel comparativ pentru grupul experimental test și grupul experimental retest cu referire la schimbările înregistra-

te la mediile inteligenței emoționale identificate în urma administrării *Chestionarului pentru diagnosticarea inteligenței emoționale (N. Hall) reflectate în tabelul 2.*

Din tabelul 2 observăm că adolescenților din grupul experimental (GE), pentru *inteligenta emoțională* la etapa test, le este caracteristică media 35,1 de unități de măsură (u.m.), iar adolescenților din același grup experimental la etapa retest, a crescut până la media 53,7 (u.m.).

Cu ajutorul metodelor statistice (SPSS), (Programul SPSS – 20) și anu-

Tabelul 2

Rezultatele cercetării test – retest în GE pentru variabila inteligența emoțională

Factori	Etapă	Media aritmetică	Numărul de subiecți	Abatere standard	Media Eroare Std.
Inteligența emoțională	GE-test	35,1000	10	10,69216	3,38116
	GE-retest	53,7000	10	9,53415	3,01496

me Testul t pentru două eșantioane perechi (Paired-Samples T-Test) - comparăm eșantioane GE test și GE retest. Astfel, consemnăm diferențe între mediile adolescenților din grupul experimental (GE) test și cele ale adolescenților din GE retest pentru variabila *inteligența emoțională* cu rezultate mai mari pentru adolescenții din GE retest. Din rezultatele obținute identificăm că $p=0,001$ pentru compararea datelor **test – retest** în grupul experimental, deci, rezultă că există diferențe semnificative în ceea ce privește aprecierea valorilor inteligența emoțională *test* și inteligența emoțională *retest*.

În cazul cercetării efectuate evidențiem că deși rezultatele sunt mai mari în grupul experimental, la etapa retest, pen-

tru variabila de bază acestea se includ totuși în nivelul scăzut și mediu. Aceste date ne informează că nu este o creștere mare, radicală, fiindcă nivelul integrativ/general al inteligenței emoționale în funcție de felul rezultatelor este determinat de indicatori cantitativi de 40-69 unități de măsură pentru nivelul mediu și până la 39 de unități de măsură pentru nivelul scăzut.

În tabelul 3 sunt reflectate rezultatele comparative dintre grupul experimental test și grupul experimental retest pentru următoarele scale ale inteligenței emoționale: *competența emoțională*, *automotivație*, *empatie*, *recunoașterea emoțiilor altora*, *gestionarea propriilor emoții din Chestionarului pentru diagnosticarea inteligenței emoționale (N. Hall)*.

Tabelul 3

Rezultatele cercetării test – retest în GE pentru scalele inteligenței emoționale

Factori	Etapă	Media aritmetică	Numărul de subiecți	Abatere standard	Media Eroare Std.
Competența emoțională	test	9,1000	10	3,81372	1,20600
	retest	12,4000	10	3,47051	1,09747
Automotivație	test	-2,5000	10	4,37798	1,38444
	retest	2,4000	10	3,94968	1,24900
Empatie	test	5,5000	10	5,44161	1,72079
	retest	9,3000	10	7,25795	2,29516
Recunoașterea emoțiilor altora	test	12,2000	10	3,01109	0,95219
	retest	14,7000	10	3,30151	1,04403
Gestionarea propriilor emoții	test	10,8000	10	2,74064	0,86667
	retest	14,9000	10	3,54181	1,12002

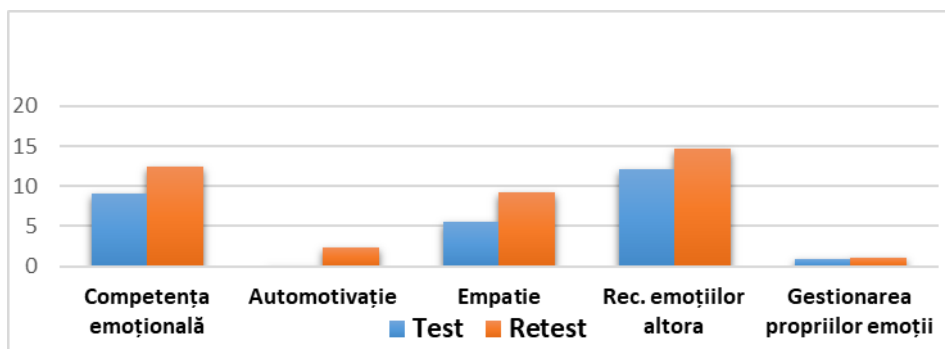


Fig. 1. Mediile scalelor inteligenței emoționale în grupul experimental - test – retest

În figura 1 sunt ilustrate mai relevant diferențele dintre mediile adolescenților din GE test și adolescenții din GE retest pentru scalele inteligenței emoționale.

În figura 1 observăm că adolescenților din grupul experimental (GE), pentru scalele inteligenței emoționale sunt următoarele medii: *competența emoțională* la etapa test 9,1 (u.m.), la etapa retest 12,4 (u.m.) pentru variabila dată, *automotivație* la etapa test - 2,5 (u.m.), la etapa retest 2,4 (u.m.), *empatie* la etapa test 5,5 (u.m.), la etapa retest 9,3 (u.m.), *recunoașterea emoțiilor altora* la etapa test 12,2 (u.m.),

la etapa retest 14,7 (u.m.), *gestionarea propriilor emoții* la etapa test 10,8 (u.m.), la etapa retest 14,9 (u.m.). Evidențiem pentru rezultatele adolescenților din grupul experimental (GE) test și rezultatele adolescenților din GE retest, medii mai înalte pentru scalele inteligenței emoționale, adică cu rezultate mai mari pentru adolescenții din GE retest la *competența emoțională*, *automotivație*, *empatie*, *recunoașterea emoțiilor altora* și *gestionarea propriilor emoții*. Rezultatele comparative pentru grupul experimental sunt incluse în tabelul 4.

Tabelul 4

Rezultatele scalelor inteligenței emoționale la GE test – retest

Scalele inteligenței emoționale	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	t	Sig. (2-tailed)
Competența emoțională	-3,30000	2,00278	0,63333	-5,211	0,001
Automotivație	-4,90000	2,80674	0,88757	-5,521	0,001
Empatie	-3,80000	3,15524	0,99778	-3,808	0,004
Recunoașterea emoțiilor altora	-2,50000	1,90029	0,60093	-4,160	0,002
Gestionarea propriilor emoții	-4,10000	2,46982	0,78102	-5,250	0,001

Din tabelul 4 identificăm că există diferențe semnificative în ceea ce privește aprecierea scalelor inteligenței emoționale *test* și *retest* în grupul experimen-

tal (GE). Astfel, observăm că rezultatele pentru scale sunt următoarele: componenta emoțională ($t=-5,211$; $p=0,001$), automotivație ($t=-5,521$; $p=0,001$), empatie

($t=-3,808$; $p=0,004$), recunoașterea emoțiilor altora ($t=-4,160$; $p=0,002$), gestionarea propriilor emoții ($t=-5,250$; $p=0,001$). Similar explicației oferite pentru variabila inteligență emoțională și pentru scalele ei (*competența emoțională, automotivație, empatie, recunoașterea emoțiilor altora, gestionarea propriilor emoții*) rezultatele descrise mai sus ne informează că nu este o creștere mare, radicală, pentru mediile variabilelor, ci se mențin în nivelurile mediu și scăzut.

Pasul următor vizează prezentarea rezultatelor pentru adolescenții din grupul de control test și grupul de control retest, conform celei de a doua direcții a cercetării realizate. În continuare prezentăm rezultatele pentru grupul de control (GC) test și grupul de control retest, la nivel comparativ, cu referire la schimbările înregistrate la mediile inteligenței emoționale.

În tabelul 5 sunt prezentate rezultatele grupului de control test și grupului de control retest cu referire la variabila – inteligența emoțională.

Tabelul 5

Rezultatele cercetării test – retest în grupul de control
pentru variabila inteligența emoțională

Factori	Etapă	Media aritmetică	Numărul de subiecți	Abatere standard	Media Eroare Std.
Inteligența emoțională	GC-test	42,3000	10	13,09835	4,14206
	GC-retest	42,5000	10	12,57201	3,97562

Din tabelul 5 observăm că adolescenților din grupul de control (GC), pentru variabila *inteligența emoțională* - la etapa test, le este caracteristică media 42,3 unități de măsură (u.m.), iar adolescenților din același grup de control, la etapa retest, le este caracteristică media 42,5 (u.m.).

Din rezultatele obținute ce reprezintă compararea datelor test – retest în grupul de control, identificăm că $t=-0,514$ pentru $p=0,619$ de unde rezultă că nu există diferențe semnificative în ceea ce privește variabila inteligență emoțională *test* și inteligență emoțională *retest* în grupul de control. Rezultatele denotă că nu este o creștere a nivelului integrativ/general al inteligenței emoționale la subiecții din grupul de control test-retest. Conform rezultatelor obținute identificăm că pentru scalele inteligenței emoționale adolescenții din grupul de control (GC), test – retest, au înregistrat următoarele medii: *componența emoțională* la etapa test 9,8

(u.m.), la etapa retest – 10,02 (u.m.) pentru variabila dată, *automotivație* la etapa test 1,7 (u.m.), la etapa retest – 1,9 (u.m.), *empatie* la etapa test 7,3 (u.m.), la etapa retest – 7,8 (u.m.), *recunoașterea emoțiilor altora* la etapa test 13,0 (u.m.), la etapa retest – 12,9 (u.m.), *gestionarea propriilor emoții* la etapa test 10,5 (u.m.), la etapa retest – 10,1 (u.m.). La fel, rezultatele cercetării indică asupra faptului că nu există diferențe semnificative în grupul de control (GC) pentru etapele *test* și *retest* la scalele inteligenței emoționale. Respectiv, rezultatele sunt următoarele: *competența emoțională* ($t=-1,809$; $p=0,104$), *automotivație* ($t=-0,802$; $p=0,443$), *empatie* ($t=-2,236$; $p=0,052$), *recunoașterea emoțiilor altora* ($t=0,318$; $p=0,758$), *gestionarea propriilor emoții* ($t=1,177$; $p=0,269$).

Astfel, rezultatele prezentate denotă că se confirmă ipoteza conform căreia am presupus că intervențiile psihologice în condiții special organizate contribuie la

dezvoltarea inteligenței emoționale a personalității adolescentului. Deci, programul de intervenție psihologică *Optimizarea inteligenței emoționale a adolescenților* are un impact pozitiv și produce modificări la nivelul dezvoltării inteligenței emoționale.

Concluzii.

Sumarizând rezultatele cercetării experimentului formativ, menționăm că demersul formativ realizat contribuie în mod evident la fundamentarea metodologiei de optimizare a inteligenței emoționale la vârsta adolescenței. În acest scop prezentăm unele dovezi concludente care conturează câteva concluzii. În scopul fundamentării metodologice a optimizării inteligenței emoționale la vârsta adolescenței a fost elaborat programul de intervenție psihologică care înglobează activități rele-

vante înțelegerii conceptului de inteligență emoțională și a componentelor structurale a acestuia.

După implementarea ședințelor din programul de intervenție psihologică adolescenții din grupului experimental au obținut rezultate conform cărora am identificat faptul că au crescut atât mediile variabilei inteligență emoțională cât și mediile pentru scalele inteligenței emoționale. Programul de intervenție psihologică elaborat, cu titlul *Optimizarea inteligenței emoționale a adolescenților* a fost validat, demonstrând că are un impact pozitiv și produce modificări la nivelul dezvoltării inteligenței emoționale și a scalelor ei prin înțelegerea competenței emoționale, auto-motivație, empatie, recunoașterea emoțiilor altora, gestionarea propriilor emoții.

BIBLIOGRAFIE

1. AȘEVSCI, I. *Reprezentarea succesului social în mediul studențesc*. Teză de doctor. Chișinău, 2021.
2. CHEPTENE, V. *Inteligența emoțională și orientările valorice la adolescenți: abordări teoretice*. În: Materialele Conferinței științifice cu participare internațională *Integrare prin cercetare și inovare*. Universitatea de Stat din Moldova, Chișinău, 7-8 noiembrie, 2009. p. 207-211. ISBN 978-9975-149-50-1.
3. GOLEMAN, D. *Inteligența emoțională, cheia succesului în viață*. București: Editura ALLFA, 2004, 2008. 370 p. ISBN 973-8457-62-9
4. GOLEMAN, D. *Să muncești cu inteligența emoțională*. Editura Curtea Veche, 1998.
5. POPA, N.-L., ANTONESCI, L., LABĂR A.-V. *Ghid pentru cercetarea educației. Un „abecedar” pentru studenți, masteranzi, profesori*. Iași: Polirom, 2009. 189 p. ISBN 978-973-46-1279-6.
6. SAVCA L. *Dezvoltarea inteligenței emoționale – pilon în formarea personalității contemporane*. pp. 23-28, în Materialele conferinței a X-a naționale cu participare internațională științifico-practică a psihologilor „Dimensiuni contemporane în formarea personalității copilului și adolescentului” 15 mai 2014, Chișinău, 244 p. ISBN-978-9975-58-019-9.
7. FROLOVA, O., KASHKARYOVA, L., SERBOVA, O., MALYKHINA, T. *Comparative Analysis of the Emotional Intelligence Development of Adolescents with Different Levels of Psychological Competence*. *Journal of History Culture*, 2019. doi:<http://dx.doi.org/10.7596/taksad.v8i4.2297>
8. MAYER, J.D., SALOVEY, P. *Emotional intelligence*. 2005. Disponibil: http://www.unh.edu/emotional_intelligence/
9. РАЙГОРОДСКИЙ, Д.Я. *Практическая психодиагностика. Методики и тесты*. Учеб. пособие. Самара: ИД «Бахрах-М», 2011. 672 с. ISBN 978-5-94648-092-5. accesat la 8 noiembrie, 2019.

Primit la redacție 02.10.2024

Acceptat pentru publicare 15.11.2024