

УДК 159.942.2

Довіра й емоційний інтелект як предиктори суб'єктивного благополуччя у студентів

Кряж І.В., Левенець Н.В.

ikryazh@gmail.com, natalevenets@gmail.com

В статті проведений теоретичний аналіз довіри та емоційного інтелекту як предикторів суб'єктивного благополуччя особистості. За результатами емпіричного дослідження, в якому взяли участь 54 студенти Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна, віком 17-23 років, підтверджено гіпотезу про те, що довіра опосередковує вплив емоційного інтелекту на суб'єктивне благополуччя у студентів. Ефект довіри як медіатора між емоційним інтелектом та суб'єктивним благополуччям найбільш виражений у відношенні когнітивного компонента. Запропоновано узагальнюючу структурну модель взаємозв'язків між довірою, емоційним інтелектом та суб'єктивним благополуччям.

Ключові слова: психологічне благополуччя; суб'єктивне благополуччя; задоволеність життям; довіра; емоційний інтелект

В статье проводится теоретический анализ доверия и эмоционального интеллекта предикторов субъективного благополучия личности. По результатам эмпирического исследования, в котором приняли участие 54 студента Харьковского национального университета имени В.Н.Каразина в возрасте 17-23 года, подтверждена гипотеза о том, что доверие, как фундаментальная психологическая установка личности, опосредует влияние эмоционального интеллекта на субъективное благополучие у студентов. Эффект доверия как медиатора между эмоциональным интеллектом и субъективным благополучием наиболее выражен в отношении когнитивного компонента. Предложена обобщающая структурная модель взаимосвязей между доверием, эмоциональным интеллектом и субъективным благополучием.

Ключевые слова: психологическое благополучие; субъективное благополучие; удовлетворенность жизнью; доверие; эмоциональный интеллект

The article proposes theoretical analysis of the trust and emotional intelligence as the predictors of subjective well-being of an individual. It includes the results of an empirical study in which 54 students of the Kharkiv National University by Karazin V.N. took part. The age of these students was from 17 to 23 years old. The hypothesis of our empirical study was that the trust as a fundamental psychological setting of a person, mediates the influence of emotional intelligence on subjective well-being of students. In this study the following methods were used: "Scale of Subjective Well-Being" G. Perrudet-Badoux for measuring the emotional component of subjective well-being and "Scale of Satisfaction with Life" by E. Diner for measuring the cognitive component of subjective well-being. To study an emotional intelligence we used the questionnaire of emotional intelligence N.Holl which determines the indicators of emotional awareness, control of emotions, self-motivation, empathy and recognition of emotions of other people. To determine the level of the person's trust we use the method of studying the trust/distrust to the world, to other people and to himself that was developed by B. Kupreichenko. The effect of the trust as a mediator between an emotional intelligence and subjective well-being is the most pronounced in relation with the cognitive component. As to the emotional component, the role of general trust as a mediator relates only to the ability of managing others' emotions and an emotional awareness. The generalized structural model of interrelationships between trust, emotional intelligence and subjective well-being is proposed.

Key words: subjective well-being; psychological wellbeing; trust; emotional intelligence

Постановка проблеми. Протягом останніх десятиріч суб'єктивне благополуччя, яке є важливим психологічним показником якості життя людини, стає центром притягання для все більшої кількості дослідників. Одна з актуальних проблем – це визначення тих особистісних ресурсів, що дозволяють людині навіть в умовах складних випробувань сучасності переживати емоційне благополуччя та задоволення життям. На особливу увагу у цьому контексті заслуговують особливості емоційної регуляції, що обумовлені емоційним інтелектом та відображаються у феноменології довіри.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поняття суб'єктивного благополуччя було введено Е.Дінером, який, базуючись на попередніх дослідженнях, зокрема на концепції Н.Бредбьорна, запропонував трьохкомпонентну модель [14]. Суб'єктивне благополуччя розглядається ним як поєднання когнітивного (задоволеність життям) та емоційного (позитивні та негативні афекти) аспектів, що вказують на якість життя особистості. У даній роботі ми зосередимось на таких особистісних чинниках суб'єктивного благополуччя, як довіра та емоційний інтелект.

Аналіз концепцій формування особистості показує, що найвпливовішою життєвою установкою, яка пронизує усе життя людини, є почуття фундаментальної довіри до світу. В традиціях епігенетичного підходу Е. Еріксона [10] довіра людини до світу розглядається як базова установка особистості, яка формується протягом першого року життя дитини і визначає подальший розвиток всіх інших видів відносин особистості до світу, себе та інших. Лизбет Марчер, датський психотерапевт, вважає, що сензитивним періодом формування довіри є період розвитку дитини, який починається у другому триместрі вагітності та триває по третій місяць після народження. У цей період формується базова

здатність до емоційного контакту та право на існування у цьому світі [8]. Таким чином, довіра виступає як умова отримання та подальшої обробки нового емоційного досвіду.

Схожу думку висловлює А.Ленгле у своїй концепції фундаментальних мотивацій. Він вважає, що перш ніж почне формуватися рівень 2-гої фундаментальної мотивації у вигляді сприйняття емоційності та здатність відповідати на питання «Чи подобається мені життя?», людина повина відкрити для себе 1-шу фундаментальну мотивацію – фундаментальну довіру [4].

Ігнорування емоцій, презентуючих в свідомості потреби, бажання і мотиви, призводить до помилкових життєвих виборів, посилює стан невдоволеності собою і своїм життям. Тобто, нестача довіри до власних емоцій та відсутність здібності розуміти під цими емоціями свої бажання та потреби, це призводить до відчуття суб'єктивного неблагополуччя [16]. У подібному процесі зниження психологічного благополуччя відіграє роль не лише брак довіри, але й емоційний інтелект як «здатність сприймати та виражати емоції, асимілювати емоції та думки, а також регулювати емоції (свої та інших людей)» [7, с.7]

Якщо довіра включена в процес емоційної регуляції як установка, що визначає певну емоційну оцінку й осмислення життєвої ситуації та готовність до прийняття нового досвіду, емоційний інтелект забезпечує певний контроль та регуляцію в емоційній сфері. У низці досліджень підтверджений позитивний зв'язок емоційного інтелекту особистості з психологічним благополуччям, зокрема з суб'єктивним благополуччям [1; 3; 9; 11; 12; 13; 15; 17; 19]. Уміння усвідомлювати свої емоції, адекватно їх виражати та впливати на свій емоційний стан допомагає в критичних ситуаціях зберігати контроль над ситуацією, знаходити позитивне у труднощах. Це дає можливість підтримувати відчуття особистісного благополуччя. Вміння розпізнавати емоції інших людей та здійснювати на них вплив дозволяє більш успішно діяти в соціальному просторі [5].

Хоча в багатьох роботах акцентується значення й довіри, й емоційного інтелекту для переживання благополуччя, майже не вивченими залишаються питання про механізми їхнього впливу. Чи впливають ці особистісні утворення на суб'єктивне благополуччя безпосередньо, незалежно одне від одного, або ж має місце опосередкований вплив? В дослідженні І. Кряж та Н.Гранкіної перевірялася гіпотеза про те, що саме довіра є медіатором між емоційним інтелектом та психологічним благополуччям особистості [3]. Емпіричне підтвердження отримала модель, згідно якої довіра до себе опосередковує позитивний вплив емоційного інтелекту на позитивне функціонування особистості, маркерами якої виступали життєстійкість та психологічне благополуччя за визначенням К.Ріфф. Тож постає питання, наскільки придатна така модель для суб'єктивного благополуччя, враховуючі різні його аспекти (емоційний та когнітивний), чи є довіра універсальним медіатором між емоційним інтелектом та психологічним благополуччям, наскільки добре взагалі пояснюють довіра та емоційний інтелект рівень суб'єктивного благополуччя.

Мета статті. Дана робота спрямована на вивчення емоційного інтелекту та довіри як предикторів суб'єктивного благополуччя особистості та на підгонку структурних моделей, що розкривають особливості взаємозв'язків між довірою, емоційним інтелектом та психологічним благополуччям.

Виклад основного матеріалу статті

З метою уточнення взаємозв'язків довіри та емоційного інтелекту з показниками суб'єктивного благополуччя особистості було проведено емпіричне дослідження.

Завдання дослідження:

- Вивчити взаємозв'язки показників суб'єктивного благополуччя з вираженістю довіри й показниками емоційного інтелекту.
- За допомогою методів множинної регресії вивчити показники емоційного інтелекту та довіри як предиктори суб'єктивного благополуччя.
- За допомогою методів моделювання структурними рівняннями перевірити моделі опосередкованого зв'язку емоційного інтелекту та суб'єктивного благополуччя з довірою особистості в якості медіатора.

Гіпотеза дослідження: Вплив емоційного інтелекту на показники суб'єктивного благополуччя опосередкований довірою як смисловою установкою особистості.

Вибірку склали студенти 54 студенти 1-го курсу (47 дівчат і 7 чоловіків), які навчаються на дванадцяти різних факультетах Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна, віком від 17 до 23 років.

Методи дослідження. Для визначення показників суб'єктивного благополуччя використовувались: «Шкала суб'єктивного благополуччя» Г. Перуе-Баду, адаптована М.В.Соколовою – виявляє емоційний компонент суб'єктивного благополуччя; «Шкала задоволеності життям» Е. Diener, R.A. Emmons, R.J. Larsen, S. Griffin, адаптована Д.А.Леонт'євим та Е.Н.Осінім, – виявляє когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя [6]. Для вивчення емоційного інтелекту (надалі – EI) було застосовано опитувальник емоційного інтелекту Н.Холла, за яким визначалися показники емоційної обізнаності, управління своїми емоціями, самомотивації, емпатії та розпізнавання емоцій інших людей. Для визначення рівня довіри була використана методика вивчення довіри/недовіри до світу, інших людей, до себе А. Б. Купрейченко [2]. За допомогою цієї методики виявлявся загальний показник довіри, а також три субшкали – довіра до світу, до інших людей, до себе.

Статистична обробка даних проводилась в програмі StatSoft Statistica v6.0 і включала перевірку нормальності розподілу даних, кореляційний аналіз даних, множинний регресійний аналіз і

модельовання структурними рівняннями в модулі SEPATH (для оцінки компонентів був використаний метод ADFG – «асимптоматично вільний від припущень щодо форми розподілу», рекомендований при роботі з малими вибірками [18]).

Основні результати емпіричного дослідження

Особливості взаємозв'язків EI, довіри та суб'єктивного благополуччя. В табл.1 та 2 наведені результати кореляційного аналізу, проведеного для досліджуваних змінних. Як слідує з табл.1, можуть бути простежені дві тенденції: по-перше, отримані показники як довіри, так й емоційного інтелекту більш тісно взаємопов'язані з емоційним компонентом суб'єктивного благополуччя (шкала суб'єктивного благополуччя, далі – ШСБ), ніж з когнітивним компонентом (задоволеність життям, далі – ЗЖ); по-друге, довіра більшою мірою пов'язана із обома показниками суб'єктивного благополуччя, ніж EI. З показників довіри найбільш тісно з суб'єктивним благополуччям пов'язаний загальний показник, тобто довіра в цілому як неспецифічна установка на відкритість, готовність до прийняття нового досвіду; з показників EI – управління своїми емоціями. Також відзначимо, що емпатія як прояв емоційного інтелекту не має значущих кореляцій із показниками суб'єктивного благополуччя, тобто за нашими даними здатність до емпатії сама по собі не має визначеного впливу на переживання людиною позитивних емоцій або на її відчуття задоволеності життям.

Таблиця 1

Матриця кореляцій показників довіри та емоційного інтелекту із показниками суб'єктивного благополуччя

Показники	Шкала психологічного благополуччя	Задоволеність життям
Довіра до світу	-0,39**	0,24
Довіра до інших	-0,56***	0,36**
Довіра до себе	-0,53***	0,45***
Загальний показник довіри	-0,70***	0,50***
Емоційна обізнаність	-0,40**	0,19
Управління своїми емоціями	-0,61***	0,32*
Самомотивація	-0,49***	0,22
Емпатія	-0,20	0,20
Розпізнавання емоцій інших людей	-0,37**	0,19

Примітка: *** – $p < 0,001$; ** – $p < 0,01$; * – $p < 0,05$.

Емпатія також є таким показником емоційного інтелекту, що має найбільш слабкий зв'язок із довірою: він має невисоку значущу кореляцію лише із довірою до себе (0,32 при $p < 0,05$). Жодний з показників емоційного інтелекту не пов'язаний із довірою до інших.

Найбільш тісні зв'язки з показниками довіри встановлені для двох показників EI: управління своїми емоціями та розпізнавання емоцій інших людей. Сміслові навантаження цих двох шкал, за зауваженням Андрєєвої І. Н., дещо відрізняється від презентованого у назві: управління своїми емоціями розкривається як емоційна гнучкість, а розпізнавання емоцій інших людей – як здатність впливати на емоційний стан інших людей, тобто здатність до управління емоціями інших (за: [7]). Тож загальна довіра як неспецифічна установка позитивно співвідноситься із здатністю управляти емоціями як своїми (0,51 при $p < 0,001$), так й інших людей (0,47 при $p < 0,001$). Сприяє довіра отриманню нового досвіду як умови розвитку EI чи можливість управляти емоціями зменшує суб'єктивні ризики та створює умови для посилення довіри, або ж йдеться про систему з позитивними зворотніми зв'язками – отримані нами результати дозволяють лише поставити ці запитання, але їх розгляд залишається на подальшу перспективу. В межах цієї статті ми зосереджуємося на характері зв'язків довіри та EI із суб'єктивним благополуччям.

Таблиця 2

Матриця кореляцій показників довіри та емоційного інтелекту

	Довіра до світу	Довіра до інших	Довіра до себе	Загальний показник довіри
Емоційна обізнаність	0,33*	0,18	0,23	0,35**
Управління своїми емоціями	0,29*	0,25	0,52***	0,51***
Самомотивація	0,24	0,11	0,49***	0,41**
Емпатія	0,08	0,05	0,32*	0,22
Розпізнавання емоцій інших людей	0,34*	0,21	0,44**	0,47***

Примітка: *** – $p < 0,001$; ** – $p < 0,01$; * – $p < 0,05$.

Суб'єктивне благополуччя як залежне від довіри та EI. Для оцінки можливого впливу EI та довіри на суб'єктивне благополуччя була використана процедура покрокової множинної регресії (метод

прямого відбору). У якості залежних змінних послідовно розглядалися показник, отриманий за шкалою суб’єктивного благополуччя (ШСБ), та задоволеність життям (ЗЖ). У якості регресорів (предикторів) були розглянуті окремо показники за субшкалами довіри, показники ЕІ, а також показники ЕІ разом із загальним показником довіри. В останньому випадку ми зупинилися на одному – загальному показнику довіри, оскільки нечисленна вибірка накладає обмеження на кількість предикторів, а з усіх показників довіри саме цей має найвищі кореляції з індикаторами суб’єктивного благополуччя. В табл. 3 подані відібрані методом прямого відбору значущі предиктори із бета-коефіцієнтами та коефіцієнти детермінації, що показують, яку частку загальної дисперсії залежної змінної пояснює модель.

Таблиця 3

Результати множинного регресійного аналізу

Змінні-регресори, включені до регресійного аналізу	Залежні змінні			
	Шкала психологічного благополуччя		Задоволеність життям	
	Значущі предиктори з бета-коефіцієнтами	R ² та скорегований R ² adj	Значущі предиктори з бета-коефіцієнтами	R ² та скорегований R ² adj
Показники ЕІ	Управління своїми емоціями -0,53	R ² =0,43 R ² adj =0,39	Управління своїми емоціями 0,31	R ² =0,14 R ² adj =0,10
Субшкали довіри	Довіра до інших -0,52 Довіра до себе -0,50	R ² =0,56 R ² adj =0,54	Довіра до інших 0,33 Довіра до себе 0,42	R ² =0,31 R ² adj =0,28
Показники ЕІ та загальна довіра	Загальна довіра -0,53 Управління своїми емоціями -0,35	R ² =0,58 R ² adj =0,56	Загальна довіра 0,50	R ² =0,25 R ² adj =0,24

Запропоновані моделі пояснюють від 14% до 58% розбіжності між нашими респондентами за показниками суб’єктивного благополуччя, тобто велика частка дисперсії залишається непоясненою. Отримані коефіцієнти детермінації підтверджують, що особливості ЕІ та довіри краще пояснюють емоційний компонент суб’єктивного благополуччя (ШСБ), ніж когнітивний (ЗЖ). При цьому, особливості довіри краще, ніж ЕІ, пояснюють обидва компоненти суб’єктивного благополуччя.

Як бачимо, з показників ЕІ лише один – управління своїми емоціями – виступає самостійним значущим предиктором для показників суб’єктивного благополуччя. Однак як предиктор він поступається довірі, й навіть втрачає зв’язок із задоволеністю життям при виключенні впливу загальної довіри.

Окремо була перевірена регресійна модель з загальною довірою як залежною змінною, та показниками ЕІ в якості предикторів. Значущими предикторами виявилися управління своїми емоціями та розпізнавання емоцій других людей, які пояснюють 35% мінливості загальної довіри.

Довіра як медіатор між ЕІ та суб’єктивним благополуччям. Відповідно до нашої гіпотези було проведено перевірку структурної моделі про опосередкований зв’язок показників ЕІ із задоволеністю життя, де медіатором виступає загальна довіра (рис.1).

Перевірка цієї моделі, проведена окремо для кожного з показників ЕІ, за винятком емпатії (яка не має значущих кореляцій ані з довірою, ні з ЗЖ), підтвердила, що за всіма індексами придатності вона дуже добре узгоджується з нашими даними: χ^2/df був нищий за 0,4 (при критичному 2), RMSEA < 0,01 (при критичному 0,05), GFI та AGFI вищі за 0,98 (при критичному 0,95) [18]. Це означає, що емоційний інтелект як здатність розуміти та управляти емоціями лише тією мірою сприяє задоволеності життям, якою він підтримує установку особистості на довіру. Однак в цілому цей внесок ЕІ у відчуття задоволеності життям є доволі малим.

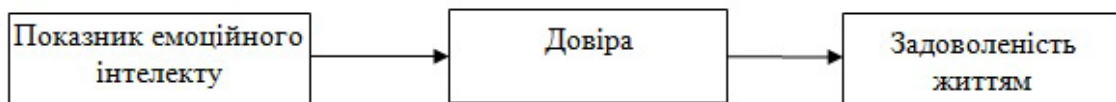


Рисунок 1. Структурна модель, що описує зв'язки між показниками емоційного інтелекту, довірою та задоволеністю життям

Наступним кроком було перевірено, чи виконує довіра функцію медіатора, коли йдеться про зв’язок ЕІ із емоційним компонентом благополуччя (ШСБ). Дуже високі оцінки за сіма індексами придатності отримала модель із таким показником ЕІ, як розпізнавання емоцій інших людей ($\chi^2/df=0,19$; $p=0,67$; RMSEA < 0,001; GFI=0,997 та AGFI=0,984) (рис.2).

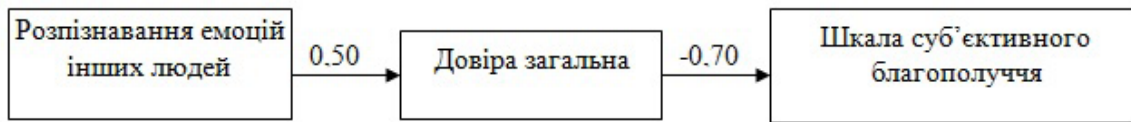


Рисунок 2. Структурна модель, що описує зв'язки між здатністю до розпізнавання емоцій інших людей (EI), довірою та шкалою суб'єктивного благополуччя

Частково підтвердилася модель із емоційною обізнаністю (за статистикою χ^2 $p=0,12$; GFI=0,972, однак інші показники вказують на недостатню узгодженість моделі із даними), але моделі із управлінням своїми емоціями та самомотивацією виявилися непридатними.

Враховуючи викладені вище результати структурного моделювання, нами була розроблена та перевірена загальна модель, що розкриває можливий механізм впливу EI на суб'єктивне благополуччя (рис.3). EI та суб'єктивне благополуччя подані як латентні змінні, які розкриваються через розпізнавання емоцій інших людей і емоційну обізнаність та емоційний комфорт й задоволеність життям відповідно. Зв'язок між цими двома латентними змінними опосередкований загальною довірою як маніфестною змінною. Показники відповідності цієї моделі отриманим даним є такими, що не дозволяють відбросити її як непридатну, але ж вказують на необхідність подальших розвідок.



Рисунок 3. Структурна модель, що описує зв'язки емоційного інтелекту (EI), довіри та суб'єктивного благополуччя (зв'язки значимі при $p<0,001$). Показники придатності: $c^2/df=6,4/4$; $p=0,17$; RMSEA 0,08; GFI 0,98; AGFI 0,92

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Наше дослідження було спрямоване на висвітлення психологічних механізмів, що відповідають за забезпечення та підтримку психологічного благополуччя людини, зокрема – суб'єктивного благополуччя як поєднання переживання емоційного комфорту та задоволеності від життя. Спираючись на попереднє дослідження, виконане під керівництвом першого автора даної статті, ми припустили, що один з таких механізмів визначається дією довіри як фасилітатора позитивних переживань. Тож було висунуто гіпотезу, що саме через довіру здійснюється вплив емоційної компетентності, забезпечуваної емоційним інтелектом, на суб'єктивне благополуччя. Хоча ця гіпотеза знайшла свої підтвердження в даному дослідженні, є кілька моментів, на які слід звернути увагу.

Ефект довіри як медіатора між емоційним інтелектом та суб'єктивним благополуччям найбільш виражений у відношенні задоволеності життям. Але в цілому впливом довіри пояснюється лише біля одної чверті загальної мінливості цього показника благополуччя, й лише біля треті цього впливу забезпечується емоційним інтелектом, насамперед – здатністю до управління своїми та чужими емоціями.

Значно краще пояснюється довірою емоційний компонент суб'єктивного благополуччя, однак роль загальної довіри як медіатора розповсюджується лише на здатність до управління чужими емоціями та, певною мірою, на емоційну обізнаність. Це означає, що, наприклад, маніпулювання емоціями іншої людини, яке за визначенням базується на відчуженні та недовірі, буде давати як результат зниження суб'єктивного благополуччя.

Звертаючись до перспектив подальших розвідок, слід підкреслити, що результати даного дослідження, проведеного на нечисельній студентській вибірці, мають значною мірою попередній характер. Для їх підтвердження та уточнення необхідна перевірка запропонованих моделей на інших вікових групах.

Література

1. Дубовик Ю. Б. Психологическое благополучие в пожилом и старческом возрасте: дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук. Спец.: Психология зрелого, среднего и пожилого возраста / Дубовик Юлия Борисовна. – Москва, 2012. – 230 с.
2. Ильин Е. П. Психология доверия / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2013. – С. 273–274.
3. Кряж І. В. Довіра й емоційний інтелект як предиктори особистісного благополуччя студентів-психологів / І. В. Кряж, Н. В. Гранкіна-Сазонова // Психологія: реальність і перспективи. – 2017. – Вип. 8. – С. 137-143.
4. Лэнгле А. Фундаментальные мотивации экзистенции как действенная структура экзистенциально-аналитической терапии // Экзистенциальный анализ. Бюллетень. – Москва, 2009. – №1. – С. 9–31.

5. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха / Г. Орме. – М.: КСП+, 2003. – С. 20–27.
6. Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН, 2008.
7. Сергиенко Е.А. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея и Д. Карузо Эмоциональный интеллект MSCEITv. 2.0. Руководство / Е.А.Сергиенко, И.И.Ветрова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. – 176 с.
8. Телесная психотерапия. Бодинамика: [пер. с англ.] / Ред.-сост. В. Б. Березкина-Орлова. – М. АСТ: АСТ Москва, 2010. – 409 с.
9. Шпак М.М. Емоційний інтелект як особистісний ресурс забезпечення психологічного благополуччя молодших школярів // Наука и освіта. – 2016. – №5. – С. 266-270.
10. Эриксон Э. Г. Детство и общество / пер. [с англ.] и науч. ред. А. А. Алексеев. — СПб.: Летний сад, 2000.
11. Bar-On R. The impact of emotional intelligence on subjective well-being / Reuven Bar-On // Perspectives in Education. – 2005. – 23 (2). – P.41-61.
12. Burrus J. Emotional Intelligence Relates to Well-Being: Evidence from the Situational Judgment Test of Emotional Management / Burrus J., Betancourt A., Holtzman S., Minsky J., MacCann C., Roberts R.D. // Applied Psychology: Health and Well-Being. – 2012. – 4(2). – P.151-166.
13. Carmeli A. The relationship between emotional intelligence and psychological well-being / Abraham Carmeli, Meyrav Yitzhak-Halevy, Jacob Weisberg // Journal of Managerial Psychology – 2009 – Vol. 24 Iss: 1. – P.66 – 78.
14. Diener E. Subjective well-being / E. Diener // Psychological Bulletin. – 1984. – 95(3). – P.542-575. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>.
15. Harminder K. G. Emotional intelligence – an important determinant of well-being and employee behaviour: a study on young professionals / Harminder Kaur Gujral, Mehak Aneja // International Journal of Management, IT and Engineering. – 2012. – V.2 (8). – P. 322-339
16. Helliwell J. F. Trust and wellbeing / John F. Helliwell, Shun Wang // International Journal of Wellbeing. – 2011. – 1(1) – P.42-78.
17. Shaheen S. Emotional Intelligence In Relation To Psychological Well-Being among Students / S. Shaheen, H. Shaheen // International Journal of Indian Psychology. – 2016. – Volume 3, Issue 4. – No. 63.
18. Steiger J.H. Моделирование структурными уравнениями: Statistica. Глава 11. – StatSoft, 1995. – С. 3535–3698.
19. Zeidner M. The Emotional Intelligence, Health, and Well-Being Nexus: What Have We Learned and What Have We Missed? / Moshe Zeidner, Gerald Matthews, Richard D. Roberts // Applied Psychology: Health and Well-Being –2012. – Volume 4, Issue 1. – P. 1–30.

References

1. Dubovik Yu. B. Psihologicheskoe blagopoluchie v pozhilom i starcheskom vozraste: dis. na soiskanie nauch. stepeni kand. psihol. nauk. Spets.: Psihologiya zrelogo, srednego i pozhilogo vozrasta / Dubovik Y. B. – Moskva, 2012. – 230 s.
2. Ilin E. P. Psihologiya doveriya / E.P.Ilin. – SPb.: Piter, 2013. – 288 s.
3. Kryazh I. V. Dovira y emotsiyniy Intelekt yak prediktori osobistlnogo blagopoluchchya studentiv-psihologiv / I. V. Kryazh, N. V. Grankina-Sazonova // Psihologiya: realn Ist i perspektivi. – 2017. – Vip. 8. – S. 137-143.
4. Lengle A. Fundamentalnyie motivatsii ekzistentsii kak deystvennaya struktura ekzistentsialno-analiticheskoy terapii // Ekzistentsialnyiy analiz. Byulleten. – Moskva, 2009. – #1. – S. 9–31.
5. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха / Г. Орме. – М.: КСП+, 2003. – С. 20–27.
6. Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН, 2008.
7. Сергиенко Е.А. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея и Д. Карузо Эмоциональный интеллект MSCEITv. 2.0. Руководство / Е.А.Сергиенко, И.И.Ветрова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. – 176 с.
8. Телесная психотерапия. Бодинамика: [пер. с англ.] / Ред.-сост. В. Б. Березкина-Орлова. – М. АСТ: АСТ Москва, 2010. – 409 с.
9. Шпак М.М. Эмоційний інтелект як особистісний ресурс забезпечення психологічного благополуччя молодших школярів // Наука и освіта. – 2016. – #5. – С. 266-270.
10. Эриксон Э. Г. Детство и общество / пер. [с англ.] и науч. ред. А. А. Алексеев. – СПб.: Летний сад, 2000.
11. Bar-On R. The impact of emotional intelligence on subjective well-being / Reuven Bar-On // Perspectives in Education. – 2005. – 23 (2). – P.41-61.
12. Burrus J. Emotional Intelligence Relates to Well-Being: Evidence from the Situational Judgment Test of Emotional Management / Burrus J., Betancourt A., Holtzman S., Minsky J., MacCann C., Roberts R.D. // Applied Psychology: Health and Well-Being. – 2012. – 4(2). – P.151-166.

13. Carmeli A. The relationship between emotional intelligence and psychological well-being / Abraham Carmeli, Meyrav Yitzhak-Halevy, Jacob Weisberg // *Journal of Managerial Psychology* – 2009 – Vol. 24 Iss: 1. – P.66 – 78.
14. Diener E. Subjective well-being / E. Diener // *Psychological Bulletin*. – 1984. – 95(3). – P.542-575. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>.
15. Harminder K. G. Emotional intelligence – an important determinant of well-being and employee behaviour: a study on young professionals / Harminder Kaur Gujral, Mehak Aneja // *International Journal of Management, IT and Engineering*. – 2012. – V.2 (8). – P. 322-339
16. Helliwell J. F. Trust and wellbeing / John F. Helliwell, Shun Wang // *International Journal of Wellbeing*. – 2011. – 1(1) – P.42-78.
17. Shaheen S. Emotional Intelligence In Relation To Psychological Well-Being among Students / S. Shaheen, H. Shaheen // *International Journal of Indian Psychology*. – 2016. – Volume 3, Issue 4. – No. 63.
18. Steiger J.H. Modelirovanie strukturnymi uravneniyami: Statistica. Glava 11. – StatSoft, 1995. – S. 3535–3698.
19. Zeidner M. The Emotional Intelligence, Health, and Well-Being Nexus: What Have We Learned and What Have We Missed? / Moshe Zeidner, Gerald Matthews, Richard D. Roberts // *Applied Psychology: Health and Well-Being* –2012. – Volume 4, Issue 1. – P. 1–30.