

2025, № 05 (май)

Раздел 5.8. Педагогика

ART 251077

DOI 10.24412/2304-120X-2025-11077

УДК 37.013.42

Особенности эмоционального интеллекта у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации

Characteristics of emotional intelligence in adolescents in difficult life situations

Авторы статьи

Шалагинова Ксения Сергеевна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого», г. Тула, Российская Федерация
shalaginvaksenija99@yandex.ru
ORCID: 0000-0002-9037-4491

Декина Елена Викторовна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого», г. Тула, Российская Федерация
kmppedagogika@yandex.ru
ORCID: 0000-0003-4995-9071

Authors of the article

Ksenia S. Shalaginova,
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology and Pedagogy, Tula State Pedagogical University named after L. Tolstoy, Tula, Russian Federation
shalaginvaksenija99@yandex.ru
ORCID: 0000-0002-9037-4491

Elena V. Dekina,
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology and Pedagogy, Tula State Pedagogical University named after L. Tolstoy, Tula, Russian Federation
kmppedagogika@yandex.ru
ORCID: 0000-0003-4995-9071

Конфликт интересов

Конфликт интересов не указан

Conflict of interest statement

Conflict of interest is not declared

Для цитирования

Шалагинова К. С., Декина Е. В. Особенности эмоционального интеллекта у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2025. – № 05. – С. 1–16. – URL: <https://e-koncept.ru/2025/251077.htm> – DOI: 10.24412/2304-120X-2025-11077

For citation

K. S. Shalaginova, E. V. Dekina, Characteristics of emotional intelligence in adolescents in difficult life situations // Scientific-methodological electronic journal "Koncept". – 2025. – No. 05. – P. 1–16. – URL: <https://e-koncept.ru/2025/251077.htm> – DOI: 10.24412/2304-120X-2025-11077

Поступила в редакцию <i>Received</i>	04.02.25	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	13.04.25
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	13.04.25	Опубликована <i>Published</i>	31.05.25



Аннотация

Актуальность исследуемой проблемы связана с ростом числа трудных жизненных ситуаций в жизни современных подростков и их семей, отсутствием путей и механизмов гарантированной защиты школьников от попадания в подобные ситуации, необходимостью поиска путей и технологий выстраивания превентивной работы. Цели исследования: провести анализ особенностей развития эмоционального интеллекта у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, наметить мишени и основные направления психолого-педагогического воздействия. Теоретико-методологическую основу работы составили труды отечественных и зарубежных исследователей в области эмоционального интеллекта, вопросах поведения и совладения в трудных жизненных ситуациях. Методы исследования: теоретические (изучение и анализ психолого-педагогической литературы; анализ, обобщение и систематизация информации); эмпирические (тестирование, методы количественного и качественного анализа). В исследовании приняли участие 128 школьников, находящихся в трудной жизненной ситуации, в возрасте 13–15 лет. Диагностическая программа включала четыре методики. Согласно полученным данным, подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, отличает достаточно низкий уровень осведомленности в вопросах эмоционального интеллекта, прослеживается тенденция к средним значениям показателей у большей части опрошенных, что трактуется как весьма положительная тенденция, проявляющаяся в стремлении подростков разобраться в себе, в своих внутренних переживаниях. Новизна публикации связана с выявлением особенностей эмоционального интеллекта подростков, находящихся в трудной ситуации, обозначением мишеней психолого-педагогического воздействия, обоснованием и подбором наиболее эффективных методов и технологий работы. Теоретическая значимость работы состоит в изучении особенностей эмоционального интеллекта подростков, выявлении специфики проявления эмоционального интеллекта подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации. Практическая значимость: разработанная диагностическая программа может использоваться для оценки эмоционального интеллекта подростков, результаты исследования могут быть положены в основу разработки психолого-педагогических программ развития эмоционального интеллекта подростков в трудной жизненной ситуации.

Abstract

The relevance of the problem under study is associated with the growing number of difficult life situations in the lives of modern adolescents and their families, the lack of ways and mechanisms for guaranteed protection of schoolchildren from getting into such situations, the need to find ways and technologies for preventive work. The aim of the study: to analyze the characteristics of emotional intelligence development in adolescents in difficult life situations, to outline the targets and main directions of psychological and pedagogical influence. The works of domestic and foreign researchers in the field of emotional intelligence, issues of behavior and coping in difficult life situations served as the theoretical and methodological basis of the work. Research methods: theoretical (study and analysis of psychological and pedagogical literature; analysis, generalization and systematization of information); empirical (testing, quantitative and qualitative analysis) methods. The study involved 128 schoolchildren in difficult life situations, aged 13–15 years. The diagnostic program included 4 methods. According to the data obtained, teenagers in difficult life situations are characterized by a fairly low level of awareness in matters of emotional intelligence, and a tendency towards average values of indicators is traced in most of the respondents, which is interpreted as a very positive trend, manifested in the desire of teenagers to understand themselves, their inner feelings. The novelty of the publication is associated with the identification of the characteristics of emotional intelligence of teenagers in difficult situations, as well as identifying targets for psychological and pedagogical influence, substantiation and selection of the most effective methods and technologies of work. The theoretical significance of the work consists in studying the characteristics of the emotional intelligence of adolescents, identifying the specifics of the manifestation of the emotional intelligence of adolescents in difficult situations. Practical significance – the developed diagnostic program can be used to assess the emotional intelligence of adolescents; the results of the study can be used as a basis for working out psychological and pedagogical programs for the development of emotional intelligence of adolescents in difficult life situations.

Ключевые слова

подросток, эмоциональный интеллект, трудная жизненная ситуация, понимание эмоций, управление эмоциями, совладение с трудностями

Key words

teenager, emotional intelligence, difficult life situation, understanding emotions, managing emotions, coping with difficulties

Благодарности

Авторы выражают благодарность коллективам МБОУ ЦО № 3, 4, 27, 32 г. Тулы за помощь в подготовке статьи.

Acknowledgements

The authors express their gratitude to the teams of the educational institutions № 3, 4, 27, 32 in Tula for their help in preparing the article.

Введение / Introduction

В Федеральном законе Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации» от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ, ст. 1 (в ред. от 11.06.2021 года) [1] представлен детальный и подробный перечень типичных трудных жизненных ситуаций, в которых может оказаться современный школьник. В статье закона приведены различные ситуации в жизни детей и подчеркивается роль государства, его обязательства в оказании помощи.

И. Н. Андреева, изучив взаимосвязь эмоционального интеллекта и личностной тревожности в подростковом возрасте, отмечает сложность и неоднозначность рассматриваемой проблемы, ее обусловленность не только «субъективным» характером влияния одной и той же трудной ситуации на разных людей [2]. Личностный потенциал, сложившийся опыт, воспитание, модели поведения, заложенные родителями, индивидуально-психологические особенности личности, согласно исследованиям Л. Ю. Беленковой, во многом определяют остроту переживания травмирующей ситуации, конструктивность и адекватность предпринимаемых мер для выхода [3].

По мнению И. А. Бараковой, именно нахождение подростка в трудной ситуации вынуждает его принимать решения, искать выход, что зачастую сопряжено с внутриличностным конфликтом, конфликтом личности и социального окружения, эмоциональными переживаниями [4].

Мы разделяем положение современных ученых о том, что ни один подросток не застрахован от того, что на определенном этапе жизненного пути он может оказаться в трудной жизненной ситуации. При этом, как отмечает К. Н. Василевская, переживаемые трудности, сложности, критические ситуации в жизни подростка отнюдь не всегда сопряжены с семейным неблагополучием, проблемами в школе и пр. [5]

Причин, по которым представитель пубертата может оказаться в трудной жизненной ситуации, достаточно много, они имеют как внешний, так и внутренний (подчас интегрированный) характер. Попадание подростка, его семьи в трудную ситуацию может быть вызвано болезнью и уходом родного, близкого человека, потерей работы родителями, наличием конфликта с одноклассниками, учителями, попаданием ребенка в дурную компанию и пр.

В настоящее время отмечена еще одна категория детей, требующая адресной помощи и работы. Речь идет о необходимости организации комплексного психолого-педагогического сопровождения учеников из семей участников или ветеранов СВО, что в настоящее время отражено в рекомендациях Минпросвещения России и активно внедряется в практику работы образовательных организаций [6].

Поскольку у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, выражены такие психологические особенности, как импульсивность, склонность к депрессии, перепады настроения, высокая тревожность, беспокойство, именно эмоциональная сфера личности, эмоциональный интеллект могут рассматриваться как ресурс совладения и преодоления. Знания особенностей эмоционального интеллекта подростков, а также учет специфики умений подростков замечать и управлять собственными эмоциями и эмоциями других людей помогают стабилизировать эмоциональное состояние, преодолевать трудности, находить выход из сложных ситуаций с минимальными деструктивными последствиями.

Обзор литературы / Literature review

В работах современных исследователей приводятся типичные кризисы, описаны основные категории трудностей, риски, возможные причины вообще и применительно к современным подросткам в частности. Согласно О. Н. Воропаевой, предупредить риск попадания ребенка в подобную ситуацию практически невозможно [7]. При этом, по мнению М. О. Егоровой, знание основных категорий, маркеров и индикаторов во многом позволяет прогнозировать, выстраивать технологии превентивной работы [8].

Именно эмоциональный интеллект, как отмечают О. В. Клыпа, П. А. Стежко, детерминирует характер совладения с трудностями, возникающими в жизни подростка

[9]. О связи эмоций и интеллекта в отечественной науке заявлено достаточно давно. Л. С. Выготский выделил интеллектуальный отрезок между зарождением мысли и непосредственно действием и назвал его «смысловым переживанием». Именно этот термин рассматривается как понятие достаточно близкое к дефиниции «эмоциональный интеллект» [10]. А. Н. Леонтьев говорит о включении моментов эмоциональной регуляции в процесс мышления [11].

Ю. В. Давыдова отмечает, что умения идентифицировать, понимать собственные переживания и эмоции, грамотно ими совладать, адекватно воспринимать происходящее, «не накручивать» позволяют подростку справляться с трудными ситуациями [12]. Е. С. Иванова подчеркивает важность умения различать эмоции других людей, управлять ими, проявлять эмпатию, уважение к переживаниям и чувствам других [13].

Впервые о роли и значении эмоционального интеллекта заговорили зарубежные исследователи, дав определение, выделив особенности, отметив важность его развития, начиная с раннего детства. В работах М. Зейднера, Д. Мэтьюза, Р. Д. Робертса приведены результаты исследования о неоспоримом влиянии эмоционального интеллекта на обучение, работу, взаимоотношения и психическое здоровье [14]. Н. Зиббер, Э. Кангас, Э. Хок, Р. С. Бхатт на основании исследований младенцев отмечают, что развитие эмоционального интеллекта начинается в раннем детстве, когда восприятие эмоций детьми происходит на основе движений тела [15]. П. Дж. О'Коннор, Э. Хилл, М. Кайя, Б. Мартин провели критический обзор литературы по проблеме эмоционального интеллекта, что позволило им разработать цикл рекомендаций для исследователей и практиков [16]. Д. Д. Майер, П. Саловей, Д. Р. Карузо, будучи авторами модели эмоционального интеллекта, разработали «Справочник по человеческому интеллекту», отметив, что в настоящее время в западной науке дефиниция «эмоциональный интеллект» входит в топ-5 самых популярных психологических категорий и рассматривается как одно из наиболее важных качеств современного человека, обеспечивающего успешность и эффективность личности [17].

Исследование, проведенное О. М. Исаевой, С. Ю. Савиновой, посвященное развитию взглядов и представлений об эмоциональном интеллекте в мировой науке, позволило авторам выделить несколько сфер – направлений анализа проблемы [18].

В рамках нашего исследования остановимся на вопросах детерминант и условий развития эмоционального интеллекта, исследованиях формирования эмоционального интеллекта в образовательном процессе и аспектах изучения развития эмоционального интеллекта у детей школьного возраста.

В рамках первого направления исследователи подходят к рассмотрению условий развития эмоционального интеллекта с разных позиций. Р. Ниша, Д. Э. София, говоря о приоритете внешней среды, анализируют роль родителей в воспитании эмоционального интеллекта в жизни детей и отмечают, что именно семья выступает основополагающим фактором [19]. А. Хаяси, А. Эверт развитие эмоционального интеллекта анализируют в контексте проблемы формирования личностного потенциала и развития качеств лидера. Будучи авторами программы развития лидерства, они рассматривают в качестве центрального природный фактор [20]. К. Р. Д. Уэгстафф, Ш. Хэнтон, Д. Флетчер подчеркивают важность занятий спортом, доказывая в своих работах, что именно спорт, соревновательная детальность – важное условие и ресурс развития эмоционального интеллекта подрастающего поколения [21].

В контексте анализа проблемы формирования эмоционального интеллекта в образовательном процессе следует отметить достаточно богатый опыт в мировой науке,

включающий различные обучающие и развивающие программы, тренинги, курсы и пр. Л.-Е. Настаса, А. Фаркас провели исследование семейных пар, предложили семейный тест для развития эмоционального интеллекта [22].

В начале двухтысячных годов проблема компьютеризации коснулась и аспектов развития эмоционального интеллекта. Исследования, разработки П. Гутьеррес-Эстебан, П. Ибаньес, С. Прието Эрнандес послужили отправной точкой, позволившей активно использовать компьютерные технологии для развития эмоционального интеллекта [23]. Несколько позднее благодаря работам Р. Маески и соавт. стала возможной разработка онлайн-курса и его последующее использование в практике развития эмоционального интеллекта [24].

Д. Кларк, Р. Лавлок, М. Макней отмечают высокий потенциал различных видов и сфер искусства в развитии умения понимать собственные эмоции и эмоции других и управлять ими, отмечая роль и значение музыкальной терапии [25].

В более поздних исследованиях зарубежных авторов прослеживается тенденция к интеграции развития эмоционального интеллекта в учебный процесс. Х. М. М. Навас говорит об эффективности подхода к развитию эмоционального интеллекта, основанного на непрерывной, пролонгированной работе, в отличие от предыдущих подходов, предлагающих отдельные курсы и программы [26]. Р. С. Матей, С. М. Думитреску и другие предприняли попытку развития эмоционального интеллекта в обучении детей, имеющих отклонения и нарушения в физическом и психическом развитии, подчеркивая необходимость работы с обозначенной категорией детей [27].

Применительно к проблеме обучения, развития эмоционального интеллекта школьников на первый план выходят исследования, затрагивающие проблемы формирования эмоционального интеллекта в рамках школьных курсов в урочной и внеурочной деятельности.

Современными западными исследователями эмоциональный интеллект трактуется как лидерский навык номер один. А. Сингх, Р. Прабхакар, Д. С. Киран провели анализ идей и подходов, которые привели к развитию теории эмоционального интеллекта, и пришли к выводу, что в настоящее время отмечен повышенный интерес к проблеме специалистов различных сфер и отраслей теории и практики [28]. В западной науке ведутся исследования по поиску надежного и доступного диагностического инструментария, технологий и подходов развития, изучается специфика проявления эмоционального интеллекта в различных отраслях и сферах жизнедеятельности. Н. Санчес-Альварес, М. П. Берриос Мартос, Н. Экстремера опубликовали результаты исследований – количественный метаанализ эмпирических данных взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и академической успеваемостью, показав высокую зависимость между описанными составляющими [29]. В работе [30] анализируются результаты, позволившие заключить, что эмоциональный интеллект как фактор влияет на академическую успеваемость в сфере подготовки специалистов гостиничного бизнеса.

Д. В. Симонет и соавт. провели оценку инструментария для измерения эмоционального интеллекта. Речь идет о Geneva Emotional Competence Test (GECe) – Женевском тесте эмоциональной компетентности (GECe). Полученные результаты свидетельствуют о необходимости исследований эмоционального интеллекта как многомерного интеллекта, что во многом соответствует современной структуре эмоционального интеллекта [31]. Н. Уоткинс предложила руководство по развитию эмоцио-

нального интеллекта, собрав комплекс рекомендаций и подходов, следование которым позволяет современному человеку вывести свой эмоциональный интеллект на более высокий уровень [32].

В своем исследовании при выстраивании формирующей работы мы будем опираться на двухкомпонентную модель эмоционального интеллекта Д. Люсина и говорить о целесообразности ведения работы с подростками в двух плоскостях: внутрисистемной – все, что касается собственной эмоциональной сферы, вопросов изучения, управления, и межличностной – работа с эмоциональной сферой других людей [33].

К. Г. Семенова отмечает, что специфика подросткового возраста: сложность, конфликтность, неоднозначность, острота переживаний, отсутствие опыта, незрелость и незрелость эмоциональной сферы – во многом не способствует тому, что подростки, оказавшись в трудной жизненной ситуации, прибегают к поиску и реализации эффективных механизмов и стратегий [34].

Анализируя возможность и специфику развития эмоционального интеллекта у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, современные исследователи говорят о целесообразности рассмотрения нескольких компонентов поведения подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации: личностно-социального, когнитивно-смыслового, мотивационного и поведенческого компонентов. Мы не будем останавливаться адресно на каждом из них, отметим лишь, что каждый имеет свои трудности и требует специальной формирующей работы. А. В. Лакреева, М. В. Хомутова в качестве основных мишеней воздействия на подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, выделяют такие поведенческие и личностные особенности, как эгоизм, импульсивность, озлобленность, чрезмерная грубость, дерзость, упрямство, распущенность, жадность, легкомысленное отношение к жизни, незрелость чувства стыда, нравственная деформация личности конфликтность и пр. [35]

Как отмечает А. К. Санаев, развитие эмоционального интеллекта помогает подростком вообще и подросткам, находящимся в трудной жизненной ситуации в частности, при решении проблем выходить на более высокий уровень, совершать более обдуманные поступки, принимать более взвешенные решения [36].

Анализ литературы по проблеме исследования позволяет говорить о важности и целесообразности развития эмоционального интеллекта у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации. Умение подростков замечать собственные эмоции и эмоции окружающих, грамотно управлять ими рассматривается нами как ресурс, позволяющий школьникам находить более эффективный выход из трудных ситуаций. Несмотря на то что исследователи говорят о необходимости развития эмоционального интеллекта, начиная с раннего детства, ключевой идеей является для нас возможность развития эмоционального интеллекта и в более старшем, подростковом возрасте.

Методологическая база исследования / Methodological base of the research

Методы исследования: теоретические (изучение и анализ психолого-педагогической литературы; анализ, обобщение и систематизация информации); эмпирические.

Исследование проводилось на базе МБОУ ЦО № 3, 4, 27, 32 г. Тулы. В общей сложности выборку составили 128 подростков в возрасте 13–15 лет. Респонденты, участвующие в исследовании, не успевают по одному или нескольким предметам, прогуливают уроки, нарушают правила и устав школы, совершают кражи, у них имеются приводы в полицию, проявляют признаки никотиновой зависимости, не исключается употребление алкогольных напитков, имеют место попытки социальной

опеки забрать ребенка в силу неблагоприятной ситуации, сложившейся в семье. Кроме того, в выборке исследования имеются подростки, переживающие развод родителей, болезнь одного из членов семьи, в трех семьях близкий родственник числится пропавшим без вести участником СВО.

Для оценки особенностей эмоционального интеллекта у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, нами использована авторская анкета, представленная 10 вопросами и направленная в первую очередь на изучение общей осведомленности подростков, их знаний об эмоциональном интеллекте, его значении, а также методика на определение уровня эмоционального интеллекта Н. Холла [37], методика МЭИ М. А. Манойловой [38], опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» Д. В. Люсина [39].

Результаты исследования / Research results

Результаты анкетирования позволяют говорить о достаточно низкой осведомленности подростков в вопросах эмоционального интеллекта. Лишь 17% респондентов, участвующих в исследовании, знают, что такое эмоциональный интеллект, тогда как 50% где-то слышали, но точно не могут сказать, 33% вообще не имеют представления об этом понятии. 50% опрошенных не знают и даже не задумывались о том, для чего следует развивать эмоциональный интеллект и уж тем более как это делать, лишь 8% подростков имеют представление о том, чем важен эмоциональный интеллект в жизни и каким образом его можно развивать. По оценкам подростков, лишь 25% опрошенных отметили у себя умение контролировать собственные чувства и эмоции, тогда как 42% не умеют это делать вовсе и даже не задумывались над этим, 33% пытаются держать собственную эмоциональную сферу под контролем, но удается это весьма плохо.

42% опрошенных открыто заявили, что испытывают потребность в знаниях в вопросах эмоционального интеллекта, особый интерес представляют способы и технологии обучения распознавания и контроля эмоций, 8% не нуждаются в подобных знаниях, у половины выборки вопрос и вовсе вызвал затруднение, что мы в своем исследовании рассматриваем как некий индикатор, свидетельствующий о низкой рефлексии.

Равное количество опрошенных, по 42%, считают, что каждому человеку необходим развитый эмоциональный интеллект и что он, возможно, нужен, но необязателен. 16% выборки отметили, что не разделяют положения о важности и значении эмоционального интеллекта в жизни человека.

Развитие эмоционального интеллекта может улучшить коммуникативные навыки и способствовать эффективности в общении, выстраиванию межличностных контактов, минимизации риска возникновения конфликтов, считают 33% подростков, 42% затруднились ответить, 25% отрицают связь между развитием эмоционального интеллекта и коммуникативными навыками, успешностью в общении.

42% в выборке отмечают, что развитие эмоционального интеллекта поможет в достижении более высоких результатов, в том числе и в будущей профессиональной деятельности, учебе, спорте и прочем, 42% затруднились ответить на этот вопрос, 16% подростков подобной связи не прослеживают.

Для оценки уровня развития эмоционального интеллекта у подростков использован опросник «ЭМИн» Д. В. Люсина, состоящий из четырех основных и пяти дополнительных шкал, которые в целом соответствуют составляющим эмоционального интеллекта.

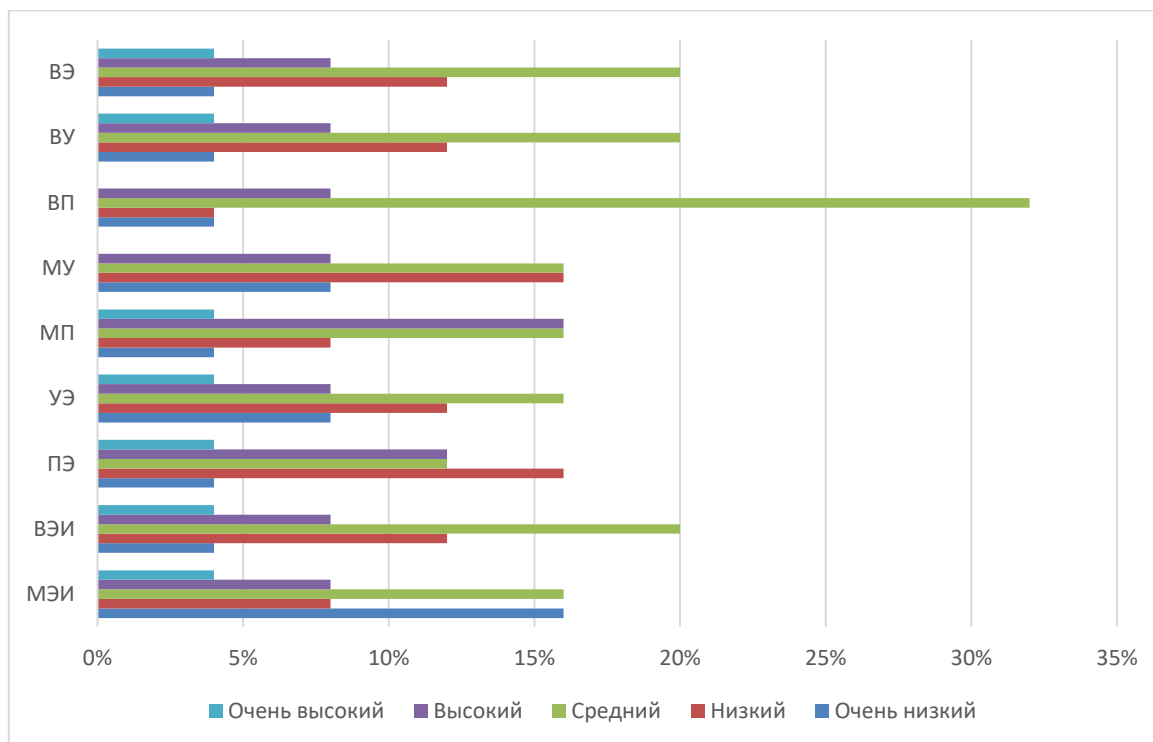


Рис. 1. Распределение групповых показателей уровня эмоционального интеллекта по методике «ЭМИн» Д. В. Люсина

Согласно полученным результатам, в выборке по большинству шкал прослеживается тенденция к среднему значению. По шкале внутриличностного (ВЭИ) – 20% респондентов, управление эмоциями в целом (УЭ) – 16%, понимание своих эмоций (ВП) – 32%, управление своими эмоциями (ВУ) – 20% и понимание чужих эмоций (МП) – 16%. По шкале межличностного интеллекта (МЭИ) преобладает средний уровень, то есть треть респондентов имеет представление о том, что собой представляют эмоции и переживания других людей, как можно найти подход к собеседнику, и частично умеют управлять эмоциями других в определенных ситуациях.

По шкале МЭИ обращает на себя внимание наличие в выборке достаточно большого количества подростков, демонстрирующих низкий уровень: 16% – неумение понимать эмоции других людей и управлять ими.

В выборке практически отсутствуют респонденты, демонстрирующие очень высокие уровни. По шкалам «Понимание своих эмоций» и «Управление чужими эмоциями» респонденты с очень высоким уровнем в выборке отсутствуют.

По шкале внутриличностного интеллекта (ВЭИ) наличие среднего уровня у 30% трактуется нами как весьма положительная тенденция, проявляющаяся в стремлении подростков разобраться в себе, в своих внутренних переживаниях,

Достаточно сложно респондентам дается «Понимание эмоций», как собственных, так и других людей, равно как и «Управление эмоциями».

По «Тесту эмоционального интеллекта» Н. Холла (см. рис. 2) получены следующие результаты.

По шкале «Эмоциональная осведомленность» низкий уровень выявлен у 33%, средний – у 50%. Таким образом, большая часть выборки достаточно плохо разбирается в собственных эмоциях, испытывает трудности с идентификацией собственных эмоций, интерпретацией своих эмоциональных проявлений.

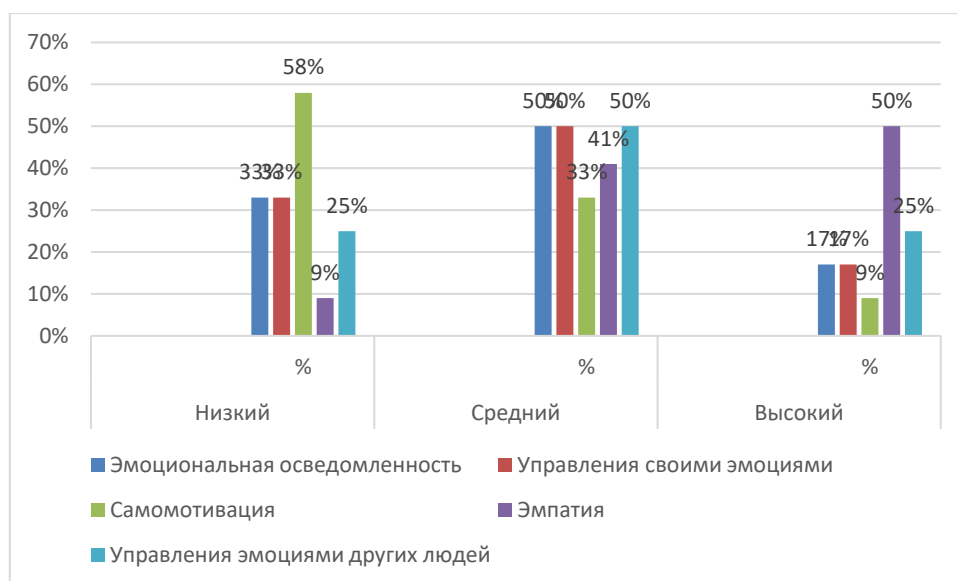


Рис. 2. Результаты диагностики подростков по «Тесту эмоционального интеллекта» Н. Холла

По шкале «Управление своими эмоциями» большая половина респондентов, участвующих в исследовании, имеет средний уровень, демонстрируя в целом базовые навыки сдерживания нежелательных эмоциональных проявлений.

По шкале «Самомотивация» существенно преобладает число респондентов с низким уровнем – 58%, что во многом определяется спецификой возраста респондентов. Находясь на этапе формирования личности, подростки не всегда могут ставить цели и идти к ним, а сознание собственных – для многих невыполнимая задача.

Интересным является то, что по шкале «Эмпатия» у 50% выявлен высокий показатель, половина выборки развила в себе способность к распознаванию эмоций других людей, научилась оценивать их эмоциональное состояние по жестам и мимике, а также может выражать сочувствие и понимание окружающим. Равно столько же – 50% – демонстрируют средний уровень по шкале «Управление эмоциями других» и способны в некоторых случаях понять ситуацию, оценить эмоциональное состояние близкого человека и сразу начать взаимодействовать, чтобы снизить или повысить интенсивность эмоций.

Результаты диагностики по методике МЭИ М. А. Манойловой приведем, используя значения среднего интегрального показателя. У 33% – низкий уровень, у 50% – средний уровень, у 17% – высокий уровень эмоционального интеллекта, что в целом подтверждает наметившуюся в выборке тенденцию.

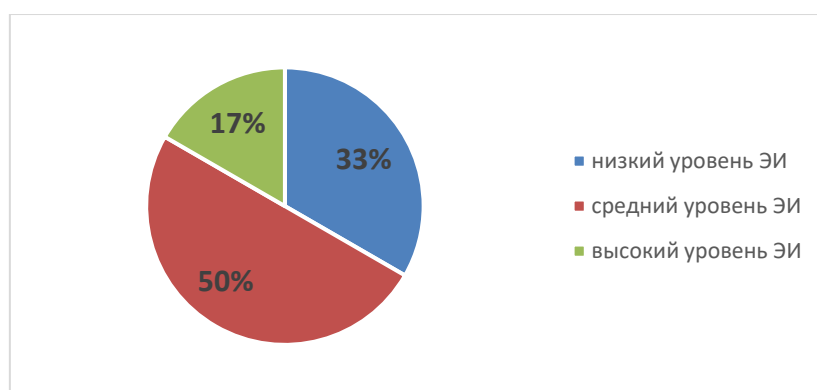


Рис. 3. Средний интегральный показатель по методике МЭИ М. А. Манойловой

С учетом результатов проведенного исследования была разработана формирующая программа, направленная на развитие эмоционального интеллекта у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Задачи программы – развитие внутриличностного эмоционального интеллекта у подростков как способности осознавать и понимать свои эмоции и управлять ими; развитие межличностного эмоционального интеллекта как способности осознавать и понимать, влиять на эмоции других людей.

Программа включает в себя 20 групповых занятий. Интенсивность проведения занятий 1–2 раза в неделю, продолжительность одного занятия 70–80 минут.

Каждое занятие предполагает единство трех составляющих: вводная часть – знакомство, приветствие, настрой на работу, основная часть, на которую в соответствии с темой и обозначенными целями приходится основная смысловая нагрузка, и заключительный этап, предполагающий подведение итогов, обмен мнениями, обсуждение прошедшего занятия.

Условно программу можно разделить на работу с подростками, родителями, педагогами. Считаем важным при реализации программы использовать ролевые игры, элементы арт-терапии, поведенческую терапию.

Подростки на занятиях учатся идентифицировать эмоции, проигрывают различные ситуации, анализируют собственные эмоциональные проявления, эмоции участников группы, выполняют рисуночные практики.

Работа с подростками предполагает прохождение следующих блоков.

Первый блок включает цикл занятий, направленных на знакомство, создание доверительной атмосферы, мотивации на последующую работу. С этой целью на занятиях использованы такие игры и упражнения, как «Представь себя», «Играем вместе», «Снежный ком», «Оранжевые ботинки» и пр.

Второй блок занятий посвящен знакомству подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, с миром эмоций, выработке умения определять и называть базовые эмоции. На данном этапе работы в качестве приоритетной задачи мы определили для себя необходимость научить участников идентифицировать, называть и выражать базовые эмоции – страх, злость, радость, грусть и пр.

С подростками, помимо знакомства с миром эмоций, выполнения упражнений «Ситуация», «Мои эмоции», «Проиграем эмоции», был осуществлен просмотр и обсуждение фильма «Головоломка», сюжет которого подчеркивает важность эмоций в нашей жизни, последствий их подавления, адекватного проявления, и фильма «Одуванчик», направленного на умение идентифицировать эмоции, грамотно выражать их. В качестве итогового мероприятия при обучении подростков умению идентифицировать, называть и выражать эмоции была проведена квест-игра «Путешествие по стране эмоций».

Следующий блок занятий получил условное название «Мы все такие разные, но все такие одинаковые» и был направлен на анализ и осознание собственных эмоций, качеств и чувств, работу с эмоциональной сферой других людей: родных, близких, друзей, сверстников, случайных прохожих. Подростки выполняют упражнения «Ситуации бывают разные», «Делюсь фактом», «Ассоциации», «Что было бы, если...», отрабатывают «Техники контроля эмоций»; завершается блок просмотром фильма «Танец реальности» и его обсуждением (основная идея фильма – понимание важности самопринятия и самоуважения).

Реализация блока занятий «Я в ответе за себя» позволяет подросткам научиться уважительно относиться к эмоциям других людей, брать ответственность только за

свои поступки, чувства и эмоции. Участникам были предложены упражнения «За что я уважаю...», «Пирог ответственности», просмотр фильма «Кристофер Робин» на тему ответственности.

Итоговый блок «Что такое релаксация и расслабление» позволил подросткам получить ответы о том, как можно снимать напряжение, в ходе беседы участники познакомились с упражнениями и техниками на расслабление, восстановление эмоционального баланса и равновесия.

Достаточно высокую эффективность в работе с подростками показала кинотерапия как проективный метод психокоррекции. Основным механизмом воздействия является идентификация, отождествление себя с героем, проживание с ним событий. Прием «прерванного показа» призван усилить психологическое воздействие, предполагает показ эмоционально насыщенного эпизода кинофильма и предложение подростка проиграть возможные варианты развития событий. Занятия проводятся с частотой два раза в неделю, продолжительность каждого – от одного до полутора часов. Дополнением к программе является рабочая тетрадь подростка, включающая комплекс материалов и упражнений для проведения занятий.

Родителям подростков был предложен вебинар «Эмоциональный интеллект: что это такое и как его развивать у подростков». В ходе интерактивной беседы родители узнали, что эмоциональный интеллект – это определяемая и измеряемая способность распознавать эмоции, понимать причины их возникновения, управлять ими и использовать весь эмоциональный спектр для решения задач, и, если его умело развить у школьников, шансы на успех во взрослой жизни могут увеличиться в разы.

В работе с педагогами при обсуждении основных, ключевых моментов акцент сделан на важности эмоционального интеллекта и его роли в жизни подростков, особенно тех, кто находится в трудной жизненной ситуации. Педагогам, особенно классным руководителям, было предложено при работе с обозначенной категорией обучающихся обратить внимание на целесообразность создания атмосферы доверия и безопасности, проведения регулярных бесед об эмоциях, так как в ситуации стресса наиболее важно уметь идентифицировать и выражать свои чувства и эмоции; занятий творческой деятельностью, таких как рисование, музыка, театральное творчество и т. п., поскольку творческое начало может стать эффективным способом самовыражения, помощью в обработке эмоций; развития навыков активного слушания, организации групповых обсуждений, что дает подросткам возможность делиться своими переживаниями, способствует созданию безопасной атмосферы и укреплению взаимопонимания; обучения навыкам решения конфликтов с помощью личного примера, обсуждения и анализа поступков героев литературных произведений, исторических личностей. В этом могут помочь, например, ролевые игры, в которых подростки смогут проработать различные сценарии поведения и найти конструктивные решения.

Заключение / Conclusion

Согласно полученным данным, подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, отличает достаточно низкий уровень осведомленности в вопросах эмоционального интеллекта. Подросткам с трудом удается ответить на вопросы о сущности и функциях эмоционального интеллекта, респонденты демонстрируют низкую компетентность относительно способов и механизмов развития умения идентифицировать собственные эмоции и эмоции других людей и управлять ими. При этом испы-

туемые отмечают потребность в получении знаний относительно механизмов и способов регуляции эмоциональных проявлений, подчеркивая важность и значение подобных умений с позиции успешности, личностной и будущей профессиональной эффективности современного человека.

В целом у подростков наблюдаются средние показатели по основным шкалам и проявлениям эмоционального интеллекта. Обращает на себя внимание наличие в выборке достаточно большого количества подростков, демонстрирующих низкий уровень – неумение понимать эмоции других людей и управлять ими. Имеют место сложности как с пониманием и управлением собственными эмоциями, так и с оценкой эмоциональных проявлений друзей, знакомых, родных, близких, случайных прохожих.

По результатам диагностики прослеживается тенденция респондентов к самопознанию, самопониманию, рефлексии своих эмоциональных переживаний. Половина выборки весьма эмпатийна, демонстрирует высокие способности к проявлению уважения, сочувствия к позиции собеседника, оценке его эмоционального состояния по жестам и мимике.

Полученные результаты позволили наметить мишени психолого-педагогического воздействия, разработать формирующую программу, основная цель которой – развитие у подростков способности осознавать и понимать, влиять на собственные эмоции других людей.

В работе с подростками важно не только предложить техники и упражнения, но и создать условия для возможной проработки, осознания важности и целесообразности получаемых компетенций с позиции психологического благополучия, социальной адаптации, успешности и результативности в учебной, трудовой деятельности, в будущем – при построении карьеры.

Эффективность предложенной программы достигается при условии привлечения к участию в ее реализации всех субъектов образовательных отношений. В работе с родителями важно повысить их компетентность в вопросах развития эмоционального интеллекта детей, предложить конкретные техники и подходы, донести до родителей идею о необходимости и важности родительской позиции, показать, что подростки с достаточно хорошо развитым эмоциональным интеллектом значительно эффективнее справляются с трудностями, способны принимать обоснованные решения.

В работе с педагогами акцент делается, с одной стороны, на важности эмоционального интеллекта и его роли в жизни подростков, особенно тех, кто находится в трудной жизненной ситуации, с другой стороны, важности позиции самого педагога, его заинтересованности, роли и участия в создании условий для развития у воспитанников эмоционального интеллекта и, как следствие, улучшения их психического здоровья, развития навыков конструктивного общения, эффективного разрешения конфликтных ситуаций.

Ссылки на источники / References

1. Федеральный закон от 24 июля 1998. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (последняя редакция 11.06.2021 г.). – URL: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=481147>
2. Андреева И. Н. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и личностной тревожности в подростковом возрасте // Психологическое здоровье в контексте развития личности. – Брест, 2017. – С. 12–13.
3. Беленкова Л. Ю. Влияние индивидуально-психологически особенностей личности на копинг-поведение подростков в трудных жизненных ситуациях // Психолого-педагогические проблемы безопасности человека и общества. – 2019. – № 4 (29). – С. 20–25.
4. Баракова И. А. Особенности общения подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации // Гуманитарный трактат. – 2017. – № 8. – С. 18–20.

5. Василевская К. Н. Трудная жизненная ситуация: проблема определения и диагностики // Человек в трудной жизненной ситуации. – М., 2014. – С. 41–46. – URL: <https://refdb.ru/look/2663350-p6.html>
6. Алгоритм сопровождения в дошкольных образовательных, общеобразовательных, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования детей ветеранов (участников) специальной военной операции, обучающихся в соответствующих организациях, в целях оказания таким детям необходимой помощи, в том числе психологической. – URL: https://mbous4.gosuslugi.ru/netcat_files/30/66/Minprosvescheniya_RF_ot_11.08.2023_algorithm_soprovozhdeniya_detey_SVO.pdf
7. Воропаева О. Н. Технологии социальной работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации // Актуальные проблемы психологии и педагогики. – Уфа, 2015. – С. 18–20.
8. Егорова М. О. Организация психолого-педагогического сопровождения детей из семей группы риска по социальному сиротству // Вестник Санкт-Петербургского государственного университета. – 2020. – № 1. – С. 195–202.
9. Клыпа О. В., Стежко П. А. Анализ проблемы эмоционального интеллекта современных подростков // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 64-3. – С. 297–301.
10. Выготский Л. С. Собр. соч.: в 6 т. Т. 2. – М.: Педагогика, 1982. – 487 с.
11. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции: конспект лекций. – М.: Московский университет, 1971. – 38 с.
12. Давыдова Ю. В. Эмоциональный интеллект: сущностные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте. – М., 2015. – 204 с.
13. Иванова Е. С. Особенности эмоционального интеллекта в подростковом возрасте // Эксперимент и инновации в школе. – 2014. – № 6. – С. 37–41.
14. Zeidner M., Matthews G., Roberts R. D. What we know about emotional intelligence: How it affects learning, work, relationships, and our mental health // MIT Press. – 2009. – 85. – 462 p.
15. Zieber N., Kangas A., Hock A., Bhatt R. S. Infants' perception of emotion from body movements // Child Development. – 2014. – 85. – P. 675–684. DOI: 10.1111/cdev.12134.
16. O'Connor P. J., Hill A., Kaya M., Martin B. The Measurement of Emotional Intelligence: A Critical Review of the Literature and Recommendations for Researchers and Practitioners // Front Psychol. – 2019. – May 28; 10. – P. 1116.
17. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Models of emotional intelligence // R. J. Handbook of human intelligence (2nd ed.). – N. Y.: Cambridge University Press, 2000. – P. 396–420. – URL: <https://www.cambridge.org/core/books/abs/handbook-of-intelligence/models-of-emotional-intelligence/939985F534A44268E9C5AD7B33036087>
18. Исаева О. М., Савинова С. Ю. Развитие эмоционального интеллекта: обзор исследований // Современная зарубежная психология. – 2021. – Т. 10. – № 1. – С. 105–116. – URL: <https://djvu.online/file/kuTGveRKVxPwS>
19. Nisha R., Alice Sophia D. Parents role in nurturing emotional intelligence in children life – An approach towards development of emotional quotient // International Journal of Economic Research. – 2017. – Vol. 14. – № 11. – P. 151–158.
20. Hayashi A., Ewert A. Development of Emotional Intelligence Through an Outdoor Leadership Program // Journal of Outdoor Recreation Education and Leadership. – 2013. – Vol. 5. – № 1. – P. 3–17. DOI: 10.7768/1948-5123.1139.
21. Wagstaff C. R. D., Hanson Sh., Fletcher D. Developing Emotion Abilities and Regulation Strategies in a Sport Organization: an Action Research Intervention // Psychology of Sport and Exercise. – 2013. – Vol. 14. – № 4. – P. 476–487. DOI: 10.1016/j.psychsport.2013.01.006.
22. Nastasa L. E., Faecas A.-D. Family Test Used an Experientialist Method Focused on Emotional Intelligence Development // Procedia – Social and Behavioral Sciences. – 2012. – Vol. 33. – P. 483–487. DOI: 10.1016/J.Sbspro.2012.01.168. – URL: <https://colab.ws/articles/10.1080%2F08985626.2019.1600238>
23. Gutierrez Esteban P., Ibanez P., Prieto Hernandez S. Yo quiero ser Marifé de Triana Experiencia para el desarrollo de la Inteligencia Emocional a través de la Musicoterapia // Tejuelo-Didactica de la Lengua Y la Literatura. – 2012. – Vol. 13. – № 1. – P. 24–46. – URL: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3804420>
24. Fostering Emotional Intelligence in Online Higher Educational Courses / R. A. Majeski [et al.] // Adult Learning. – 2017. – Vol. 28. – № 4. – P. 135–143. DOI: 10.1177/1045159517726873.
25. Clarke J., Lovelock R., Mcnay M. Liberal Arts And The Development of Emotional Intelligence in Social Work Educational // British Journal of Social Work. – 2015. – Vol. 43. – № 3. – P. 635–651. DOI: 10.1093/bjsw/bcu139.
26. El desarrollo de la inteligencia emocional a través de la optimización de las capacidades cognitivas a través de la educación obligatoria / J. M. M. Navas [et al.] // Contextos Educativos-Revista De Educacion. – 2017. – 20(20). – P. 57–75. DOI: 10.18172/con.3023.
27. Matei S. R., Dumitrescu S. M. Comparative Study on the Development of Emotional Intelligence of Institutionalized Adolescents and Teenagers in the Family // Procedia Social and Behavioral Science. – 2011. – Vol. 33. – P. 513–517. DOI: 10.1016/j.sbspro.2012.01.174.
28. Singh A., Prabhakar R. J., Kira S. Emotional Intelligence: A Literature Review Of Its Concept, Models, And Measures // Journal of Positive School Psychology. – 2022. – Vol. 6. – No. 10. – P. 2254–2275.

29. Sánchez-Álvarez N., Berrios Martos M. P., Extremera N. A meta-analysis of the relationship between emotional intelligence and academic performance in secondary education: a multi-stream comparison // *Front. Psychol.* – 2020. – 11. – P. 1517. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.01517.
 30. Goh E., Kim H. J. Emotional intelligence as a predictor of academic performance in hospitality higher education // *Journal of Hospitality & Tourism Education.* – 2020. – 33(5). – P. 1–7. DOI: 10.1080/10963758.2020.1791140.
 31. Simonet D. V. et al. Editorial: Emotional intelligence in applied settings: approaches to its theoretical model, measurement, and application // *Frontiers in Psychology.* – 2024. – P. 27–42. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1387152.
 32. Watkins N. What Is Emotional Intelligence? Importance, Signs, Examples. – 2022. – URL: <https://socialself.com/blog/emotional-intelligence/>
 33. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // *Социальный интеллект: теория, измерение, исследования* / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – М.: Институт психологии РАН, 2023. – С. 29–36.
 34. Семенова К. Г. Социально-психологическая дезадаптация подростков: типология и взаимосвязь с системой ценностных ориентаций // *Вестник практической психологии образования.* – 2024. – Т. 21. – № 1. – С. 111–124. DOI: 10.17759/bppe.2024210109.
 35. Лакреева А. В., Хомутова М. В. Трудная жизненная ситуация как фактор социально-психологической дезадаптации подростка // *Научно-методический электронный журнал «Концепт».* – 2016. – Т. 24. – С. 135–140. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56426.htm>
 36. Санаев А. К., Устин П. Н., Шарафитдинов А. Особенности проявления эмоционального интеллекта в подростковом возрасте // *Мир науки. Педагогика и психология.* – 2023. – Т. 11. – № 4. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/30PSMN423.pdf>
 37. Методика Н. Холла оценки «эмоционального интеллекта» (опросник EQ) // Ильин Е. И. *Эмоции и чувства.* – СПб.: Питер, 2021. – С. 633–634.
 38. Немов Р. С. *Психология. Книга 3. Психодиагностика.* – М.: Владос, 2020. – 632 с.
 39. Немов Р. С. *Психология. Книга 3. Психодиагностика.*
-
1. *Federal'nyj zakon ot 24 iyulya 1998. № 124-FZ "Ob osnovnykh garantiyakh prav rebenka v Rossijskoj Federacii" (poslednyaya redakciya 11.06.2021 g.)* [Federal Law No. 124-FL of July 24, 1998 "On Basic Guarantees of Children's Rights in the Russian Federation" (last amended on 06/11/2021)]. Available at: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=481147> (in Russian).
 2. Andreeva, I. N. (2017). "Vzaimosvyaz' emocional'nogo intellekta i lichnostnoj trevozhnosti v podrostkovom vozraste" [The relationship between emotional intelligence and personal anxiety in adolescence], *Psihologicheskoe zdorov'e v kontekste razvitiya lichnosti*, Brest, pp. 12–13 (in Russian).
 3. Belenkova, L. Yu. (2019). "Vliyanie individual'no-psihologicheskikh osobennostey lichnosti na koping-povedenie podrostkov v trudnykh zhiznennykh situatsiyah" [The influence of individual psychological characteristics of personality on the coping behavior of adolescents in difficult life situations], *Psihologo-pedagogicheskie problemy bezopasnosti cheloveka i obshchestva*, № 4 (29), pp. 20–25 (in Russian).
 4. Barakova, I. A. (2017). "Osobennosti obshcheniya podrostkov, nahodyashchihsya v trudnoj zhiznennoy situatsii" [Communication peculiarities of teenagers in difficult life situations], *Gumanitarnyj traktat*, № 8, pp. 18–20 (in Russian).
 5. Vasilevskaya, K. N. (2014). "Trudnaya zhiznennaya situatsiya: problema opredeleniya i diagnostiki" [Difficult life situation: the problem of definition and diagnosis], *Chelovek v trudnoj zhiznennoy situatsii*, Moscow, pp. 41–46. Available at: <https://refdb.ru/look/2663350-p6.html> (in Russian).
 6. *Algoritm soprovozhdeniya v doskol'nykh obrazovatel'nykh, obshcheobrazovatel'nykh, professional'nykh obrazovatel'nykh organizatsiyah i obrazovatel'nykh organizatsiyah vysshego obrazovaniya detey veteranov (uchastnikov) special'noj voennoy operatsii, obuchayushchihsya v sootvetstvuyushchih organizatsiyah, v celyakh okazaniya takim detyam neobhodimoy pomoshchi, v tom chisle psihologicheskoy* [Algorithm for support in pre-school educational, general educational, professional educational organizations and educational organizations of higher education for children of veterans (participants) of a special military operation studying in the these organizations, in order to provide such children with the necessary assistance, including psychological assistance]. Available at: https://mbous4.gosuslugi.ru/netcat_files/30/66/Minprosvescheniya_RF_ot_11.08.2023_algoritm_soprovozhdeniya_detey_SVO.pdf (in Russian).
 7. Voropaeva, O. N. (2015). "Tekhnologii social'noy raboty s det'mi, nahodyashchimisya v trudnoj zhiznennoy situatsii" [Technologies of social work with children in difficult life situations], *Aktual'nye problemy psihologii i pedagogiki*, Ufa, pp. 18–20 (in Russian).
 8. Egorova, M. O. (2020). "Organizatsiya psihologo-pedagogicheskogo soprovozhdeniya detey iz semej gruppy riska po social'nomu sirotstvu" [Organization of psychological and pedagogical support for children from families at risk of social orphanhood], *Vestnik Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo universiteta*, № 1, pp. 195–202 (in Russian).

9. Klypa, O. V., & Stezhko, P. A. (2019). "Analiz problemy emocional'nogo intellekta sovremennykh podrostkov" [Analysis of the problem of emotional intelligence in modern teenagers], *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*, № 64-3, pp. 297–301 (in Russian).
10. Vygotskij, L. S. (1982). *Sobr. soch.: V 6 t. T. 2* [Collected works: in 6 volumes. Vol. 2], Pedagogika, Moscow, 487 p. (in Russian).
11. Leont'ev, A. N. (1971). *Potrebnosti, motivy i emocii: konspekt lekcij* [Needs, Motives and Emotions: Lecture Notes], Moskovskij universitet, Moscow, 38 p. (in Russian).
12. Davydova, Yu. V. (2015). *Emocional'nyj intellekt: sushchnostnye priznaki, struktura i osobennosti proyavleniya v podrostkovom vozraste* [Emotional intelligence: essential features, structure and manifestation characteristics in adolescence], Moscow, 204 p. (in Russian).
13. Ivanova, E. S. (2014). "Osobennosti emocional'nogo intellekta v podrostkovom vozraste" [Characteristics of emotional intelligence in adolescence], *Eksperiment i innovacii v shkole*, № 6, pp. 37–41 (in Russian).
14. Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2009). "What we know about emotional intelligence: How it affects learning, work, relationships, and our mental health", *MIT Press*, 85, 462 p. (in English).
15. Zieber, N., Kangas, A., Hock, A., & Bhatt, R. S. (2014). "Infants' perception of emotion from body movements", *Child Development*, 85, pp. 675–684. DOI: 10.1111/cdev.12134 (in English).
16. O'Connor, P. J., Hill, A., Kaya, M., & Martin, B. (2019). "The Measurement of Emotional Intelligence: A Critical Review of the Literature and Recommendations for Researchers and Practitioners", *Front Psychol*, May 28; 10, p. 1116 (in English).
17. Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2000). "Models of emotional intelligence", *R.J. Handbook of human intelligence (2nd ed.)*, Cambridge University Press, New York, pp. 396–420. Available at: <https://www.cambridge.org/core/books/abs/handbook-of-intelligence/models-of-emotional-intelligence/939985F534A44268E9C5AD7B33036087> (in English).
18. Isaeva, O. M., & Savinova, S. Yu. (2021). "Razvitie emocional'nogo intellekta: obzor issledovaniy" [Developing emotional intelligence: a research review], *Sovremennaya zarubezhnaya psichologiya*, t. 10, № 1, p. 105–116. Available at: <https://djvu.online/file/kuTGveRKVxPwS> (in Russian).
19. Nisha, R., & Alice Sophia, D. (2017). "Parents role in nurturing emotional intelligence in children life – An approach towards development of emotional quotient", *International Journal of Economic Research*, vol. 14, № 11, pp. 151–158 (in English).
20. Hayashi, A., & Ewert, A. (2013). "Development of Emotional Intelligence Through an Outdoor Leadership Program", *Journal of Outdoor Recreation Education and Leadership*, vol. 5, № 1, pp. 3–17. DOI: 10.7768/1948-5123.1139 (in English).
21. Wagstaff, C. R. D., Hanson, Sh., & Fletcher, D. (2013). "Developing Emotion Abilities and Regulation Strategies in a Sport Organization: an Action Research Intervention", *Psychology of Sport and Exercise*, vol. 14, № 4, pp. 476–487. DOI: 10.1016/j.psychsport.2013.01.006 (in English).
22. Nastasa, L. E., & Faecas, A.-D. (2012). "Family Test Used an Experientialist Method Focused on Emotional Intelligence Development", *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, vol. 33, pp. 483–487. DOI: 10.1016/J.Sbspro.2012.01.168. Available at: <https://colab.ws/articles/10.1080%2F08985626.2019.1600238> (in English).
23. Gutierrez Esteban, P., Ibanez, P., & Prieto Hernandez, S. (2012). "Yo quiero ser Marifé de Triana Experiencia para el desarrollo de la Inteligencia Emocional a través de la Musicoterapia" [I want to be Marifé de Triana Experience for the development of Emotional Intelligence through Music Therapy], *Tejuelo-Didactica de la Lengua Y la Literatura*, vol. 13, № 1, pp. 24–46. Available at: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3804420> (in Spanish).
24. Majeski, R. A. et al. (2017). "Fostering Emotional Intelligence in Online Higher Educational Courses", *Adult Learning*, vol. 28, № 4, pp. 135–143. DOI: 10.1177/1045159517726873 (in English).
25. Clarke, J., Lovelock, R., & Mcnay, M. (2015). "Liberal Arts And The Development of Emotional Intelligence in Social Work Educational", *British Journal of Social Work*, vol. 43, № 3, pp. 635–651. DOI: 10.1093/bjsw/bcu139 (in English).
26. Navas, J. M. M. et al. (2017). "El desarrollo de la inteligencia emocional a través de la optimización de las capacidades cognitivas a través de la educación obligatoria" [The development of emotional intelligence through the optimization of cognitive abilities through compulsory education], *Contextos Educativos-Revista De Educacion*, 20(20), pp. 57–75. DOI: 10.18172/con.3023 (in Spanish).
27. Matei, S. R., & Dumitrescu, S. M. (2011). "Comparative Study on the Development of Emotional Intelligence of Institutionalized Adolescents and Teenagers in the Family", *Procedia Social and Behavioral Science*, vol. 33, pp. 513–517. DOI: 10.1016/j.sbspro.2012.01.174 (in English).
28. Singh, A., Prabhakar, R. J., & Kira, S. (2022). "Emotional Intelligence: A Literature Review Of Its Concept, Models, And Measures", *Journal of Positive School Psychology*, vol. 6, no. 10, pp. 2254–2275 (in English).
29. Sánchez-Álvarez, N., Berrios Martos, M. P., & Extremera, N. (2020). "A meta-analysis of the relationship between emotional intelligence and academic performance in secondary education: a multi-stream comparison", *Front. Psychol*, 11, p. 1517. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.01517 (in English).

30. Goh, E., & Kim, H. J. (2020). "Emotional intelligence as a predictor of academic performance in hospitality higher education", *Journal of Hospitality & Tourism Education*, 33(5), pp. 1–7. DOI: 10.1080/10963758.2020.1791140 (in English).
31. Simonet, D. V. et al. (2024). "Editorial: Emotional intelligence in applied settings: approaches to its theoretical model, measurement, and application", *Frontiers in Psychology*, pp. 27–42. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1387152 (in English).
32. Watkins, N. (2022). *What Is Emotional Intelligence? Importance, Signs, Examples*. Available at: <https://socialself.com/blog/emotional-intelligence/> (in English).
33. Lyusin, D. V. (2023). "Sovremennye predstavleniya ob emocional'nom intellekte" [Modern concepts of emotional intelligence], *Social'nyj intellekt: teoriya, izmerenie, issledovaniya*, Institut psikhologii RAN, Moscow, pp. 29–36 (in Russian).
34. Semenova, K. G. (2024). "Social'no-psihologicheskaya dezadaptaciya podrostkov: tipologiya i vzaimosvyaz' s sistemoy cennostnyh orientacij" [Social and psychological maladjustment of adolescents: typology and relationship with the system of value orientations], *Vestnik prakticheskoy psikhologii obrazovaniya*, t. 21, № 1, pp. 111–124. DOI: 10.17759/bppe.2024210109 (in Russian).
35. Lakreeva, A. V., & Homutova, M. V. (2016). "Trudnaya zhiznennaya situaciya kak faktor social'no-psihologicheskoy dezadaptacii podrostka" [Difficult life situation as a factor in socio-psychological maladaptation of a teenager], *Nauchno-metodicheskij elektronnyj zhurnal "Koncept"*, t. 24, pp. 135–140. Available at: <http://e-koncept.ru/2016/56426.htm> (in Russian).
36. Sanaev, A. K., Ustin, P. N., & Sharafitdinov, A. (2023). "Osobennosti proyavleniya emocional'nogo intellekta v podrostkovom vozraste" [Characteristics of emotional intelligence manifestation in adolescence], *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya*, t. 11, № 4. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/30PSMN423.pdf> (in Russian).
37. (2021). "Metodika N. Holla ocenki "emocional'nogo intellekta" (oprosnik EQ)" [N. Hall's method of assessing "emotional intelligence" (EQ questionnaire)], in Il'in, E. I. *Emocii i chuvstva*, Piter, St. Petersburg, pp. 633–634 (in Russian).
38. Nemov, R. S. (2020). *Psikhologiya. Kniga 3. Psihodiagnostika* [Psychology. Book 3. Psychodiagnostics], Vlados, Moscow, 632 p. (in Russian).
39. Ibid.

Вклад авторов

К. С. Шалагинова – осуществление и описание эмпирического исследования, обоснование методологической базы исследования.

Е. В. Декина – обзор литературы, осуществление и описание эмпирического исследования.

Contribution of the authors

K. S. Shalaginova – implementation and description of the empirical study, substantiation of the methodological basis of the study.

E. V. Dekina – literature review, implementation and description of the empirical study.