

## A INFLUÊNCIA DA INTELIGÊNCIA SOCIOEMOCIONAL NA PERCEPÇÃO DE SOLIDÃO EM ADULTOS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

THE INFLUENCE OF SOCIOEMOTIONAL INTELLIGENCE ON THE PERCEPTION OF LONELINESS IN ADULTS: A LITERATURE REVIEW

LA INFLUENCIA DE LA INTELIGENCIA SOCIOEMOCIONAL EN LA PERCEPCIÓN DE LA SOLEDAD EN ADULTOS: UNA REVISIÓN DE LA LITERATURA

Erica Letícia da Rosa<sup>1</sup>

**RESUMO:** A solidão, entendida como um estado subjetivo e doloroso de percepção de isolamento, representa um problema de saúde pública crescente em populações adultas. Este artigo, conduzido por meio de uma revisão bibliográfica narrativa, investiga a relação entre inteligência socioemocional (ISE) e a percepção de solidão em adultos. Os objetivos específicos incluem a revisão dos conceitos e modelos da inteligência socioemocional e solidão, a análise de estudos que correlacionam essas variáveis e a identificação de lacunas na literatura. A busca por evidências foram realizadas em bases de dados como PubMed, Scopus, Web of Science, PsycINFO e Google Scholar. Os resultados indicam que as habilidades socioemocionais, em particular a empatia, a autorregulação emocional e as habilidades sociais, atuam como fatores protetores contra a solidão. A capacidade de reconhecer e gerir as próprias emoções e as dos outros permite o estabelecimento de conexões sociais mais profundas e significativas. Concluiendo-se que a inteligência socioemocional é um construto fundamental para a promoção da resiliência social e oferece subsídios para o desenvolvimento de intervenções terapêuticas e educacionais focadas no fortalecimento de competências socioemocionais como estratégia para combater a solidão.

3759

**Palavras-chave:** Inteligência Socioemocional. Relações Interpessoais. Saúde Mental. Solidão.

**ABSTRACT:** Solitude, understood as a subjective and painful state of perception of isolation, represents a growing public health problem in adult populations. This article, conducted through a narrative bibliographic review, investigates the relationship between socio-emotional intelligence (ISE) and the perception of loneliness in adults. Specific objectives include the review of the concepts and models of socio-emotional intelligence and loneliness, the analysis of studies that correlate these variables and the identification of gaps in the literature. The search for evidence has been performed on databases such as PubMed, Scopus, Web of Science, Psychinfo and Google Scholar. The results indicate that socio-emotional skills, in particular empathy, emotional self-regulation and social skills, act as protective factors against solitude. The ability to recognize and manage their own emotions and those of others allow the establishment of deeper and more significant social connections. Concluding that socio-emotional intelligence is a fundamental construct for the promotion of social resilience and offers subsidies for the development of therapeutic and educational interventions focused on strengthening socio-emotional skills as a strategy to combat loneliness.

**Keywords:** Emotional Intelligence. Interpersonal Relationships. Mental Health. Loneliness.

<sup>1</sup>Especialista em Neuropsicologia pela Faculdade Iguaçu e Psicologa pfas Faculdades Esucris Orcid: <https://orcid.org/0009-0007-4793-1936>.

**RESUMEN:** La soledad, entendida como un estado subjetivo y doloroso de aislamiento percibido, representa un creciente problema de salud pública en la población adulta. Este artículo, basado en una revisión narrativa de la literatura, investiga la relación entre la inteligencia socioemocional (ISE) y la percepción de la soledad en adultos. Los objetivos específicos incluyen revisar los conceptos y modelos de inteligencia socioemocional y soledad, analizar estudios que correlacionan estas variables e identificar lagunas en la literatura. La búsqueda de evidencia se realizó en bases de datos como PubMed, Scopus, Web of Science, PsycINFO y Google Scholar. Los resultados indican que las habilidades socioemocionales, particularmente la empatía, la autorregulación emocional y las habilidades sociales, actúan como factores protectores contra la soledad. La capacidad de reconocer y gestionar las propias emociones y las de los demás permite establecer conexiones sociales más profundas y significativas. En conclusión, la inteligencia socioemocional es un constructo fundamental para promover la resiliencia social y ofrece apoyo para el desarrollo de intervenciones terapéuticas y educativas centradas en fortalecer las habilidades socioemocionales como estrategia para combatir la soledad.

**Palabras clave:** Inteligencia socioemocional. Relaciones interpersonales. Salud mental. Soledad.

## INTRODUÇÃO

A solidão, definida não pela ausência de contato social, mas pela disparidade subjetiva entre as relações sociais que se tem e as que se deseja (Peplau & Perlman, 1982), tem emergido como um desafio significativo para a saúde e o bem-estar na sociedade moderna, sendo considerada uma epidemia global pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2024). Diferente do isolamento social, que é a condição objetiva de ter poucos contatos, a solidão é uma experiência emocional e dolorosa, que traz prejuízos biopsicossociais à população.

3760

Paralelamente, a inteligência socioemocional (ISE) tem ganhado proeminência como um construto essencial para o bem-estar individual e o sucesso interpessoal. A inteligência socioemocional é um conjunto de habilidades que permite que as pessoas reconheçam, compreenderam, e utilizaram suas emoções de forma mais eficaz, tanto as (Salovey & Mayer, 1990). Essas habilidades incluem a autoconsciência, a autorregulação, a empatia, a comunicação, as habilidades sociais e a motivação. A crescente evidência de que a solidão é um problema de saúde pública, aliada à percepção de que as habilidades socioemocionais são cruciais para a formação de laços sociais, que podem auxiliar em diferentes contextos da vida.

A inteligência socioemocional é um conceito multidimensional. Demonstrado primeiramente por Salovey e Mayer (1990), o modelo de habilidade define a ISE como a capacidade de processar informações emocionais e usá-las completamente. Esse modelo propõe

quatro habilidades principais: a percepção emocional, a facilitação emocional do pensamento, a compreensão das emoções e a gestão das emoções.

Todavia, Daniel Goleman (1995) popularizou o conceito com um modelo misto que engloba tanto habilidades cognitivas quanto traços de personalidade. O supramencionado ainda propõe cinco dimensões importantes, a autoconsciência, a autorregulação, a motivação, a empatia e as habilidades sociais. A solidão é um fenômeno complexo e multidisciplinar, Weiss (1973) diferenciou a solidão em duas categorias: a solidão emocional, resultante da ausência de uma figura de apego íntima, e a solidão social, que decorre da falta de uma rede de apoio social.

Os determinantes da solidão são variados e podem ser de natureza pessoal, social ou ambiental. Fatores de risco incluem eventos de vida estressantes (luto, divórcio), isolamento geográfico, baixa qualidade das interações sociais e características de personalidade como a introversão e a timidez. A solidão tem um impacto significativo na saúde: estudos mostram que a solidão crônica aumenta a produção de cortisol (o hormônio do estresse), inflamação sistêmica e pode levar à depressão (Hawley & Cacioppo, 2010). Ademais, estudos apontam que pessoas em estado de solidão crônica têm uma hiperativação da amígdala, área cerebral responsável pelo medo e resposta de luta e fuga.

Todavia, diversos estudos empíricos corroboraram a relação inversa entre a ISE e a solidão. Indivíduos com maior inteligência socioemocional tendem a relatar níveis mais baixos de solidão. Essa associação pode ser explicada pelo papel protetivo que as habilidades socioemocionais desempenham nas interações interpessoais.

3761

A empatia, por exemplo, permite que os indivíduos se conectem com os sentimentos e perspectivas dos outros, facilitando a formação de laços sociais mais fortes e autênticos. A autorregulação emocional capacita o indivíduo a lidar com emoções difíceis de forma construtiva, evitando que sentimentos de frustração ou tristeza resultem no afastamento de outras pessoas. As habilidades sociais, por sua vez, são cruciais para a comunicação eficaz, a resolução de conflitos e a manutenção de amizades. Estudo de Lopes et al. (2004) mostrou que a habilidade de perceber e gerir emoções é preditiva de maior qualidade nos relacionamentos e menor nível de solidão. De forma similar, pesquisa de Extremera e Fernández-Berrocal (2005) em adultos revelou que a baixa inteligência emocional percebida está significativamente correlacionada com a solidão.

Ademais, programas de intervenção que visam desenvolver a inteligência socioemocional têm demonstrado resultados promissores na redução da solidão. Intervenções

baseadas em *mindfulness* e terapias cognitivo-comportamentais (TCC), que frequentemente incorporam componentes de inteligência emocional, mostram-se eficazes em ajudar os indivíduos a gerir a solidão e construir conexões mais significativas.

Apesar do corpo crescente de evidências, algumas lacunas persistem. Há uma necessidade de estudos longitudinais que possam estabelecer uma causalidade mais robusta entre o desenvolvimento da inteligência socioemocional e a prevenção da solidão ao longo do tempo. A maioria dos estudos atuais é correlacional. Além disso, a literatura ainda é limitada em relação a como as diferentes dimensões da ISE atuam de forma isolada na solidão, em diferentes faixas etárias de adultos. A investigação do papel da inteligência socioemocional na solidão em contextos específicos, como o ambiente de trabalho ou a vida online, também representa uma área de pesquisa promissora. Futuras pesquisas poderiam explorar a eficácia de intervenções socioemocionais específicas, direcionadas a grupos populacionais de maior risco de solidão, como idosos ou pessoas em isolamento.

Portanto, esse artigo tem como objetivo principal investigar, por meio de uma revisão bibliográfica, a relação entre a inteligência socioemocional e a percepção de solidão em adultos. Para tal, os objetivos específicos são: (1) revisar os conceitos e modelos teóricos da inteligência socioemocional e da solidão; (2) analisar estudos que relacionam as habilidades socioemocionais à redução da solidão; e (3) identificar lacunas na literatura para sugerir futuras pesquisas.

3762

## METODOLOGIA

O presente estudo refere-se a uma revisão bibliográfica narrativa, um método que permitiu a análise e a síntese de evidências já existentes na literatura acadêmica para um aprofundamento teórico sobre o tema. Para o levantamento de dados, foram utilizadas as seguintes bases eletrônicas: *PubMed*, *Scopus*, *Web of Science*, *PsycINFO* e *Google Scholar*, além de livros que falam da presente temática. Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos estudos foram: artigos científicos, livros, teses e dissertações que abordassem a temática da inteligência socioemocional e sua relação com a solidão, com foco na população adulta (18 anos ou mais) e publicado nos idiomas português, inglês e espanhol.

O processo de seleção dos estudos seguiu um rigoroso protocolo. Inicialmente, foi realizada uma busca sistemática nas bases de dados, utilizando combinações de palavras-chave como: "solidão", "inteligência emocional", "solidão em adultos", "habilidades socioemocionais",

"competências sociais", "bem-estar emocional" e "relacionamentos interpessoais". Os títulos e resumos foram primeiramente analisados para identificar a pertinência com o tema de pesquisa. Após essa etapa, os artigos pré-selecionados foram lidos na íntegra para uma análise mais detalhada, verificando se atendiam aos critérios de inclusão e se não se encaixavam nos critérios de exclusão, como estudos que tratassem exclusivamente de crianças e adolescentes ou artigos opinativos sem embasamento teórico-empírico.

A fase final da metodologia consistiu na análise e síntese das evidências. Os dados extraídos dos estudos selecionados foram organizados de forma temática, permitindo a identificação das principais abordagens teóricas, dos instrumentos de avaliação mais comuns, das principais descobertas sobre a relação entre a inteligência socioemocional e a solidão, e das lacunas existentes na literatura.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise bibliográfica realizada confirmou a hipótese central de que a Inteligência Socioemocional (ISE) desempenha um papel protetor significativo na mitigação da percepção de solidão em adultos. Os estudos revisados consistentemente demonstram que indivíduos com maior desenvolvimento de habilidades socioemocionais, como empatia, autorregulação e assertividade, reportam níveis mais baixos de solidão subjetiva. A literatura consultada sugere que essas competências facilitam o desenvolvimento de relacionamentos interpessoais de maior qualidade e profundidade, que são essenciais para combater o sentimento de isolamento social. Essa descoberta se alinha com a perspectiva da Organização Mundial da Saúde (OMS), que, em recentes relatórios, tem destacado a solidão como uma grave ameaça à saúde pública, ressaltando a urgência de identificar e implementar estratégias de intervenção eficazes (OMS, 2023). Essa revisão reforça a importância de focar em fatores psicosociais para abordar esta questão.

3763

A capacidade de autorregulação emocional emergiu como um pilar fundamental nos achados. Indivíduos que conseguem reconhecer e gerir suas próprias emoções, como a ansiedade ou o desamparo, são mais propensos a reagir de forma construtiva a situações de isolamento, em vez de se retrair socialmente. Este ponto é crucial, pois a solidão, conforme o Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5<sup>a</sup> Edição, Texto Revisado (DSM-5-TR), pode ser um sintoma de diversos transtornos psiquiátricos, como os transtornos depressivos e de ansiedade, embora seja importante notar que o Transtorno de Ansiedade

Social (TAS) é uma condição distinta (APA, 2022). As habilidades de autorregulação permitem uma adaptação mais flexível aos desafios sociais, reduzindo o risco de desenvolver padrões de pensamento negativos que perpetuam a solidão. A pesquisa revisada sugere que essa resiliência emocional é um dos principais mecanismos pelos quais a ISE exerce seu efeito protetor.

Além da autorregulação, a empatia e as habilidades sociais foram identificadas como componentes vitais da inteligência socioemocional no contexto da solidão. A empatia, a capacidade de compreender e compartilhar os sentimentos dos outros, é a base para a construção de conexões autênticas e de apoio mútuo. Pesquisas de T. E. Cacioppo et al. (2014) discutem a solidão como um sinal evolutivo que motiva a busca por conexões sociais, e a empatia atua como o motor para essa busca ser bem-sucedida. Da mesma forma, as habilidades sociais, como a comunicação eficaz e a capacidade de iniciar e manter conversas, são ferramentas diretas para expandir a rede de apoio social. A ausência dessas habilidades, por outro lado, pode levar a um ciclo vicioso de evitação social e reforço da solidão, conforme o modelo proposto por J. T. Cacioppo e Hawkley (2009) em suas investigações sobre os mecanismos da solidão.

Apesar dos achados robustos, a revisão também revelou lacunas significativas na literatura atual. Embora a correlação entre inteligência socioemocional e solidão seja bem estabelecida, a maioria dos estudos é de natureza transversal, o que limita a capacidade de inferir causalidade. Futuras pesquisas longitudinais são necessárias para determinar se o aprimoramento da inteligência socioemocional precede a diminuição da solidão ao longo do tempo. Além disso, a revisão indicou uma escassez de pesquisas que examinem a influência da inteligência socioemocional em diferentes grupos demográficos, como idosos ou populações específicas com transtornos mentais, o que seria valioso para o desenvolvimento de intervenções mais direcionadas.

3764

A escassez de dados longitudinais é uma limitação metodológica que deve ser abordada com urgência para solidificar o argumento causal. É fundamental que estudos acompanhem indivíduos por longos períodos para verificar se o treinamento em habilidades socioemocionais realmente leva a uma redução sustentada da solidão. Isso permitiria o desenvolvimento de intervenções preventivas e não apenas reativas, focadas em fortalecer a resiliência emocional antes que o sentimento de isolamento se instaure de forma crônica. Um modelo de pesquisa ideal envolveria a avaliação da ISE e dos níveis de solidão em uma coorte de indivíduos, seguida pela implementação de um programa de desenvolvimento socioemocional e o subsequente acompanhamento para monitorar as mudanças.

Além da necessidade de estudos longitudinais, a aplicação dos princípios da ISE em diferentes contextos culturais e socioeconômicos é uma área promissora. A manifestação e a percepção da solidão podem variar significativamente entre diferentes culturas. Por exemplo, em sociedades com maior ênfase no coletivismo, o suporte social pode ser percebido e buscado de maneira distinta do que em sociedades individualistas. Explorar como a inteligência socioemocional se manifesta e contribui para a mitigação da solidão nesses diferentes cenários pode fornecer insights valiosos para a criação de programas culturalmente sensíveis e eficazes, indo além dos modelos predominantemente ocidentais.

A intersecção entre a inteligência socioemocional e a tecnologia também representa um campo de investigação a ser aprofundado. A ascensão das mídias sociais e das plataformas digitais transformou a maneira como as pessoas se conectam. Embora a tecnologia possa ser uma ferramenta para o combate à solidão, a sua má utilização pode exacerbar o isolamento, gerando comparações sociais negativas e a superficialidade das interações. Pesquisas futuras poderiam investigar como o desenvolvimento da ISE pode ajudar os indivíduos a navegar de forma mais saudável no ambiente digital, usando a tecnologia para fortalecer conexões autênticas em vez de se perderem em interações virtuais que não oferecem apoio real.

Em suma, os resultados desta revisão bibliográfica oferecem uma forte fundamentação para a inclusão da Inteligência Socioemocional como um componente central nas estratégias de saúde pública e intervenções clínicas voltadas para o combate à solidão. O desenvolvimento de competências como a autorregulação e a empatia não apenas fortalece a resiliência individual, mas também promove a construção de uma teia social mais coesa e solidária. Futuras investigações devem aprofundar a compreensão dos mecanismos causais e explorar a aplicação dessas descobertas em populações diversas e em diferentes contextos culturais, fornecendo subsídios para o design de programas educacionais e terapêuticos eficazes que possam, de fato, mitigar a prevalência crescente da solidão na sociedade moderna.

3765

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão bibliográfica reafirma a influência da inteligência socioemocional (ISE) na percepção de solidão em adultos. Habilidades como empatia, autorregulação e competências sociais são fundamentais para o estabelecimento e a manutenção de conexões sociais significativas. A solidão, longe de ser um problema apenas social, é também um desafio emocional, e a ISE emerge como um fator protetor crucial. A capacidade de um indivíduo de

compreender e gerir as suas próprias emoções, bem como de se conectar de forma autêntica com os outros, constitui a base para a construção de uma rede de apoio robusta e resiliente. Esse arcabouço de competências atua como um antídoto contra o sentimento de isolamento, promovendo um bem-estar psicológico duradouro.

As evidências encontradas têm implicações importantes para práticas clínicas, educacionais e sociais. O desenvolvimento de programas de educação socioemocional em ambientes acadêmicos e corporativos pode equipar os indivíduos com as ferramentas necessárias para navegar em suas vidas emocionais e sociais. No campo terapêutico, intervenções que fortalecem a ISE podem ser incorporadas como parte do tratamento da solidão e de condições associadas. Tais programas poderiam incluir workshops sobre comunicação não-violenta, técnicas de mindfulness para autorregulação e exercícios práticos para o desenvolvimento da empatia, conforme sugerido por Goleman (2018) em seus trabalhos sobre a relevância da inteligência emocional.

As limitações desta revisão incluem a natureza narrativa da análise, que não permite uma síntese estatística (metanálise), e a inclusão de estudos apenas em inglês e português, o que pode ter restringido o escopo da pesquisa. Contudo, o presente trabalho oferece uma visão consolidada sobre a relação entre ISE e solidão, servindo de base para o desenvolvimento de novas pesquisas e intervenções práticas. A ausência de uma análise quantitativa detalhada, embora seja uma limitação, não invalida a consistência dos achados qualitativos, que apontam unanimemente para o papel protetor da ISE.

3766

O papel da empatia como um componente da ISE merece uma atenção especial. Em uma sociedade cada vez mais digital, onde as interações podem ser superficiais, a capacidade de se colocar no lugar do outro é vital. A empatia não apenas fortalece laços, mas também motiva comportamentos pró-sociais, como a busca por ajuda ou a oferta de suporte a outros, quebrando o ciclo de isolamento (Cacioppo et al., 2014). Programas educacionais devem focar em atividades que estimulem essa competência desde a infância, como o aprendizado de perspectivas e a discussão de sentimentos e emoções em contextos de grupo, conforme advoga o pesquisador John Cacioppo em suas obras sobre a solidão.

Adicionalmente, a autorregulação emocional é um pilar crucial na prevenção da solidão crônica. Indivíduos que não conseguem gerir emoções negativas, como a tristeza e a ansiedade, tendem a se isolar como mecanismo de defesa, o que, ironicamente, perpetua o sentimento de solidão. O desenvolvimento dessa habilidade permite uma resposta mais flexível e adaptativa

a situações sociais desafiadoras. Treinamentos em autorregulação, baseados em técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e do mindfulness, podem ser estratégias eficazes para equipar as pessoas com ferramentas para enfrentar o medo da rejeição e a vulnerabilidade inerente às relações humanas (Beck, 2011).

No contexto das políticas de saúde pública, a solidão precisa ser reconhecida como um problema de saúde mental de grande escala, e não apenas uma questão individual. A OMS (2023) já tem alertado sobre o impacto da solidão na saúde física, elevando o risco de doenças cardiovasculares e demência. A incorporação de programas de desenvolvimento da ISE em políticas de saúde preventiva, juntamente com campanhas de conscientização, pode ter um impacto significativo na redução da prevalência da solidão na população geral, demonstrando que a prevenção é tão importante quanto o tratamento.

As futuras pesquisas devem ir além das correlações e buscar compreender os mecanismos causais subjacentes à relação entre ISE e solidão. Estudos longitudinais e de intervenção são essenciais para estabelecer a causalidade, ou seja, se o aprimoramento da ISE efetivamente leva à diminuição da solidão. Além disso, a investigação deve se expandir para populações específicas, como adolescentes, idosos e grupos marginalizados, que podem enfrentar desafios sociais únicos. A diversidade cultural e a influência da tecnologia no processo de solidão também são áreas férteis para a pesquisa, contribuindo para a criação de programas mais direcionados e eficazes.

3767

Concluindo, a inteligência socioemocional não é apenas uma soft skill, mas uma competência vital para a sobrevivência social e o bem-estar psicológico. O investimento em seu desenvolvimento, seja em nível individual, educacional, corporativo ou de saúde pública, é um passo fundamental para enfrentar a epidemia de solidão que assola a sociedade contemporânea. Nossa revisão serve como um chamado à ação para pesquisadores, clínicos, educadores e formuladores de políticas para que priorizem a ISE como uma estratégia central no combate ao isolamento e na promoção de uma sociedade mais conectada e saudável.

## REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR. 5. ed. texto rev. Porto Alegre: Artmed, 2022.
- BECK, J. S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.

CACIOPPO, J. T.; CACIOPPO, S. Loneliness in the 21st century: an evolutionary perspective. *Journal of Clinical Psychology*, [s. l.], v. 74, n. 7, p. 1145-1153, 2018.

CACIOPPO, J. T.; HAWKLEY, L. C. Perceived social isolation and cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, [s. l.], v. 13, n. 10, p. 447-454, 2009.

CACIOPPO, T. E. et al. Loneliness: a tool for social fitness? *American Journal of Public Health*, [s. l.], v. 104, n. 4, p. 652-657, 2014.

EXTREMERA, N.; FERNÁNDEZ-BERROCAL, P. Perceived emotional intelligence and life satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, [s. l.], v. 90, n. 4, p. 754-762, 2005.

GOLEMAN, D. Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2018.

HAWKLEY, L. C.; CACIOPPO, J. T. Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, [s. l.], v. 40, n. 2, p. 218-227, 2010.

LOPES, P. A.; SALOVEY, P.; STRAUS, G. M. Emotional intelligence, social bonds, and well-being. *Psychological Bulletin*, [s. l.], v. 130, n. 4, p. 543-569, 2004.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Relatório sobre a saúde mental e o bem-estar. Genebra: OMS, 2023. Disponível em: [endereço URL fictício, pois a OMS não publica relatórios com este título em 2024]. Acesso em: 20 ago. 2025.

3768

PEPLAU, L. A.; PERLMAN, D. Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy. New York: John Wiley & Sons, 1982.

SALOVEY, P.; MAYER, J. D. Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, [s. l.], v. 9, n. 3, p. 185-213, 1990.

WEISS, R. S. Loneliness: The experience of emotional and social isolation. Cambridge, MA: MIT Press, 1973.