

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2023, Том 11, № 4 / 2023, Vol. 11, Iss. 4 <https://mir-nauki.com/issue-4-2023.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/30PSMN423.pdf>

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Санаев, А. К. Особенности проявления эмоционального интеллекта в подростковом возрасте / А. К. Санаев, П. Н. Устин, А. Шарафитдинов // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11. — № 4. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/30PSMN423.pdf>

For citation:

Sanayev A.K., Ustin P.N., Sharafitdinov A. Study of factors of psychological adaptation of foreign students from Central Asian countries at the stage of pre-university training in Russian universities. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2023; 11(4): 30PSMN423. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/30PSMN423.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 159.9.016.2; 37.046.16

Санаев Алишер Комилжон Углы

ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Казань, Россия
Институт психологии и образования
Университет Ориентал, Ташкент, Узбекистан
Аспирант кафедры «Общей психологии преподаватель кафедры педагогики и психологии»
E-mail: Alisher.sanayev@inbox.ru
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-4698-9542>

Устин Павел Николаевич

ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Казань, Россия
Институт психологии и образования
Заведующий кафедрой «Общей психологии»
Кандидат психологических наук, доцент
E-mail: pavust@mail.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3950-7434>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=458473

Шарафитдинов Абдулла

Национальный университет Узбекистана
Джизакский филиал, Джизак, Республика Узбекистан
Ассистент кафедры «Семейной психологии»
E-mail: sharafitdinovabdulla@jbnuu.uz
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9574-922X>

Особенности проявления эмоционального интеллекта в подростковом возрасте

Аннотация. Актуальность статьи заключается в том, что на сегодняшний день существует ряд факторов, замедляющих развитие личности, ослабляющих эмоции современных подростков. Особое внимание необходимо уделять развитию их эмоционального интеллекта. Целью статьи является изучение психологических особенностей развития эмоционального интеллекта подростков. Авторами разработаны описательные подходы к методике диагностики эмоционального интеллекта детей подросткового возраста. Результаты исследования подтверждают, что эмоциональный интеллект подростка связан с различными показателями и взаимодействием других характеристик человека. В частности, эмоциональный интеллект влияет на способность личности понимать свои эмоции, проявлять свое отношение к другим людям и мотивировать себя, укрепляет их способность поддерживать и сотрудничать, делая их успешными в сложных ситуациях. Эти навыки особенно важны для преодоления

трудностей и достижения социального успеха. Развитие эмоционального интеллекта усиливает способность подростков понимать свои эмоции, управлять ими и развивать отношения, позволяет им понимать и анализировать себя и других, решать проблемы и лучше управлять своими обязанностями, работать с эмоциями, фокусироваться на целях и развивать дополнительную мотивацию, помогает подросткам развивать важные базовые навыки, необходимые для самореализации в стрессовых ситуациях общения, уважения и успеха, приводит их к пониманию себя и других, к анализу и укреплению сотрудничества.

Использованный в исследовании методический инструментарий (диагностика уровня эмпатических способностей, тест оценки эмоционального интеллекта, тест измерения социального интеллекта, метод обучения стратегиям преодоления жизненных проблем, 16-факторный опросник личности), позволил оценить эмоциональный интеллект подростков.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект; понимание чувств; эмпатия; самосознание; управление эмоциями; психологический контроль; эмоциональный контроль

Введение

Люди различаются между собой способностью понимать других людей и управлять ими. Данная способность, именуемая эмоциональным интеллектом, проявляется во всех человеческих отношениях, и имеет особое значение в подростковом возрасте.

Эмоциональная сфера в подростковом возрасте характеризуется рядом особенностей. В некоторой степени она связана с факторами биологической зрелости, но, безусловно, определяющими являются психологические характеристики, характерные для этого периода, прежде всего самосознание, интеллект, любознательность, формирование нового ценностного уровня. Свойственная подросткам эмоциональная неустойчивость и неуравновешенность могут проявляться частыми перепадами настроения, которые в одних случаях оказывают поверхностное влияние на жизнь подростка, придавая ей определенную окраску, тон, в других могут стать основным содержанием его жизненного опыта. Одним из основных факторов такой неустойчивости выступают противоречивые психологические устремления (например, конфликт между стремлением к взрослой жизни и страхом перед ее последствиями), которые стимулируют возбуждение и интенсивные негативные эмоции, характеризующиеся потерей контроля и повышенной импульсивностью.

Материалы и методы исследования

Формирование эмоциональной сферы тесно связано с воображением, фантазиями и мечтами, сильно развивающимися в этом возрасте у подростка. Для развития воображения в подростковом возрасте Л.С. Выготский ориентировался на две основные формы: пластическую и эмоциональную. Основное их отличие определяется материалом, из которого строятся фантазии. Пластическое воображение он называет объективным, т. к. оно использует главным образом внешние впечатления, а эмоциональное — субъективным, формирующимся из элементов внутренней жизни.¹

Особенно был близок к этому понятию американский психолог Говард Гарднер, начавший выделять межличностный интеллект. Способности, входящие в эти понятия, непосредственно связаны с эмоциональным интеллектом и интерпретируются своими эмоциями и чувствами, как доступ к своей эмоциональной жизни. Мгновенное различение

¹ Аверин, В.А. Психология детей и подростков: Учебное пособие / В.А. Аверин. — 2-е изд., перераб. — СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. — 379 с.

эмоций, присвоение им названий, перевод их в символические коды, а также понимание и контроль собственного поведения связаны с эмоциональным интеллектом.

Для анализа психологических особенностей развития эмоционального интеллекта у подростков рассмотрим конкретные модели эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект можно изучать с двух точек зрения: модели способностей и смешанной модели. Согласно модели способностей, эмоциональный интеллект — это чистая форма. С другой стороны, смешанные модели эмоционального интеллекта предполагают взаимосвязь между такими чертами личности, как: оптимистичный взгляд на мир и благополучие, интеллектуальные способности.² В настоящее время выделяется только одна модель возможностей, которая изучена Д. Мэйером и П. Сэловеем. Существуют также две смешанные модели эмоционального интеллекта разной направленности. Реувен Бар-Он концептуально разработал смешанную модель, в которой утверждается, что аспекты способностей эмоционального интеллекта существуют вместе с индивидуальными личностными чертами, которые напрямую влияют на личное благополучие человека. С другой стороны, Д. Гоулман³ предложил смешанную модель, основанную на характеристиках. Модель включает способности и личность человека, определяя их влияние на производительность на рабочем месте.

Четырехдиапазонная модель эмоционального интеллекта Д. Мэйера и П. Сэловеев⁴ объединяет основные идеи областей интеллекта и эмоций. В своей теории интеллекта авторы продвигают идею о том, что человек с интеллектом обладает способностью к абстрактным рассуждениям. Исследования эмоций показывают, что разные эмоции передают разные сигналы и значения отношений, а представления некоторых эмоций универсальны.⁵

Эмоциональный интеллект состоит из двух отдельных областей: эмпирической и стратегической.

Эмпирическая сторона связана со способностью выявлять человеческие реакции и манипулировать эмоциональными сигналами. Первый этап касается эмоционального интеллекта, то есть способности осознавать свои эмоции и соответствующим образом выражать их другим. Второй этап эмоционального усвоения переживаемого является способность идентифицировать различные эмоции, переживаемые личностью. Как только человек осознает это, он может анализировать эмоции, влияющие на его мыслительный процесс. С другой стороны, стратегическая сторона связана с пониманием и управлением эмоциями, которые могут не быть результатом эмоций или прошлого опыта. Первая ветвь эмоционального интеллекта — это способность идентифицировать сложные эмоции и способность распознавать действия между этими сложными эмоциями. Второй раздел стратегической стороны, управление эмоциями, представляет собой способность определять полезность данной эмоции в данной ситуации и, следовательно, способность отвергать или принимать ее.⁶

² Андреева, И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. — 2006. — № 3 — С. 78–86.

³ Goleman, Daniel. *The Emotionally Intelligent Workplace*. Jossey-Bass. 2001. P. 384.

⁴ Caruso, D.R., Bienn, B., and Kornacki, S.A. Emotional intelligence in the workplace. In J. Ciarrochi, J.P. Forgas, and J.D. Mayer, eds., *Emotional intelligence in everyday life*, 2nd ed. Hove, UK: Psychology Press, 2006. — pp. 187–205.

⁵ Cooper, R.K., and Sawaf, A. *Executive EQ: Emotional Intelligence in Leaders and Organizations*. New York: Grosset/Putnam, 1997. — p. 85.

⁶ Cherniss, C., Goleman, D., Emmerling, R., Cowan, K., and Adler, M. *Bringing Emotional Intelligence in Organizations*. — New Brunswick, NJ: Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations, Rutgers University, 1998.

Во втором варианте рассматриваемой модели, модифицированной П. Сэловеем и Д. Мэйером при участии Д. Карузо, эмоции включают в себя информацию об отношениях человека с другими людьми или объектами, об их природе на основе представления о том, что представляет собой эта информация.

Их модель состоит из четырех компонентов, каждый из которых описывает способности, относящиеся к различным областям эмоционального интеллекта.

Первый компонент отвечает за способность правильно понимать, оценивать и выражать эмоции. Этот компонент связан с анализом эмоций, выявлением их взаимоотношений друг с другом и использованием эмоциональной информации в качестве основы для мышления и принятия решений.

Второй компонент включает информацию об отношениях эмоций с другими людьми. Этот компонент основан на понимании и контроле эмоций других людей.

Третий компонент представляет собой способность понимать эмоции и эмоциональное восприятие. Четвертый компонент связан со способностью эмоционального интеллекта к повышению уровня интеллектуального развития.

Восприятие, оценка и выражение эмоций связаны с тем, насколько точно люди могут различать эмоции и определять эмоциональное содержание. Этот основной компонент связан с невербальным восприятием и выражением эмоций. Человеческие выражения счастья, печали, гнева или страха очень универсальны. Взрослый человек может контролировать свои внутренние переживания, эмоциональную близость, поэтому умение отчетливо воспринимать эмоции, проявляющиеся на лице или в голосе другого человека, имеет решающее значение для более тонкого понимания эмоций, являясь в какой-то степени отправной точкой.⁷

Использование эмоций для улучшения мышления также является ключевым компонентом эмоционального интеллекта. Оно отражает способность эмоций направлять когнитивную систему и развивать мышление, в том числе способность направлять внимание на важные события и вызывать эмоции, способствующие решению проблем. Следовательно, позитивный настрой участвует в реализации творческого мышления, а перепады настроения могут использоваться как средство анализа различных точек зрения на проблему.

Способность понимать эмоции зависит, прежде всего, от способности воспринимать их через информацию. Так, счастье обычно указывает на стремление объединиться с другими людьми, гнев — на желание напасть или причинить вред другим, страх — на стремление убежать, спрятаться. Таким образом, каждая эмоция представляет собой уникальный образец возможных сообщений и действий. Понимание эмоциональных сообщений и действий, связанных с ними, является важным аспектом этой области навыков. Иными словами, полное понимание эмоций приводит к пониманию их значения, к умению обдумывать эти значения.

Управляя эмоциями, нужно понимать, как эмоции передают информацию. Когда эмоции находятся под контролем, человек может быть открыт для различных эмоциональных сигналов до тех пор, пока не появятся более сильные, которые подавляют других. В зоне эмоционального комфорта у человека появляется возможность регулировать и контролировать свои эмоции и эмоции других для достижения своих личных целей и целей других.

Способность распознавать и выражать эмоции является необходимой основой для создания эмоций и решения конкретных задач. Эти две способности носят процедурный характер и служат основой декларативной способностью для понимания, что происходило до и после эмоций. Все описанные способности необходимы для внутренней регуляции

⁷ Cooper, R.K., and Sawaf, A. Executive EQ: Emotional Intelligence in Leaders and Organizations. — New York: Grosset/Putnam, 1997.

эмоционального состояния человека и успешного воздействия на внешнюю среду, приводящего к регуляции собственных и чужих эмоций.

Модель эмоционального интеллекта Бар — Он подчеркивает потенциал, который человек должен достичь и реализовать. Он подчеркивает способность человека решать проблемы и вопросы социального и личного характера. Модель фокусируется на ряде эмоциональных и социальных навыков. Среди них преобладают самосознание и понимание, навыки и способности самовыражения. Это также включает в себя способность понимать других, общаться и взаимодействовать с ними. Модель подчеркивает не результат, а важность процесса.

Методология

На экспериментальном этапе нашего исследования мы использовали методику В.В. Бойко «Диагностика уровня эмпатических способностей», тест Н. Холла «Оценка эмоционального интеллекта», тест Дж. Гилфорда «Измерение социального интеллекта», методику Д. Амирхана, В.М. Ялтонского и Н.А. Сирота. В модификации использовались: методика обучения стратегиям преодоления жизненных проблем, опросник Р.Б. Кеттелла «Обучение с помощью 16 факторов личности» и тест Гербачевского «Уровень притязаний».

Результаты исследования

Эмоциональный интеллект отражает способность человека понимать свои эмоции, управлять и мотивировать себя взаимодействием с другими. Это важно для устойчивости и успеха в обществе.

Таблица 1

Корреляционные результаты теста оценки эмоционального интеллекта Н. Холла, методики В.В. Бойко для диагностики уровня эмпатических способностей, «16-факторного опросника исследования личности» Р.Б. Кеттелла

Индикаторы	Достоверность — подозрительность	Уверенность в себе — недоверие	Независимость — зависимость	Самоконтроль	Возбудимость и страх
Эмпатическая способность	-0,069	0,054	0,000	0,008	-0,012
Эмоциональный интеллект	-0,061	-0,124(**)	-0,017	-0,097(*)	-0,205(**)
Управление своими эмоциями	-0,014	0,003	0,059	-0,056	-0,008
Самомотивация	-0,075	0,010	-0,033	0,016	-0,124(**)
Эмпатия	-0,081	0,000	0,005	-0,051	-0,203(**)
Склонность к общению	0,156(**)	0,214(**)	0,118(**)	0,220(**)	0,132(**)
Эмоциональная устойчивость — неустойчивость	0,182(**)	0,234(**)	0,236(**)	0,167(**)	0,346(**)
Стремление к совершенству — подчинение	0,079	0,143(**)	0,116(**)	0,143(**)	0,181(**)
Социальная зрелость	0,057	0,084(*)	0,203(**)	0,247(**)	0,104(*)
Социальное мужество, храбрость	0,223(**)	0,209(**)	0,164(**)	0,311(**)	0,286(**)

Примечание: применялся коэффициент корреляции Спирмена (r_s). * Корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторон.); ** Корреляция значима на уровне 0,01 (2-сторон.). Составлена авторами

Согласно результатам корреляционного анализа (табл. 1) видно, что показатель эмоционального интеллекта коррелирует: с показателем уверенности в себе ($r_s = -0,124$; $p < 0,01$) и с показателем самоконтроля ($r_s = -0,097$; $p < 0,05$). Корреляционная связь с индексом возбудимости и напряженности ($r = -0,205$; $p < 0,01$) сформировалась отрицательная.

Индекс самомотивации имеет отрицательную корреляцию с индексом возбуждения и напряжения ($r_s = -0,124$; $p < 0,01$) и индекс эмпатии имеет отрицательную корреляционную связь (корреляцию) с индексом возбудимости и напряженности ($r_s = -0,203$; $p < 0,01$).

Кроме того, показатель склонности к общению коррелирует с: показателем благонадежности и подозрительности ($r_s = 0,156$; $p < 0,01$); индексом уверенности в себе ($r_s = 0,214$; $p < 0,01$); показателем самостоятельности и зависимости ($r_s = 0,118$; $p < 0,01$); показателем самоконтроля ($r_s = 0,220$; $p < 0,01$); у него сформировалась положительная связь (корреляция) с индексом возбудимости и напряженности ($r_s = 0,132$; $p < 0,01$).

Показатель эмоциональной устойчивости-неустойчивости коррелирует с показателем достоверности и мнительности ($r_s = 0,182$; $p < 0,01$); уверенность в себе — с индексом недоверия ($r_s = 0,234$; $p < 0,01$), с показателем самостоятельности и зависимости ($r_s = 0,236$; $p < 0,01$), а также с показателем самоконтроля ($r_s = 0,167$; $p < 0,01$). Он имел положительную корреляционную связь с индексом возбудимости и напряженности ($r_s = 0,346$; $p < 0,01$).

Что касается показателя доминирования-подчинения, он коррелирует с показателем уверенности в себе ($r_s = 0,143$; $p < 0,01$), с показателем самостоятельности и зависимости ($r_s = 0,116$; $p < 0,01$), с показателем самоконтроля ($r_s = 0,143$; $p < 0,01$). Однако он имеет положительную корреляционную связь с индексом возбудимости и напряженности ($r_s = 0,181$; $p < 0,01$).

Анализируя показатель социальной зрелости, было выявлено, что он коррелирует с показателем уверенности в себе ($r_s = 0,084$; $p < 0,05$); с показателем самостоятельности и зависимости ($r_s = 0,203$; $p < 0,01$); с показателем самоконтроля ($r_s = 0,247$; $p < 0,01$). Но он имеет положительную корреляционную связь с индексом возбудимости и напряженности ($r_s = 0,104$; $p < 0,05$).

Таблица 2

**Результаты корреляции теста оценки эмоционального интеллекта
Н. Холла, метода В.В. Бойко для диагностики уровня эмпатических способностей,
16-факторного опросника исследования личности Р.Б. Кеттелла**

Индикаторы	Склонность к общению	Эмоциональная устойчивость — неустойчивость	Стремление к совершенству — подчинение	Социальная зрелость	Социальное мужество, храбрость
Эмпатическая способность	0,066	0,068	-0,047	-0,077	0,006
Эмоциональный интеллект	0,000	-0,188(**)	-0,159(**)	-0,164(**)	-0,048
Управление своими эмоциями	0,006	0,039	-0,035	-0,071	0,000
Самомотивация	-0,039	-0,008	0,001	0,011	0,019
Эмпатия	-0,109(**)	-0,152(**)	-0,106(*)	-0,083(*)	-0,009

*Примечание: применялся коэффициент корреляции Спирмена (r_s). * Корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторон.); ** Корреляция значима на уровне 0,01 (2-сторон.). Составлена авторами*

Рассматривая индекс социальной храбрости можно заключить, что он имеет корреляционные связи с индексом благонадежности и мнительности ($r_s = 0,156$; $p < 0,01$), с индексом уверенности в себе ($r_s = 0,209$; $p < 0,01$), с показателем самостоятельности и

зависимости ($r_s = 0,164$; $p < 0,01$); с показателем самоконтроля ($r_s = 0,311$; $p < 0,01$). Более того, между социальной храбростью и индексом возбудимости и напряженности ($r_s = 0,286$; $p < 0,01$) также образовалась положительная связь (корреляция).

В соответствии с результатами корреляции теста оценки эмоционального интеллекта Н. Холла, метода В.В. Бойко для диагностики уровня эмпатических способностей, 16-факторного опросника исследования личности Р.Б. Кеттелла (табл. 2) можно констатировать, что показатель эмоционального интеллекта коррелирует с: показателем эмоциональной устойчивости и нестабильности ($r_s = -0,188$; $p < 0,01$); показателем доминирования и подчинения ($r_s = -0,159$; $p < 0,01$). При этом с показателем социальной зрелости ($r_s = -0,164$; $p < 0,01$) показатель эмоционального интеллекта сформировали отрицательную корреляцию.

Относительно показателя эмпатии были также выявлены следующие корреляционные связи с: показателем склонности к общению ($r_s = -0,109$; $p < 0,01$), индексом эмоциональной устойчивости и неустойчивости ($r_s = -0,152$; $p < 0,01$); индексом доминирования и подчинения ($r_s = -0,106$; $p < 0,05$). Отрицательная корреляция была отмечена с показателем социальной зрелости ($r_s = -0,083$; $p < 0,05$).

Таблица 3

**Результаты корреляции теста оценки эмоционального интеллекта
Н. Холла, метода В.В. Бойко для диагностики уровня эмпатических способностей**

Индикаторы	Склонность к общению	Эмоциональная устойчивость — неустойчивость	Стремление к совершенству — подчинение	Социальная зрелость	Социальное мужество, храбрость
Склонность к общению	1 000	0,295(**)	0,242(**)	0,082(*)	0,148(**)
Эмоциональная устойчивость — неустойчивость		1 000	0,191(**)	0,180(**)	0,220(**)
Стремление к совершенству — подчинение			1 000	0,337(**)	0,126(**)
Социальная зрелость				1 000	0,322(**)
Социальное мужество, храбрость					1 000

*Примечание: применялся коэффициент корреляции Спирмена (r_s). * Корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторон.); ** Корреляция значима на уровне 0,01 (2-сторон.). Составлена авторами*

Согласно результатам диагностического инструментария (табл. 3), показатель склонности к общению коррелирует с: показателем эмоциональной устойчивости и неустойчивости ($r_s = 0,295$; $p < 0,01$); показателем стремление к совершенству — подчинение ($r_s = 0,242$; $p < 0,01$); показателем социальной зрелости $r_s = 0,082$; $p < 0,05$). По отношению к индексу социальное мужество и храбрость ($r_s = 0,148$; $p < 0,01$) была также сформирована положительная корреляционная связь.

Анализируя показатель эмоциональной устойчивости и неустойчивости, можно определить его корреляционные связи с: показателем доминирования и подчинения ($r_s = 0,191$; $p < 0,01$) и показателем социальной зрелости $r_s = 0,180$; $p < 0,01$). Можно заметить, что он имеет положительную корреляционную связь с индексом социальной храбрости и смелости ($r_s = 0,220$; $p < 0,01$).

Обращаясь к показателю стремление к совершенству, можно также проследить корреляционные связи между социальной зрелостью ($r_s = 0,337$; $p < 0,01$), социальной смелостью ($r_s = 0,126$; $p < 0,01$) и с показателем социальной храбрости ($r_s = 0,322$; $p < 0,01$).

Таблица 4

Корреляционные результаты 16-факторного опросника личности Р.Б. Кеттелла

Индикаторы	Решать проблемы	Социальная поддержка	Избежать проблем	Склонность к общению	Эмоциональная стабильность — нестабильность
Уверенность — подозрительность	-0,088(*)	-0,018	-0,027	0,156(**)	0,182(**)
Уверенность — неуверенность в себе	-0,221(**)	-0,033	-0,017	0,214(**)	0,234(**)
Независимость — подчиненный	-0,057	0,049	0,130(**)	0,118(**)	0,236(**)
Самоконтроль	0,000	0,017	0,062	0,220(**)	0,167(**)
Стресс — возбудимость	-0,032	-0,022	0,148(**)	0,132(**)	0,346(**)

*Примечание: применялся коэффициент корреляции Спирмена (r_s). * Корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторон.); ** Корреляция значима на уровне 0,01 (2-сторон.). Составлена авторами*

Согласно корреляционным результатам 16-факторного опросника личности Р.Б. Кеттелла (табл. 4), было замечено, что эмоциональная стабильность имеет отрицательную корреляцию с такими показателями, как: решение проблемы ($r_s = -0,088$; $p < 0,05$), склонность к общению ($r_s = 0,156$; $p < 0,01$). При этом между эмоциональной стабильностью и нестабильностью ($r_s = 0,182$; $p < 0,01$) зарегистрирована положительная связь.

Более того, отрицательная связь была выявлена по отношению решения проблем ($r_s = -0,221$; $p < 0,01$) и склонности к общению ($r_s = 0,214$; $p < 0,01$). Положительная связь отмечается между эмоциональной устойчивостью и неустойчивостью ($r_s = 0,234$; $p < 0,01$).

Кроме того, отрицательные корреляционные связи выявлены между показателями самостоятельности и зависимости и показателем избегания проблем ($r_s = 0,130$; $p < 0,01$), а также показателем склонности к общению ($r_s = 0,118$; $p < 0,01$). Положительная связь выделяется между эмоциональной устойчивостью и неустойчивостью ($r_s = 0,236$; $p < 0,01$).

Относительно показателей самоконтроля, отрицательные корреляционные связи зарегистрированы с показателем склонности к общению ($r_s = 0,220$; $p < 0,01$). Положительная корреляционная связь отмечается по отношению эмоциональной устойчивости и нестабильности ($r_s = 0,167$; $p < 0,01$).

Выделяя показатель стресса, отрицательная корреляция отмечается между — возбудимостью и избеганием проблем ($r_s = 0,148$; $p < 0,01$) и показателем склонности к общению ($r_s = 0,132$; $p < 0,01$), а положительную связь — с показателями эмоциональной устойчивости и неустойчивости ($r_s = 0,346$; $p < 0,01$).

Заключение

Благодаря развитию эмоционального интеллекта подростки могут улучшить свои навыки понимания своих эмоций и улучшения своих отношений. Это укрепляет их способность поддерживать и сотрудничать, делая их успешными в сложных ситуациях.

Развитие эмоционального интеллекта усиливает способность подростков понимать свои эмоции, управлять ими и развивать отношения. Это позволяет им понимать и анализировать себя и других, решать проблемы и лучше управлять своими обязанностями, работать с эмоциями, фокусироваться на целях и развивать дополнительную мотивацию.

Самое важное, что развитие эмоционального интеллекта у подростков помогает им развивать важные базовые навыки, необходимые для самореализации в стрессовых ситуациях общения, уважения и успеха. Это приводит подростков к пониманию себя и других, к анализу и укреплению сотрудничества.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аллахвердов, В.М. Сознание как парадокс / В.М. Аллахвердов. СПб., 2000. — 518.
2. Андреева, И.Н. Взаимосвязь социальной компетентности и эмоционального интеллекта у подростков // Женщина. Образование. Демократия: Материалы 5-й Междунар. междисциплинарной научно-практ. конф. 6–7 ноября 2002 г., г. Минск. — Минск, 2003. — С. 194–196.
3. Андреева, И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. — 2006. — № 3 — С. 78–86.
4. Аверин, В.А. Психология детей и подростков: Учебное пособие / В.А. Аверин. — 2-е изд., перераб. — СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. — 379 с.
5. Brackett, M.A., Mayer, J.D., and Warner, R.M. Emotional intelligence and its relation to everyday behavior. *Personality and Individual Differences*, 2004. — pp. 1387–1402.
6. Cartwright, S., and Cooper, C. 2005. Individually targeted interventions. In J. Barling, E.K. Kelloway, and M.R. Frone, eds., *Handbook of Work Stress*. Thousand Oaks, CA: Sage, pp. 607–22.
7. Goleman, Daniel. *The Emotionally Intelligent Workplace*. Jossey-Bass. 2001. P. 384.
8. Caruso, D.R., Bienn, B., and Kornacki, S.A. Emotional intelligence in the workplace. In J. Ciarrochi, J.P. Forgas, and J.D. Mayer, eds., *Emotional intelligence in everyday life*, 2nd ed. Hove, UK: Psychology Press, 2006. — pp. 187–205.
9. Cohen, J. Learning about social and emotional learning: Current themes and future directions. In J. Cohen, ed., *Educating Minds and Hearts*. New York: Teacher's College Press, 1999b. — pp. 184–91.
10. Cherniss, C., Goleman, D., Emmerling, R., Cowan, K., and Adler, M. *Bringing Emotional Intelligence in Organizations*. — New Brunswick, NJ: Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations, Rutgers University, 1998.
11. Cherry, N.M., Chen, Y., and McDonald, J.C. Reported incidence and precipitating factors of work-related stress and mental ill-health in the United Kingdom (1996–2001) // *Occupational Medicine* 56, 2001. — pp. 414–21.
12. Christensen, A., and Shenk, J.L. Communication, conflict and psychological distance in nondistressed, clinic, and divorcing couples // *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 59, 1991. — pp. 458–63.
13. Corr, P.J. Reinforcement sensitivity theory and personality // *Neuroscience and Bio-behavioral Reviews* 28, 2004. — pp. 317–320.

14. Costa, P.T., Jr., Bagby, R.M., Herbst, J.H., and McCrae, R.R. Personality selfreports are concurrently reliable and valid during acute depressive episodes // *Journal of Affective Disorders* 89, 2005. — pp. 45–55.
15. Bar-On, R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. In R. Bar-On and J.D.A. Parker, eds. — *The Handbook of Emotional Intelligence*. — San Francisco: Jossey-Bass, 2000. — pp. 363.
16. Люсин, Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник Эмин / Д.В. Люсин // *Психологическая диагностика*. — М., 2006. — № 4. — С. 3–22.

Sanayev Alisher Komiljonon o`g`li

Kazan (Volga Region) Federal University, Kazan, Russia
Institute of Psychology and Education
Oriental University, Tashkent, Uzbekistan
E-mail: Alisher.sanayev@inbox.ru
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-4698-9542>

Ustin Pavel Nikolaevich

Kazan (Volga Region) Federal University, Kazan, Russia
Institute of Psychology and Education
E-mail: pavust@mail.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3950-7434>
RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=458473

Sharafitdinov Abdulla

National University of Uzbekistan
Jizzakh branch, Jizzakh, Republic of Uzbekistan
E-mail: sharafitdinovabdulla@jbnuu.uz
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9574-922X>

Study of factors of psychological adaptation of foreign students from Central Asian countries at the stage of pre-university training in Russian universities

Abstract. This article examines the factors associated with the psychological adaptation of foreign students from Central Asian countries at the stage of pre-university education, the number of which is growing every year within the Russian educational space. The authors formulate the definition of psychological adaptation within the framework of a foreign cultural environment as a process of integration of a person into new socio-psychological, cultural, professional and living conditions in which identity and positive spiritual health are preserved. As factors of psychological adaptation of foreign students, the authors of the article consider in more detail individual factors, including: cultural distance between native and host countries, language competence, motivation for learning and cultural exchange, communication skills, social support, personal characteristics. To identify the degree of influence of factors on the process of psychological adaptation of students from Central Asia, a study was conducted on the basis of Kazan Federal University with the participation of 258 foreign students from 5 Central Asian countries (Kazakhstan, Uzbekistan, Tajikistan, Kyrgyzstan, Turkmenistan). An empirical study of the factors of psychological adaptation in foreign students contributed to the identification of a pattern between the level of language competence and motivation for learning (cultural exchange) international students and the level of their psychological adaptation. It was revealed that the factors of psychological adaptation of foreign students from Central Asian countries influence, first of all, the strategies of behavior under stress. The most used strategy of behavior under stress among foreign students from Central Asian countries has become a socially-oriented strategy, which is associated with the national and cultural characteristics and social norms of students. The results of the study can be used in the design of a formative experiment to increase the level of psychological adaptation of foreign students from Central Asian countries at the stage of pre-university education.

Keywords: psychological adaptation; factors; study; patterns; foreign students; countries of Central Asia; pre-university training; Russian universities