



Столыпинский  
вестник

Научная статья

Original article

УДК 159.923.33

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ВАЖНЫЙ ФАКТОР  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ**  
EMOTIONAL INTELLIGENCE AS AN IMPORTANT FACTOR OF  
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF MODERN YOUTH

**Аразмохамадұлы Рамазан**, студент, школа геологии, Казахстанско-Британский технический университет(050000, Республика Казахстан г. Алматы, Медеуский район ул. Толе би, д.59), тел.+7 727 357 43 03, [arazmohammad.r@mail.ru](mailto:arazmohammad.r@mail.ru)

**Тилеубаева Меруерт Слямхановна**, PhD, ассоциированный профессор, кафедра педагогики и психологии, КазУМОиМЯ им. Абылайхана(050022, г. Алматы, ул. Муратбаева, д.200), тел.+7 (727) 292 23 73, ORCID: <https://orcid.org/my-orcid?orcid=0000-0001-9747-7961>, [ai\\_arum@mail.ru](mailto:ai_arum@mail.ru)

**Arazmokhamaduly Ramazan**, student, School of Geology, Kazakh-British Technical University (050000, Republic of Kazakhstan, Almaty, Medeu district, Tole bi str., 59), tel. +7 727 357 43 03, [arazmohammad.r@mail.ru](mailto:arazmohammad.r@mail.ru)

**Tileubaeva Meruert Slyamkhanovna**, PhD, Associate Professor, Department of Pedagogy and Psychology, KazUMOiWL named after. Abylaikhan (050022, Almaty, Muratbaev St., 200), tel. +7 (727) 292 23 73, ORCID: <https://orcid.org/my-orcid?orcid=0000-0001-9747-7961>, [ai\\_arum@mail.ru](mailto:ai_arum@mail.ru)

**Аннотация:** Одним из актуальных аспектов изучения психологического благополучия является проблема определения факторов и предикторов создания внутреннего психологического равновесия личности. Появление концепции эмоционального интеллекта в последнее десятилетие XX века стало логически научным результатом формирования представлений о взаимосвязи аффективных и когнитивных процессов, что усилило внимание психологов к изучению возможностей личности в регулировании своего поведения. В связи с вышеизложенным, автором настоящей статьи, была предпринята попытка научного анализа и критического осмысления эмоционального интеллекта как важного фактора психологического благополучия современной молодежи.

**Abstract:** One of the topical aspects of the study of psychological well-being is the problem of determining the factors and predictors of creating an internal psychological balance of the individual. The emergence of the concept of emotional intelligence in the last decade of the 20th century was the logically scientific result of the formation of ideas about the relationship between affective and cognitive processes, which increased the attention of psychologists to studying the possibilities of the individual in regulating their behavior. In connection with the foregoing, the author of this article made an attempt to scientific analysis and critical understanding of emotional intelligence as an important factor in the psychological well-being of today's youth.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, психологическое благополучие, современная молодежь, психологическое равновесие.

**Keywords:** emotional intelligence, psychological well-being, modern youth, psychological balance.

Изучение аффективных и когнитивных процессов в их единстве явилось теоретической предпосылкой в развитии учения об ЭИ в отечественной психологии.

Л. С. Выготский пишет о недопустимости «отрыва интеллектуальной стороны нашего сознания от его аффективной, волевой стороны». По мнению классика, связь аффекта и интеллекта является двусторонней и динамичной: с

одной стороны, большинство эмоций интеллектуально опосредованы, а, с другой стороны, эмоции участвуют в регуляции мышления. Эти идеи развиты А. Н. Леонтьевым, который утверждает, что «эмоции являются «механизмом» движения деятельности», а также С. Л. Рубинштейном, для которого любая эмоция рассматривается «как единство переживания и познания»; интеллектуальный процесс невозможен без участия эмоций; «суждение обычно в большей или меньшей степени насыщено эмоциональностью». [6, с. 264]

На наш взгляд, выстраивание взаимоотношений с изменчивой окружающей реальностью не будет продуктивным без эмоционального регулирования личностью своего функционирования. Умелое контролирование эмоциональных проявлений в ответ на быструю смену социальных ситуаций будет способствовать гибкой дифференциации поведенческих реакций.

Следуя логике сказанного, позитивные эмоции можно культивировать не только как итог субъективного гедонистического благополучия, но и как средство достижения психологического благополучия в эвдемонистическом подходе. Актуализируя действия, вызывающие положительные эмоции, личность накапливает ресурсы, которые увеличивают ее возможности для позитивного функционирования. [5, с. 51]

Положительные эмоции не являются конечной целью сами по себе, их стоит рассматривать как средство достижения личностного роста и благополучия с течением времени, а оптимизм - как жизненный ресурс психики человека. Оптимизм является важным ресурсом личностного потенциала, который оказывает влияние на качество эмоциональной жизни индивида как важной составляющей общего благополучия. [3, с. 47]

В условиях возрастающей эмоциогенности окружающей действительности актуальным становится адаптивное взаимодействие человека с окружающей действительностью, поиск ресурсов психики для эффективных способов совладания со стрессовыми ситуациями. «Адаптивное взаимодействие человека с окружающей действительностью и самим собой помогает справляться с возникающими проблемами и трудностями».

Аффективный компонент, под которым понимается эмоциональная насыщенность жизни, преобладание позитивных эмоций, отсутствие выраженной тревожности, депрессивных симптомов является частью пятикомпонентной модели психологического благополучия О. С. Ширяевой. Л. В. Куликов утверждает, что за эмоциональную окрашенность отношений к аспектам бытия отвечает эмоциональный компонент благополучия. Он предстает переживанием, объединяющим чувства, обусловленные успешным (или неуспешным) функционированием личности. Понимая благополучие как психическое равновесие, гармоничное психике и ее адаптивным возможностям, Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова рассматривают эмоциональный комфорт в качестве индикатора степени удовлетворения значимых для личности потребностей и соответствии жизненного пути важным для нее ценностям, убеждениям. [1, с. 73]

Личностное благополучие, согласно концепции, представленной Н. А. Батуриным в соавторстве, является системным образованием психики. В его структуру включены факторы четырех уровней: субъективно-личностного, межличностного, психологического, внешнего внеличного. Когнитивно-аффективный компонент отнесен авторами к факторам субъективно-личностного уровня.

«Устойчивое психическое свойство, состоящее в доминировании положительных эмоций, наличии тесных взаимоотношений, субъектной включенности в жизнедеятельность, осмысленности жизни и позитивной самомотивации», - так определяет психологическое благополучие С. А. Водяха. Предиктором психологического благополучия молодежи автор считает такие способы самокоррекции эмоциональных состояний: самоодобрение и мышечная релаксация как стратегии преодоления трудных ситуаций.

В психологической практике появляется все больше работ, посвященных влиянию аффективной сферы личности на психологическое благополучие. Неоспоримо важным является создание благоприятных психоэмоциональных условий для наиболее эффективного функционирования личности молодого

человека. Период обучения в высшем учебном заведении является новым и важным этапом в приобретении жизненного опыта. Этот период характеризуется специфической направленностью познавательной и коммуникативной активности, непростым процессом адаптации к новым социальным условиям. [4, с. 92]

Это требует от молодого человека, контроля своего эмоционального поля и способов эмоционального реагирования на внешние и внутренние условия, характера испытываемых эмоций и умения распознать их в контексте переживаемого события.

Все это имеет отношение к эмоциональному интеллекту. Уровень его развития будет способствовать не только нейтрализации эмоциогенных факторов, сбалансированности межличностных отношений, но и раскрытию внутренних ресурсов личности молодого человека, развитию его самовыражения, самосознания. Способности, позволяющие молодежи осуществлять эмоционально-волевою регуляцию, распознавать эмоциональное состояние окружающих, быть компетентным в межличностных отношениях и сохранять собственное эмоциональное благополучие, интегрируются в содержание феномена эмоционального интеллекта и, тем самым, усиливают его значимость для психологического благополучия молодого человека.

Предметом научного интереса И. Н. Андреевой стало изучение влияния эмоциональной креативности на психологическое и социальное благополучие молодежи. Эмоциональная креативность как «способность личности творчески использовать свои эмоциональные ресурсы в деятельности и в общении» в рамках деятельностного подхода рассматривается автором как способность, которая содействует эффективности выполнения деятельности; в рамках личностного подхода - как качество личности. [7, с. 68]

Взаимосвязь эмоционального интеллекта и уровня удовлетворенности жизни на молодежной выборке была эмпирически доказана О. В. Коломиец (по результатам опросника «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла и теста «Индекс жизненной удовлетворенности в адаптации Н. В. Паниной), Н. С. Котляровой (по результатам методики «Опросник эмоционального интеллекта М.

А. Манойловой и теста «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS) Э. Динера). Нами изучалась взаимосвязь внутриличностного эмоционального интеллекта и компонентов психологического благополучия молодежи (по результатам опросника «ЭМИн» Д. В. Люсина и опросника «Шкалы психологического благополучия К. Рифф» в адаптации П. П. Фесенко, Т. Д. Шевеленковой). С. П. Дервянко и Я. С. Скорик было проведено исследование, направленное на изучение эмоциональных особенностей психологически благополучных и психологически неблагополучных молодежи. Данные этого исследования подтвердили важную роль всех составляющих эмоционального интеллекта (опросник «Диагностика ЭИ» Н. Холла) для психологического благополучия (опросник «ШПБ» К. Рифф в адаптации Л. Пергаменщика и Н. Лепешинского). Различные уровни применения своих эмоциональных способностей молодежи оказывают влияние на уровень и характеристики их психологического благополучия.

Эмпирическое подтверждение взаимосвязи интегральных показателей ЭИ и психологического благополучия было получено индийским исследователем С. Рамиа (S. Ramya). Высокая положительная корреляционная связь была выявлена с помощью опросника эмоционального интеллекта Мангала (Mangal's Emotional Intelligence Inventory (МЕИ)) и опросника психологического благополучия К. Рифф.

Коллектив испанских авторов во главе с J. Guerra-Bustamante анализировал влияние ЭИ (испанская версия опросника «Trait Meta Mood Scale-24») на ощущение счастья молодежи (Оксфордский опросник счастья «The Oxford Happiness Questionnaire»)).

Кросскультурное исследование влияние эмоционального интеллекта на ощущение субъективного благополучия было проведено авторским коллективом S. Koymdemir, & A. Schutz. Психологического благополучие немецких молодежи было оценено выше, чем турецких. В исследовании С. J. Takuyun принимали молодых людей из Нигерии, обучающиеся в России. Автором были использованы отечественные методики: опросник «ЭМИн» Д. В. Люсина и методика диагностики

психологического здоровья А. В. Козлова. В исследовании Y. Geng изучалось влияние на субъективное благополучие способностей эмоционального интеллекта молодежи, а также выраженность у них чувства благодарности как элемента положительных отношений с окружающими. [2, с. 34]

Таким образом, эмоциональный интеллект постепенно получает все большее признание в качестве значимого фактора, обеспечивающего эффективную регуляцию психоэмоциональных состояний и, таким образом, влияющего на достижение психологического благополучия личности. Создание эмоционального комфорта для гармоничного взаимодействия со средой особенно важно для юношеского возраста, который является этапом формирования нравственных идеалов и жизненных перспектив, определения познавательных и профессиональных интересов.

### Литература

1. Антонова, Н. А. Субъективное благополучие подростков и молодежи: концептуализация и измерение / Н. А. Антонова, К. Ю. Ерицян, Л. А. Цветкова // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. - 2018. - № 187. - С. 69-78.
2. Жукова, Э. Р. Личностная автономия и субъективное благополучие в период ранней взрослости / Э. Р. Жукова, В. Р. Манукян // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. - 2018. - Т. 6. - С. 30-36.
3. Коломиец, О. В. Связь социального самочувствия и психологического благополучия студентов / О. В. Коломиец // Психологическое благополучие современного человека: материалы Международной заочной научно-практ. конф. / Отв. ред. С. А. Водяха. - Екатеринбург: Уральский гос. пед. ун-т, 2018. - Т. 1. - С. 42-50.
4. Полянский, А. И. Эмоциональный интеллект и коммуникативные способности современных студентов / А. И. Полянский, Л. И. Быковская // Горизонты гуманитарного знания. - 2019. - № 4. - С. 81-95.
5. Сергиенко, Е. А. Роль эмоционального интеллекта в эффективности деятельности и психологическом благополучии человека / Е. А. Сергиенко, Е. А. Хлевная, Т. С. Киселева // Вестник Костромского государственного

- университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. - 2020. - Т. 26. -№ 1. - С. 46-53.
6. Шинкарева, О. В. Оценка эмоционального интеллекта студентов высших учебных заведений / О. В. Шинкарева, Е. А. Майорова // Балтийский гуманитарный журнал. - 2018. - Т. 7. - № 4 (25). – С. 263-265.
7. Юаньян В. Эмоциональный интеллект и социально-психологическая адаптация иностранных студентов в российских вузах (на примере китайских студентов) / В. Юаньян // Проблемы современного образования. - 2018. - № 2. – С. 65-71.

### Literature

1. Antonova, N. A. Subjective well-being of adolescents and youth: conceptualization and measurement / N. A. Antonova, K. Yu. A. I. Herzen. - 2018. - No. 187. – P. 69-78.
2. Zhukova, E. R. Personal autonomy and subjective well-being in the period of early adulthood / E. R. Zhukova, V. R. Manukyan // Scientific research of graduates of the Faculty of Psychology of St. Petersburg State University. - 2018. - Т. 6. – P. 30-36.
3. Kolomiets, O. V. Communication of social well-being and psychological well-being of students / O. V. Kolomiets // Psychological well-being of a modern person: materials of the International correspondence scientific and practical. conf. / Rev. ed. S. A. Vodyakh. - Ekaterinburg: Ural state. ped. un-t, 2018. - Т. 1. – P. 42-50.
4. Polyansky, A. I. Emotional intelligence and communication skills of modern students / A. I. Polyansky, L. I. Bykovskaya // Horizons of humanitarian knowledge. - 2019. - No. 4. – P. 81-95.
5. Sergienko, E. A. The role of emotional intelligence in the effectiveness of activity and psychological well-being of a person / E. A. Sergienko, E. A. Khlevnaya, T. S. Kiseleva // Bulletin of the Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics. - 2020. - Т. 26. - No. 1. – P. 46-53.



6. Shinkareva, O. V. Evaluation of emotional intelligence of students of higher educational institutions / O. V. Shinkareva, E. A. Mayorova // Baltic Humanitarian Journal. - 2018. - Vol. 7. - No. 4 (25). – P. 263-265.
7. Yuanyan V. Emotional intelligence and socio-psychological adaptation of foreign students in Russian universities (on the example of Chinese students) / V. Yuanyan // Problems of modern education. - 2018. - No. 2. – P. 65-71.

© Аразмохамадулы Р., Тилеубаева М.С., 2023 Научный сетевой журнал «СтолЫпинский вестник» №3/2023.

**Для цитирования:** Аразмохамадулы Р., Тилеубаева М.С. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ВАЖНЫЙ ФАКТОР ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ // Научный сетевой журнал «СтолЫпинский вестник» №3/2023.