

Anna Szczepaniak¹, Karolina Jabłkowska^{1,2}

Historia rozwoju pojęcia inteligencji emocjonalnej

History of emotional intelligence concept development

¹ Klinika Psychiatrii Młodzieżowej Katedry Psychiatrii UM w Łodzi, ul. Czechosłowacka 8/10, 92-216 Łódź.

Kierownik: dr hab. n. med. Agnieszka Gmitrowicz

² Zakład Psychologii Lekarskiej Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, ul. Pomorska 251, 92-213 Łódź.

Kierownik: prof. dr hab. n. med. Alina Borkowska

Correspondence to: Klinika Psychiatrii Młodzieżowej Katedry Psychiatrii UM w Łodzi, ul. Czechosłowacka 8/10, 92-216 Łódź,

e-mail: k.jablkowska@pro.onet.pl

Source of financing: Department own sources

Streszczenie

„Inteligencja emocjonalna” to nowe pojęcie wywołujące niejasne skojarzenia. Obok „ilorazu inteligencji” cieszy się ono coraz większym zainteresowaniem badaczy. Według najnowszych badań to właśnie inteligencja emocjonalna przyczynia się w około 80% do sukcesu, podczas gdy iloraz inteligencji tylko w 20%. Sukces nie oznacza tu tylko spraw zawodowych, lecz także codzienne relacje interpersonalne czy zdrowie psychiczne jednostki. Rozważając koncepcję inteligencji w rozumieniu akademickim, okazało się, że na jakość życia jednostki większy wpływ ma umiejętność radzenia sobie z emocjami niż zdolności językowe, matematyczne czy logiczne, które kiedyś całkowicie prognozowały sukces. Przyjęto, że na funkcjonowanie człowieka i jego zdolności radzenia sobie z sytuacjami trudnymi składa się nie tylko intelekt, lecz także jego kompetencje osobiste i społeczne oraz sposób przeżywania świata i wyznaczone cele życiowe. Wniosek ten skłonił badaczy do poszukiwań, których efektem jest powstanie pojęcia inteligencji emocjonalnej. Celem niniejszej pracy jest prześledzenie historii rozwoju pojęcia inteligencji emocjonalnej, poznanie jego genety i struktury. Chronologicznie przedstawiono ewolucję myśli psychologicznej, konkurencyjne teorie wyjaśniające rolę i znaczenie pojęcia inteligencji emocjonalnej oraz przegląd badań na jego temat. Inteligencja emocjonalna jest tematem, który stale budzi kontrowersje i dyskusje badaczy. Polemika wokół inteligencji emocjonalnej pozostaje wciąż żywa i jest swoistym katalizatorem zmian zachodzących w jej rozumieniu. Praca jest próbą przybliżenia i zrozumienia fenomenu, jakim w ostatnim czasie stała się inteligencja emocjonalna.

Słowa kluczowe: inteligencja, iloraz inteligencji, emocje, kompetencje, inteligencja emocjonalna

Summary

“Emotional intelligence” is a relatively new term that leads to ambiguous associations connotations. Apart together with from “intelligence quotient” (IQ) emotional intelligence attracts gains more and more interest of the scientific society. According to the recent studies precisely emotional intelligence is the key factor that contributes to about 80% of all success stories, compared to IQ that contributes only to approximately 20%. Success refers here not only to professional matters, but also to everyday interpersonal relations or mental health. Strictly academic deliberation of intelligence concept reveals that ability of handling emotions has bigger influence on human life than language, mathematical or analytical skills, that used to be considered key success factors historically. It has been accepted that not only intellect and ability of handling difficult situations, but also his or her personal and social capacity, way of experiencing the world and determining life goals is responsible for human’s performance. This conclusion led researchers into further investigations that resulted in formulating the idea of emotional intelligence. The aim of this article is to investigate the evolu-

tion, understand the genesis and structure of the emotional intelligence concept. Scope of this article includes a chronological analysis of development of this psychological concept, study of competing theories explaining the role and meaning of emotional intelligence and overview of available researches related to emotional intelligence. Emotional intelligence is continuously raising contentions and debates among the scientific society. The debate about emotional intelligence is ongoing and is a specific catalyst of changes in understanding of emotional intelligence concept. This study tries to approach and understand the phenomenon that emotional intelligence has been lately.

Key words: intelligence, intelligence quotient, emotions, capacity, emotional intelligence

Termin „inteligencja emocjonalna” jest niejednoznaczny i odmiennie określany przez różnych autorów⁽¹⁾. Zmienia się wraz ze wzbogacaniem wiedzy na temat inteligencji emocjonalnej i dojrzewaniem jej koncepcji, wobec czego warto prześledzić rys historyczny kształtowania się tego pojęcia w literaturze przedmiotu. Zrozumienie pojęcia inteligencji emocjonalnej wymaga przeanalizowania dwóch terminów: emocji i inteligencji. Nad terminem „emocja” i jego precyzyjnym zdefiniowaniem zastanawiają się od wieków filozofowie i psycholodzy. Słownik języka polskiego definiuje emocję jako „każde poruszenie czy zakłócenie umysłu, uczucia, namiętności; każdy stan wzburzenia albo podniecenia psychicznego”⁽²⁾. Definicja psychiatryczna natomiast określa emocję jako subiektywnie odczuwany stan psychiczny, który przynagla do rozpoczęcia pewnych działań, któremu ponadto towarzyszą różne zmiany cielesne, charakterystyczna ekspresja mimiczna, pantomimiczna oraz zachowania⁽³⁾.

Na przestrzeni dziejów emocje odgrywały drugorzędą rolę w stosunku do poznania. Filozofowie i naukowcy darzyli zaufaniem i gloryfikowali analityczną inteligencję, nazywając emocje podrzędnym, często destrukcyjnym elementem ludzkiej natury. Współczesna psychologia odeszła od poglądu, że rozum góruje nad emocją i położyła nacisk na aktywność i funkcjonalność emocji. Obecnie sfera emocjonalna uznawana jest za podstawową funkcję psychiczną człowieka.

Przełomowe dla rozumienia pojęcia „emocja” były filozofia Davida Hume’a i etologiczne obserwacje Karola Darwina⁽⁴⁾. Hume, przedstawiciel empiryzmu, w opracowaniach z początków XVIII wieku opisał impuls emocjonalny jako motywujący wszelkie działania człowieka⁽⁵⁾. Podważenie przez Hume’a nadrzędnej roli intelektu było początkiem dyskusji badaczy, w której ważny głos miał Karol Darwin. W swym etologicznym dziele *O wyrazie uczuć u człowieka i zwierząt* odkrył, że emocje pełnią dwie funkcje. Po pierwsze nadają energię zachowaniom adaptacyjnym, takim jak ucieczka (strach) i rozmnażanie się (miłość i pożądanie). Po drugie uruchamiają system sygnalizacji i komunikacji, który służy przetrwaniu jednostki. Opisując tę funkcję emocji, Darwin zwrócił uwagę na adaptacyjny, jawnie inteligentny charakter ekspresji emocjonalnej. Podkreślał również informacyjny

charakter emocji – zgodnie z tym poglądem wewnętrzne doświadczenia emocjonalne dostarczają ludziom ważnej informacji na temat ich środowiska i sytuacji. Ta informacja kształtuje ocenę, decyzje, priorytety i działania człowieka⁽¹⁾.

Darwin w swoich badaniach założył, iż wzorce emocjonalne są wrodzonymi, dziedzicznymi reakcjami, które kształtowały się w toku ewolucji i są podobne u wszystkich udomowionych ssaków. Przyczyniło się to w znacznym stopniu do rozwoju neurobiologicznych badań w tej dziedzinie. Współczesne odkrycia jednoznacznie wskazują, iż zachowanie emocjonalne jest regulowane przez wielopiętrowy system, którego ogniwa współpracują ze sobą i uzupełniają się wzajemnie. Najważniejszymi i tym samym kluczowymi strukturami ośrodkowego systemu regulacji i kontroli emocji są: kora przedczołowa, układ limbiczny wraz z ciałem migdałowatym (analiza informacji pod względem ich znaczenia emocjonalnego), podwzgórze (integracja informacji z ciała migdałowatego i informacji hormonalnej), śródmózgowie i inne struktury pnia mózgu oraz rdzenia kręgowego. Dla prawidłowego funkcjonowania sfery emocjonalnej człowieka istotny jest brak jakichkolwiek zakłóceń oraz urazów na poziomie któregośkolwiek z ogniw ośrodkowego systemu regulacji emocji^(4,5).

Postęp w rozumieniu inteligencji emocjonalnej ściśle wiąże się z pojęciem inteligencji. Na początku XX wieku wchodziło ono w zakres psychologii poznawczej, której głównym obiektem zainteresowań były mózg i umysł człowieka. Termin „inteligencja” używany był zazwyczaj przez psychologów w celu określenia sprawności funkcjonowania sfery poznawczej człowieka, jego umiejętności analizy i syntezy pojęć, zdolności dokonywania oceny, rozumowania oraz myślenia abstrakcyjnego⁽⁶⁾. Popularna stała się metafora komputerowa – mózg określany był jako *hardware*, a umysł jako *software*⁽⁷⁾. Uważano bowiem, iż intelekt odpowiedzialny jest głównie za przeprowadzanie chłodnych analiz, przetwarzanie danych. Miał on warunkować skuteczne działanie i być predyktorem osiągnięcia sukcesu.

W 1904 roku Alfred Binet stworzył pierwsze testy badające inteligencję i wprowadził czynnik IQ (*intelligence quotient*), iloraz inteligencji⁽⁷⁾. Pierwotnie iloraz określał stosunek „wieku umysłowego” do „wieku życia” pomno-

zonego przez 100. Wydawało się wówczas, że nauka znalazła idealne narzędzie pomiaru ludzkich możliwości. Dzięki wielozadaniowym technikom psychometrycznym można było określić poziom myślenia abstrakcyjnego, zdolności kojarzenia i przetwarzania informacji osoby badanej. Jednak działania praktyczne znalazły oparcie w czysto teoretycznej linii badań naukowych, które podkreślały fakt, że obok inteligencji poznawczej istnieją inne jej typy⁽⁶⁾.

Za prekursora pojęcia inteligencji emocjonalnej uznaje się Howarda Gardnera, który do standardowego akademickiego rozróżnienia rozumowania analitycznego, zdolności werbalnych oraz ruchowych dodał opis teorii inteligencji wielorakiej. Zaliczył do nich inteligencję personalną, która dzieliła się na interpersonalną i intrapersonalną. Ta ostatnia, która oznacza umiejętność rozróżniania własnych uczuć i pozwala poznawać człowiekowi jego własne możliwości, stanowi wyraźny odpowiednik inteligencji emocjonalnej⁽⁸⁾.

W latach trzydziestych zrodziło się przekonanie oparte na badaniach empirycznych, że wszystkie typy inteligencji można podzielić na trzy podgrupy. Pierwsza z nich to inteligencja werbalno-pojęciowa, która obejmuje znajomość słownictwa, zdolności tworzenia wypowiedzi oraz logicznego rozumowania; druga – inteligencja przestrzenno-wykonawcza – obejmuje zdolności składania obiektów, rozpoznawania i konstruowania; trzecia natomiast, inteligencja społeczna, dotyczy umiejętności funkcjonowania w relacjach międzyludzkich⁽⁷⁾. Opis społecznej inteligencji okazał się swoistym katalizatorem dla Petera Saloveya oraz Johna D. Meyera, którzy dążyli do zastąpienia pojęcia inteligencji społecznej inteligencją emocjonalną.

Badania zmierzały w kierunku stworzenia teorii łączącej emocje i inteligencję, bowiem przyjęto pogląd, że tradycyjnie rozumiana inteligencja akademicka mierzona typowymi testami nie jest wystarczającym predyktorem osiągnięć życiowych człowieka. Po latach dominacji poglądu uznającego intelekt i poznawcze funkcjonowanie człowieka za główny wyznacznik jego sukcesów psychologia powróciła do stanowiska bardziej wyważonego, integrującego rolę procesów poznawczych i emocjonalnych w kształtowaniu ludzkich zachowań⁽⁶⁾.

Narastające tempo zmian w różnych dziedzinach życia narzuca konieczność dostosowania się do nich, ich wyprzedzania i przewidywania. Ogrom informacji wymuszający ich selekcję, coraz bardziej dywergencyjny charakter zadań, zwiększona konkurencyjność wymagają umiejętności rywalizowania i znoszenia porażek. Są to wyzwania, jakie stawia przed człowiekiem współczesny świat. Sprostanie im zmusza jednostkę do dysponowania wieloma strategiami zaradczymi oraz zdolnościami adaptacyjnymi. Wobec powyższego pojawiły się liczne pytania: czy inteligencja pojmowana jako konstrukt teoretyczny, odnoszący się do względnie stałych warunków wewnętrznych człowieka determinujących efek-

tywność działań, wymagających procesów poznawczych, wystarcza do przewidzenia ludzkiego sukcesu; czy w skład inteligencji nie wchodzi również umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych, radzenia sobie z silnymi emocjami? Chcąc na nie odpowiedzieć, przyjęto, że na funkcjonowanie człowieka i jego zdolności radzenia sobie z sytuacjami trudnymi składa się nie tylko intelekt, ale także jego kompetencje osobiste i społeczne oraz sposób przeżywania świata i wyznaczone cele życiowe. Ujęto zatem inteligencję człowieka w sposób wielowymiarowy, uwzględniający wszystkie ww. aspekty.

Na bazie tych tendencji w nauce narodziło się pojęcie inteligencji emocjonalnej. Zostało ono stworzone przez Petera Saloveya z Uniwersytetu Yale i Johna Meyera z Uniwersytetu New Hampshire. W swojej koncepcji w roku 1990 inteligencję emocjonalną uznali za podzakres inteligencji społecznej. Zdefiniowali ją jako „zdolność człowieka do śledzenia własnych i cudzych uczuć i emocji, różnicowania ich oraz wykorzystywania uzyskiwanych na tej drodze informacji w kierowaniu swoim myśleniem i działaniem”⁽⁸⁾.

Z czasem autorzy zrewidowali tę definicję i rozszerzyli jej zakres, dodając myślenie o uczuciach. Opisali inteligencję emocjonalną jako „umiejętność właściwej percepcji, oceny i wyrażania emocji, umiejętność dostępu do uczuć, zdolność do ich generowania w momentach, gdy mogą wspomóc proces myślenia, umiejętność rozumienia emocji i zrozumienia wiedzy emocjonalnej oraz umiejętność regulowania emocji, tak by wspomagać rozwój emocjonalny i intelektualny”⁽⁶⁾.

Według zmodyfikowanej wersji modelu Saloveya i Mayera w skład struktury inteligencji emocjonalnej wchodzi cztery główne obszary zdolności. Tworzą one układ hierarchiczny, każdy kolejny poziom obejmuje i opiera się na fundamencie poprzednich. Są to:

- zdolność do dokładnego postrzegania, oceny i wyrażania emocji – zwracanie uwagi na swoje stany emocjonalne;
- zdolność do emocjonalnego wspomaganie myślenia;
- zdolność do rozumienia i analizowania emocji oraz wykorzystywania wiedzy emocjonalnej – jasne rozumienie swoich stanów emocjonalnych i adekwatne nazywanie ich;
- zdolność do kontrolowania i regulowania emocji – świadome wpływanie na nastrój, regulowanie nastroju emocjonalnego i skuteczne działanie pomimo złego nastroju⁽¹⁸⁾.

Analiza zależności pomiędzy opisanymi obszarami inteligencji emocjonalnej wskazuje, że jasne rozpoznawanie emocji i adekwatne ich nazywanie jest silnie związane ze zdolnością regulowania nastroju. Tym samym trafny wgląd w przeżywane stany emocjonalne ułatwia ich regulację w pożądanym kierunku. Natomiast samo zwracanie uwagi na swoje emocje nie jest wystarczające, aby uruchomić cykl kontroli emocjonalnej.

Z kolei inny badacz Bar-On⁽¹⁰⁾, również zajmujący się tematyką inteligencji emocjonalnej, definiuje ją jako szereg pozaintelektualnych zdolności, kompetencji i umiejętności, które umożliwiają jednostce skuteczne radzenie sobie z wymaganiami i naciskami otaczającego środowiska. Wyróżnił on piętnaście specyficznych komponentów tworzących inteligencję emocjonalną, które podzielił na:

1. kompetencje intrapersonalne: emocjonalna samoświadomość, asertywność, samoakceptacja i szacunek dla własnej osoby, samoaktualizacja oraz niezależność;
2. kompetencje interpersonalne: empatia, zdolność do utrzymywania więzi interpersonalnych oraz odpowiedzialność społeczna;
3. kompetencje przystosowawcze: zdolność rozwiązywania problemów, zdolność konfrontowania subiektywnych doświadczeń z rzeczywistością oraz giętkość przystosowawcza;
4. kompetencje związane z radzeniem sobie ze stresem: tolerancja na stres oraz kontrola impulsów;
5. komponenty związane z ogólnym nastrojem: poczucie szczęścia oraz optymizm⁽¹⁰⁾.

Natomiast Goleman, który w ostatnim czasie w największym stopniu przyczynił się do spopularyzowania pojęcia inteligencji emocjonalnej, rozpatruje ją w kontekście kompetencji osobistych i społecznych, wyróżniając w ich obrębie szereg jeszcze bardziej szczegółowych aspektów^(11,12). Kompetencje osobiste determinują stopień, w jakim ludzie radzą sobie ze sobą. Zawierają one:

- samoświadomość;
- samoregulację;
- motywację do działania.

Kompetencje osobiste są rozpatrywane w wymiarze indywidualnym. Samoświadomość oznacza umiejętność rozumienia własnych emocji, która jest niezbędna do odpowiedniego racjonalizowania zachowań. Sposobem na zrozumienie własnych emocji jest znalezienie ich genezy i źródła. Emocje zawsze służą jakiemuś celowi, są odpowiedzią na jakieś doświadczenie. Oczywiście jest to, że im większe emocje dane zdarzenie w nas wywołuje, tym więcej musimy poświęcić czasu na jego analizę. Samoregulacja oznacza działanie lub brak działań. Jest silnie powiązana z samoświadomością i odgrywa również ważną rolę w kompetencjach osobistych. Samoregulacja to zdolność trzymania swoich emocji na wodzy i kontrolowania swojego zachowania, czyli adekwatnego reagowania na ludzi i sytuacje^(10,12).

Kompetencje społeczne natomiast odpowiadają za funkcjonowanie wśród ludzi. Zalicza się do nich:

- empatię;
- umiejętności społeczne.

Zdolności te dotyczą zrozumienia drugiego człowieka, ułożenia wzajemnych relacji oraz odczytywania emocji innych ludzi, a także rozumienie motywacji ich działań. Umiejętności społeczne umożliwiają prowadzenie sku-

tecznej komunikacji oraz radzenie sobie z konfliktami; jest to kompetencja ukierunkowana na budowanie więzi z ludźmi. Osoby, które dobrze radzą sobie w tej sferze, potrafią dostrzec korzyści wynikające z kontaktów z innymi⁽¹¹⁻¹³⁾.

We współczesnych badaniach nad inteligencją emocjonalną dostrzega się kilka dominujących nurtów. Mayer w swych pracach ujmuje inteligencję emocjonalną jako zdolność, która bliska jest inteligencji poznawczej⁽¹⁴⁾. Inni badacze rozpatrują inteligencję emocjonalną jako swoisty aspekt osobowości człowieka i rozumieją ją jako cechę charakteru, tj. ekstrawersję czy sumiennosc⁽¹⁵⁾. Postrzegana jest ona również jako ważny czynnik w adaptacji emocjonalnej, co w konsekwencji ma ogromne znaczenie dla zdrowia. Bowiem osoby z wyższym poziomem inteligencji emocjonalnej, rozumianej jako cecha, są zdrowsze psychicznie^(14,16,17). Matthews i wsp. dowodzą, że poziom inteligencji emocjonalnej ma istotne implikacje dla chorób psychicznych, w których główną rolę odgrywają emocje. Lepšie postrzeganie, rozumienie i kontrolowanie emocji może zapobiegać rozwojowi nieadaptacyjnych stanów emocjonalnych. Badania pokazują, że osoby z wyższym poziomem inteligencji emocjonalnej mają tendencję do przeżywania pozytywnych nastrojów i lepiej radzą sobie w emocjonalnie trudnych sytuacjach⁽¹⁸⁾.

Kolejny obszar badań nad inteligencją emocjonalną wpisuje się w płaszczyznę dotyczącą pracy w zawodach wymagających kontaktu z ludźmi. W budowaniu relacji z drugim człowiekiem inteligencja emocjonalna stanowi ważny, a wręcz pożądany zasób osobisty, który w znacznej mierze przyczynia się do sukcesu zawodowego. Zarówno kompetencje osobiste (samoświadomość, samoregulacja, motywacja do działania), jak i społeczne (empatia, umiejętności) inteligencji emocjonalnej, wyszczególnione przez Golemana^(11,19) decydują o efektywności danej osoby w radzeniu sobie z różnymi wymaganiami i trudnościami pojawiającymi się na polu pracy zawodowej. Inteligencja emocjonalna z tej perspektywy postrzegana jest jako swoisty bufor ochronny przed negatywnymi konsekwencjami stresu w tym stresu zawodowego, konsekwencją którego jest wypalenie zawodowe. Dzięki temu jednostka jest zdolna do normalnego funkcjonowania oraz do zachowania pełnego dobrostanu fizycznego, psychicznego i społecznego. Tematyką z tego zakresu zajmowali się w swoich badaniach McQueen w grupie pielęgniarek^(20,21), w Polsce Ogińska-Bulik wśród pracowników opieki społecznej⁽²²⁾. Badania te prowadzone są również w grupie zawodowej nauczycieli^(23,24), menedżerów^(17,25,26).

Na temat pojęcia inteligencji emocjonalnej od samego początku pojawiało się wiele sprzecznych opinii. Grono badaczy dążyło do podważenia zagadnienia, mówiąc o inteligencji emocjonalnej jako o „fanaberii nauki”⁽²⁷⁾. Kontrowersje wywoływała sama nazwa, powstały pytania, czy konstrukt ten spełni te same psychometryczne standardy, jakie spełnia ogólnie rozumiana inteligencja⁽²⁸⁾.

Tylko nieliczne prace dowodzą wprost lub zaprzeczają istnieniu inteligencji emocjonalnej i zachowują podstawowe kryteria badawcze^(6,29). Niezbędne są trzy kryteria. Po pierwsze wybrana umiejętność musi zostać zmierzona. Po drugie w badaniu powinno się bezpośrednio mierzyć poziom określonej umiejętności, nie zaś opierać się na subiektywnej ocenie jednostki. Z kolei trzeci warunek wymaga, by w badaniach uwzględniono związek pomiędzy różnorodnymi umiejętnościami wchodzącymi w skład inteligencji emocjonalnej. Dyskusja wokół inteligencji emocjonalnej pozostaje wciąż żywa i jest swoistym katalizatorem zmian zachodzących w jej rozumieniu. Wobec licznych i cennych informacji, które ujawniają się przy rozpatrywaniu zagadnienia inteligencji emocjonalnej, warto kontynuować badania w jej zakresie.

PIŚMIENNICTWO:

BIBLIOGRAPHY:

1. Lewis M., Haviland-Jones J.: Psychologia emocji. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.

2. Szymczak M.: Słownik języka polskiego. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1988.
3. Bilikiewicz A., Puzyński S., Robakowski J., Wiórka J. (red.): Psychiatria. Tom I: Podstawy psychiatrii. Wydawnictwo Medyczne Urban & Partner, Wrocław 2002.
4. Herzyk A., Borkowska A.: Neuropsychologia emocji. Poglądy, badania, klinika. Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2002.
5. Herzyk A., Kądziałowa D.: Związek mózg-zachowanie w ujęciu neuropsychologii klinicznej. Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2002.
6. Salovey P., Sluyter D.J. (red.): Rozwój emocjonalny a inteligencja emocjonalna. Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 1999.
7. Nęcka E.: Inteligencja – geneza, struktura, funkcje. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.
8. Jaworska A., Matczak A.: Dwuwymiarowy Inwentarz Inteligencji Emocjonalnej DINEMO. Podręcznik. Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa 2006.
9. Caruso D.R., Mayer J.D., Salovey P.: Relation of an ability measure of emotional intelligence to personality. J. Pers. Assess. 2002; 79: 306-320.
10. Jaworska A., Matczak A.: Kwestionariusz Inteligencji Emocjonalnej INTE. Podręcznik. Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa 2001.
11. Goleman D.: Inteligencja emocjonalna. Media Rodzina, Poznań 1997.
12. Goleman D.: Inteligencja emocjonalna w praktyce. Media Rodzina, Poznań 1999.

Informacja dla autorów!

Chcąc zapewnić naszemu czasopismu „Psychiatria i Psychologia Kliniczna” wyższą indeksację MNiSW i Index Copernicus, zwracamy się do autorów o dopełnienie poniższych warunków podczas przygotowywania pracy do publikacji:

- Praca oryginalna powinna być poprzedzona **streszczeniem** zawierającym **od 200 do 250 słów**, a praca poglądowa i kazuistyczna – **150-200 słów**.

Streszczeniu pracy oryginalnej należy nadać budowę strukturalną: wstęp, materiał i metoda, wyniki, wnioski.

- Liczba **słów kluczowych** nie może być mniejsza niż 5. Słowa kluczowe nie powinny być powtórzeniem tytułu. Najlepiej stosować słowa kluczowe z katalogu MeSH.

– **Praca oryginalna** winna zawierać elementy: wstęp, materiał i metoda, wyniki, omówienie, wnioski, piśmiennictwo.

- **Piśmiennictwo** powinno być ułożone w **kolejności cytowania**.

Pełny Regulamin ogłaszania prac znajduje się na stronie 180.

13. Bradberry T., Greaves J.: Podręcznik inteligencji emocjonalnej. Helion, Gliwice 2006.
14. Schutte N., Malouff J., Thorsteinsson E. i wsp.: A meta-analytic investigation of relationship between emotional intelligence and health. *Personality and Individual Differences* 2007; 42: 921-933.
15. Goldenberg I., Matheson K., Mantler J.: The assessment of emotional intelligence: a comparison of performance-based and self-report methodologies. *J. Pers. Assess.* 2006; 86: 33-45.
16. Matthews G., Emo K.A., Funke G. i wsp.: Emotional intelligence, personality and task-induced stress. *J. Exp. Psychol.* 2006; 2: 96-107.
17. Chapman M., Clarke R.: Emotional intelligence is a concept that can be used in stress management. *Stress News* 2005; 15.
18. Matthews G., Zeidner M., Roberts R. D.: *Emotional Intelligence: Science and Myth.* MIT Press, Cambridge, MA 2002.
19. Weisinger H.: *Inteligencja emocjonalna w biznesie.* Biznes-Press, Warszawa 1998.
20. McQueen A.C.: Emotional intelligence in nursing work. *J. Adv. Nurs.* 2004; 47: 101-108.
21. Reeves A.: Emotional intelligence: recognizing and regulating emotions. *AAOHN J.* 2005; 53: 172-176.
22. Ogińska-Bulik N.: Emotional intelligence in the workplace: exploring its effects on occupational stress and health outcomes in human service workers. *Int. J. Occup. Med. Environ. Health* 2005; 18: 167-175.
23. Montes-Berges B., Augusto J. M.: Exploring the relationship between perceived emotional intelligence, coping, social support and mental health in nursing students. *J. Psychiatr. Ment. Health Nurs.* 2007; 14: 163-171.
24. Chan D. W.: Emotional intelligence and components of burnout among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education* 2006; 22: 1042-1054.
25. Caruso D.R., Salovey P.: *The Emotionally Intelligent Manager.* Jossey-Bass, San Francisco 2004: 25-39.
26. Tahan H.A.: Emotionally intelligent case managers make a difference. *Lippincotts Case Manag.* 2000; 5: 162-167.
27. Davis M., Stankov L., Roberts R.D.: Emotional intelligence: in search of an elusive construct. *J. Pers. Soc. Psychol.* 1998; 75: 989-1015.
28. Kaufman A.S., Kaufman J.C.: Emotional intelligence as an aspect of general intelligence: what would David Wechsler say? *Emotion* 2001; 1: 258-264.
29. Wilks F.: *Inteligentne emocje.* Wydawnictwo Jacek Santorski & Co., Warszawa 2004.

Szanowni Prenumeratorzy!

Uprzejmie przypominamy, że zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dn. 2 października 2004 roku w sprawie sposobów dopełnienia obowiązku doskonalenia zawodowego lekarzy i lekarzy dentyistów prenumerata czasopisma „PSYCHIATRIA I PSYCHOLOGIA KLINICZNA” – indeksowanego w Index Copernicus – umożliwi doliczenie 5 punktów edukacyjnych do ewidencji doskonalenia zawodowego.

Podstawą weryfikacji jest dowód opłacenia prenumeraty
lub zaświadczenie wydane przez Wydawcę.