

ABORDĂRI CONCEPTUALE ÎN STUDIUL INTELIGENȚEI EMOȚIONALE

Elena RUSU, doctor în pedagogie, Catedra Pedagogie și psihologie generală
manuil_elena@mail.ru

***Abstract.** Approaching variety of opinions about emotional intelligence involves their analysis and systematization in order to catch the relevance, specifics, practicality and frequency of emotional intelligence in different scientific fields. The necessity of expressing emotionality in a natural and adequate manner which would put in evidence in an intelligent way the specific of human behavior confirms the researches and represents a special interest for emotional intelligence. Intelligent, correct and efficient organization of our emotions and sentiments put another mark on our life, more rational.*

***Keywords:** emotions, emotional intelligence, personal success, social abilities, emotional competences.*

Fiind o valoroasă sursă de informație, emoțiile capătă profilul materiei de referință în analiza *reușitei umane*. Ele sunt importante și apreciable deoarece asigură supraviețuirea, luarea deciziilor, stabilirea limitelor, comunicarea, unitatea tuturor membrilor societății. Atunci când trebuie să ne modelăm hotărârile și acțiunile, emoțiile și sentimentele contează în egală măsură – uneori chiar mai mult – decât gândurile. Astfel, tot

mai mulți cercetători din diverse domenii recunosc decepționările în orientările cognitiviste, care nu au izbutit să ofere modelul complex al succesului social, și lansează opinii potrivit cărora cunoașterea afectivă sporește considerabil posibilitățile de integrare socială, asigurând calitatea activității umane.

S-a mers prea departe cu accentuarea ponderii raționalității pure – adică a ceea ce măsoară IQ-ul – în viața omului. Inteligența generală sau IQ poate să nu mai aibă nici o importanță atunci când emoțiile și sentimentele îi iau locul. Pe parcursul anilor numeroși experți admiteau existența a mai multor tipuri de inteligență grupându-le după anumite criterii în mai multe categorii. Dar în majoritatea studiilor, inteligența era echivalată mai mult cu abilitățile de cunoaștere, de gândire și se raporta la cât de bine și cât de mult învață și cunoaște un individ.



EDWARD
THORNDIKE
(1874-1949)

Debutul conceptului de *intelență emoțională* (IE) are rădăcini încă din anii 20 ai secolului trecut [18]. Profesorul american de la Columbia University, Edward Thorndike identifică, pe lângă *intelența generală, academică*, un alt fel de inteligență, definind-o ca „*intelență socială*”, care ulterior va fi raportată la *intelența emoțională* - aceasta fiind capacitatea de a înțelege și de a acționa iscusit, abil și echilibrat în cadrul relațiilor interpersonale sau interumane [11, p. 15].

Mai târziu, între anii 1940-43 David Wechsler, unul din promotorii testelor IQ, face referință la elementele intelectuale și elementele non-intelectuale (sau non-cognitive). În opinia lui, adaptarea individului la mediul în care trăiește se realizează atât prin elementele intelectuale ale inteligenței, cât și prin cele non-intelectuale, care la rândul său includ factori *afectivi, personali și sociali*, fiind esențiale pentru reușita în viață a individului [9, p. 139]. D. Wechsler, în mai multe publicații recunoaște importanța „*factorilor emoționali*” și insistă asupra includerii tuturor „aspectelor non-intelectuale ale inteligenței generale” în orice măsurătoare completă.

D. Weschler nu a fost singurul cercetător care a identificat aceste aspecte non-intelectuale ale inteligenței, sugerând de mai multe ori importanța *componentei afective* a inteligenței pentru reușita în viață.

Psihologul umanist american Abraham Maslow (1950) descrie modul în care oamenii își organizează relațiile și construiesc legături emoționale, remarcând că apelul la emoții constituie o componentă de bază a modalităților de influențare în formarea atitudinilor față de oameni. De asemenea, A. Maslow mai atrage atenția și că *autocunoașterea emoțională* are un rol foarte semnificativ în dezvoltarea personalității, desemnând că fără emoții nu există motivare



DAVID
WECHSLER
(1896-1981)

și perseverență, fără emoții nu putem înțelege multe dintre reacțiile noastre și ale celorlalți, fără emoții nu putem rezolva probleme și lua decizii în acord cu valorile noastre și ale celorlalți [7, p. 337].

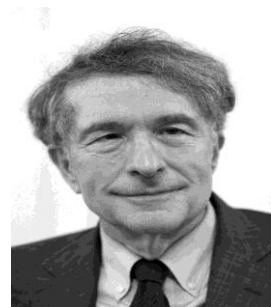


ABRAHAM
MASLOW
(1908-1970)

Domeniul de cercetare al inteligenței emoționale, a întâmpinat și o rezistență acerbă din partea mai multor cercetători notorii, în special, din rândul acelor care considerau IQ-ul unica măsură acceptabilă a aptitudinilor umane. Cu toate acestea domeniul s-a impus ca o paradigmă de rezonanță [5, p. 12]. În aceste condiții studiile invocate inteligenței emoționale s-au înmulțit, căpătând o expansiune tot mai largă. Astfel, inteligența emoțională a devenind subiect de referință și analiză a mai multor științe, inclusiv și a științelor educației.

Prin urmare, inteligența emoțională trece înaintea IQ-ului desemnând reușita profesională în domeniile unde capacitățile de relaționare, empatia și autocontrolul reprezenta abilități mai remarcabile decât cele pur cognitive.

Cel care a rupt stereotipurile cu privire la natura inteligenței, venind în contradicție cu viziunea psihometrică anterioară a fost Howard Gardner (1980, 1983) de la Universitatea Harvard (SUA). El considera că modul clasic de definire *unidimensională* a inteligenței nu mai corespunde complexității problemelor de rezolvat și că apropierea de realitate se poate face numai prin adoptarea unei perspective *multidimensionale*, ce permite omului o adaptare superioară la mediul social, creându-i mai multe oportunități pentru dezvoltarea capacităților și pentru obținerea performanțelor de către acesta. Astfel, H. Gardner promovează în acest sens „*Teoria Inteligențelor Multiple*” (1983), considerând că există nouă (1991, 1993, 2005) forme distinctive ale inteligenței: - *inteligența lingvistică/verbală*; *inteligența logico-matematică*; *inteligența muzicală/ritmică*; *inteligența vizual-spațială*; *inteligența naturalistă*; *inteligența corporal-kinestezică*; *inteligența intrapersonală*; *inteligența interpersonală*; *inteligența existențială*



HOWARD
GARDNER
(1943)

În teoria sa privind inteligențele multiple, H. Gardner, a rezervat un loc important acelor două forme de inteligență, care permit omului o adaptare superioară la mediul social mai apropiat sau îndepărtat lui. Astfel, el a identificat noțiunea de *inteligență intrapersonală* - înțelesă ca fiind capacitatea cunoașterii și înțelegerii de sine, conștientizarea și gestionarea corectă a propriilor emoții, sentimente, intenții, motivații, interese - și *inteligența interpersonală* - fiind capacitatea cunoașterii și înțelegerii celorlalți, a modurilor de interacțiune, relaționare și colaborare cu alții, identificarea sentimentelor, emoțiilor, motivațiilor, intereselor persoanelor care ne înconjoară. H. Gardner mai constată, că cei mai

buni lideri fac deseori apel la emoții, canalizându-le în direcția potrivită și dispun de un grad înalt al inteligenței interpersonale. Cele două tipuri de inteligențe, intrapersonală și interpersonală, combinate reprezintă tocmai ce este cunoscut astăzi sub denumirea de inteligență emoțională.

Mai mulți cercetători au anticipat ideea inteligenței emoționale în diverse teorii asociate. Investigând dimensiunile inteligenței emoționale au folosit concepte adiacente cum ar fi aptitudinile sociale, competența interpersonală, dezvoltare socială, inteligență personală, conștiința emoțională. Astfel, studiind relația dintre creativitate și inteligență Robert J. Sternberg (1988) [17], numește inteligența emoțională (IE) - inteligență socială, afirmând că persoanele inteligente sunt nu numai cei care au inteligență academică, ci și acei care reușesc să depășească obstacolele zilnice, să rezolve problemele de viață, cei care au abilitate a înțelege și a stabili relații cu oamenii. R.J. Sternberg încearcă să formeze o imagine mai largă asupra inteligenței, reinventând-o la nivelul necesităților pentru reușita în viață, apreciind valoarea inteligenței „personale” sau *emoționale* [apud: 5, p. 72-73].

Cercetările temeinice privind inteligența emoțională (IE) debutează în jurul anilor 90. Viteza extraordinară cu care inteligența emoțională a devenit subiect important într-un spectru atât de larg de domenii dezvoltă predicții eficiente, dar și dificile, iar cercetările curente privind definirea inteligenței emoționale, rămân a fi în continuare un câmp vast de analiză și dezbateri controversate pentru specialiști din diverse cadre.

Analiza temeinică a conceptului „inteligență emoțională” a fost invocat prioritar de John D. Mayer (Universitatea New Hampshire, SUA), și Peter Salovey (Universitatea Yale, SUA) (în articolul „Emotional Intelligence”, *Imagination, Cognition, and Personality* – 9, 1990, pp.185-211), [5, p. 391].



JOHN D.
MAYER
(1953)

J. D. Mayer și P. Salovey semnează mai multe lucrări (1990, 1993, 1997, 2001), în care dezvoltă principiile teoretice ale inteligenței emoționale, caracterizând în mod explicit acest concept. Astfel acești cercetători inițial definesc inteligența emoțională ca fiind „*abilitatea de a monitoriza, atât propriile sentimente și emoții, cât și pe ale altora, de-a le diferenția și de-a le folosi în scopul călăuzirii și acțiunii*”. În aprecierea lor, unii oameni sunt mai pricepuți în



PETER
SALOVEY
(1958)

identificarea emoțiilor proprii și a celor din jur, precum și în rezolvarea problemelor ce au conotații emoționale, detectând ușor părțile tari și cele defectuoase, rămânând totodată neafecțați de stres, cu mult entuziasm și în jurul cărora tuturor le face plăcere să se afle [3, p.61]. Caracterizând conceptul de inteligență emoțională, J. D. Mayer și P. Salovey, au

abordat inteligența emoțională drept totalitate și unitate a abilităților *cognitive, emoționale* și *reglatorii* ce reflectă coeziunea dialectică a afectului și a intelectului în activitate.

J. D. Mayer și P. Salovey, consideră că inteligența emoțională implică:

a) *abilitatea de a percepe cât mai corect emoțiile și de a le exprima;*

b) *abilitatea de a accede sau genera sentimente atunci când ele facilitează gândirea;*

c) *abilitatea de a cunoaște și înțelege emoțiile și de a le regulariza pentru a promova dezvoltarea emoțională și intelectuală.*

Prin această definiție, cei doi autori au vrut să evidențieze intercondiționările pozitive dintre emoție și gândire [9, p. 140].

Apreciabil este și faptul că J. D. Mayer și P. Salovey au specificat și au pus în evidență mai multe *niveluri ale formării inteligenței emoționale*:

I. Percepția, evaluarea și exprimarea emoțiilor. Este primul nivel care include identificarea emoțiilor și a conținutului emoțional atât la propria persoană, cât și la ceilalți, recunoașterea emoțiilor în limbaj, comportament, exprimarea și distingerea sentimentelor clare sau confuze, sincere sau false, stabilirea relațiilor binevoitoare, adecvate, pline de încredere;

II. Facilitarea emoțională a gândirii. La acest nivel, emoția influențează pozitiv gândirea, dând prioritate direcționării atenției asupra informațiilor importante, asigurând interacțiunea emoțiilor cu procesele cognitive. În același timp are loc și facilitarea rezolvării problemelor, explicarea conținuturilor, luarea în considerație a mai multor puncte de vedere, anticiparea modului în care s-ar simți o persoană în anumite circumstanțe ajutându-l în luarea de decizii.

III. Înțelegerea și analiza emoțiilor. Utilizarea cunoștințelor emoționale. Nivelul acesta cuprinde cunoașterea emoțiilor, folosirea conținuturilor emoționale, categorisirea lor, stabilirea cauzelor care provoacă diferite stări emoționale, elaborarea soluțiilor alternative pentru rezolvarea situațiilor emoționale variate, interpretarea modalităților prin care emoțiile converg spre relații interpersonale.

IV. Reglarea emoțiilor pentru a promova creșterea emoțională și intelectuală - nivelul acesta include înțelegerea implicațiilor sociale asupra emoțiilor și sentimentelor, controlarea, monitorizarea emoțiilor în raport cu sine și cu ceilalți, precum și determinarea stărilor emoționale, încurajându-le pe cele pozitive și moderându-le pe cele negative [9, p. 143-144].

Studiile realizate de Reuven Bar-On (1992, 1997) sunt printre cele mai semnificative realizări din domeniul inteligenței emoționale. Interesul lui R. Bar-On pentru acest domeniu a fost motivat de o serie de chestiuni de bază: „*De ce oare unii oameni reușesc mai ușor în viață? Și mai ales, de ce oamenii cu capacități intelectuale superioare par să nu obțină succesul dorit, în timp ce alții, mai puțin dotați din acest punct de vedere, reușesc mai bine?*” [11, p. 2]. Astfel, R. Bar-On lansează propria definiție a inteligenței emoționale



care reprezintă o gamă de „capacități, competențe și deprinderi noncognitive, care influențează posibilitatea unei persoane de a face față cererilor și presiunilor din mediu. Atributul emoțional este utilizat pentru a accentua ideea că acest tip specific de inteligență diferă de inteligența cognitivă” [16, p. 52].

Analizând mai multe cercetări, R. Bar-On susține că inteligența emoțională se asociază mai degrabă cu potențialul de a avea succes, decât succesul în sine. Așadar, el identifică și grupează elementele structurale ale inteligenței emoționale având la bază unele aspecte comportamentale ale persoanei, considerând că acestea se pot forma și regla în cadrul procesului educațional. Aceste componente structurale prezintă aspectul *intrapersonal, interpersonal, adaptabilitatea, controlul stresului și dispoziția generală*.

REUVEN
BAR-ON
(1944)

Cu toate acestea, persoana a cărui nume este cel mai des asociat cu termenul de „*inteligență emoțională*” este cercetătorul american Daniel Goleman. În 1995, D. Goleman în cartea sa „*Inteligența Emoțională: De ce poate fi mai importantă decât IQ*” (Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ) prezintă o mulțime de studii legate de creier, emoții și comportament, generând astfel, un val de interes în privința rolului inteligenței emoționale în viața noastră.

D. Goleman numește IE „cheia succesului în viață”, argumentând prin studii empirice importanța și caracterul decisiv al inteligenței emoționale pentru carieră și formarea abilităților profesionale. Astfel, el accentuează ideea conform căreia IE este unul dintre cei mai puternici *predictori* ai succesului în viață, detronând inteligența academică. În studiile sale, D. Goleman (1995, 2001, 2004, 2008), extinde conceptul de IE, adăugând variabile care ar putea fi mai bine numite „*trăsături de personalitate sau de caracter*”. Inteligența emoțională, în viziunea autorului, este o „*mixtură*” de atribute precum: încrederea în sine, autocontrolul, diplomație, gândire liberă, empatie, tact - ceea ce conferă persoanei capacitatea de a-și controla emoțiile și în consecință de a avea succes.



DANIEL
GOLEMAN
1946

În reprezentarea lui D. Goleman, inteligența emoțională determină potențialul de a însuși capacități practice bazate pe *cinci* elemente: *conștiința propriilor afecte, reacții și resurse; motivația; autocontrol; empatia; sociabilitate* [6, p. 24]. Aceste elemente determină felul în care se poziționează persoana față de sine și față de ceilalți, precum și calitatea relațiilor interpersonale, prin urmare arată proporția în care s-a izbutit să se transfere potențialul afectiv al persoanei în randament personal și social. Astfel, fundamentând conceptul inteligenței emoționale, D. Goleman determină *structura inteligenței emoționale* cu următoarele componente:

- ☞ **Autoreglarea** – abilitatea de a controla și regla propria stare emoțională;
- ☞ **Conștiința de sine** – cunoașterea și înțelegerea emoțiilor și sentimentelor proprii;
- ☞ **Motivația** – dirijarea emoțiilor și sentimentelor pentru atingerea scopuri;
- ☞ **Empatia** – identificarea și explicarea emoțiilor și sentimentelor celorlalți;
- ☞ **Abilități sociale** - stabilirea relațiilor cu ceilalți.

Aceste componente, consideră D. Goleman, oferă mijlocul de a ne inventaria forțele și de a repera calitățile pe care dorim să le cultivăm. Toate cinci componente structurale sunt legate într-un *mod complex* – capacitatea de a folosi eficient oricare dintre ele este legată de gradul în care noi posedăm una sau mai multe din aceste elemente. Cu alte cuvinte există un sistem fundamental care le străbate pe toate. Prin urmare, folosirea simțămintelor într-un mod pe care îl considerăm potrivit (*autoreglare*) este o atitudine bazată pe cunoașterea proprie (*cunoaștința de sine*). Similar cei care își pot identifica sentimentele (*conștiința de sine*) sunt capabili să le identifice și pe ale altor oameni (*empatie*). A fi capabil să stabilești relații cu alții, în mod sincer, nu superficial (*abilități sociale*), este cu siguranță o funcție cuprinsă în toate celelalte laturi. Iar conștiință de sine, ne dă puterea prin *motivație* de a realiza ceva [12, p.15].

Jeanne Segal desfășurând numeroase cercetări oferă (în cartea sa *Raising your emotional intelligence - 1999*) propria viziune asupra inteligenței emoționale, evocând convingerile că autoreglarea și autocontrolul comportamentului nu vine din reprimarea sentimentelor ci din trăirea lor afectivă [10, p. 11] Astfel, după cum afirmă cercetătoarea, inteligența emoțională ar avea la bază patru componente esențiale:

1. *Conștientizarea emoțională* - vizează trăirea în mod autentic a emoțiilor;
2. *Acceptarea emoțiilor* - aprobarea emoțiilor conștientizate, asumarea responsabilității propriilor trăiri afective;
3. *Conștientizarea activă a stărilor afective* – însemnând conștientizarea a tot ceea ce simți, a cauzelor emoției, a realității și a situației în care te afli, pentru a putea fi echilibrat, a gândi limpede și a nu fi influențat de emoțiile trecute;
4. *Empatia* - abilitatea de a ne raporta la sentimentele și nevoile celorlalți, fără a renunța la propria experiență emoțională [9, p. 145].

Promotori activi ai inteligenței emoționale sunt și Steven J. Stein și Howard E. Book, (2000, 2003), definind inteligența emoțională drept *set de aptitudini ce permite persoanei să se descurce într-o lume complexă* [11, p. 14]. Ei consideră marginalizarea nejustificată a emoțiilor, pe care unii le numesc „trăsături slabe”, dar de fapt anume emoțiile determină reușita noastră într-o activitate. Argumentele lor sunt confirmate prin investigații care demonstrează că pentru a beneficia cât mai mult de inteligența cognitivă și pentru a o flexibiliza, avem în primul rând, nevoie de o inteligență emoțională bună. De ce? - „*Pentru că indiferent cât am fi de deștepți, dacă îi îndepărtăm pe ceilalți printr-un comportament agresiv, dacă suntem neatenți la felul în care ne prezentăm și nu avem suficientă rezistență*

la stres, nimeni nu va sta în preajma noastră pentru a vedea ce IQ ridicat avem.” [11, p. 5].

Una dintre cele mai recente abordări ale inteligenței emoționale aparțin lui Robert Wood și Harry Tolley (2003) care afirmă că emoțiile și sentimentele încă ne mai dirijează comportamentul din umbră. Ei constată faptul, că oamenilor pentru a rezolva probleme complexe și a lua decizii dificile, nu le este suficientă numai rațiunea, deoarece multe dintre problemele cu care se întâlnesc sunt, în fond, de natură emoțională. Abilitatea de a rezolva în mod eficace astfel de probleme umane depinde de capacitatea de a dirija propria stare emoțională, de a avea un echilibru și un contact cu simțămintele interioare, astfel încât să poți înțelege propriile imbolduri și priorități. În același timp, e nevoie de a înțelege punctul de vedere al altor persoane, a putea anticipa modul în care s-ar putea să reacționeze la propunerile făcute. În sfârșit, e nevoie de capacități de a relaționa cu alții într-un mod plăcut, matur și prevenitor [12, p. 12].

Cu toate că, inteligența emoțională este mult cercetată și mediatizată în SUA și Europa de Vest, remarcăm studii apreciabile și în mediul științific rus.

În legătură cu eterogenitatea conceptului de inteligență, Г.Г. Гарскова (1999), introduce în comunicarea academică noțiunea de „inteligență emoțională”, cu scopul detașării tipului de inteligență ce cuprindea operațiile intelectuale cu emoțiile. După cum sugerează cercetătoarea, inteligența emoțională reflectă atitudinea persoanei față de diverse domenii ale vieții și gestionarea emoțională a acestora. O condiție esențială pentru inteligența emoțională, remarcată de Г.Г. Гарскова, este ca deținătorul de IE să înțeleagă *subiectul emoțional* al acțiunilor sale [14, p. 25-26].

Convingerile lansate de И.Н. Андреева, (2004, 2006, 2009), evocă faptul că inteligența emoțională este *capacitatea de a interacționa cu mediul intern*, conștientizând informațiile emoționale și asigurând autoreglarea lor. În opinia ei, IE reprezintă un *sistem de abilități emoționale*, care creează posibilități pentru adaptare socio-afectivă optimă, pentru un potențial emoțional cognitiv, pentru orientarea emoțională și bună armonizare cu sine și cu ceilalți. Analizând condițiile și oportunitățile dezvoltării IE și a competențelor emoționale И.Н. Андреева, constată că toate componentele inteligenței emoționale sunt interdependente, iar interdependența lor promovează interacțiunea interpersonală eficientă [13, p. 80].

М.А. Маноїлова (2004), apreciază inteligența emoțională din perspectiva akmeologică (a modelelor și mecanismelor atingerii celui mai înalt nivel posibil - *acme*) de dezvoltare individuală, focalizându-se pe cadre didactice și elevi. În opinia ei, gestionarea corectă a emoțiilor de către pedagogi, în plan intrapersonal și interpersonal duce la mulțumirea sau satisfacția de propria persoană și de activitatea profesată. Inteligența emoțională menține stabilitatea și starea emoțională necesară, care la rândul său asigură o flexibilitate în comportament și o bună organizare a procesului educațional. În viziunea

autoarei, atât profesorii cât și elevii cu o IE dezvoltată au o motivație comunicativă mai înaltă, ușor se adaptează în diverse medii și de cele mai multe ori sunt lideri în grupurile de copii [15, p. 22].

Contribuții importante la elucidarea inteligenței emoționale remarcăm și la savanții români. Relevabile studii la această problemă constatăm la Mihaela Roco (2004), în opinia căreia, inteligența emoțională are un rol important pentru *adaptarea profesională*, și asigurarea eficientă a dirijării, conducerii și controlului relațiilor interpersonale. Cercetătoarea prezintă mai multe principii de folosire a inteligenței emoționale pentru o mai bună cooperare și comunicare la locul de muncă. În studiile sale, M. Roco identifică mai multe *direcții de educare și perfecționare* a inteligenței emoționale în mediul școlar și familial [9].



MIHAELA
ROCO

Relaționarea inteligenței emoționale cu stilurile de conducere a fost subiectul investigațiilor prezentate de Iulia D. Fodor (2009). Autoarea constată că: *„intelența emoțională are aplicații în toate domeniile vieții, deoarece a ști să lucrezi și să comunici cu oamenii este o abilitate de care nimeni nu se poate dispensa”* [3, p.76].

Dimensiunile psihopedagogice de dezvoltare a inteligenței emoționale sunt evidențiate și în lucrările L. E. Năstasă (2009). Autoarea evocă mai multe argumente referitor la necesitatea educării inteligenței emoționale pentru îmbunătățirea imaginii personale [8].

În R. Moldova conceptul inteligenței emoționale repurtează tot mai mulți susținători, fiind deocamdată prioritar în centrul atenției cercetătorilor din domeniul științelor educației. Valoroase investigații cu implicarea inteligenței emoționale în cadrul educațional, constatăm la Maia Cojocaru-Borozan (2009, 2011, 2012), care dezvoltă semnificativ componentele inteligenței emoționale, ca parte integrală a culturii emoționale, desemnând unul din cele mai importante și considerabile demersuri metodologice de formare a competențelor emoționale la cadrele didactice și studenții pedagogi. Identificând inteligența emoțională drept constituentă apreciabilă a culturii emoționale (cultura emoțională este un concept mai larg ca semnificație decât inteligența emoțională [2, p. 6], cercetătoarea consemnează oportunitatea, imperativul și valoarea autentică a IE în formarea profesională inițială a pedagogilor.

Diversitatea opiniilor despre inteligența emoțională implică analiza și sistematizarea acestora pentru a surprinde relevanța, specificul, aplicativitatea și frecvența IE în diverse spații științifice. Atestarea numeroaselor și intenselor cercetări, precum și un interes aparte pentru IE este condiționată de nevoia exprimării emoționalității într-o manieră naturală și adecvată ce ar pune în evidență, în mod inteligent conduita socială specific umană. Constatăm că în prezent, multitudinea de studii, în diverse spații geografice și academice,

asupra inteligenței emoționale este o rezonanță a restructurării sociale și schimbărilor rapide de ordin socio-economic, care solicită alte modele de personalități, competențe și profesiograme. Creșterea mereu a sarcinilor și a consecințelor activității umane, duc la anumite constrângeri privind viața emoțională, pe care nu întotdeauna o putem rezolva sau depăși adecvat. Organizarea inteligentă, corectă și eficientă a emoțiilor și sentimentelor noastre pun asupra vieții o altă amprentă, mult mai rațională, pricepută și iscusită.

Bibliografie

1. Bredberry Tr., Greaves J., *Inteligența emoțională - tot ce trebuie să știi pentru a-ți folosi eficient EQ-ul*. București: Amaltea, 2008. 168 p.
2. Cojocaru-Borozan M. *Metodologia cercetării culturii emoționale*. Chișinău: Tip. UPS „Ion Creangă”, 2012. 208 p.
3. Fodor I.D. *Inteligența emoțională și stilurile de conducere*. Iași: Lumen, 2009. 152 p.
4. Gardner H. *Multiple inteligențe. Noi orizonturi pentru teorie și practică*. București: Sigma, 2007. 320 p.
5. Goleman D. *Inteligența emoțională*. Buc: Curtea veche Publishing, 2008. 430 p.
6. Goleman D. *Inteligența emoțională cheia succesului în viață*. București: Alfa, 2004. 376 p.
7. Maslow A. H. *Motivație și personalitate*. București: Ed. Trei, 2007. 510 p.
8. Năstasă L.E. *Dezvoltarea inteligenței emoționale a studenților de la psihologie prin intermediul grupului experimental*. București: UB, 2009. 325 p.
9. Roco M. *Creativitate și inteligență emoțională*. Iași: Polirom, 2004. 248 p.
10. Segal, J. *Dezvoltarea inteligenței emoționale*. Bucurș: Teora, 2000. 186 p.
11. Stein Stiven J., Book Howard E. *Forța inteligenței emoționale: inteligența emoțională și succesul vostru*. București: ALLFA, 2003. 288 p.
12. Wood R., Tolley H. *Inteligența emoțională prin teste*. București: Meteor Press, 2003. 146 p.
13. Андреева И.Н. *Эмоциональный интеллект: исследование феномена*. Москва: Вопросы психологии, № 3, 2006, стр. 78-86.
14. Гарскова Г.Г. *Введение понятие «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию*. Тезисы научной-практич. конференции «Ананьевские чтения». Санкт-Петербург: Изд. СПб ун-та, 1999. стр. 25-26.
15. Маноилова М. А. *Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и учащихся*. Псков: ГТГПИ. 2004. 140 стр.
16. Bar-On R. *The Emotional Quotient Inventory*. Multi-Health Sist. Toronto: ISP, 1997. 165 p.
17. Mayer J.D., Salovey P., *Teoria inteligenței emoționale*. Buc: Ed. All, 1990. 198 p.
18. Thorndike, R.K. "Intelligence and Its Uses". Harper's Magazine 140. p. 227-335.