



УНИВЕРЗИТЕТ „СВ. КИРИЛ И МЕТОДИЈ“ – СКОПЈЕ
ФИЛОЗОФСКИ ФАКУЛТЕТ

- Институт за социјална работа и социјална политика -

*Социјални вештини кај студенти од помагателни професии за работа со
лица под социјален ризик*

- Магистерски труд -

Студент:

Рејда Елезовска

Ментор:

Проф. д-р. Софија Георгиевска

Скопје, ноември, 2019

Вовед	3
Социјални вештини	6
Комуникациски вештини	8
Решавање на проблеми	12
ЕМОЦИИ И ИНТЕЛИГЕНЦИЈА	14
Концепти на емоции и интелигенцијата	14
МОДЕЛИ НА ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА	20
Мерења на ЕИ	30
Други модели и мерни инструменти	35
СПОРЕДБА НА МОДЕЛИТЕ НА ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА	40
ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА И СО НЕА ПОВРЗАНИ КОНСТРУКТИ	41
Емоционалната интелигенција и личноста	41
Емоционална интелигенција и алекситимија	45
Емоционална интелигенција и лидерство	46
Резултати од истражувањата за поврзаноста на ЕИ	49
Методологија на истражување	52
Основни цели и задачи	52
Основни претпоставки и хипотези	53
Истражувачки дел	59
Проблем што се истражува	59
Предмет на истражување	59
Методолошки приод	59
Методи на истражување	59
Испитаници	62
Инструменти	62
СКАЛА НА СВОЈСТВЕНО МЕТА-РАСПОЛОЖЕНИЕ (TMMS-30)	62
Обработка и анализа на податоците од истражувањето	64
Резултати	64
Позначајни резултати од научен придонес	72
Заклучок	73
Литература	74

Вовед

Човекот е единственото суштество на земјата кое постапува свесно и одговорно, според висината на својот интелект. Негова динстиктивна одлика е личноста, која всушност го претставува неговиот управувачки дел. Од појавувањето па до денес со неговата борба за опстанок се надградувал, со што доаѓа до денешниот стадиум на развој. Човекот развил најкомплексна структура на потреби и вредности. Се разбира, постојат многу фактори кои имаат влијание за неговото развивање и однесување.

Во светот во кој живееме постојат различни појави кои се преплетуваат. Постојат многу елементи кои се зависни еден од друг, кои треба да се објаснат секој за себе одделно, но и нивната поврзаност, бидејќи не е доволен само еден сегмент.

Живееме во време на промени кои не можат да запрат и кои предизвикуваат различно функционирање кај луѓето кое може да биде од многу ефикасно до крајно неефикасно. Во услови на колапс во економијата, намалување на животниот стандард, ограничени можности за вработување се намалуваат можностите за соодветен развој на младите. Исто така, дваесет и четири часовниот натпревар по егзистенција и прекумерното останување на работа предизвикуваат потреба за комуникација со компетентни личности кои можат да пружат помош и поддршка. Како такви се издвојуваат припадниците на помагателните професии, кои освен теоретска подготвеност и стручност, потребно е да поседуваат и одредени личносни карактеристики и специфични вештини за работа со луѓе. Во помагателни професии спаѓаат социјалните работници, психолозите, педагозите, дефектолозите, воспитувачите, експертите кои работат со лица со посебни потреби, социолозите, просветните и здравствените работници. Овие лица, за да бидат успешни во професионалното пружање помош, потребно е да поседуваат одредени особини како што се добрите комуникациски вештини, вештините за разрешување на конфликти, медијаторство, емоционална Стабилност и урамнотеженост, психичка и емоционална зрелост, добра самоконтрола, можност за управување со сопствените импулси, познавање и прифаќање на сопствените потреби, желби

и ставови. Исто така, овие лица треба да поседуваат способности за да ја препознаат состојбата во која другите се наоѓаат, да се грижат за другите и да бидат подготвени да пружат помош. Меѓу наведените способности и карактеристики, како најсуштински за постигнување успех во помагателната професија се издвојуваат емпатијата, алтруизмот и асертивноста.

Многу пати во животот луѓето, особено припадниците на помагателните професии, без разлика дали станува збор за приватното или професионалното поле, можат да бидат изложени на непријатности. Во таквите ситуации неопходно е адекватно и прилагодено социјално однесување и комуникација со другите. Во тие моменти на личноста може да бидат загрозени законските права, да биде манипулирана, етикетирана или пак психолошки и материјално искористувана. За да постојат рамноправни релации во односите, човекот е тој што треба да најде начин и да се избори во тоа. Меѓутоа, тој треба да знае како со тоа да се справи на правилен начин, како да владее со себе и како тоа да го изрази.

Целта на секој млад човек е да ги реализира своите желби. Секоја личност сака да го доживее „среќниот крај“ на својата замисла, а тоа е успехот во животот, а со тоа и во професијата која ја изучува. На тоа се надоврзува борбеноста во животот, владеењето со себе си, односно личноста треба да поседува сигурно и самопотврдно однесување.

Познато е дека работата со луѓе (деца, млади и стари) како област на работа на стручњациите од хуманистичките струки, покрај теоретската подготвеност и стручност, од нив бара и поседување на одредени карактеристики на личноста и специфични вештини - социјални вештини. Кои вештини и до кој степен тие се развиени кај кандидатите идни студенти пред самиот упис на некој од хуманистичките факултети, никој кај нас досега не ги истражувал. Никој не истражувал исто така дали, колку и кои вештини студентите на овие факултети ги усвојуваат за време на студиите. При вработувањето на овие кадри исто така никој не врши проверка на оспособеноста на кандидатот за успешна работа со луѓе. Во Р.Македонија основен услов при уписот на факултет е постигнатиот училишен успех и успехот на приемниот испит.

Во текот на студирањето исто така на овие факултети не се посветува доволно внимание на развивањето на вештини за работа со луѓе. Резултат од тоа е дипломирани кадри со одличен успех, а неуспешни и незадоволни од својата работа практичари.

Голем број научни сознанија од светот укажуваат на потребата од поседување на специфични вештини за работа со луѓе. Во тие земји во програмите на факултетите за хуманистички науки се вклучени посебни курсеви за развивање на одредени социјални вештини. Меѓу нив, најважно место имаат: комуникациските вештини, вештините за разрешување на конфликти, медијаторство, емпатија, контрола над сопствените емоции, лидерски вештини, вештината за работа во тим и соработка во тимската работа. Некои од овие вештини се испитуваат кај кандидатите пред самиот упис на факултет. Исто така и по завршувањето на факултетот, при вработувањето, се врши проверка на степенот на поседување и развиеност на оние вештини кои се неопходни за успешна професионална работа.

Согледувањето на состојбата кај нас и искуствата од други земји, ја наметна потребата од вклучување на овие содржини во едукацијата на помагателните професии и подготовка за осособување со социјалните вештини неопходни за работа со лица под ризик.

Социјални вештини

Најопшто сваќање е дека социјални вештини се оние вештини кои ги користиме во интеракција со другите луѓе и тоа на интерперсонално ниво (Hargie, Saundres & Dikson, 1994). Според Филипс (Phillips, 1978), некое лице е социјално вешто колку е во состојба да комуницира со другите, на начин да ги остварува своите права, барања, обврски со другите. Освен тоа ова лице е подготвено на отворен начин и без ограничувања со другите да ги дели правата и барањата.

Следната дефиниција ги одредува социјалните вештини како специфични компоненти на процесите кои на поединецот му овозможуваат да се однесува на начин кој ќе биде оценет како компетентен. Вештините се способности кои се нужни за да може да се предизвика однесување, кое ќе доведе до постигнување на целта, која е дел од некоја поставена задача (Schlundt & McFall, 1985). Во овие дефиниции се истакнуваат макроелементите на социјалното однесување во услови на реципрочност, односно взаемност. Вештините се способности кои можат да бидат развиени во поголема или помала мера.

Постојат неколку општи фактори кои се поврзани со добри професионални социјални вештини. Овие фактори помагаат да се идентификува нешто од она што треба и не треба да го очекуваме при воспоставувањето односи со другите. Тие ни помагаат да бидеме реалистични и можеби дури и да модифицираме некои од барањата што ги наметнуваме *самите себеси* како и некои од барањата што им ги наметнуваме на луѓето со кои работиме. Не сите од овие фактори можат еднакво да се применат во сите професионални односи бидејќи овие односи се одвиваат на различни нивоа и некои се релевантни и за лични и за професионални средби. Тие посочуваат на заедничка размена што е карактеристика на успешните меѓучовечки односи. Значајни за воспоставување односи се следните:

1. први впечатоци,
2. наклоност – ненаклоност,
3. да се биде оригинален и во професионалните и во личните односи,

4. пристапот при воспоставување контакт мора да варира од поединец до поединец

Истражувањата покажуваат дека во повеќето социјални контакти, независно дали се работи за приватни или професионални, **квалитети** кои придонесуваат за да се остави добар прв впечаток се:

- паметење имиња
- да се биде свој во разговорот
- соодветно самооткривање
- изразување пофалби и охрабрување
- покажување одобрување

-*Паметењето имиња* пред се бара добро да се слушне името. Доколку не се слушне, треба да се побара повторување на истото. Почестото користење на името во разговорот ќе помогне во неговото запомнување. Потсетувањето на името по запознавањето, истотака помага во неговото запомнување.

- *Да се биде свој во разговорот* зависи од тоа дали имаме нешто да кажеме или не. Истражувањата покажуваат дека луѓето кои се по комуникативни (професионално и друштвено) не ги цензурираат толку строго своите мисли пред да ги изнесат како што тоа го прават по некомуникативните луѓе.

- *Самооткривањето* никогаш не треба да биде претерано во професионалните односи. Работите кои ќе ги кажеме можат лесно да бидат искористени против нас. Но подготвеноста да кажеме соодветни работи за нас често ги охрабрува и другите луѓе да се отворат исто така и да почувствуваат дека подобро не познаваат и не разбираат.

- *Пофалбите и охрабрувањето* им помагаат на луѓето да имаат позитивно мислење за самите себеси. Обично секогаш има нешто убаво да се каже за другите луѓе без да се претера со пофалбите, како на пример комплиментот за тоа како личноста добро изгледа, како е секогаш точна или успешна. Дури и "Мило ми е што Ве гледам повторно" или "Ви благодарам што дојдовте" помагаат да се воспостави однос.

- *Одобрувањето* дава чувство на пријателство и на заедништво. Нереалното и вештачко одобрување не е пожелно, но повеќето средби почнуваат со некој секојдневен разговор за временските услови или за брзото минување на времето. Изразувањето заеднички чувства при овој разговор помага да се подготви атмосферата за посериозни работи. Во понатамошниот разговор согласноста повеќе се однесува на откривање на гледиштата на другата личност, признавање на разликите, препознавање на заедничките цели и задачи.

Деталните студии за улогата на професионалците во хуманите професии како што се социјален работник, психолог, медицинска сестра, лекар, покажуваат дека оние кои имаат добри односи со клиентите исто така:

- покажуваат почит за клиентите и способност да бидат добри слушатели
- ги смируваат клиентите, но избегнуваат преголема емоционална инволвираност
- појаснуваат кога може, а кога не може, да му биде укажана помош на клиентот
- прифаќаат оправдана критика
- избегнуваат непотребно покажување на преголема професионална моќ.

Комуникациски вештини

Комуникацијата е присутна во сите аспекти на животот. Таа е основна алатка за работа во повеќето помагателни занимања и други занимања во кои комуникациските вештини се основна алатка за работа со кои се остваруваат професионалните цели. Особено се важни во оние професии во кои е во центарот на работа човекот во неговата социјална средина. Добрите комуникациски вештини се клучни во секоја форма на праксата на социјалниот работник, од почетниот контакт со корисникот до терапевските интервенции. Интерперсоналната комуникација во социјалната работа, освен вообичаениот

пренос на пораката, во одреден дел е карактеристика на јавната комуникација, бидејќи таа е воедно и средство за професионално делување. Всушност, социјалниот работник треба да користи јасна и правилна комуникација со корисникот, да ги подучува корисниците на правилна комуникација. Исто така, да ги зајакне корисниците за самозастапување при барањето на своите права и унапредување на односите со другите луѓе, најпрвин внатре во семејството, успешно да комуницира со другите стручњаци и службите во остварување на правата.

На основа на комуникациските вештини социјалниот работник ги развива и другите специфични вештини кои се користат во социјалната работа. Разбирањето на правилата и структурата на комуникацијата помага исто така и во обликувањето на чувствителната, осетлива и соодветна професионална интеракција со корисниците на услуги од социјална работа. Сите социјални, семејни и работни односи се одвиваат во одредена мерка низ интерперсонална комуникација. Во професионалниот живот на социјалниот работник интерперсоналната комуникација е средство за работа. Тревитич (Trevithick 2006) наведува дека постојат околу 50 општи вештини во социјалната работа кои ги вклучуваат комуникациските вештини, заради тоа лице без добро развиени комуникациски вештини не може да биде компетентен социјален работник. Компетентноста се одредува како продукт на знаења, вештини и вредности. Основен индикатор на компетентноста е вештината. Компетентноста во комуникацијата значи да се поседуваат добро развиени комуникациски вештини. Професионалната компетентност вклучува ефективна примена на три групи на вештини:

- а) когнитивни вештини-стручно знаење кое ја карактеризира професијата и се разликува од другите,
- б) практични вештини-специјализирани практични вештини и примена на техники клучни за професијата
- в) комуникациски вештини –способност на стручњациот за ефективна интеракција со клиентите и другите стручњаци.

За комуникацијата во социјалната работа може да се зборува во однос на целта на интеракцијата и интервенцијата и во однос на другите вештини кои ги користат социјалните работници.

Која и каква комуникација на социјалниот работник корисниците ја доживуваат како корисна и успешна? Многу често корисниците на социјалните услуги се чувствуваат нелагодно, посрамени, заплашени, осетливи на првата средба и контакт, се сомневаат дали социјалниот работник може да им помогне. Корисниците на почетокот од контактот со социјалниот работник ја ценат ранлината на односот, неформалноста и пријателското однесување, покажување на лична заинтересираност за случајот.

Се смета дека *основните карактеристики на помагателната комуникација се:*

- внимателно слушање,
- трпеливост,
- покажувањето на личен интерес за корисникот,
- индивидуализација и грижа за корисникот,
- прифаќање на неговиот проблем–тешкотијата,
- препознавање на потенцијалните потреби и барања на корисникот и на крај,
- олеснување при барањето помош.

Развивањето и унапредувањето на комуникациските вештини треба да почне во почетокот на образованието на социјалните работници бидејќи тие се основата за усвојување на другите практични вештини кои се користат во социјалната работа и тоа од моментот на воспоставувањето на односот помеѓу социјалниот работник и корисникот, во текот на процесот на соработка во постигнување на планираните промени до советување, посредување, застапување и тн. Во текот на студиите студентите треба да ги прошират и продлабочат своите знаења за вештините и на нив да изградат широк спектар на професионални вештини и практични постапки потребни за работа со клиенти

од различна возраст (деца, млади, стари) со семејства, со различни групи и во локалната заедница.

Има голем број **причини зошто успешната комуникација е потребна во социјалната работа**. Персон и Томас (Pierson i Thomas, 2000) ги наведуваат следните причини:

а) Заради осигурување на квалитетни информации со употреба на различни средства за комуникација за стручните услуги кои им се даваат на корисниците, како истите би биле широко достапни;

б) Сите социјални работници треба да развијат соодветни комуникациски вештини како во директен контакт (лице во лице), така и во писмената комуникација со корисниците

в) Потребно е да се развијат способности за јасен, разбирлив литературен макеонски јазик

г) Лицата со посебни потреби имаат специфични комуникациски потреби. Потребно е со социјалниот работник да комуницираат на, за нив, разбирлив начин или да користи интерпретатор/ преведувач (на пример знаковен јазик).

е) При задоволувањето на потребите на корисникот важна е интердисциплинарноста. Потребно е организациите кои тесно соработуваат на одреден проект да работат во партнерство и да преговараат при пружањето услуги. На одредено ниво треба да се развијат ефективни канали на комуникација како би ја унапредиле својата соработка.

ж) При спроведувањето на акциски и научни истражувања, социјалните работници треба да бидат способни јасно да комуницираат со спонзорите, донаторите и учесниците во истражувањето како би се добиле квалитетни резултати од истражувањето и да бидат способни јасно и креативно да ги пренесат своите наоди и сознанија со цел да се унапреди научно базираната пракса.

з) Комуникацијата има своја невербална димензија. Социјалните работници мора да бидат свесни посебно за говорот на телото и значењето на вештината на слушање како дел од ефективниот комуникациски процес.

Решавање на проблеми

Проблемите се составен дел на секојдневниот живот. Тие се секаде и во секој момент околу нас и во нашите животи. Секој од нас кога се соочува со некој проблем ги става во функција највисоките когнитивни функции. Според Orhani (Orhani, 2005, стр.) проблем ситуацијата е ситуација кога целта е позната однапред, но не знаеме како да ја реализираме. Дункер дава дефиниција за тоа што е проблем. Според него „проблемот постои кога живиот организам има цел, но не знае како може да се достигне истата “ (според Green and Gilhooly, 2005, стр. 350). Андерсон, пак, решавањето проблеми го дефинира како „секвенца од когнитивни операции насочени кон некоја цел“ (Robertson, 2005, стр. 4). Проблемите со кои се соочуваме во секојдневието не се слични. Има неколку начини како можат проблемите да се категоризираат. Некои истражувачи (Pretz, Naples и Sternberg) проблемите ги делат во две класи: на проблеми кои се сметаат за добро дефинирани и проблеми кои се лошо дефинирани. Кај добро дефинираните проблеми врз основа на дадените информации целта, начинот на решавање и пречките кои се јавуваат во текот на решавањето на проблемот се јасни, додека лошо дефинираните проблеми се карактеризираат со немање јасен преглед за тоа како може проблемот да биде решен (според уредниците Davidson & Sternberg, 2003). Робертсон, пак, проблемите ги категоризира според видовите решенија (Robertson, 2005, стр. 4). Тој проблемите ги дели на следните шест категории:

1. Знаењата кои се потребни за решавање на проблемот;
2. Природата на целта;
3. Сложеноста;
4. Дали проблемот ни ги дава сите информации кои ни се потребни за да го решаваме, или треба сами да дознаеме што треба да правиме;
5. Дали проблемот кој во моментот го решаваме е сличен на проблемот кој претходно сме го решиле;
6. Дали проблемот бара многу работа или може да се реши во еден чекор само ако го знаеме тој чекор.

Според Гетзел, постојат три вида проблеми (според уредниците Davidson & Sternberg, 2003, стр. 5):

1. Даден проблем – е оној проблем, кој на оној што го решава му е даден директно. Во овој случај нема потреба проблемот да се препознае или да се најде.
2. Откриен проблем – е оној проблем што мора да се препознае. Ваквиот вид на проблем веќе постои, но не е јасно наведен пред оној што треба да го решава. Во тој случај тој што го решава проблемот треба да ги соедини деловите на проблемот кои постојат за да се открие што е проблемот.
3. Создаден проблем – е оној проблем кај кој оној што го решава проблемот создава проблем што во моментот во таа област не постои.

Според психолозите решавањето на проблеми поминува низ следните фази :

1. Идентификација на проблемот. Оваа фаза е една од најтешките фази. Ако не го идентификуваме точно проблемот, тогаш ќе имаме тешкотии во неговото решавање, решението до кое доаѓаме може да не функционира.
2. Определување на проблемот. Откако ќе го идентификуваме проблемот, треба точно да го определиме за да го разбиреме, да дознаеме што треба да направиме и како да го решаваме.
3. Формулирање стратегии. Третата фаза го опфаќа процесот на планирање стратегии за решавање на проблемот. Стратегијата може да опфаќа анализа на проблемот, разложување на проблемот во елементи, определување на временските етапи, редоследот на вршење на активностите и средствата потребни за негово решавање.
4. Организација на информациите. Во четвртата фаза се прави организирање и реорганизирање на постојните информации.
5. Локализација на изворите (ресурсите). Истражувањата покажуваат дека луѓето кои ги решаваат проблемите повеќе внимание им посветуваат на своите ментални ресурси. Тие кои решаваат проблем

повеќе време трошат за да одлучат како ќе го решаваат проблемот, отколку за начинот на кој ќе го решат проблемот.

6. Мониторинг. Добрите решавачи на проблеми не се фиксираат за едно решение и тоа да го доведат до крај за да ги видат резултатите. Тие ја проверуваат сопствената работа во нејзиниот тек за да бидат сигурни дека се приближуваат кон својата цел.
7. Вреднување. Преку вреднувањето може да се откријат нови проблеми, да се изнајдат нови стратегии кои можат да се користат во иднина (според уредниците Davidson & Sternberg, 2003, стр. 3).

ЕМОЦИИ И ИНТЕЛИГЕНЦИЈА

Концепти на емоции и интелигенцијата

Емоциите се признаени и одредени како едни од фундаменталните класи на менталните операции. Овие класи вклучуваат мотивација, емоција, когниција и, евентуално, свесност. Во тријадата на мотивација, емоција и когниција, основните мотиви се јавуваат како реакција на внатрешната телесна состојба и вклучуваат нагони како глад, жед, потреба за социјален контакт и сексуални желби. Мотивите се одговорни за насочување на организмот кон исполнување на едноставни активности за задоволување на егзистенционалните и репродуктивните потреби. Во својата основна форма, мотивите следат релативно определен временски курс (на пример, жедта се зголемува додека не се угаси) и се задоволуваат на специфичен начин (на пример, жедта се задоволува со внесување на течности).

Емоциите ја формираат втората класа од оваа тријада. Се чини дека емоциите еволуирале кај видот на цицачи за да сигнализираат и реагираат на промените во односите меѓу индивидуата и средината. На пример, гневот се јавува како реакција на перцепирана закана или неправда; стравот се јавува како реакција на перцепирана опасност. Емоциите се реакции на перцепираните промени во односите. Покрај тоа, секоја емоција покренува неколку основни бихејвиорални реакции во односите, на пример, стравот предизвикува замрзнување или бегство. Значи, емоциите се пофлексибилни од мотивите, иако не толку како когницијата.

Когницијата, третиот член на тријадата, им дозволува на организмите да учат од средината и да ги решаваат проблемите во нови ситуации. Ова често оди во прилог на задоволувањето на мотивите или одржувањето на позитивни емоции. Когницијата вклучува учење, меморија и решавање на проблеми. Постојано е во тек и опфаќа флексибилна, намерна обработка на податоци заснована на учењето и меморијата.

“Способност да се размислува и дејствува рационално и логично.”

“Способност за решавање на нови проблеми и снаоѓање во нови ситуации.”

Постојат многубројни дефиниции кои ја дефинираат интелигенцијата од различни аспекти. Едни ја дефинираат како способност за приспособување во нови ситуации, други ја изедначуваат со способноста за лесно и брзо учење, трети ја гледаат како способност за успешно решавање на проблеми кои бараат апстрактно размислување, а некои ја посматраат како општа способност на личноста за целисходно дејствување, рационално размислување и постапување и успешно справување со проблемите и предизвиците во околината. Но, во секој случај сите се сложуваат дека таа претставува сложен психолошки процес, што значи дека не претставува само една способност. Според современото сфаќање, степенот на интелигенцијата првенствено е наследно одреден, додека под влијание на околината се модифицираат вродените диспозиции. Поволните или неповолните услови на средината можат да го олеснат или да го спречат развојот на наследената основна интелигенција.

Прашалниците за интелигенција беа развиени и користени во почетокот на 20-тиот век како мерки за интелигенција. Францускиот психолог Алфред Бине го предводеше современото движење за тестирање на интелигенцијата во развивање на мерка за ментална возраст кај децата, хронолошка возраст која обично одговара на дадено ниво на перформанса. Поновите студии го поврзуваа КИ на личноста со нивниот успех во животот во целина, како и со елементите како успешно водење. Сепак, валидноста на оштите академски мерки за КИ набрзо беше оспорена бидејќи не ги земаше во предвид ситуационите фактори како средината или културното опкружување при предвидувањето на успехот и

постигнувањето. Теоретичарите започнаа да хипотетизираат дека можеби когнитивната интелигенција мерена со тестовите за интелигенција не ја опфаќа интелигенцијата во целост, туку дека можеби неколку типови на интелигенција се преклопуваат во една личност.

Еден од највлијателните психолози во областите на учење, едукација и интелигенција, Е.Л. Торндајк тврди дека луѓето поседуваат неколку типови на интелигенција, една форма која се нарекува социјална интелигенција или способноста за разбирање и справување со мажи и жени, момчиња и девојки и да се реагира разумно во човечките односи (Torndike, 1920). Дури и Дејвид Векслер, творецот на Векслеровата скала за интелигенција кај возрасни (WAIS), укажа на постоењето на неинтелектуални и интелектуални елементи на интелигенцијата. За неинтелектуалните елементи, кои вклучуваа афективни, лични и социјални фактори, подоцна претпоставуваше дека се клучни за предвидувањето на способноста на личноста за успех во животот (Wechsler, 1940). Подоцна, Хауард Гарднер повторно ја покренa идејата за постоење на повеќе интелигенции. Тој предложи теорија на повеќекратна интелигенција која налагаше дека индивидуите поседуваат таленти во повеќе области, вклучувајќи вербални, математички, музички, просторни, моторни, средински, интраперсонални (истражувањето и сознанието за сопствените емоции) и интерперсонални (способноста за препознавање на расположението, намерите и желбите на другите) сфери. Според него, овие интелигенции се исто важни како видот на интелигенција вообичаено мерен со тестовите за интелигенција (Gardner, 1983).¹

Моделот на ментални способности во чиста форма прв пат беше презентираан од Терман, кој тврдеше: “Индивидуата е интелигентна во пропорција со способноста за апстрактно размислување“. Всушност, симпозиумот околу интелигенцијата низ годините постојано заклучува дека првиот белег на интелигенцијата е капацитетот за исполнување на апстрактно резонирање (Stenberg, 1997).

¹ Catherine Prentice: Trait Emotional Intelligence, Personality and the Self-Perceived Performance of Casino Key Account Representatives; Victoria University, pg.54-60, (2008).

Интелигенцијата, концептуализирана како апстрактно размислување, често се користеше за предвидување на еден или друг вид на успех, особено академскиот успех. Но, иако е моќен предиктор, далеку е од перфектен, оставајќи го необјаснето огромно количество на варијанса во успешното однесување.

Како што објаснува Векслер (Wechsler, 1940), “индивидуите со идентичен IQ може значително да се разликуваат во однос на нивната ефективна способност за справување со средината“. Еден начин на разгледување на ова ограничување е човечкиот живот да се набљудува како природен комплекс и како предмет на случајни настани и на комплицирани интеракции. Вториот пристап е да се пронајдат подобри начини за процена на интелигенцијата. Трет пристап е да им се припишат разликите на збир од неинтелектуални фактори, како црти на личноста. Овие пристапи се сите комплементарни и сите се користени со различен степен на ефективност во подобрувањето на психолошкото предвидување на позитивните исходи.

Сепак, треба да се има на ум дека постои и четврта алтернатива за справување со ограничувањата на предиктивната способност на КИ. Тоа е редефинирање на интелигенцијата како комбинација на ментални способности и црти на личноста. Овој пристап делува многу незадоволително бидејќи ја исклучува вековната концептуална употреба на терминот *интелигенција*. Потенцирањето на неинтелектуалните карактеристики на интелигенцијата потенцијално го замаглува нивното значење. Скар (Scarr, 1989) тврди дека снаодливоста во човечките односи, атлетските способности и одредени таленти во музика, танц и цртање, сите биле етикетираны како интелигенција во одреден период. Сепак, таа тврди дека кога нив ги нарекуваме интелигенција не им правиме добро нити на теориите за интелигенција нити на цртите на личноста или посебните таленти кои се над консензуалната дефиниција за интелигенција.

Мајер и соработниците, интелигенцијата ја гледаат како општ дескриптивен поим кој се однесува на хиерархијата на психичките способности. На прво ниво тие ја вклучуваат, на пример, способноста за препознавање на зборовите и нивното значење во вербална смисла, или како друг пример, да видиме како деловите од сложувалката меѓусебно се сложуваат во перцептуална смисла,

или да разбериме како предметите ротираат во просторот. На средно ниво од хиерархијата се сместени пошироки, кохезивни групи на способности. Овие способности вклучуваат интелигенција на вербално разбирање - група на способности фокусирани на разбирање и образложување на вербалната информација и перцептуалната организација - група на способности фокусирани на препознавање, споредување и разбирање на перцептуалните шеми. На највисоко ниво на хиерархија, општа интелигенција која го вклучува апстрактното размислување низ сите домени.

Кога се појавува емоција, таа покренува координирани промени во физиологијата, моторичката подготвеност, однесувањето, когницијата и субјективното доживување (Izard 1993; Parrott 2002; Simon, 1982). На пример, како што личноста станува среќна, таа може да доживее понизок крвен притисок и поголема моторичка подготвеност за пристапување кон другите, таа може и да се смее, среќно да размислува и да се чувствува добро однатре. Овие емоционални реакции се јавуваат како резултат на согледаните или актуелните промени во средината на личноста.

Во Западната историја и психологија, емоциите и резонирањето многу пати биле перцепирани како спротивни една со друга. Сепак, современиот став дека емоциите пренесуваат информации за односите укажува дека емоциите и интелигенцијата може да функционираат заедно. Емоциите ги рефлектираат односите помеѓу личноста и пријателите, семејството, ситуацијата, општеството, или поинтерално, помеѓу личноста и одразот или одредено сеќавање. На пример, радоста може да индицира на идентификација на личноста со успехот на пријателот; тагата може да укажува на разочарување со самиот себе. Емоционалната интелигенција во одреден дел се однесува на способноста за препознавање на значењето на таквите емоционални шаблони и размислување, како и решавање на проблемот врз нивна основа. (Mayer & Salovey, 1997).

Дефинициите на Мајер и соработниците за интелигенцијата и емоциите се во согласност со долгогодишните пристапи во нивните соодветни дисциплини, но постојат алтернативни погледи на двата концепти. На пример, некои погледи на интелигенцијата го делат овој концепт на кристализиран, сознаен дел, кој ги вклучува посебно вербалните аспекти и флуиден дел кој става акцент на

вештините за перцептуално-спацијална организација и брзо размислување. Осознавајќи ја оваа комплексност, потребно е да се истражува како интелигенцијата и емоцијата се поврзуваат во концептот на ЕИ. Низ годините се направени многу обиди од психолозите за категоризирање и дефинирање на емоционалната интелигенција. ЕИ е фактор кој во голема мера придонесува за разбирање на човечката интелигенција бидејќи го проширува капацитетот за мерење на општата и севкупната интелигенција на личноста (Bar-On, 1997). Испитувајќи ја човечката интелигенција откриено е дека емоционалната интелигенција како димензија формира дел во доменот на човечка интелигенција (Kaplan & Sadock, 1991) Емоционалната интелигенција се однесува на емоционалните, личните, социјалните и егзистенционалните димензии на интелигенцијата, а овие се понекогаш поважни за секојдневното функционирање од традиционалните когнитивни аспекти на интелигенцијата (Salovey & Mayer, 1990).²

Големан (1998) овозможува корисно опфаќање на конструктите на емоционалната интелигенција:

- препознавање на чувствата и способност за справување и контрола на тие чувства без да те надвладаат;
- способност за самомотивирање за извршување на обврските, креативност и дејствување во најдобро светло;
- и сочувствување со чувствата на другите и ефективно справување со односите.

Мартинез (1997) структурира поконцизна дефиниција според која емоционалната интелигенција се однесува на: *низа на некогнитивни вештини, способности и компетенции кои влијаат на способноста на личноста да се справува со барањата и притисоците на средината.*

Во литературата се среќаваат две струења на емоционалната интелигенција: мешаните модели и моделите на способност. Во целина, ЕИ опфаќа: способност за точна перцепција, процена и изразување на емоциите,

² John D. Mayer, Peter Salovey, David R. Caruso, and Lillia Cherkasskiy: Emotional Intelligence, chapter 26, (2011).

способност за воведување или инкопорирање на емоциите во процесот на мислење, способност за разбирање на емоциите и емоционално знаење и способност за регулирање на емоциите кон промовирање на емоционален и интелектуален раст (Mayer & Salovey, 1997). Авторите сметаат дека индивидуите варираат во нивните способности за процесирање на информациите од емоционална природа и во нивните способности за поврзување на емоционалната обработка со пошироко сознание. Според ова гледиште, оние индивидуи кои се способни да ги разберат и регулираат нивните емоции би требало да бидат способни да одржуваат воглавно подобар поглед кон светот и да доживуваат подобра психолошка благосостојба (Heck & Oudsten, 2008).

Разни автори теоретизирале дека високата емоционална интелигенција би водела до поголеми чувства на емоционална благосостојба. Истражувањата укажуваат дека високите нивоа на ЕИ водат до пониска депресија, поголемо чувство на оптимизам и задоволство со животот.

Емоциите не се само интуитивна мудрост; тие не снабдуваат со потенцијално профитабилна информација секоја минута во денот. Сепак, доживувањето на емоциите не е доволно. Поединецот мора да знае како да ги осознае и вреднува своите чувства и чувствата на другите и на тој начин да одреди која би била најсоодветната реакција. Луѓето кои ги користат овие квалитети ја користат својата емоционална интелигенција (Schutte, Malouff, Simunek & Hollander, 2002). Емоционална интелигенција е способноста да се набљудуваат сопствените и чувствата и емоциите на другите, да се прави разлика меѓу нив и да се користат информациите од емоциите како помош во насочувањето на сопственото мислење и делување (Salovey & Mayer, 1990).

МОДЕЛИ НА ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА

Раните теоретичари како Торндајк и Гарднер го отворија патот за сегашните експерти во полето на емоционална интелигенција. Секоја теоретска парадигма ја концептуализира емоционалната интелигенција од една или две перспективи: модел на способности или мешан модел. Моделите на способност ја дефинираат емоционалната интелигенција како чиста форма на ментална

способност и, според тоа, како чиста интелигенција. За разлика од нив, мешаните модели на емоционална интелигенција ја комбинираат менталната способност со личните карактеристики како оптимизам и благосостојба. Моментално, единствениот модел на способност е оној кој го преложиле Џон Мајер и Питер Салови, а од мешаните модели предложени се два модели, секој со малку поинаква концепција. Ровен Бар-Он разви модел кој се базира на контекстот за теорија личноста, акцентирајќи ја меѓусебната зависност на аспектите на способност на емоционалната интелигенција со цртите на личноста и нивната примена во личната благосостојба. Наспроти тоа, Даниел Големан предложи мешан модел во однос на перформанса, интеграција на способностите на личноста и примена на нивните соодветни ефекти врз перформансата на работното место.

Модел на способност - специфичен и интегративен

Интелегенциите се психички способности и во областа на емоционална интелигенција некои истражувања се фокусираат на специфични способности поврзани со емоционална интелигенција, а други истражувања испитуваат повеќе способности заедно. Моделите на специфични способности испитуваат одреден домен од ЕИ подлабински - на пример, воочување на емоцијата на лицата. Моделите на општа способност го разгледуваат општиот образец на ЕИ во целина. Паралелно на ваквите пристапи, на полето на емоционална интелигенција се забележува и раст на средствата за процена кои се фокусираат на специфични и општи области. Специфичните мерки го испитуваат само препознавањето на емоциите на лицата или само капацитетот за свесност за суптилното емоционално значење; како такви, специфичните пристапи имаат предност при длабинска процена на одредена област на ЕИ и разбирање како личноста размислува за дадена тема. Интегративните модели овозможуваат подобар преглед како деловите на ЕИ се вклопуваат заедно формирајќи целокупна интелигенција.

Пример за интегративен пристап - Моделот на Мајер и Салови

ЕИ во психолошката литература ја воведоа Мајер и Салови во 1990 година. Гледано од нивната теоретска перспектива, емоционалната интелигенција се однесува на интелигенцијата и емоциите, т.е. на нивната соработка и комбинација. Со понатамошниот развој на своето теоретско гледиште тие станаа најпознати претставници на ваквото сфаќање на емоционалната интелигенција. На емоционалната интелигенција гледаат како на низа бројни ментални способности, т.е. како на сет на вештини кои се однесуваат на процесирање на емоционално релевантни информации. Нивната концепција на емоционална интелигенција се базира на модел на интелигенција, се стремат да ја дефинираат ЕИ во рамките на стандардните критериуми за нова интелигенција. Нивниот концепт тврди дека ЕИ е составена од две области: искуствена (способност за перцепција, реакција и манипулација со емоционалната информација без нејзино неопходно разбирање) и стратешка (способност за разбирање и управување со емоциите без неопходно прецизно осознавање или потполно доживување). Секоја област понатаму се дели на две гранки кои се протегаат од основни психолошки процеси до покомплексни процеси кои ги интегрираат емоцијата и когницијата. Развија свој модел на емоционална интелигенција во кој вештините и способностите кои ја сочинуваат емоционалната интелигенција ги поделија во 4 основни подрачја (гранки): *способност за перцепција на емоциите* (воочување на емоциите кај другите), *способност за емоционална асимилација* (способност да се прави разлика меѓу различните емоции и да се идентификуваат оние кои влијаат на мисловниот процес), *способност за разбирање на емоциите* (анализа на емоциите, предвидување на нивниот тренд со текот на времето и разбирање на исходот од емоциите), како и *способност за управување со емоциите* (управувањето е неопходно во контекст на поединечни цели, знаење за себе и социјална свесност). Овој модел се нарекува *модел на четири гранки*. Секоја од гранките, од перцепцијата до управувањето на емоциите, укажува на степенот во кој способноста која таа гранка ја претставува е интегрирана во остатокот на личноста. Значи, првите две гранки ќе бидат во релативно дискретни области на обработка на информациите во емоционалниот состав, додека, на пример, управувањето со емоциите мора да биде интегрирано во севкупните поединечни цели и планови. Значи, како што понатаму објаснуваат Мајер, Салови и соработниците, четирите гранки функционираат хиерархиски, така што

перцепцијата на емоциите се наоѓа на најосновното или на дното на хиерархијата, а управувањето со емоциите е најсложената или највисока гранка. Поточно, перцепцијата на емоциите е претходник на наредните три гранки. Доколку на индивидуата му недостасува способност за обработка на најниското ниво на емоционален внес, тој или таа ќе има недостаток и на способности за управување со емоциите на повисоките нивоа опишани во овој модел. Кога ќе се стекни перцепцијата, емоциите може да се користат за фацитација на мислата, на свесно или несвесно ниво. Ова е поддржано со студијата на Левин (1997) која покажува дека различните емоции се поврзани со различни стратегии на решавање на проблемот. На пример, тагата води до стратегија на соочување во случаи кога таа е најсоодветна стратегија. Следниот чекор вклучува когнитивно процесирање за откривање на начинот како неколку емоции може да се комбинираат и да се предвиди како една емоција води до друга, додека не се преведи емоционалното сознание во однесување.

Првата гранка на моделот е идентификување на емоциите. Во оваа гранка се вклучени бројни вештини како способност за *идентификување на чувствата*, за точно изразување на чувствата и за разликување помеѓу реални и „лажни“ емоционални експресији. Втората гранка, *емоционална фацитација на мислата (или користење на емоциите)*, ја вклучува способноста за користење на емоциите за пренасочување на вниманието на важни настани, да се генерираат емоции кои го олеснуваат процесот на донесување одлуки, да се користат знаците на расположението како средство за разгледување на повеќе гледишта и да се искористат разните емоции за охрабрување на разни пристапи на решавање на проблеми. Третата гранка, *разбирање на емоциите*, е способноста за разбирање на сложените емоции и емоционални „синџири“ (како емоциите преминуваат од една во друга фаза), способноста за препознавање на причината за емоции и способноста за разбирање на поврзаноста меѓу емоциите. Четвртата гранка од овој модел е *управување со емоциите*. Таа ја вклучува способноста за сочувување на свесноста за емоциите на личноста, дури и на оние непријатните, способноста за одредување дали емоцијата е јасна или вообичаена и способноста за решавање на емоционалните проблеми без неминовно потиснување на негативните емоции (Mayer, et al, 1999).



Мешани модели - Бар-он и Големан

После Векслеровите трудови, оваа тематика изгледаше како да е решена на задоволство на поголемиот дел од луѓето: Интелигенцијата е психичка способност. Сепак, некои луѓе кои продолжиле да ја истражуваат емоционалната интелигенција создадоа мешани модели, според кои личните карактеристики се мешаат со способностите на емоционалната интелигенција. Дури и првите артикли на Мајер и Салови биле толкувани на овој начин. Иако, според нив, овие статии изнесуваа јасна концепција за психичка способност на емоционалната интелигенција, исто така тие слободно ги опишуваа личните

карактеристики кои би можеле да ја придружуваат таквата интелигенција. Беше утврдено дека ЕИ го издвојува тоа што е “реално и топло од она што делува несвесно и грубо“. За емоционално интелигентните луѓе беше тврдено дека покажуваат “истрајност и упорност при интересни предизвици” и имаат “позитивен став према животот, што води до подобар исход и поголемо задоволство за нив и останатите“ (Salovey & Mayer, pp. 199-200).

Речиси веднаш после појавувањето на овие првобитни статии за ЕИ, се јави и клучна потреба за појасно издвојување на концептот за психичка способност од неговите исходи. Иако цртите како топлина и истрајност се важни, се верува дека подобро е кога се упатени директно и одвоени од емоционалната интелигенција.

Директорот на Институтот за применети науки во Данска и консултант во разни институции и организации во Израел, Ровен Бар-Он разви една од првите мерки за емоционална интелигенција која го користи терминот “Количник на емоции“. Моделот за емоционална интелигенција на Бар-Он повеќе се потпира на *потенцијалот* за постигнување и успех, отколку на самото постигнување или успех и се смета дека е повеќе ориентиран на процесот отколку на исходот (Bar-On, 2002). Се фокусира на разни емоционални и социјални способности, вклучувајќи ја способност за свесност, разбирање и изразување на себеси, потоа способноста за свесност, разбирање и поврзување со другите, способноста за справување со силни емоции и способноста за приспособување на промени и решавање на проблеми од социјална природа. Во својот модел, Бар-Он истакнува 5 компоненти на емоционална интелигенција: интраперсонални, интерперсонални, адаптабилност, справување со стрес и општо расположение. Помеѓу овие компоненти постојат и субкомпоненти претставени во табела бр.1. Бар-Он претпоставува дека емоционалната интелигенција се развива со текот на време и дека може да се подобри преку тренинг програми и терапија.

Бар-Он смета дека индивидуите со повисок КЕ (количник на емоции) од просечниот се општо поуспешни при справувањето со барањата и притисоците на средината. Тој тврди и дека дефицитот на емоционална интелигенција може да значи и недостаток на успех и постоење на емоционални проблеми. Според него, проблемите при справување со средината се особено чести кај оние

индивидуи кои имаат недостаток на субскалите на тестирање на реалноста, справување со проблеми, толеранција на стрес и контрола на импулси. Во целина, Бар-Он смета дека емоционалната и когнитивната интелигенција подеднакво придонесуваат за општата интелигенција на личноста, што понатаму укажува на потенцијалот на личноста за успех во животот.

Компоненти	Субкомпоненти
Интраперсонални	Грижа за себе Емоционална свесност Асертивност Независност Самоактуелизација
Интерперсонални	Емпатија Социјална одговорност Интерперсонални односи
Адаптабилност	Тестирање на реалноста Флексибилност Справување со проблеми
Менаџирање на стрес	Толеранција на стрес Контрола на импулси
Општо расположение	Оптимизам Среќа

Моделот на Даниел Големан

Даниел Големан, психолог и научен писател кој претходно пишувал за истражувања за мозокот и однесувањето, ја откри работата на Салови и Мајер во 1990-тите. Инспириран од нивните откритија, тој започна да спроведува свое истражување во оваа област за потоа да ја напише *Емоционална*

Интелигенција (1995), книгата која ја запозна целата јавност и приватниот сектор со идејата за емоционална интелигенција. Моделот на Големан истакнува четири конструкти на емоционалната интелигенција. Првиот, самосвесност, е способноста за препознавање на чувствата и нивното влијание при донесување на одлуки. Самоуправување е вториот конструкт кој вклучува контрола на чувства и импулсите на личноста и адаптирање при промена на околностите. Третиот конструкт, социјална свесност, ја вклучува способноста за антиципација, разбирање и реагирање на туѓите емоции при согледувањето на социјалните мрежи. Управување со односите е четвртиот конструкт во кој е вклучена способноста за инспирирање, влијание и развој на другите при справување со конфликт. (Goleman, 1998).

Моделот на емоционална интелигенција предложен од Големан вклучува когнитивна способност и фактори на личноста. Се фокусира на областа на работната ефикасност врз основа на социјални и емоционални компетенции кои го претставуваат степенот до кој индивидуата совладала специфични вештини и способности кои ја надоградуваат емоционалната интелигенција и им овозможуваат поголема ефикасност на работното место. Пристапот базиран на компетенции одразува една традиција која ја потенцира идентификацијата на компетенциите кои може да се искористат за да се предвиди работната перформанса низ разни организациони поставувања, често со акцент на оние на лидерски позиции. Во книгата, *Работење со емоционална интелигенција* (1998), Даниел Големан поставува рамка на емоционалната интелигенција која се базира на емоционалните компетенции кои се утврдени од интернално истражување во стотици корпорации и организации како особено исклучителни изведувачи.

Големан вклучува низа на емоционални компетенции меѓу секој конструкт на емоционалната интелигенција. Емоционалните компетенции не се вродени таленти, туку научени способности на кои мора да се работи за да се развијат и да се постигне максимална перформанса. Големан претпоставува дека индивидуите се родени со општа емоционална интелигенција која го одредува нивниот потенцијал за учење на емоционални компетенции. Организацијата на компетенциите низ разните конструкти не е случајна, тие се јавуваат во

синергетски кластери или групи кои меѓусебно се поддржуваат и помагаат. На табела бр.2 е претставен концептуалниот модел на емоционална интелигенција на Големан и соодветните емоционални компетенции. Конструктите и компетенциите спаѓаат во една од четирите категории: препознавање на емоции во себе и другите и регулација на сопствените и туѓите емоции.³

	Лични компетенции	Социјални компетенции
ПРЕПОЗНАВАЊЕ	<u>Самосвесност</u> Емоционална самосвест Точна самопроцена Самодоверба	<u>Социјална свесност</u> Емпатија Услужна ориентација Организациона свесност
РЕГУЛАЦИЈА	<u>Самоуправување</u> Самоконтрола Доверливост Совест Адаптабилност Мотив за постигнување Иницијатива	<u>Управување на односи</u> Поттикнување на другите Влијание Комуникација Справување со конфликти Лидерство Поттик за промена Градење на врски

➤ ³ Shelley L. Brown & Yvonne Stys: A Review of the Emotional Intelligence Literature and Implications for Corrections, Research Branch Correctional Service of Canada, pg.4-23, (2004).

		Тимска работа и соработка
--	--	------------------------------

Евалуација на алтернативните модели

Овие модели се широко дискутирани во релевантни студии. Секој модел се обидува од различен агол да интерпретира и операционализира што конотира и подразбира емоционалната интелигенција како нов психолошки концепт. Сепак, различните концептуализации за еден ист аспект создаваат и конфузија, бидејќи емоционалната интелигенција често се класифицира како состојба на когнитивната интелигенција или како црта на личноста. Вклучувајќи ја емоционалната интелигенција во доменот на “интелигенција”, Мајер, Карусо и Салови укажале дека моделите предложени од Големан и Бар-Он вклучуваат не само емоција и интелигенција, туку и мотивација, диспозиција која не е способност или црта на личноста, како и општо лично и социјално функционирање. Поради тоа, овие проширени концепти на емоционалната интелигенција се класификуваат како мешани модели. Тие се потесно поврзани со цртите на личноста. Така, моделот предложен од Мајер и соработниците се смета како модел на способност бидејќи ги истакнува когнитивните компоненти на емоционална интелигенција.

Овој став е усвоен претежно со консензус, иако некои истражувачи (на пример Робертс, Зајднер и Метјус) демонстрираат скептицизам. Во прегледот на различни мислења, **Руј и Висвесваран** (2003) коментирале дека е тешко да се даде оперативна дефиниција за емоционална интелигенција прифатена од сите бидејќи истражувачите кои се интересираат за оваа област постојано ги менуваат и дополнуваат сопствените дефиниции за овој конструкт. Големан и Емерлинг укажуваат дека е својствен дел од процесот на развој на теорија и научно откритие во било кое поле да се јавуваат специфични теории кои меѓусебно се разликуваат. Големан признава дека постоењето на неколку теоретски гледишта во рамките на парадигмата за емоционална интелигенција укажува на цврстината на областа, а не на слабоста. Бидејќи секоја теорија претставува теоретска ориентација и контекст во кој секој од авторите решил да

ја формулира својата теорија, сите истражувачи делат една иста желба да ги разберат и измерат способностите и цртите кои се поврзани со препознавањето и регулирањето на емоциите во себе и во другите. Сите теории во оваа парадигма се стремат да разберат како индивидуата ги перцепира, разбира, користи и управува емоциите во обид да се предвиди и поттикне личната ефикасност.

Значењето на емоционалната интелигенција

Со оглед на тоа дека емоционалната интелигенција е научно основана и емпириски валиден конструкт, прашањето околу процената и мерењето на овој концепт има фундаментално значење за истражувањето на однесувањето. Иако емоциите се сметаа за непредвидливи, ирационални и недостојни за мерење, концептуализациите на емоционалната интелигенција помогнаа да се надмине овој критицизам и да се пробие патот за корисен концепт кој овозможува предвидување на животната ориентација и задоволството со животот, како и постигнувањето на работното место. Сепак, примената на мерките за емоционална интелигенција во истражувањата е различна и контроверзна. Причината лежи во начинот на кој овој конструкт би требало да се мери и на која теорија треба да се основа. Во наредниот дел е претставен преглед на мерките за емоционална интелигенција во релевантната литература.

Мерења на ЕИ

Освен во теоретското дефинирање на конструктот, овие два пристапи или струења се разликуваат и по начинот на мерење на емоционалната интелигенција. Кога ЕИ е дефинирана како некогнитивна вештина, нејзиното мерење е ограничено на разни прашалници и инвентари. Најпознат прашалник

од тој тип е Bar-On- овиот *Инвентар на емоционален коефициент*. Тој прашалник бил користен во истражувањата на Newsome, Day и Catano (2000). Резултатите од ова истражување покажуваат дека коефициентот на емоционална интелигенција кој се добива со мерењето со Bar-On-овиот прашалник во најголема мера е мерка за невротозизам и дека е неповрзан со просечните оценки како мерка за академскиот успех, како ниту со бројните когнитивни способности. Различни резултати се добиваат кога ЕИ се мери со други мерки. Додека пак, кога ЕИ е дефинирана како когнитивна вештина отворена е на можноста за мерење со објективни тестови на придонес, а не само со прашалници на самопроцена. Бидејќи точноста на самопроцената зависи од саморазбирањето на испитаниците, супериорноста на објективните мерки не се доведува во прашање. Луѓето се прилично лоши репортери на сопственото функционирање во доста области, вклучувајќи ја и самопроцената на способностите. Во случајот на испитување на емоциите оваа критика дополнително доаѓа до израз поради намалената објективност во процената на сопствените емоционални состојби и способности. Веројатно поради овие приговори на тестовите за самопроцена, со намена за мерење на ЕИ се конструирани и тестови на перформанса. Најпознат тест на ЕИ мерена како способност е *Mayer-Salovey-Caruso тест на емоционална интелигенција (Emotional Intelligence Test - MSCEIT)* кој ја мери перформансата во сите четири области или четирите гранки на способности од моделот на ЕИ кој го поставиле авторите на тестот.

Мерни инструменти за моделот на Мајер и Салови

Мајер и Салови започнаа да ја тестираат валидноста на нивниот модел на четири гранки за емоционална интелигенција со помош на *Multibranch (повеќе гранки) скалата за емоционална интелигенција (MEIS)*. Составени од 12 мерки за емоционална интелигенција, евалуациите со МЕИС индицираат дека емоционалната интелигенција е посебна интелигенција со 3 посебни подфактори: емоционална перцепција, емоционално разбирање и емоционално управување. МЕИС скалата откри само мали и ограничени докази за постоењето на гранката на емоционална интелигенција која е поврзана со

интеграцијата на емоциите. Понатамошната егзаминација на МЕИС откри доказ за дискриминативната валидност за тоа дека емоционалната интелигенција е независна од општата интелигенција и самоизразената емпатија, укажувајќи на способноста да мери единствени квалитети на индивидуата кои не се опфатени со претходните тестови. Сепак, постојат одредени ограничувања на МЕИС. Не само затоа што е долг тест (402 ајтеми), туку и бидејќи не успеа да обезбеди задоволувачки доказ за интеграционата гранка на моделот на четири гранки. Поради оваа и други причини, Мајер и Салови одлучиле да креираат нова мерка на способност за мерење на емоционална интелигенција.

Моменталната мерка на моделот за емоционална интелигенција на Мајер и Салови - MSCEIT беше тестирана на примерок од 5 000 мажи и жени. MSCEIT е наменета за лица од 17 и повеќе години и има за цел да ги мери четирите способности истакнати во моделот на Мајер и Салови. Секоја способност (перцепција, фацилитација на мислата, разбирање и регулација) се мери користејќи специфични задачи. Перцепцијата на емоции се мери преку рангирање на степенот и типот на емоција изразена на различни слики. Фацилитацијата на мислата се мери на тој начин што се замолуваат лицата да направат паралела помеѓу емоциите и физичките сензации (пр. светлина, боја, температура), како и меѓу емоциите и мислите. Разбирањето се мери така што од субјектите се бара да објаснат како емоциите може да се помешаат со други емоции (на пр. како емоциите може да се менуваат од една во друга, пример од гнев во бес). Регулацијата (или управување) на емоциите се мери така што им се дава на луѓето да одберат ефективна техника за управување со себе и другите. (Brackett & Mayer, 2003).

Оваа скала е составена од 141 ајтеми и дава пет резултати: скор на целокупна емоционална интелигенција (изразен како коефициент на емоционална интелигенција или EIQ) и скорови на четирите гранки на емоционална интелигенција. Секој скор се изразува во однос на стандардна интелигенција со среден скор од 100 (просечен резултат добиен од целокупната популација) и стандардна девијација од 15. Исто така, во прирачникот се обезбедени и квалитативни оценки кои одговараат на секој нумерички скор. На пример, индивидуата која доби целокупен EIQ од 69 или помалку се рангира како

'значителен развој', додека некој со резултат од 130 или повеќе се рангира како 'значителна цврстина'.

Мерни инструменти за моделот на Бар-Он

Мерката за емоционална интелигенција на Ровен Бар-Он, Бар-Оновиот Инвентар за емоционален коефициент (EQ-i) е мерка за самопроцена на емоционалната интелигенција за лица од 16 годишна возраст и постари. Развиена како мерило за емоционално и социјално компетентно однесување која дава проценка за емоционалната и социјалната интелигенција, EQ-i не служи за мерење на цртите на личноста или когнитивните капацитети на личноста, туку служи за мерење на способностите за успешно справување со притисоците и барањата на средината. Се користат 133 ајтеми за да се добие вкупен EQ (емоционален коефициент) и да се формираат 5 скали кои одговараат на петте главни компоненти на моделот на Бар-Он: интраперсонална EQ, интерперсонален EQ, адаптабилен EQ, EQ на управување со стрес и EQ на општо расположение. Ајтемите се мерат на 5-степен скала за рангирање која се движи од 1 (многу ретко/не е вистина за мене) до 5 (многу често/често вистина за мене). Сите сурови скорови се конвертираат во стандардни скорови со средна вредност од 100 и стандардна девијација од 15, слично на таа од IQ резултатите.

Бар-Он разви неколку верзии на инвентарот за емоционален коефициент кои може да се користат на различна популација во различни ситуации. Меѓу нив се EQ интервју (кое се врши после самоизјаснувањето), кратката верзија на EQ-i (составена од 52 ајтеми од оригиналната верзија), EQ-i 125 (верзија од 125 ајтеми од оригиналната која ја исклучува скалата за негативна импресија), EQ-i верзија за млади (за деца и адолесценти од 7-15 години) и EQ-360 проценка (инструмент кој се применува во комбинација со вообичаениот EQ-i за да се добие покомплетна проценка).

Развиени се неколку мерни инструменти кои се базираат на Големановиот модел за емоционална интелигенција и соодветните компетенции. Меѓу нив се Инвентарот за емоционални компетенции (ECI; Boyatzis, 1994), Проценувањето на емоционална интелигенција (EIA; Bradberry, Greaves, Emmerling, et al., 2003) и Прашалникот за работен профил - верзијата за емоционална интелигенција (WPQei).

Инвентар за емоционални компетенции: Даниел Големан го разви овој инвентар како мерка за емоционална интелигенција врз основа на неговите емоционални компетенции, а претходно мерка за мерење на компетенциите на менаџери, директори и лидери (Прашалникот за самопроцена) од страна на Ричард Бојатцис (1994). Инвентарот на емоционални компетенции е инструмент за повеќекратна процена кој овозможува самопроцена, процена од одговорно лице, директен извештај и процена од колегите на низа од бихејвиорални индикатори на емоционалната интелигенција. Таа мери 20 компетенции, организирани во четири конструкти наведени во моделот на Големан: самосвесност, социјална свесност, самоуправување и социјални вештини. Секој испитаник се замолува да се опиште себеси или другата личност на скала од 1 (однесувањето е многу малку карактеристично за индивидуата) до 7 (однесувањето е многу карактеристично за индивидуата) за секоја ставка, а потоа овие ајтеми се претвораат во оцени за секоја од компетенциите. На испитаникот му остануваат две рангирања за секоја компетенција: саморангирање и севкупно рангирање на другиот (изведено од просекот на сите други рангирања).

Проценување на емоционална интелигенција: Оваа мерка беше развиена од Тревис Бредбери и Жан Гривс заедно со членовите на истражувачкиот тим TalentSmart во обид да се креира брза и ефективна мерка за емоционална интелигенција која би се користела во разни услови. Врз основа на Големановит модел за емоционална интелигенција, EIA користи 28 ајтеми за мерење на четирите компоненти на моделот (самосвесност, социјална свесност, самоуправување и управување на односите) и потребни се 7 минути за негово комплетирање. Ајтемите се насочени кон постоењето на вештини соодветни на

компонентите на моделот и се рангираат врз основа на 6-степенна скала каде 1 одговара на “никогаш” покажано однесување, а 6 укажува на “секогаш” покажано однесување. Резултатите од проценувањето на емоционалната интелигенција се распоредени во 5 скорови; севкупен EQ скор и скор за секоја од четирите компоненти на емоционална интелигенција.

Прашалник на работен профил - верзија на емоционална интелигенција: WPQei беше дизајниран како мерка за самопроцена на седумте компетенции од моделот на Големан за ЕИ. Наменета како мерка за компетенциите неопходни за ефективна работна перформанса, 84 ајтеми на верзијата за емоционална интелигенција на овој прашалник им дава на учесниците скор (од 10) за вкупна емоционална интелигенција и скор (од 10) за секоја од седумте компетенции на интерес: иновација, самосвесност, интуиција, емоции, мотивација, емпатија и социјални вештини.

Други модели и мерни инструменти

Неколку мерки за емоционална интелигенција користени за научно истражување, особено оние кои се користени во индустриски и организациски услови, не се основаат на ниеден од гореспоменатите теории за емоционална интелигенција. Две од овие мерки: Скалата за ниво на емоционална свесност (LEAS) и Тестот за самоизразување на емоционалната интелигенција (SREIT) се опишани во следниот дел.

Скала за ниво на емоционална свесност (LEAS)

Оваа скала е мерка за самоизразување на емоционалната интелигенција и служи за процена на степенот до кој луѓето се свесни за емоциите во нив и другите. Оваа мера се базира на теоријата за хиерархија на емоционалната интелигенција, поспецифично на емоционалната свесност, која се состои од пет поднивоа: физички осети, тенденција за дејствување, посебни емоции, мешани емоции и микс од овие мешани емоционални искуства. Скалата се состои од 20 сценарија кои вклучуваат две лица и ситуација која предизвикува емоција. Испитаникот мора да се изјасни како би се чувствувал во таа ситуација и како другата личност во сценариото би се чувствувала во истата ситуација. Секое

сценарио се бодува од 0-5 (во согласност со теоријата за емоционална свесност на Лејн и Шварц). Испитаникот добива скор за самосвесноста за сопствените емоции, за емоциите на другите и севкупен скор за емоционална свесност.

Скалата за нивото на емоционална свесност беше нормирана на 385 индивидуи. Статистичката евалуација откри висока релијабилност и внатрешна конзистентност, иако не беа изведени никакви тестови за стабилност (Lane, 2000). Иако не се добиени информации за валидноста на содржината, истражувањето за структурната валидност откри дека субскалите се релијабилни. Студиите за валидноста на критериумите откри дека скоровите на Скалата за ниво на емоционална свесност се значително поврзани со контролата на импулси и самовоздржувањето, но не се поврзани со другите варијабли на личноста или компоненти на ЕИ. Сепак, се откри дека оваа скала е поврзана со две субскали на емоционалната интелигенција: перцепција на емоции во приказни и процена на чувствата на учесниците во конфликт. Независен преглед на Скалата за ниво на емоционална свесност заклучи дека таа е само минимално поврзана со емоционалната интелигенција и дека подобро би била класификувана како мерка за стил на процесирање отколку како способност.

Тестот за самоизразување на емоционалната интелигенција (SREIT)

Тестот за самоизразување на емоционалната интелигенција се состои од 33 ајтеми за самоизразување, а создаден е од Schutte и колегите (1998). Првенствено базиран на раните пишувања за емоционалната интелигенција на Мајер и Салови, овој тест беше критикуван за несоодветното копирање на моделот на ЕИ на Мајер и Салови мерејќи друг концепт на емоционална интелигенција. Овој критицизам потекнува од фактот дека оригиналниот тест за самоизразување на емоционалната интелигенција се состоеше од 62 ајтеми кои првенствено беа дел од оригиналниот модел за емоционална интелигенција на Мајер и Салови. Сепак, факторската анализа резултираше со еден фактор, мерка со 33 ајтеми кои не ги рефлектираат точно принципите на моделот.

Од испитаниците се бара да го обележат својот одговор на тврдењата кои рефлектираат адаптивни тенденции према емоционалната интелигенција според 5-степенна скала, каде “1” означува потполно согласување, а “5” означува

потполно несогласување. Како што беше соменато погоре, независните рецензенти открија недостаток на валидност на содржината на тестот за самоизразување на емоционалната интелигенција. Сепак, авторите изјавуваат дека валидноста на содржината е адекватна и дека 33 ајтеми ги претставуваат сите делови на оригиналниот концепт за емоционалниот концепт на Салови и Мајер. Факторските анализи на оригиналните 62 ајтеми откри модел со еден фактор составен од 33 ставки, со воспоставена структурна валидност. Валидноста на критериумите е проценета како добра. Резултатите овозможувале и издвојување на групи кои логично би се разликувале на нивото на емоционална интелигенција. Терапевтите имале значително повисоки резултати за разлика од затворениците или клиентите на програмата за злоупотреба супстанции.

Скала на својствено мета-расположение (TMMS)

Значи, иако се конструирани неколку начини на мерење на ЕИ, општо земено сите тие може да бидат поделени во две категории: самопроцена и мерки базирани на перформанса. И покрај своите ограничувања околу пристрасноста на одговорите, мерките на самопроцена се најчесто користени и се чини дека се прифатливи алтернативи за мерките на перформанса за испитување на одредени истражувачки прашања. Тие обично се избираат пред мерките на перформанса бидејќи се особено полесни за примена, потребни се релативно мали трошоци во однос на време и економски ресурси и се потпираат на интроспекција, што овозможува уникатен пристап до емоционално-афективните процеси. Еден од најшироко користените тестови на самопроцена, а воедно користен и во нашето истражување, е Скалата на својствено мета-расположение (*Trait Meta-Mood Scale; TMMS; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995*), кој се заснова на моделот на Салови и Мајер. Оваа мерка на самопроцена допира до она што истражувачите го нарекуваат Перцепирана Емоционална Интелигенција (ПЕИ) или знаењето кое индивидуите го имаат за сопствените емоционални способности наспроти реалните капацитети или капацитетот на ментални способности. Таа мери три аспекти на мисловните процеси кои ги придружуваат состојбите на расположение кои се нарекуваат искуства на мета-

расположение. Тоа се: **Перцепција** (перцепирана способност за обраќање на внимание на сопствените емоционални состојби); **Јасност** (перцепирана способност за јасно разликување на чувствата) и емоционална **Регулација** (перцепираната способност на индивидуата за регулирање на сопствените емоционални состојби и за “поправање“ на негативното расположение). Се претпоставува дека овие димензии на мета-расположение рефлектираат функционална секвенца од три фази. Поточно, се претпоставува дека (1) неопходен е одреден степен на внимание врз емоциите (2) за јасно разбирање на емоциите и, последователно на тоа, (3) дека капацитетот за регулирање на негативното расположение и емоции нема да биде можно без одреден степен на емоционална јасност. Докази за вака предложената функционална секвенца беа откриени користејќи ја аналитичката методологија (Martinez-Poms, 1997; Palmer, Gignac, Bates & Stough, 2003).

TMMS ја мери „разумната операционализација на аспектите на емоционалната интелигенција“. Оваа скала не допира директно до емоционалните способности на луѓето, туку повеќе до согледаните верувања на луѓето за сопствените емоционални способности. Оваа концептуална операционализација ни овозможува да разликуваме помеѓу оние студии кои ги користат мерките за самопроцена на ЕИ во процената на перцепираните способности од оние кои користат тестови на ментални способности кои ја концептираат ЕИ како сет од вештини.

Салови, Мајер и Голдман го започнаа развојот и истражувањето на TMMS со негова примена на 200 испитаници од кои се бараше да одговорат на 48 ставки изведени од еден поголем сет на ставки составен од Мајер, Мамберг и Волант (1988) поделени во 5 домени: јасност на емоционална перцепција, стратегии на емоционална регулација, интеграција на чувства, внимание насочено на емоции и ставови околу емоциите. Половина од ставките во секој домен беа со позитивна конотација, а половина со негативна. Ставките во областа на јасност на емоционална перцепција се однесуваа на способноста за разбирање на расположението на личноста (на пример, “Јас секогаш знам како точно се чувствувам“). Ставките од областа на стратегии за емоционална регулација се однесуваа на степенот во кој индивидуата ги менува своите

расположенија (на пример, “Кога станувам многу вознемирен, се потсеќам себеси на сите мали задоволства во животот“). Ставките кои се однесуваат на интеграција на чувствата вклучуваат прашања за сличностите помеѓу чувствата и мислите (на пример, “Кога сум во добро расположение, оптимистичен/на сум за иднината“). Вниманието насочено кон емоциите го пренесува степенот во кој индивидуата ги забележува и обрнува внимание на своите емоции (на пример, “Обрнувам многу внимание на тоа како се чувствувам“). На крај, ставовите околу емоциите се однесуваат на перцепциите на личноста за важноста на емоционалните искуства (на пример, “Верувам во дела од срце“). Субјектите одговараат на случајно наредените ајтеми на петстепенна скала каде 1=потполно не се согласувам, а 5=потполно се согласувам. Тие се надеваа дека факторската структура на мерката ќе ги обележи трите примарни области на рефлектирачки искуства на расположение опишани од Мајер и Гашке (1988): набљудување на емоциите, разликување помеѓу расположенија и нивната регулација.

Трифакторското решение навистина е полесно за толкување и претставуваше најоптимално решение од гледна точка на вообичаените критериуми на екстракција. Така, Салови, Мајер и Голдман ја променија насоката на бодување на ставките со оптеретување на првиот фактор и на тој начин сите позитивно конотирани ставки би имале позитивно оптеретување и обратно. Според тоа, најголемо позитивно оптоварување сега имаше “Обрнувам многу внимание на тоа како се чувствувам“, а најнегативна ставка беше “Не обрнувам многу внимание на моите чувства“. Овој фактор беше означен како *внимание на чувствата*. Вториот фактор беше означен како *јасност на чувствата* бидејќи негова најпозитивно оптоварена ставка беше “Обично сум многу јасен/на за моите чувства“, а најнегативна ставка беше “Не можам да пронајдам никаква смисла во моите чувства“. Последниот фактор беше означен како *регулација на расположението* бидејќи ставките кои се оптоваруваа со него примарно се однесуваа на обидите за “поправање“ на негативното расположение за да се одржат пријатните чувства. Највисоко позитивно оптоварување имаше ставката “Иако понекогаш сум тажен/на, јас обично имам оптимистички поглед“. Најнегативна ставка беше “Иако понекогаш се чувствувам среќен/на, јас обично имам песимистички поглед“. Дополнителните ставки се

однесуваат на опишување на активните стратегии за подобрување на расположението.

Врз основа на факторската анализа беа креирани три скали кои на почетокот ги вклучуваа сите 48 ајтеми: 21 за првата скала (внимание), 15 за втората (јасност) и 12 за третата (регулација) каде сите ставки со негативна конотација биле обратно бодувани. Интерналната конзистенција на овие три скали беше проценета пресметувајќи го Кронбаховиот алфа коефициент за секоја скала (внимание: $\alpha=0.86$; јасност: $\alpha=0.87$; регулација: $\alpha=0.82$).

Салови, Мајер и соработниците потоа се обидоа да направат проценка дали може да се изведе пократка верзија така што ќе се исфрлат ставките со ниско оптеретување. Така, се конструираа три скали за секој од трите фактори кои вклучуваа ставки со оптеретување ≥ 0.40 . Со оваа процедура се пренесоа 30 ставки кои можат да се припишат на една од трите скали. Интерналните конзистенции останаа високи како тие за скалите креирани од 48 ајтеми и, како што се очекуваше, корелациите меѓу скалите беа споредливи. Оваа скала, составена од 30 ставки, е верзијата која е користена во нашето истражување.

СПОРЕДБА НА МОДЕЛИТЕ НА ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА

Покрај постоењето на три различни модели за емоционална интелигенција, теоретски и статистички сличности постојат меѓу сите концепции. На глобално ниво, сите модели целат кон разбирање и мерење на елементите вклучени во препознавањето и регулацијата на сопствените емоции на индивидуата и емоциите на другите. Сите модели се сложуваат дека постојат клучни компоненти на емоционалната интелигенција и дека постои и некој консензус околу тоа што се тие компоненти. На пример, сите три модели имплицираат на свесноста (или перцепцијата) за емоциите и менаџирањето (или управувањето) со емоциите како на клучни елементи на емоционално интелигентната индивидуа.

Врска помеѓу елементите на моделите се воспоставува и преку статистичките анализи. Како што се истакнува во дескрипциите на мерките за

емоционална интелигенција, постојат докази дека различните мерки за емоционална интелигенција се поврзани и може да мерат слични компоненти. Брекет и Мајер (2002) открија значителни сличности помеѓу регулацијата на емоционалните субскали на Мајер-Салови-Карузо тестот за емоционална интелигенција и интерперсоналната EQ скала на Бар-Он инвентарот за емоционален коефициент. Значајни сличности се откриени и помеѓу мерките за самоизразување на емоционалната интелигенција. Брекет и Мајер открија дека две мерки за самоизразување, Инвентарот за емоционален коефициент и Тестот за самоизразување на емоционалната интелигенција, се силно поврзани. Сепак, не можеше да се пронајди корелација меѓу двете мерки кога беа контролираани личноста и позитивната благосостојба, укажувајќи дека иако двете мерки делат одредено отстапување, ова отстапување може да се припишува не на мерењето на емоционалната интелигенција, туку на мерењето на други фактори.⁴

ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА И СО НЕА ПОВРЗАНИ КОНСТРУКТИ

Емоционалната интелигенција често е поврзувана со личноста, алекситимија и лидерство. Во овој дел накратко се прегледани истражувањата спроведени во секоја од овие области.

Емоционалната интелигенција и личноста

Личноста, препознатливиот образец на размислување, чувствување и однесување на поединецот, е истражувана користејќи разни теории вклучувајќи ја психоанализата, хуиманистичката, социјално когнитивната и теоријата на црти на личноста. Една од најдоминантните и најшироко прифатените теории -

⁴ Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G.: Human abilities: Emotional Intelligence. *Annual Review of Psychology*, **59**, 507–536. (2008).

теоријата на црти на личноста се обидува да ја објасни личноста во однос на динамиката која е во основа на однесувањето. Цртите се карактеристични начини на однесување или диспозиции на чувствување и однесување на одреден начин кои ја издвојуваат една личност од друга. Се претпоставува дека тие се постојани и стабилни во текот на животот, дејствувајќи како еден вид на шаблон за однесување на индивидуата. Истражувањето на Мекреа и Коста ги потврди овие хипотези. Во лонгитудинална студија на возрасни лица од Америка тие открија дека кај мнозинството од примерокот, личноста на возраст од 30 години беше предиктор за личноста на 80 години.

Неколку теоретичари предложиле модел на личност која се основа на факторската анализа на цртите кои се изразуваат преку инвентарите на личноста. На пример, Ханс и Сибил Ајзенк во својот модел на личноста потенцираа две димензии на личноста кој се генетски предодредени: интроверзија-екстраверзија и стабилност-нестабилност. Понов и пошироко прифатен модел на црти на личноста и Петфакторскиот модел на личноста.

Моделот на “Големите пет“ фактори на личноста е емприски добиен модел на личноста кој се базира на раните трудови на цртите на Гордон Олпорт, Рејмонд Кател и Ханс и Сибил Ајезенк. Според овој модел, личноста може да се подели на пет димензии: неурочитизам, екстраверзија, отвореност, соработка и совесност. Понатаму, тој предлага дека секоја индивидуа се наоѓа меѓу две крајности на секоја димензија. Неурочитизмот ги одразува елементите на емоционална стабилност наспроти тие на негативна емоционалност. Екстраверзијата имплицира на пристапот према светот како активен наспроти пасивен пристап, додека отвореноста се однесува на отвореноста према нови искуства на индивидуата наспроти нивното ниво на умствена затвореност. Соработката мери дали поединецот има просоцијална, кооперативна ориентација према другите или дали реагира со антагонизам. На крај, совесноста ја вклучува контролата на импулсите која ја овозможуваат обврските и друго целисходно однесување.

Црти на личноста

Аспекти

Неуроцитизам

Смирен - Анксиозен
Сигурен - Несигурен
Самозадоволен -
Самосожалувачки
Стабилен -
Темпераментен
Лежерен - Самосвесен
Емоционален -
Неемоционален

Екстраверзија

Дружељубив - Повлечен
Склон кон забава -
Трезвен
Срдечен - Воздржан
Зборлест - Тивок
Активен - Пасивен
Страстен - Нечувствителен

Отвореност

Имагинативен - Практичен
Преферира разновидност -
Преферира рутина
Независен - Конформиран
Креативен - Некреативен
Оригинален -
Конвенционален
Љубопитен - Нељубопитен

Соработка

Добродушен - Безмилосен
Доверлив - Сомничав
Корисен - Некооперативен
Дарежлив - Скржав
Попустлив - Склон кон
критика

Совесност

Добронамерен -
Иритабилен

Организиран -
Дезорганизиран
Грижлив - Без грижа
Дисциплиниран -
Импулсивен
Упорен - Откажувачки
Амбициозен - Без цел
Точен - Задоцнува

Врската помеѓу емоционалната интелигенција и личноста е често дискутирана во литературата. Неколку модели на емоционална интелигенција се тесно поврзани со теориите на личноста, особено мешаните модели на Бар-Он и Големан. Двата модели се составени од листа на компоненти и субкомпоненти на нивната теорија за емоционална интелигенција кои се слични на областите кои претходно биле истражувани од теориите на личноста. Бар-Он-овите субкомпоненти на асертивност, интерперсонална ефективност, емпатија, контрола на импулсивност, социјална одговорност и тестирање на реалноста се разгледуваа како делови на личноста и последователно на тоа се мерени како такви со популарните инвентари на личноста. На пример, Калифорнија психолошкиот инвентар (CPI) содржи скали кои вклучуваат самоувереност, интерперсонална ефективност, самоприфаќање, самоконтрола, флексибилност и емпатија. Слично на ова, неколку од компетенциите на Големан, вклучувајќи ја емпатијата, самоконтролата и самодовербата се области кои биле долго истражувани во психологијата на личноста.

Преклопувањето помеѓу компонентите на моделите за емоционална интелигенција и теориите на личноста е особено евидентно во емпириските споредби на конструкциите. Кога се споредува мерката за емоционална

интелигенција на Бар-Он (Инвентарот на емоционален коефициент) со НЕО-ПИ-Р, мерниот инструмент за Петфакторскиот модел на личноста, се добива значајна корелација меѓу инвентарот на емоционален коефициент со секој од факторите. Високо значителни корелации се откриени меѓу EQi со невротизам, екстраверзија, соработка и факторот на совесност, како и просечно значајна корелација со факторот на отвореност. Мерката за емоционална интелигенција на Големан, инвентарот на емоционални компетенции, е значително поврзан со три од “големите пет“ фактори: екстраверзија, отвореност и совесност.

Дури и чистиот модел на емоционална интелигенција, предложен од Мајер и Салови, покажува значителна емпирска корелација со мерките на личноста. Споредувајќи го тестот за емоционална интелигенција на Мајер-Салови-Карусо и НЕО-ПИ-Р, откриени се значајни корелации помеѓу факторите на отвореност и соработка и емоционалната интелигенција.

Емоционална интелигенција и алекситимија

Алекситимија, на грчки - *без зборови или чувства*, е аспект на личноста кој е теоретски поврзуван со емоционалната интелигенција. Четири клучни карактеристики ја дефинираат алекситимијата:

1. Тешкотии при препознавањето и разликувањето на чувствата и телесните сензации при емоционално возбудавање.
2. Тешкотии при опишувањето на сопствените чувства на другите луѓе.
3. Ограничени имагинативни процеси докажани со недостаток на фантазија.
4. Екстернално ориентиран когнитивен стил поврзан за стимулусот кој се потпира на екстернални знаци и сигнали, наместо на интерналните индикатори.

Иако карактеристиките на алекситимијата ја класификуваат како еден вид на психијатриска дијагноза или дијагностичка категорија, важно е да се истакне

дека не е ни едното ни другото. Всушност, тоа е сложена мешавина на црти на личноста кои остануваат стабилни низ времето, дури и откако опасноста и депресијата се намалиле.

Истражувањата во областа на алекситимија започнале во раните 1950-ти кога психолозите започнале да објавуваат одредени посебни карактеристики кај нивните пациенти. Психијатрите тешко наоѓале терапија за ваквите пациенти поради недостатокот на емоционална свесност и екстернализиран стил на живеење во кој нивното однесување било водено од правила или прописи наместо од чувствата. Поново истражување откри дека алекситимијата е поврзана со злоупотреба на супстанции, пореметувања на исхрана, ПТСП и психосоматски пореметувања. Исто така, алекситимијата е поврзувана со бројни здравствени проблеми вклучувајќи воспаленија на дебелото црево, хипертензија и гастроинтестинални пореметувања.

Разумно, би требало да постои инверзна асоцијација меѓу констуркциите на алекситимија и емоционална интелигенција. Секој би претпоставил дека индивидуите кои страдаат од алекситимија би требало да имаат ниска емоционална интелигенција. Оваа хипотеза е поддржана и во литературата. Schutte и соработниците во примерок од 25 студенти откриле дека Тестот за самоизразување на емоционалната интелигенција беше значително негативно поврзан со Торонто алекситимија скалата (TAS-20), стандардното мерило за алекситимија. Истражувањата со поголеми примероци исто откриле значајни корелации.

Емоционална интелигенција и лидерство

Една од најприменетите аспекти со кои е поврзувана емоционалната интелигенција е лидерството. Литературата за лидерство има продуцирано многу теории истакнувајќи кои карактеристики се отцртуваат кај најефикасните лидери: трансформационен и трансакциски. Трансформациониот лидер го стимулира интересот меѓу колегите, инспирира на нова перспектива на работата, генерира свесност за целите на организацијата, ги поттикнува другите на повисоко ниво на способност и ги мотивира да ги стават интересите

на групата над сопствените. За трансформациското лидерство се смета дека е составено од четири димензии: идеализирано влијание, инспирациона мотивација, интелектуална стимулација и индивидуална грижа. Од друга страна пак, трансакцискиот лидер е оној кој го наградува и мотивира персоналот врз основа на нивната перформанса. Тие ги акцентираат работните стандарди, исполнувањето на задачите и согласноста на вработените кога се потпираат во голема мера на наградите и казните на организацијата за влијание врз нивната изведба.

Истражувачите кои ги испитуваат ефектите на трансформационото и трансакционото лидерство открија дека трансформациското лидерство предвидува повисоки оценки за ефективноста и задоволството, повисока групна перформанса и поголем напор во областа на подредените, во споредба со трансакционото лидерство. Истражувачите од областа на лидерството исто укажале дека ефикасниот трансформационен лидер мора да поседува социјална и емоционална интелигенција. Овие елементи се сметаат како клучни за инспирацијата на вработените и градењето на силни врски. Истражувањата кои ги споредуваат емоционалната интелигенција и трансформационото лидерство постојано пронаоѓаат позитивна корелација помеѓу двата аспекти. Во една студија која ги истражуваше трансформационото лидерство и емоционалната интелигенција кај 32 индивидуи на менаџерски позиции, Мандел и Фервани (2003) открија дека нивото на емоционална интелигенција (мерено со инвентарот на Бар-Он) беше значително поврзано со трансформацискиот стил на лидерство. Најважниот придонесувач во областа на емоционална интелигенција и лидерство е Даниел Големан, кој има напишано неколку книги за имплементирањето на емоционалната интелигенција во организациите, вклучувајќи ги *Работење со емоционална интелигенција* (1998) и *Емоционално интелигентно работно место* (2001). Големан тврди дека лидерите со висока емоционална интелигенција се клучот до успехот на организацијата - лидерите мора да имаат капацитет за да ги осетат чувствата на вработените за нивната работна средина, да интервенираат кога ќе се појават проблеми, да управуваат со сопствените чувства за да ја стекнат довербата на вработените и да ги разберат политичките и социјалните конвенции во организацијата. Во продолжение, еден лидер има

капацитет да влијае на перформансите на организацијата поставувајќи одредена работна клима. Големан опишува шест различни стилови на лидерство и како тие влијаат на климата во организацијата. Секој стил се карактеризира со неколку компетенции на емоционалната интелигенција опишани во моделот на Големан и секој може да биде ефикасен во организациони услови, во зависност од актуелната ситуација.

Истражувањата откриле дека најефикасните лидери интегрираат четири или повеќе од шесте стилови, применувајќи го најсоодветниот стил на лидерство во зависност од ситуацијата која бара водење. Ова особено се среќава во осигурителните компании каде лидерите требало да усвојат четири од позитивните стилови на лидерство, како и во училиштата каде директорите кои користеле четири или повеќе лидерски стилови доживеале супериорна перформанса меѓу учениците во споредба со другите училишта. Изведбата била најслаба во оние училишта каде биле користени само еден или два стилови на лидерство.

Резултати од истражувањата за поврзаноста на ЕИ

За да се одреди во кој степен ЕИ објаснува важен дел од варијансата на животна сатисфакција и самопочитувањето на индивидуата, неколку студии се позанимаваа со ова прашање користејќи мерки на самопроцена и открија мала значителна корелација. Трудот на Мартинез-Понс (1997), во кој беше користен ТММС, откри дека високите скорови на овој инструмент се поврзани со ниско ниво на депресија, високо задоволство со животот и добра перформанса при извршување на задачите.

Во поглед на предиктивната валидност, се поголемиот број на емпириски докази покажаа дека ТММС е поврзан со поголемо задоволство со животот (Martinez-Pons, 1997), подобра субјективна среќа (Extremera, Slaguero & Fernandez-Berrocal, 2011), поголем оптимизам (Extremera, Duran & Rey, 2007), поголема самодоверба (Schutte, Malouffm SImunek, Hollander & McKenley, 2002), употреба на поадаптивни стратегии за справување со социјални проблеми - способности на решавање (Saklofske, Austin, Galloway & Davidson, 2007; Pena, Extremera & Rey, 2011) и подобар исход во однос на здравјето на индивидуата и поосмислен живот (Shulman & Hemenover, 2006).

Трудот на Палмер, Доналдсон и Стоуг (2002) ја истражувал предиктивната валидност на компонентите на ПЕИ за предвидување на животното задоволство во прилог на позитивното и негативното влијание користејќи ТММС. Резултатите открија дека само субскалата на јасност придонесува за понатамошна варијанса во животното задоволство, поддржувајќи ја хипотезата дека конструктите на ЕИ објаснуваат дел од варијансата на задоволството со животот кое не може да се препише на личните карактеристики.

Неодамнешната студија на Екстремера и Фернандез-Берокал (2005) за врската помеѓу ПЕИ мерена со ТММС и животната сатисфакција откри доказ кој поддржува дека емоционалната јасност додава значителна варијанса во предикцијата на задоволство настрана од минливите емоционални состојби и личните карактеристики. Овие резултати овозможуваат емпириски доказ за инкременталната валидност на ТММС и на хипотезата за независност на придонесот на емоционалната јасност за задоволство со животот.

И покрај горенаведените откритија за емоционалните способности и благосостојбата и самопочитувањето кај возрасните и се поголемиот број на емпириски истражувања за ЕИ кои се однесуваат на адолесценцијата, истражувањата на оваа тематика кај лица во рана зрелост, во периодот на најважни одлуки и животни пресврти е сеуште во рана фаза. Неколку истражувања укажуваат дека ЕИ е клучна за ефективното емоционално функционирање во доцната адолесценција и младоста. Користејќи млади возрасни како примерок, неколку истражувања укажуваат дека лицата со висока перцепција на емоционални способности мерени со ТММС (особено, висок скор на јасност и емоционална регулација) обично покажуваат поголемо задоволство со животот, поголема самодоверба и пониска перцепција на стрес .

Покрај директната поврзаност на ЕИ и благосостојбата, се теоретизираат многу потенцијални механизми преку кои ЕИ би можела да го зголеми чувството на благосостојба и адаптивбилноста. Една карактеристика која се смета за релевантен медијатор е самодовербата. Самодовербата се опишува како општо чувство на самовредност или адекватност како личност (Baumeister, 1993) или како генерализирани чувства на самоприфаќање, добрина и самопочитување (Rosenberg, 1965). Бројни докази постојат дека самодовербата е позитивно поврзана со емоционалното функционирање, вклучувајќи неколку предиктори на задоволството со животот и субјективната среќа, а дури е и негативно поврзана со индикаторите на психолошка неприлагодливост како депресија или анксиозност како реакција на акутни стресори (Greenberg et al., 1992). Општо земено, верувањето во себеси како добра и вредна личност овозможува подлога за ефективно лично функционирање кај младите возрасни и лицата во доцна адолесценција.

Реј, Екстремера и Пења (2011) спроведоа истражување кое ги потврди и ги прошири досегашните наоди и сознанија кои укажуваат на поврзаноста на перцепираната ЕИ и поголемо задоволство со животот. Во прилог на тоа, тие открија и дека чувствата на самодоверба и самопочитување се поврзани со повисока ПЕИ, а како резултат на тоа, хипотетички ја дообјаснија врската меѓу перцепираната емоционална интелигенција и задоволството со животот. Неколку теоритечари претходно ја увиделе и укажале на важноста на

способноста за разликување и идентификација на чувствата, како и нивно регулирање, како аспекти на емоционалната обработка кои се важни за соодветно користење на информацијата пренесена од нечији емоции во процесот на адаптација и подобрување на психолошката благосостојба (Heck & Oudsten, 2008; Salovey et al., 2009). Наодите од нивното истражување даваат емпириски доказ на оваа претпоставка, покажувајќи дека младите возрасни кои изјавиле дека имаат поголема способност за дискриминација на расположенијата и подобри вештини за регулирање на истите наведуваат на поголема севкупна самодоверба. Како што покажува и доказот овозможен од Шуте и соработниците (2002), може да е разумно да се претпостави дека разбирањето и регулирањето на компонентите на ЕИ во поглед на расположението, може да овозможи позитивно влијание во процесот на самоевалуација. Индивидуите со високо ЕИ можеби се поспособни во одржувањето на попозитивните состојби на расположението и состојбите на повисока самодоверба бидејќи нивните способности за разбирање и регулација им овозможуваат да се соочат со влијанието на негативните ситуации и да го максимизираат влијанието на позитивните ситуации.

Покрај тоа, резултатите покажале дека јасноста и емоционалната регулација имаат значителна директна и индиректна врска (преку самопочитувањето) со задоволството со животот. Самопочитувањето делумно се покажа како медијатор на врската меѓу ПЕИ и задоволството со животот. Овој резултат е во согласност со претходните студии кои покажуваат дека самопочитувањето има позитивно влијание како интервенирачка варијабла на врската меѓу задоволството со животот и индикаторите на благосостојба со одредени социјални и лични димензии, како невроцитизам, социјална поддршка, осаменост. Сепак, иако вклучувањето на самопочитувањето во тестирањето резултира со намалување на влијанието на јасноста за емоциите и нивната регулација врз задоволството со животот, се докажа дека овие димензии сепак имаат директно влијание врз задоволството со животот во младоста.⁵

⁵ Kevin T. Murphy: The relationship between emotional intelligence and satisfaction with life after controlling for self-esteem, depression, and locus of control among community college students, (2006).

Методологија на истражување

Основни цели и задачи

Од прегледот на светската литература околу поврзаноста на емоционалната интелигенција, како и од претходно наведените резултати од истражувањата на овие конструкти, се заклучува дека целта и потребата за истражување од овој вид кај нас е повеќекратна. Иако станува збор за релативно нова димензија, литературата за емоционалната интелигенција е обемна и таа претставува една од најистражуваните варијабли која секојдневно го привлекува вниманието на светските истражувачи кои се интересираат за тоа што придонесува за поголемо задоволство во животот, психолошко прилагодување, справување со стрес, подобрување на работната перформанса и слично. На овие простори, интересот за придонесот на емоционалната интелигенција во секојдневното функционирање моментално бележи се поголем раст, но сепак недостасуваат истражувања од овој вид кои емпириски би го провериле придонесот на перцепцијата, разбирањето и регулирањето на емоциите во задоволството со животот, психолошката благосостојба и чувството на самодоверба. Затоа се надеваме дека нашето истражување ќе служи дополнително како појдовна точка за понатамошни истражувања во оваа област.

Основна цел на нашата студија е да ја испитаме поврзаноста на димензиите на емоционалната интелигенција (мерена со ТММС), врз примерок од студенти од помагателните факултети.

Задачите на овој труд се:

- Теоретски да се концептуализира емоционалната интелигенција од постоечката литература.
- Да се опишат мерните инструменти за емоционална интелигенција, да се утврди валидноста и релијабилноста на оние кои ќе се користат во истражувањето;
- Да се утврди меѓусебната поврзаност на конструктите ЕИ

- Да се утврди придонесот на перцепираната емоционална интелигенција и нејзините димензии поединечно, мерени со ТММС
- Да се утврдат половите разлики во постигнувањата на испитуваните димензии на популација составена од студенти на помагателните факултети;
- Да се изведат заклучоци и препораки за идни истражувања.

Основни претпоставки и хипотези

Нашите очекувања од истражувањето потекнуваат од секојдневната опсервација и резултатите на неодамнешните студии ширум светот кои ја испитуваа поврзаноста на емоционалната интелигенција со задоволството во животот кај адолесцентите и младите возрасни лица. Имено, Реј, Екстремера и Пена (2011) во својата студија за поврзаноста на емоционалната интелигенција (мерена со ТММС), задоволството во животот и посредничката улога на самопочитувањето, добија резултати кои ги поддржаа нивните претпоставки. Тие открија дека перцепираната емоционална интелигенција, особено јасноста на емоциите и емоционалната регулација, се поврзани со поголемо задоволство со животот. Неколку теоретичари и претходно ја истакнаа важноста на способноста за разликување на чувствата и нивната регулација како аспекти на емоционалната обработка важни за соодветно користење на информациите добиени од емоциите на личноста и подобрување на психолошката благосостојба. Нивните наоди укажаа дека адолесцентите со поголема способност за разликување меѓу расположенија и подобри вештини за регулирање на емоциите покажуваат на поголема општа самодоверба. Разумно е да се претпостави дека разбирањето и регулацијата на компонентите на ЕИ во однос на расположенијата може да овозможат позитивно влијание во процесот на самоевалуација. Претпоставуваме дека индивидуите со висока ЕИ може да бидат поспособни при одржувањето на позитивни состојби на расположение и повисока самодоверба бидејќи нивните способности за разбирање и регулација им овозможуваат да се соочат со влијанието на некои негативни ситуации и да го максимизираат влијанието на позитивните ситуации. Исто така, вреди да се спомне и потребата за утврдување на начинот на кој перцепцијата на емоции е

поврзана со било која од мерките и димензиите кои се користат во оваа студија во нашата популација. Во некои од претходните студии, како таа на Екстремера и соработниците (2007), перцепцијата на емоциите не корелира со ни една од мерките, а во повеќето истражувања резултатите бележат голема варијабилност. На пример, истражувањето на Салови и соработниците (1995) не укажува на поврзаност на перцепцијата на емоции, оптимизам и депресија. Сепак, други студии открија дека субкалата на перцепција е негативно поврзана со задоволството со животот, како и со некои физички симптоми на болест. Додека пак, во некои студии се добива доказ дека вниманието насочено кон емоциите е позитивно поврзано со психолошката благосостојба и пониска психолошка реактивност на стрес.

Од тука произлегуваат следните проблеми и хипотези на ова истражување:

1. Да се утврди меѓусебната поврзаност на перцепираната емоционална интелигенција, мерена со ТММС и задоволството во животот, самопочитувањето и животната ориентација.
2. Да се утврди меѓусебната поврзаност на поединечните конструкти на ЕИ (перцепција на емоции, јасност на емоции и менаџирање на емоциите), мерени со ТММС и задоволството во животот, самопочитувањето и животната ориентација.

Хипотеза 1: Се очекува силна позитивна меѓусебна корелација на перцепираната емоционална интелигенција мерена со ТММС, задоволството во животот и самопочитувањето;

Хипотеза 1а: Се очекува умерена позитивна корелација на перцепираната емоционална интелигенција мерена со ТММС и животната ориентација;

Хипотеза 2: Се очекува статистички незначајна корелација на конструктот перцепција на емоции, мерен со ТММС и останатите конструкти кои се дел од ова истражување.

Хипотеза 2а: Се очекува силна позитивна корелација на конструктот јасност на емоции, мерен со ТММС, со задоволството во животот и самопочитувањето, а умерена позитивна корелација со животната ориентација;

Хипотеза 2б: Се очекува силна позитивна корелација на конструктот емоционална регулација, мерен со ТММС, со задоволството во животот и животната ориентација, а умерена позитивна корелација со самопочитувањето.

Исто така, се претпоставува дека самопочитувањето ќе посредува меѓу ефектите на перцепираната емоционална интелигенција и животната сатисфакција преку сложени процеси. Претпоставуваме дека адолесцентите и младите возрасни лица со високи очекувања во однос на нивната способност за разбирање и управување на емоционалните доживувања одржуваат попозитивни емоционални состојби и се позадоволни со својот живот. Според Лири (1999), чувствата на сопствена вредност и самоприфаќање исто имаат голема улога во процесот на психолошка адаптација и емоционална благосостојба кај адолесцентите и младите возрасни. Според тоа, младите лица со високо самопочитување може да имаат особено голема веројатност да доживеат позитивно расположение и да чувствуваат поголемо задоволство во различни области од нивниот живот во споредба со оние кои имаат ниско самопочитување. Младите кои се повешти во разбирањето и управувањето на емоциите би требало да имаат и попозитивна општа проценка за себеси. Очекуваме и дека младите лица со висок скор на јасност на емоциите и емоционална регулација ќе имаат попозитивно влијание во процесот на самоevaluација и ќе доживеат поголемо чувство на сопствена вредност, што за возврат, би укажало на поголемо задоволство во животот во општа смисла.

Од друга страна пак, Екстремера и соработниците (2007) во својата студија за личноста и индивидуалните разлики, ја потврдија инкременталната валидност на перцепираната емоционална интелигенција (мерена со ТММС), како значаен предиктор за перцепцијата на стрес и животната сатисфакција дури и кога демографските варијабали и диспозициониот оптимизам/песимизам се статистички контролирани. Во ова истражување повторно се потврдија резултатите дека димензиите на јасност и емоционална регулација на ТММС објаснуваат уникатна варијанса на перцепиран стрес и задоволство во животот,

кои само ја потврдуваат важноста на разбирањето на емоциите на личноста за развој на психолошка благосостојба. Ова истражување и претходните истражувања на Катанзаро и колегите (1999) постепено открија дека високите очекувања за регулација на емоциите се поврзани со пониска емоционална вознемиреност и подобро здравствено функционирање. Првенствено, провизорно беше размислувањето дека индивидуите кои точно ги разбираат своите емоции и кои имаат високи постигнувања за емоционална регулација ќе сметаат дека имаат и поголема контрола над стресните настани во средината бидејќи можат да им дадат смисла и да управуваат со нивното негативно расположение на начин кој овозможува лесно прилагодување. Но, истражувањето на Екстремера и колегите овозможи подлога за ова тврдење. Луѓето кои се несигурни околу своите способности за емоционално познавање и кои немаат доверба во сопствените способности за емоционална регулација имаат помала веројатност да чувствуваат дека имаат контрола над стресните ситуации, покажувајќи повисоко ниво на перцепиран стрес и пониско задоволство со животот. Овој ефект е до одреден степен независен од индивидуалните оптимистички или песимистички одредби. Тоа е основа за следните проблеми и хипотези:

3. Дали поединечните конструкти на перцепираната емоционална интелигенција мерени со ТММС се поединечно одговорни за поголема варијанса во задоволството со животот кај студентите од битолските факултети од самопочитување и животната ориентација.

Хипотеза 3: Се очекува дека конструктот перцепција на емоции мерен со ТММС поединечно нема да биде одговорен за поголема варијанса во задоволството во животот кај студентите од битолските факултети од самопочитувањето и животната ориентација и кај машката и кај женската популација.

Хипотеза 3а: Се очекува дека конструктот емоционална јасност мерен со ТММС ќе биде одговорен за поголема варијанса во задоволството во животот кај студентите од битолските факултети од самопочитувањето и животната ориентација и кај машката и кај женската популација.

Хипотеза 3б: Се очекува дека конструктот емоционална регулација мерен со ТММС ќе биде одговорен за поголема варијанса во задоволството во животот кај студентите од битолските факултети од самопочитувањето и животната ориентација и кај машката и кај женската популација.

Што се однесува до половите разлики во постигнувањата на субскалите на ТММС, оптимизам-песимизам и животна сатисфакција, според резултатите во досегашните истражувања не се откриени значителни разлики во задоволството со животот. Сепак, на претходните истражувања жените имаа значително повисоки резултати од мажите на димензијата на перцепција на емоции и песимизам. Од друга страна пак, мажите постигнуваат значително повисоки резултати на димензиите на јасност, регулација на емоции и оптимизам. Една од нашите задачи е да ги утврдиме половите разлики во димензиите на ТММС, задоволството со животот, оптимизам-песимизам и самопочитување во популација составена од македонски студенти. Очекуваме дека женските испитаници ќе обрнуваат поголемо внимание врз емоциите, но и поголема способност за разликување меѓу емоциите и песимизам. Наспроти тоа, очекуваме машките испитаници да постигнуваат подобро на емоционалната регулација, оптимизам, самодоверба и поголемо задоволство во животот. Овие наши очекувања се конзистентни со наодите во претходните истражувања кои укажуваат дека жените се склони на почесто размислување и повторно доживување на емоциите од мажите и кои објавуваат поголема психолошка прилагодливост на мажите од жените.

4. Да се испита дали постојат полови разлики во димензиите на перцепирана емоционална интелигенција, задоволство во животот, самопочитување и животна ориентација.
5. Да се испита како ЕИ и нејзините димензии испитувани со ТММС придонесуваат во варијансата на конструктите самопочитување и животна ориентација посебно за машката и женската популација.

Хипотеза 4: Се очекува женските испитаници да постигнуваат повисок скор на димензијата перцепција на емоции и понизок скор на тестот за животна ориентација од машките испитаници.

Хипотеза 4а: Се очекува да нема значителни полови разлики во димензиите на самопочитување и задоволство со животот.

Хипотеза 4б: Се очекува машките испитаници да постигнуваат повисоки резултати на димензиите емоционална јасност, емоционална регулација и повисоки резултати на тестот за животна ориентација од женската популација.

Хипотеза 5: Се очекува димензијата емоционална јасност мерена со ТММС да биде одговорна за најголем дел од варијансата на димензијата самопочитување кај машката и кај женската популација.

Хипотеза 5а: Се очекува димензијата емоционална регулација мерена со ТММС да биде одговорна за најголем дел од варијансата на димензијата животна ориентација кај машката и кај женската популација.

Со оглед на неповолните општествени услови со кои се среќаваат младите возрасни лица во нашата земја и важните животни прашања со кои се соочуваат во својата доба, очекувам димензијата перцепција на емоции, особено кај машките испитаници, да биде негативно поврзана со задоволството во животот и самодоверба, а позитивно поврзана со песимизам. Сметам дека тоа би било резултат на одредени општествено наметнати вредности кои младите лица ги усвојуваат во текот на социјализацијата, а особено после адолесценцијата. Во овој период доаѓа формирање на вредносниот систем кој ја води единката по трнливиот пат на новите одговорности на возрасното доба, стресните ситуации и важните одлуки. Кај нас сеуште владее “западниот” начин на размислување дека интелектот е единствената алатка која може да доведе до успех и посакувана социјална положба, додека пак емоциите се сметаат за слабост која доколку е покажана секој конкурент би се обидел да ја искористи за да го добие нашето посакувано место, па поради тоа “единствено добро” би било тие да се потиснуваат. Ваквата предрасуда на размислување и делување порано се доделувала на традиционалната машка улога, но во современото општество доаѓа до мешање на улогите и се поголемо изедначување на правата и обврските, па и жените можат да ги уживаат истите можности како и мажите, а со тоа прифаќајќи го и запоставувањето на емоциите.

Истражувачки дел

Проблем што се истражува

Проблемот во рамките на ова истражување е да се утврди дали студентите од помагателните професии имаат неопходни социјални вештини за работа со деца под ризик.

Предмет на истражување

Основен предмет на ова истражување е да се социјалните вештини кои им се потребни на студентите од помагателните професии за работа со деца под ризик. Ова истражување треба да даде слика за можните разлики кои постојат помеѓу студентите во однос на полот, годината на студии, студиската група.

Методолошки приод

Методи на истражување

Во овој труд се употребени квантитативни и квалитативни методи. Бидејќи во емпириските истражувања проблемот се проучува преку мерење на појавата, како што е случај и во ова истражување, применета е квантитативната истражувачка стратегија. Но, како помошно средство е употребена и квалитативна техника-фокусни групи, за добивање на повалидни и порелијабилни резултати со помош на мултиметодска триангулација.

Квантитативниот приод е употребен при формулацијата на хипотезите, конструкциите на варијаблите и анализата на односите меѓу варијаблите. За таа цел, ќе се спроведе анкета со прашалник (два прашалници, по спроведено пилот истражување на македонска популација).

За опис на квантитативните податоци добиени од ова истражување ќе се користи аритметичката средина која претставува збир на мерни податоци поделени со бројот на мерења. За мерење на варијабилноста на податоците ќе

се користи мерката на варијабилност-стандардна девијација, која е најдобар индикатор за растурањето на скоровите во примерокот и претставува основа за проценка на варијабилноста на појавата во популацијата. За да се утврдат разликите помеѓу групите ќе се користи t-тест на статистичка значајност и АНОВА, а за да се утврди поврзаноста на варијабилите-Пирсонов коефициент на корелација.

Обработката на податоците добиени со помош на фокусните групи ќе биде направена врз основа на користење на кодови, групирање на податоците и нивно категоризирање.

Традиционално, валидноста во квалитативните истражувања подразбира одредување на степенот до кој тврдењата на истражувачот/ката во врска со сознанијата до кои дошол/ла, соодветствуваат со реалноста, и тоа онака како што е таа конструирана од самите учесници во истражувањето (Eisner & Peshkin, 1990, според Cho & Trent, 2006 според Кениг, 2007). Типичен начин за подобрување, односно тестирање на валидноста (и релијабилноста) во квалитативната методологија е стратегијата наречена триангулација. Во прво време овој поим е употребуван за да го означи пристапот на употреба на повеќе методи за мерење на еден ист конструкт како начин да се обезбеди конвергентна валидност на истражувањето, но со текот на времето добива пошироко значење. Постојат неколку типологии на триангулација кои често се среќаваат во литературата, а тие ги наведуваат следниве видови: триангулација на изворите на податоци, триангулација меѓу методите и во рамките на методите (Denzin 1970), триангулација меѓу истражувачите, теориска триангулација (Patton, 2002), планирана и непланирана триангулација (Deacon et al., 1998), симултана и секвенцијална (Morse, 1991, според Кениг, 2007). Често користена систематизација на сите наведени типови е таа со која се предлагаат два критериума според кои може да се организираат, што се пак двете базични цели кон коишто се стреми триангулацијата: докажување на конвергентната валидност на наодите и целосно разбирање на истражуваната област. **Триангулацијата на методи (мултиметодска триангулација)**, со чија помош се добиени податоците во ова истражување е најкомплексната. Во најшироката дефиниција, таа подразбира употреба и на квалитативни и

квантитативни методи во проучувањето на појавата. Усогласеноста на наодите до кои се доаѓа со користење на двата пристапи, би требало да биде јасен знак дека наодите се валидни. Користењето на овој пристап во последно време станува нашироко употребувана стратегија за тестирање на валидноста, не само поради тоа што на прв поглед изгледа како одличен начин за докажување на веродостојноста на наодите, туку и поради тоа што пружа можност, добредојдена за многумина истражувачи кои се чувствуваат еднакво удобно и со квалитативниот и со квантитативниот пристап, да се интегрираат добрите страни и да се надминат недостатоците на двата метода.

Комбинирањето на квалитативниот и квантитативниот метод може да настане во различни фази на истражувачкиот процес: во формулацијата на прашањето, правењето примерок, прибирањето податоци и нивната анализа и интерпретација. Но, речиси е правило дека кога се зборува за ваков вид на триангулација, да се мисли на спојување на двата метода во процесот на прибирање податоци (Bryman, 2006, според Кениг, 2007). Ако со квалитативниот и квантитативниот пристап се дојде до идентичен наод, тогаш се смета дека е потврдена валидноста на двете истражувања. Со други зборови, со помош на едниот метод се докажува валидноста на другиот, но (иако тоа речиси никаде експлицитно не се наведува), тоа значи дека важи и обратната релација. Од логичка гледна точка, ова не е ништо повеќе од циркуларно докажување, освен ако не се прифати идејата дека едниот од методите е интринзично супериорен во поглед на валидноста. Во пракса, ова тврдење тешко може да се брани, бидејќи доколку било кој од методите може да се прогласи за таков, триангулацијата би била бесмислена исто колку што би било бесмислено постоењето на друг метод паралелно со таков кој сам по себе обезбедува вистинити наоди.

Сепак, изгледа дека долгогодишната историја на легитимност на квантитативниот метод во академската средина, особено во психолошките и социолошките истражувања, сепак му дава статус далеку над квалитативниот, наспроти масивноста на новите струења кои ја спорат моќта на квантификацијата за сознавање на комплексната социјална реалност (Кениг, 2007).

Испитаници

Истражувањето е спроведено на примерок од 134 испитаници, студенти на помагателни насоки.

Крајниот примерок на испитаници врз кој беше извршена обработка на податоците го сочинуваа 52 машки и 82 женски испитаници. Услов кој требаше да се задоволи за прашалниците да влезат во обработка беше бројот на изоставени одговори. Доколку вкупниот број на изоставени одговори на сите скали беше помал од 6, прашалникот е прифатлив за обработка на податоците. Изоставената ставка беше бодувана со средната вредност на соодветната скала како неодреден/на. Но, доколку еден од тестовите беше целосно изоставен тогаш прашалникот не беше вклучен во обработката. Возраста на испитаниците се движеше од 19 до 25 години.

Инструменти

СКАЛА НА СВОЈСТВЕНО МЕТА-РАСПОЛОЖЕНИЕ (TMMS-30)

Скалата на својствено мета-расположение (*Trait Meta-Mood Scale; TMMS; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995*), кој се заснова на моделот на Салови и Мајер е мерка на самопроцена која допира до она што истражувачите го нарекуваат Перцепирана Емоционална Интелигенција (ПЕИ) или знаењето кое индивидуите го имаат за сопствените емоционални способности наспроти реалните капацитети или капацитетот на ментални способности. Таа мери три аспекти на мисловните процеси кои ги придружуваат состојбите на расположение кои се нарекуваат искуства на мета-расположение. Тоа се: **Перцепција** (перцепирана способност за обраќање на внимание на сопствените емоционални состојби); **Јасност** (перцепирана способност за јасно разликување на чувствата) и емоционална **Регулација** (перцепираната способност на индивидуата за регулирање на сопствените емоционални состојби и за “поправање“ на негативното расположение). Се претпоставува дека овие димензии на мета-расположение рефлектираат функционална секвенца од три фази. Поточно, се претпоставува дека (1) неопходен е одреден степен на

внимание врз емоциите (2) за јасно разбирање на емоциите и, последователно на тоа, (3) дека капацитетот за регулирање на негативното расположение и емоции нема да биде можно без одреден степен на емоционална јасност. Докази за вака предложената функционална секвенца беа откриени користејќи ја аналитичката методологија (Martinez-Poms, 1997; Palmer, Gignac, Bates & Stough, 2003).

Во нашето истражување е користена скратената ревизирана трифакторска верзија составена од 30 ајтеми, која за разлика од првичната петфакторска скала составена од 48 ајтеми е попрacticalна и полесна за користење и толкување на резултатите, ослободена од оние ајтеми кои во претходните истражувања беа со ниско оптеретување. Со оглед на тоа што интерналната конзистенција на субскалите остана исто висока во ревизираната верзија како и во првичната верзија (перцепција: $\alpha=0.86$; јасност: $\alpha=0.88$; регулација: $\alpha=0.82$) се покажува дека TMMS - 30 е оптимална за користење во истражувањето на перцепираната емоционална интелигенција.

Првиот фактор во оваа скала е *перцепција на емоциите* (степен на обраќање внимание на чувствата) и е составен од 13 ајтеми од кои дел се позитивно, а дел негативно конотирани. Според тоа, најголемо позитивно оптоварување има ставката “Обрнувам многу внимание на тоа како се чувствувам“, а најнегативна ставка е “Не обрнувам многу внимание на моите чувства“. Теоретскиот распон на оваа субскала се движи од 13-65. Вториот фактор е означен како *јасност на емоциите* бидејќи негова најпозитивно оптоварена ставка беше “Обично сум многу јасен/на за моите чувства“, а најнегативна ставка беше “Не можам да пронајдам никаква смисла во моите чувства“. Оваа димензија е составена од 11 ставки, а теоретскиот распон се движи од 11-55. Последниот фактор е означен како *регулација на расположението* бидејќи ставките кои се оптоваруваат со него примарно се однесуваат на обидите за “поправање“ на негативното расположение за да се одржат пријатните чувства. Највисоко позитивно оптоварување има ставката “Иако понекогаш сум тажен/на, јас обично имам оптимистички поглед“. Најнегативна ставка е “Иако понекогаш се чувствувам среќен/на, јас обично имам песимистички поглед“. Дополнителните ставки се однесуваат на

опишување на активните стратегии за подобрување на расположението. Оваа димензија е составена од 6 ајтеми, а теоретски распон се движи од 6-30.

Обработка и анализа на податоците од истражувањето

Со цел да се проверат поставените хипотези ќе бидат користени следниве статистички постапки: мерки на централна тенденција, мерки на варијабилност, Пирсонов коефициент на корелација F –тест за проверка на хомогеноста помеѓу варијансите и t-тест на значајност на разлики помеѓу аритметичките средини.

Очекуваме корелациската анализа да покаже значајна поврзаност помеѓу варијаблите кои се предмет на ова истражување.

Резултати

Обработката на податоците е извршена со помош на статистичка програма SPSS, верзија 21 на примерок од 134 испитаници. Во обработката се вклучени следните варијабли:

1. Полот на испитаникот;
2. Резултатот на Скалата на својствено мета-расположение (TMMS) и поединечните субскали;

Обработени се основните статистички показатели за вкупните резултати на скалите и субскалите користени во ова испитување и прикажани се во табела 1.

Табела 1: Дескриптивна статистичка обработка на постигнатиот скор на варијаблите кај целиот примерок:

Дескриптивна статистика						
	N	Мин.	Макс.	АС	СД	Теоретск и распон

ЕИ	181	35,00	139,00	110,12	14,29	30-150
ЕР	181	8,00	30,00	22,94	4,81	6-30
ПЕ	181	25,00	64,00	47,55	7,78	13-65
ЈЕ	181	27,00	55,00	40,05	6,36	11-55

Легенда: ЕИ - емоционална интелигенција; ЕР - емоционална регулација; ПЕ - перцепција на емоции; ЈЕ - јасност на емоции; АС - аритметичка средина; СД - стандардна девијација.

Како што можеме да забележиме, од мерењето на емоционалната интелигенција може да се забележи дека се работи за примерок со релативно висока ЕИ (на граница на просек и висок скор). Тоа со себе повлекува и висока регулација на емоции и разликување помеѓу истите, што се потврдува со постигнувањето на субскалите емоционална регулација и емоционална јасност на нашиот примерок. Она што изненадува е високиот скор на димензијата перцепција на емоции, со оглед на тоа што очекував оваа популација да го негува западниот тренд на функционирање кој налага запоставување на емоциите при донесувањето на животни важни одлуки и насоченост само кон когнитивното рассудување. Веројатно популацијата во овој примерок сеуште е во критично доба кога е во контакт со своите емоции и, со оглед на високиот скор на останатите две субскали (емоционална регулација и јасност), ги вклучува во процесот на одлучување и размислување, што е особено важно во ситуација која бара да се направи избор и ни помага да го избериме тоа што го сакаме, а не тоа што е наметнато или социјално посакувано.

Нормалитет на дистрибуција

За да можеме во наредните анализи да примениме параметриски статистички постапки, потребно е да се провери дали резултатите на скалата се

нормално дистрибуирани. За таа цел користен е Колмогоров - Смирнов тест за нормалитет на дистрибуција.

Табела 2: Колмогоров - Смирнов тест за нормалитет на дистрибуција за варијаблите на целиот примерок:

	ЕИ	ЕР	ПЕ	ЈЕ
Kolmogorov-Smirnov Z	,784	1,354	,647	1,011
P	,570	,051	,796	,259

Легенда.: ЕИ - емоционална интелигенција; ЕР - емоционална регулација; ПЕ - перцепција на емоции; ЈЕ - јасност на емоции

Табела 3: Колмогоров - Смирнов тест за нормалитет на дистрибуција за варијаблите на машките и женски испитаници посебно:

Машки	ЕИ	ЕР	ПЕ	ЈЕ
Kolmogorov-Smirnov Z	,666	,983	,847	,767
П	,766	,289	,470	,599
Женски	ЕИ	ЕР	ПЕ	ЈЕ
Kolmogorov-Smirnov Z	,853	,964	,693	,745
П	,460	,310	,722	,636

Легенда.: СП - самопочитување; ЕИ - емоционална интелигенција; ЕР - емоционална регулација; ПЕ - перцепција на емоции; ЈЕ - јасност на емоции; LS - задоволство во животот; LO - животна ориентација.

Од резултатите прикажани во Табела 3. од П вредноста се забележува дека дистрибуцијата кај машката и женската популација е нормална и дека без

проблем може да се продолжи понатаму со параметриска обработка на податоците.

Полови разлики на испитуваните варијабли

За да се провери дали резултатите на машките и женските испитаници значајно се разликуваат, спроведен е t-test на сите варијабли. Резултатите се прикажани во табелата 4.

Табела бр 4. *Аритметички средини, стандардни девијации и резултати на t-test за тестираните полови разлики на поедините варијабли.*

	Сите (N=134)		Машки (N=52)		Женски (N=82)		T – test		
	АС	СД	АС	СД	АС	СД	t	df	P
ЕИ	110,12	14,29	109,48	11,91	110,53	15,67	-,943)	51	,350
ЕР	22,94	4,81	23,59	4,00	22,52	5,24	,488	51	,627
ПЕ	47,55	7,78	44,82	7,80	49,29	7,29	- 3,013)	51	,004
ЈЕ	40,05	6,36	41,02	6,22	39,44	6,41	,195	51	,846

Легенда: СП - самопочитување; ЕИ - емоционална интелигенција; ЕР - емоционална регулација; ПЕ - перцепција на емоции; ЈЕ - јасност на емоции; LS - задоволство во животот; LO - животна ориентација. АС - аритметичка средина; СД - стандардна девијација.

T -тестот, познат и како “студентски“ тест, се користи за споредување на два сета квантитавни податоци кога податоците од двата примероци се поврзани на некој начин. Во нашето истражување, податоци во двата примероци се собирани на ист начин, во еднакви услови, со истите мерни инструменти и по тоа можеме да заклучиме дека овој тест е идеален за споредба на податоците добиени од машката и женската популација .

Она што може да се забележи од резултатите добиени во Табела 4 е дека статистичка значајна полова разлика може да се забележи единствено во варијаблата перцепција на емоции ($p = 0.004$; $p < 0.05$).

Овие резултатите беа очекувани и на овој начин само ја потврдија нашата *Хипотеза 4* според која очекував женските испитаници да постигнуваат повисок скор на димензијата перцепција на емоции.

Но, со резултатите од оваа статистичка обработка за половите разлики во варијаблите во популацијата од нашиот примерок само делумно се прифаќа *Хипотезата 4б* според која очекував дека машките испитаници ќе постигнуваат повисоки резултати на димензиите на емоционална јасност, емоционална регулација од женската популација.

Ваквите резултати укажуваат дека женската популација е емоционално поинтелигентна од машката популација и тоа не само поради значајно повисокиот скор на димензијата перцепција на емоции, туку и бидејќи се носи рамо до рамо со машките испитаници и во димензиите на емоционална регулација и јасност. Ова можеби долго време важеше за претпоставка, но сега со се поголемата заинтересираност за испитување на емоционалната интелигенција и нејзиниот придонес во секојдневното функционирање, постојано се потврдува. Литературата за ЕИ сега е полна со претпоставки зошто е тоа така, на што се должи повисокото постигнување на мерките за ЕИ на женските испитаници. Ваков заклучок е поддржан во голем дел од истражувања на половите разлики во емоционалните аспекти, кои покажуваат, на пример, дека жените се поспособни за декодирање на невербалната емоционална информација (Brody & Hall, 2000), имаат поголемо емоционално разбирање (Ciarrochi et al., 2005), се почувствителни на емоциите на другите (Hall & Mast, 2008), поекспресивни се и покажуваат поголеми интерперсонални компетенции. Во прилог на тоа, кај нас традиционално е прифаќано дека жените се запознаени со емоционалниот свет отколку мажите и дека можеби се биолошки поподготвени да ги перцепираат емоциите. Барон-Кохен сугерира дека овие разлики меѓу мажите и жените може да се резултат на “екстремната теорија за аутизам на машкиот мозок”, според која мажите се склони да систематизираат, додека жените имаат тенденција да емпатизираат и почесто и посоодветно да ги користат емоциите од мажите. Сите овие наоди и теоретски

објаснувања може да помогнат да се објасни зошто жените постигнуваат повисоки резултати на мерките за ЕИ, вклучувајќи ја и ТММС.

Иако бројни студии потврдуваат дека жените се емоционално поинтелигентни од мажите, повеќето од нив ја анализираат врската меѓу полот и ЕИ само површно. Додека во некои истражувања се јавуваат експлицитни хипотези за оваа поврзаност, голем дел го сметаат полот како секундарна цел наместо примарна варијабла која треба целосно да се истражи. Сепак, овие студии укажуваат дека жените поседуваат поголеми емоционални способности, што ја потврдува потреба да се разгледа полот како експланаторна варијабла во механизмите на емоционално функционирање. Ваквиот теоретски пристап е проблематичен, бидејќи психолозите кои се занимаваат со проблематиката на полови разлики истакнуваат дека полот сам по себе нема експланаторна моќ во отсуство на социодемографските варијабли како возраст или социоекономски нив. Всушност, полот секогаш оперира во интеракција со други варијабли.

Корелации помеѓу испитуваните варијабли

За да се открие дали постои поврзаност меѓу емоционалната интелигенција и нејзините компоненти, пресметани се Пирсонови коефициенти на корелација.

Табела бр. 5. Приказ на коефициентите на корелација помеѓу наведените варијабли за целиот примерок од испитаници.

		ЕИ	ЕР	ПЕ	ЈЕ
ЕИ	r (corr.)	1	,651**	,609**	,700**
	p		,000	,000	,000
ЕР	r (corr.)	,651**	1	,067	,466**
	p	,000		,442	,000
ПЕ	r (corr.)	,609**	,067	1	,097
	p	,000	,442		,264
ЈЕ	r (corr.)	,700**	,466**	,097	1
	p	,000	,000	,264	

Легенда.: СП - самопочитување; ЕИ - емоционална интелигенција; ЕР - емоционална регулација; ПЕ - перцепција на емоции; ЈЕ - јасност на емоции; LS - задоволство во животот; LO - животна ориентација. **Висока корелација $p < 0.001$.

Како што може да се забележи од корелациите дадени во Табела 5, постои силна корелација меѓу поголемиот дел од испитуваните варијабли. Она што првенствено ме интерсира е поврзаноста на ЕИ и нејзините контрукти, која е особено важна за утврдување на валидноста и релијабилноста на ТММС.

Вкупниот скор на емоционалната интелигенција во нашата студија е поврзан со силна корелација со сите три компоненти на емоционална интелигенција (перцепција на емоции $r = .61$; јасност на емоции $r = .70$; регулација на емоции $r = .65$; сите со $p < 0.001$).

Нашата претпоставка дека адолесцентите и младите возрасни лица со високи очекувања во однос на нивната способност за разбирање и управување на емоционалните доживувања одржуваат попозитивни емоционални состојби и се позадоволни со својот живот се потврдува.

Со цел да откријам колку дистрибуција во популација влијаела врз добиените корелации во Табела бр.5, се одлучив да ги пресметам корелациите на испитуваните варијабли за машките и женските испитаници посебно. Резултатите се претставени во Табела бр.6 и Табела бр.7.

Табела бр.6: *Приказ на корелациите меѓу испитуваните варијабли за машката популација;*

МАШКИ		ЕИ	ЕР	ПЕ	ЈЕ
ЕИ	r (corr.)	1	,438**	,725**	,719**
	p		,001	,000	,000
ЕР	r (corr.)	,438**	1	-,054)	,263
	p	,001		,702	,059
ПЕ	r (corr.)	,725**	-,054)	1	,166
	p	,000	,702		,241
ЈЕ	r (corr.)	,719**	,263	,166	1
	p	,000	,059	,241	

Легенда.: СП - самопочитување; ЕИ - емоционална интелигенција; ЕР - емоционална регулација; ПЕ - перцепција на емоции; ЈЕ - јасност на емоции; LS

- задоволство во животот; LO - животна ориентација. **Висока корелација $p < 0.001$, *умерена корелација $p < 0.05$

Табела бр.7: Приказ на корелациите на испитуваните варијабли за женската популација:

Женски		ЕИ	ЕР	ПЕ	ЈЕ
ЕИ	г (corr.)	1	,651**	,609**	,700**
	р		,000	,000	,000
ЕР	г (corr.)	,651**	1	,067	,466**
	р	,000		,442	,000
ПЕ	г (corr.)	,609**	,067	1	,097
	р	,000	,442		,264
ЈЕ	г (corr.)	,700**	,466**	,097	1
	р	,000	,000	,264	

Висока корелација $p < 0.001$

Позначајни резултати од научен придонес

Нашето истражување имаше за цел да ја испита поврзаноста на перцепираната емоционална интелигенција.

Друга цел ни беше да утврдиме дали постојат полови разлики во поврзаноста меѓу испитуваните варијабли.

За собирање на податоци беа користени соодветни скали на самопроцена за секоја од испитуваните варијабли.

Од спроведената статистика обработка и анализи добивме одредени резултати кои ги реплицираат и потврдуваат поранешните истражувања ширум светот, како и нови и неочекувани резултати. Испитувајќи ги половите разлики ги потврдивме нашите очекувања дека женските испитаници имаат оптимистички поглед на светот и дека обрнуваат повеќе внимание на своите чувства. Не успеавме статистички да ја потврдиме разликата во емоционална регулација и способноста за разликување помеѓу чувствата, иако очекувавме во таа категорија да доминираат машките испитаници.

Од проверката на корелационите односи меѓу поединечните варијабли откривме дека ТММС има силна интеркорелација меѓу внатрешните скали, односно дека вкупниот скор на емоционалната интелигенција во нашата студија е поврзан со силна корелација со сите три компоненти на емоционална интелигенција (перцепција на емоции $r = .61$; јасност на емоции $r = .70$; регулација на емоции $r = .65$; сите со $p < 0.001$).

Заклучок

При интерпретацијата на добиените резултати потребно е да се обрне внимание на ограничувањата на спроведеното истражување. Како прво, податоците се собирани од пригоден примерок на студенти кој не е репрезентативен за популацијата во нити една од истражуваните варијабли, со што се ограничува генерализацијата на добиените наоди. Освен тоа, употребените мерни инструменти покажуваат одредени недостатоци, а еден од нив е самопроцената. Тоа особено ја отежнува веродостојноста на исказите за сопствените чувства, бидејќе често личноста не е свесна за тоа како се чувствува или пак има отпор за да дојде до тоа чувство. Собраните податоци се засноваат на исказите на самите испитаници, па на одговорите би можела да влијае и социјалната посакуваност. За во иднина би можела да се земи во

предвид и употребата на мерен инструмент кој покрај интраперсонални, вклучува и интерперсонални димензии, или пак да се користи тест на способност на ЕИ, како MSCEIT.

Друг недостаток големината на примерок и нерамноправната распределеност на машки и женски испитаници. Имено, потребно е истражување од ваков тип во иднина да се спроведе врз примерок со повеќе испитаници и еднаков број на машки и женски испитаници за поверодостојна споредба на половите разлики. Треба да се земи во предвид и фактот дека се работи за корелационо истражување кое не ја објаснува причинско-последичната поврзаност на варијаблите.

За подетално објаснување на варијансата во задоволството во животот, за во иднина предлагам и вметнување на варијаблите материјален и брачен статус, а по можност и ниво на образование како експланаторни варијабли. Притоа, податоците од ова истражување можат да служат како основа за понатамошните.

Литература

- **Adler, A.** (1989). *Poznavanje čoveka*. Novi Sad: Budućnost
- **Aronfreed, J.** (1970). *The socialization of altruistic and sympathetic behavior: Some theoretical and experimental analyses*. In: L. Macauley & L. Berkowitz (Eds.), Altruism and helping behavior: social psychological studies of some antecedents and consequences, New York: Academic Press
- Ashkanasy, N. M, & Dasborough, M. T. Emotional awareness and emotional intelligence in leadership teaching. *Journal of Education for Business*, 79(1), 18-22., (2003).
- **Azais, F. & Granger, B.** (1995). *Disorders of assertiveness and social anxiety*. In: Annales Medico-Psychologiques, Vol. 153, 10, pp. 667-675

- **Azais, F., Granger, B., Debray, Q. & Ducroix, C.** (1999). *Cognitive and emotional approach to assertiveness*. In: L'Encephale, Vol. 25, 4, pp. 353-357
- **Barnett, M.A., Howard, J.A., King, L.M. & Dino, G.A.** (1980). *Antecedents of empathy: Retrospective accounts of early socialization*. In: Personality and Social Psychology Bulletin, No. 6, pp. 361-365
- Bar-On, R.: Emotional and social intelligence. Insights from the emotional quotient inventory. In R. Bar-On&J.D.A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence. Theory, development, assessment, and application at home, school, and the workplace* (pp. 363–388). San Francisco: Jossey-Bass. (2000).
- **Bašić, A.** (1996). *Ispitivanje povezanosti sramežljivosti s asertivnošću i agresivnošću*. Diplomski rad. Odsjek za psihologiju. Filozofski fakultet u Zagrebu
- **Batson, C. D., Duncan, B., Ackerman, P., Buckley, T., & Birch, K.** (1981). *Is empathic emotion a source of altruistic motivation?* In: Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 40, pp. 290-302
- **Berger, D.M.** (1987). *Clinical Empathy*, New Jersey: Jason Aronson Inc. Northvale
- **Berkowitz, L.** (1972). *Social norms, feelings and other factors affecting helping and altruism*. In: L. Berkowitz, Advances in experimental social psychology, Vol. 6, New York: Academic Press
- **Brehm, S.S., Kassin, S.M., Fein, S.** (2002), *Social Psychology*, Houghton Mifflin Company
- **Bužančić, A.** (2001). *Evaluacija upitnika sramežljivosti i asertivnosti*. Diplomski rad. Odsjek za psihologiju. Filozofski fakultet u Zagrebu
- **Campbell, D. T.** (1978). *On the genetic of altruism and the counterhedonic components in human nature*. In: L. Wispe (Ed.), Altruism, sympathy and helping: Psychological and sociological principles. New York: Academic Press
- Catherine Prentice: *Trait Emotional Intelligence, Personality and the Self-Perceived Performance of Casino Key Account Representatives*; Victoria University, pg.54-60, (2008).
- Chang, E. C.: Introduction: optimism and pessimism and moving beyond the most fundamental question. In E. C. Chang (Ed.), *Optimism and pessimism*.

- Implications for theory, research and practice (pp. 4–12). Washington, DC: American Psychological Association. (2001).
- **Chodorow, N.** (1978). *The reproduction of mothering*. Berkeley: University of California Press
 - **Cohen, R.** (1978). *Altruism: Human, cultural or what?* In: L. Wispe (Ed.), Altruism, sympathy and helping: Psychological and sociological principles. New York: Academic Press
 - Coopersmith, S.: *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: W. H. Freeman and Company. (1967).
 - **Davis, M. H.** (1983). *Measuring individual differences in empathy: evidence for a multidimensional approach*, In: Journal of Personality and Social Psychology, vol.4 No.1, pp. 113-127
 - **Davis, M. H.** (1996). *Empathy: A social Psychological Approach*. Central Avenue, Boulder: Westview Press, Inc
 - **Decety, J., & Hodges, S.D.** (2006). *The social neuroscience of empathy*. In: Bridging Social Psychology: Benefits of Transdisciplinary Approaches, ed. P.A.M. Van Lange, 103-109. Mahwah: Erlbaum.
 - **Dreikurs, R.** (1958). *Children: The Challenge*. Norton: New York, NY.
 - **Dušanić, S.** (2006). *Religioznost i altruizam tokom i poslije božićnih praznika*. U: Godišnjak za psihologiju, Vol. 4., No.4-5., pp. 223-236
 - **Eisenberg, N. & Lennon, R.** (1983). *Sex differences in empathy and related capacities*. In: Psychological Bulletin, No. 94, pp. 100-131
 - **Eisenberg, N. & Miller, P. A.** (1987). *Empathy and prosocial behavior*. In: Psychological Bulletin, No. 101, pp. 91-119
 - **Eisenberg, N. & Strayer, J.** (1987) *Critical issues in the study of empathy*. In N. Eisenberg & J. Strayer (Eds.), Empathy and its development, New York: Cambridge University Press
 - **Eisenberg, N., Fabes, R. A., Schaller, M., Miller, P. A., Carlo, G., Poulin, R., Shea, C. L. & Shell, R.** (1991). *Personality and socialization correlates of vicarious emotional responding*. In: Journal of Personality and Social Psychology, No. 61, pp. 459-470
 - **Eisenberg, N., Fabes, R.A., & Losoya, S.** (1997). *Emotional responding: Regulation, social correlates, and socialization*. In P. Salovey & D.J. Sluyter

(Eds.), Emotional development and emotional intelligence. New York: Basic Books

- **Eisenberg, N., Miller, P. A., Schaller, M., Fabes, R. A., Fultz, J., Shell, R. & Shea, C. L.** (1989). *The role of sympathy and altruistic personality traits in helping: A reexamination*. In: Journal of Personality, No. 57, pp. 41-67
- Extrema, N., & Fernandez-Berrocal, P. (2005). Perceived emotional intelligence and life satisfaction: Predictive and incremental validity using the Trait Meta-Mood Scale. *Personality and Individual Differences*, 39, 937-948.
- Extremera, N., Salguero, J. M., & Fernández-Berrocal, P.: Trait Meta-Mood and Subjective Happiness: A 7-week Prospective Study. *Journal of Happiness Studies*, 12, 509-517. (2011).
- **Feshbach, N. D.** (1997). *Empathy: The formative years—implications for clinical practice*. In A. Bohart & L. Greenberg (Eds.), Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy, Washington, DC: American Psychological Association
- Fleming, J. S. & Watts, A. V. The Dimensionality of Self-Esteem; Some results of Colledge Sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 921-929. (1980).
- **Granger, B., Azais, F., Alberoque, C. & Debray, Q.** (1995). *Between anxiety and depression. The status of assertiveness disorder and social phobias*. In: Annales Medico-Psychologiques, Vol. 153, 3, pp. 204-206
- Gray-Little, B., Williams, V. S. L. & Hancock, T. D.. An item response theory analysis of the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 443-451. (1997)
- **Hersen, M. & Bellack, A. S.** (1985). *Handbook of clinical behavior therapy with adults*. New York: Plenum
- **Hjelle, L.A. & Ziegler, D. J.** (1992). *Personality theories: basic assumptions, research and applications*, 3rd ed., New York: McGraw-Hill, Inc
- **Hoffman, M. L.** (1981). *Is altruism part of human nature?* In: Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 40, pp. 121-137
- **Hoffman, M. L.** (1984). *Empathy, its Limitations and its Role in Comprehensive Moral Theory*. In: W. M. Kurtines & J. L Gerwitz (Eds.), Morality, Moral Behavior and Moral Development, New York: Wiley & Sons

- **Hoffman, M. L.** (1987). *The contribution of empathy to justice and moral judgment*. In N. Eisenberg & J. Strayer (Eds.), Empathy and its development, New York: Cambridge University Press
- **Holland, J.** (1975). *Helping students to find their directions since 1974*.
- Hoorn, A. (2007). A Short Introduction to Subjective Well-Being: Its Measurement, Correlates and Policy Issues. Retrieved April 8, 2009, from the World Wide Web: <http://www.oecd.org/dataoecd/5/58/38780041.pdf?contentId=38780042>.
- Huebner, E.S. & Dew, T.: The Interrelationship of Positive Affect, Negative Affect, and Life Satisfaction in an Adolescent Sample. *Social Indicators Research* 38, 129-137. (1996).
- John D. Mayer, Peter Salovey, David R. Caruso, and Lillia Cherkasskiy: Emotional Intelligence, chapter 26, (2011).
- **Jordan, J. V., Kaplan, A. G., Baker, M. J., Stiver, I. P. & Surrey, J. L.** (1991). *Women's Growth in Connection*. New York, London: The Guilford Press
- **Jose, P.E.** (1989). *The role of gender and gender role similarity in readers' identification with story characters*. In: Sex Roles: A Journal of research, Vol. 21 (9/10), pp. 697-713
- Jose´ M. Augusto-Landa; Manuel Pulido-Martos Esther; Lopez-Zafra: Does Perceived Emotional Intelligence and Optimism/pessimism Predict Psychological Well-being?, 2010.
- **Karniol, R., Gabay, R., Ochion, Y. & Harari, Y.** (1998). *Is Gender or Gender-Role Orientation a Better Predictor of Empathy in Adolescence?* In: Sex roles: A Journal of Research, Vol. 39 (1/2), pp. 45-59
- **Kazdin, A. E.** (1984). *Behavior modification in applied settings*. Homewood (IL): Dorsey Press
- Kevin T. Murphy: The relationship between emotional intelligence and satisfaction with life after controlling for self-esteem, depression, and locus of control among community college students, (2006).
- **Klein, K. J. K., & Hodges, S. D.** (2001). *Gender differences, motivation and empathic accuracy: When it pays to understand*. In: Personality and Social Psychology Bulletin, No. 27, pp. 720-730

- **Kliewer, E.** (1991). *Coping in middle childhood: Relations to competence, Type A behavior, monitoring, blunting and locus of control.* In: Developmental psychology, No. 27, pp. 689-697
- **Knežević, M.** (2006). *Social work students and work values.* In: International social work, Vol 42(4), pp. 419-430
- **Koestner, R., Franz, C., & Weinberger, J.** (1990). *The family origins of empathic concern: A 26-year longitudinal study.* In: Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 58, pp. 709-717
- Kong, F., Zhao, J., & You, X., Emotional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Personality and Individual Differences*, 53(8), 1039-1043. (2012).
- **Krizmančić, M.** (2007). *Poimovnik civilnog društva: Altruizam.* Zagreb: Civilnodruštvo, br.13/14, str. 26-29
- **Lange, A. J. & Jakubowski, P.** (1976). *Responsible assertive behavior: cognitive, behavioral procedures for trainers.* Champaign: Research Press
- **Latane, B., & Darley, J.** (1970). *The unresponsive bystander: Why doesn't he help?* New York: Appleton-Century-Crofts
- **Lazić, A.** (2001). *Evaluacija upitnika sramežljivosti i asertivnosti i ispitivanje povezanosti samoprocejene i procjene.* Diplomski rad. Odsjek za psihologiju. Filozofski fakultet u Zagrebu
- **Lindzey, G. & Aronson, E.** (1985), *Handbook of social psychology.* Vol. 1. New York: Random House
- **Maner, J. K. & Gailliot, M. T.** (2007). *Altruism and egoism: Prosocial motivations for helping depend on relationship context.* In: European Journal of Social Psychology, No. 37, pp. 347-358
- **Marnić, P.** (1999). *Percipirana nekompetentnost, eksternalnost i optimizam obzirom na redosled rođenja i spol braća/sestre.* Diplomski rad. Odsjek za psihologiju. Filozofski fakultet u Zagrebu
- Martín-Albo, J., Núñez, J. L., Navarro, J. G., & Grijalvo, F.: The Rosenberg self-esteem scale: translation and validation in university students. *The Spanish Journal of Psychology*, 10, 458-467. (2007).
- Mayer, J. D. & Stevens, A.: An emerging understanding of the reflective (meta-) experience of mood. *Journal of Research in Personality*, 28, 351-373. (1994).

- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G.: Human abilities: Emotional Intelligence. *Annual Review of Psychology*, **59**, 507–536. (2008).
- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. R.: *Development and Emotional Intelligence*. New York: Basic Books. (1997).
- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. R.: Emotional Intelligence: Theory, Findings and Implications. *Psychological Inquiry*. 15 (3), 197-215. (2004).
- **Medić, S., Matejić-Đurčić, Z. & Vlaović-Vasiljević, D.** (1997). *Škola za roditelje, socio-edukativni program za porodicu*. Beograd: Institut za pedagogiju i andragogiju, Filozofski fakultet
- **Mehrabian, A. & Epstein, N.** (1972). *A measure of emotional empathy*. In: Journal of Personality, No. 40, pp. 525-543
- **Mehrabian, A.** (1996). *Manual for the Balanced Emotional Empathy Scale (BEES)*. Mesa Road: Monterey, CA 93940
- **Mehrabian, A., Young, A.L., & Sato, S.** (1988). *Emotional empathy and associated individual differences*. In: Current Psychology: Research and Reviews, No. 7, pp. 221-240
- Michiel Frijns: *Determinants of Life Satisfaction, a Cross-Regional Comparison*, Maastricht University, (2010).
- **Milosavljević, B.** (2001). *Uvod u socijalnoj psihologiju*. Banja Luka: Univerzitet u Banjoj Luci, Filozofski fakultet
- Newsome, S., Day A. L. & Catano, V. M. Assessing the Predictive Validity of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*. 29, 1005-1016. (2000).
- Palmer, B., Gignac, G., Bates, T., & Stough, C.: Examining the structure of the Trait Meta-Mood Scale. *Australian Journal of Psychology*, **55**, 154-159. (2003).
- **Pennington, D. C.** (1996). *Osnove socijalne psihologije*. Jastrebarsko: Naklada Slap
- **Petz, B.** (1992). *Psihologijski rječnik*. Zagreb: Prosvjeta
- **Piliavin, J.A. & Callero, P.L.** (1991) *Giving Blood: The Development of an Altruistic Identity*. Baltimore: Johns Hopkins University Press
- **Piliavin, J.A. & Piliavin, I.M.** (1972). *The effect of blood on reactions to a victim*. In: Journal of Personality and Social Psychology, No. 23, pp. 353-361

- **Piliavin, J.A.** (2004). *Feeling good by doing good* In: Omoto, A. M. & Oskamp, S. (Eds.), Processes of community change and social action, Mahwah, New York: Lawrence Erlbaum Associates
- Pittau, M.G., Zelli, R. & Gelman, A.: Economic Disparities and Life Satisfaction in European Regions. *Social Indicators Research*. (2009).
- Platsidou, M. Trait emotional intelligence predicts happiness, but how? An empirical study in adolescents and young adults. *International Journal of Wellbeing*, 3(2), 197-209. (2013).
- **Raboteg-Šarić, Z.** (1993). *Empatija, moralno rasuđivanje i različiti oblici prosocijalnog ponašanja*. Disertacija, Filozofski fakultet, Zagreb
- **Raboteg-Šarić, Z.** (1995). *Psihologija altruizma*. Zagreb: Alinea
- **Radovanovic, V.** (1993), *Empaticnost srednoskolskih nastavnika*, Vo: Psihologija br.1-2
- **Rosenhal D.L.**, (1970). *The natural socialization of altruistic autonomy*. In: L. Macauley & L. Berkowitz (Eds.), Altruism and helping behavior: social psychological studies of some antecedents and consequences, New York: Academic Press
- **Rot, N.** (1983). *Osnovi socijalne psihologije*, Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva
- **Rotheram, M. & J., Armstrong, M.** (1980). *Assertiveness training with high school students*. *Adolescence*, No. 15, pp. 267-276
- **Rushton, J. P., Fulker, D. W., Neale, M. C., Nias, D. K. B. & Eysenck, H. J.** (1986). *Altruism and aggression: The heritability of individual differences*. In: Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 50, pp. 1192-1198
- Ryff, C.D.: Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology* 57 (6), 1069-1081. (1989).
- Scheier, M., Carver, C., & Bridges, M.: Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063–1078. (1994).
- **Schwartz, S. H.** (1970). *Moral decision making and behavior*. In: L. Macauley & L. Berkowitz (Eds.), Altruism and helping behavior: social psychological studies of some antecedents and consequences, New York: Academic Press

- **Sharabany, R. & Bar-Tal, D.** (1981). *Theories of the development of altruism: Review, comparison and integration*. In: International Journal of Behavior Development, No. 4, pp. 32-77
- Shelley L. Brown & Yvonne Stys: *A Review of the Emotional Intelligence Literature and Implications for Corrections*, Research Branch Correctional Service of Canada, 2004.
- Sillick & Schutte: *Emotional Intelligence and Self-Esteem Mediate Between Perceived Early Parental Love and Adult Happiness*, *E-Journal of Applied Psychology*, 38-48, (2006).
- **Slunjski, I.** (2006). *Altruizam, emocionalna empatija i samopoštovanje kod studenata humanističkog i nehumanističkog usmeranja*. Diplomski rad. Odsjek za psihologiju. Filozofski fakultet u Zagrebu
- **Smith, M.** (1998). *When I say No, I feel guilty: How to cope-using skills of systematic assertive therapy*. New York: Bantam books
- **Staub, E.** (1971). *A child in distress: The influence of nurturance and modeling on children's attempts to help*. In: Developmental psychology, No. 5 (1), pp. 124-132
- **Stojiljkovic, S., Todorovic, J., Vidanovic, S.** (2007). *Empatijske sposobnosti i samopostovanje pripadnika pomazucih profesija*, Beograd: Filozofski Fakultet
- **Stotland, E.** (1969). *Exploratory investigations of empathy*. In L. Berkowitz (Ed.), Advances in experimental social psychology, New York: Academic Press
- **Strayer, J.** (1987). *Affective and cognitive perspectives on empathy*. In N. Eisenberg & J. Strayer (Eds.), Empathy and its development, New York: Cambridge University Press
- **Sulloway, F. J.** (1996). *Born to rebel: Birth order, family dynamics, and creative lives*. New York: Pantheon Books
- **Thornton, S. & Thornton, D.** (1995). *Facets of empathy*. In: Personality and Individual Differences, No. 19, pp. 765-767
- **Toussaint, L. & Webb, J. R.** (2005). *Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness*. In: Journal of Social Psychology, No. 145(6), pp. 673-685
- **Tovilović, S.** (2005). *Asertivni trening: Efekti tretmana, održivost promena i udeo terapeuta u terapijskom ishodu* (http://nainfo.nbs.bg.ac.yu/sfoa/pdfovi/0048-5705_0501035.T.pdf)

- **Trebješanin, Z.** (2001), *Recnik psihologije*, Beograd: Stubovi culture
- **Trivers, R. L.** (1971). *The evolution of reciprocal altruism*. In: Quarterly Review of Biology, No. 46, pp. 35-57
- **Truax, S. B.** (1966): *Therapist empathy, Warmth, and Geniuses and Patient Personality Change in Group Psychotherapy*, In: Journal of Clinical Psychology No. 71, pp. 1-9
- **Vasović, M.** (1975). *Istraživanja altruizma*, Vo: Psihologija, 3-4, str. 151-167
- **Vasta, R., Haith, M. M. & Miller, A.** (1998). *Dječja psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap
- **Vidanovic, I.** (1997). *Pojedinac i porodica*, Beograd: Fakultet politickih nauka
- **Vizler, J. (2004).** *Povezanost percepcije roditelskog ponašanja i sramežljivosti i asertivnosti školske djece*. Diplomski rad. Odsjek za psihologiju. Filozofski fakultet u Zagrebu
- **Vukosavljevic-Gvozden, T.** (2002), *Empatija i slika o sebi*, Beograd: Filozofski Fakultet
- W.E., Veenhoven, R., Scherpenzeel, A.C. & Bunting B. (eds) 'A comparative study of satisfaction with life in Europe. Eötvös University Press, , pp. 11-48, (1996).
- **Willis, L. & Daisley, J.** (1995). *The Assertive Trainer*. London: McGraw-Hill Book Company
- **Wilson, E. O.** (2005). *Kin selection as the key to altruism: its rise and fall*. Social Research.
(http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m2267/is_1_27/ai_n13807655)
- **Wispe, L.** (1968). *Sympathy and empathy*. In: D. L. Sills (Ed.), International encyclopedia of the social sciences, Vol. 15., New York: MacMillan
- **Wispe, L.** (1987). *History of the concept of empathy*. In N. Eisenberg & J. Strayer (Eds.), Empathy and its development, New York: Cambridge University Press
- **Zarevski, P. i Mamula, M.** (1998). *Pobedite sramežljivost*. Jastrebarsko: Naklada Slap
- **Zarevski, P. i Vukosav, Ž.** (1999). *Koliko se razlikuju sramežljivost i asertivnost u mušacima i žena u Hrvatskoj*. U: Suvremena psihologija, Br. 2, 1-2, str. 21-29

- **Zarevski, P. i Vukosav, Ž.** (1999). *Priručnik za upitnik sramežljivost i asertivnosti*. Jastrebarsko: Naklada Slap
- **Zarevski, P. i Vukosav, Ž.** (2002). *Priručnik za revidiran upitnik sramežljivosti i asertivnosti*. Jastrebarsko: Naklada Slap
- **Zdravković, J.** (2004). *Veštine vladanja sobom*. Niš: ZOGRAF
- **Živčić-Bečirević, I.** (1996). *Konstrukcija skale samoprocjene asertivnog ponašanja djece*. Godišnjak Zavoda za psihologiju, Rijeka br. 4-5, str. 85-90
- Даниел Големан: Емоционална интелигенција, второ издание, Мозаик књига, Загреб, (1997);