

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ,  
ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ И ТРЕВОЖНОСТЬ  
ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ  
EMOTIONAL INTELLIGENCE, RESILIENCE AND  
ANXIETY OF SCHOOLCHILDREN AND STUDENTS**

Ермакова Е.С., профессор кафедры «Прикладная психология», доцент, доктор психологических наук, Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I,

[e\\_s\\_ermakova@mail.ru](mailto:e_s_ermakova@mail.ru)

**Актуальность исследования особенностей эмоционального интеллекта, жизнестойкости и тревожности школьников старших классов и студентов вуза определяется тем, что данные психологические феномены характеризуют личностные ресурсы человека, его социальные отношения и психологическое здоровье.**

# Методический инструментарий исследования:

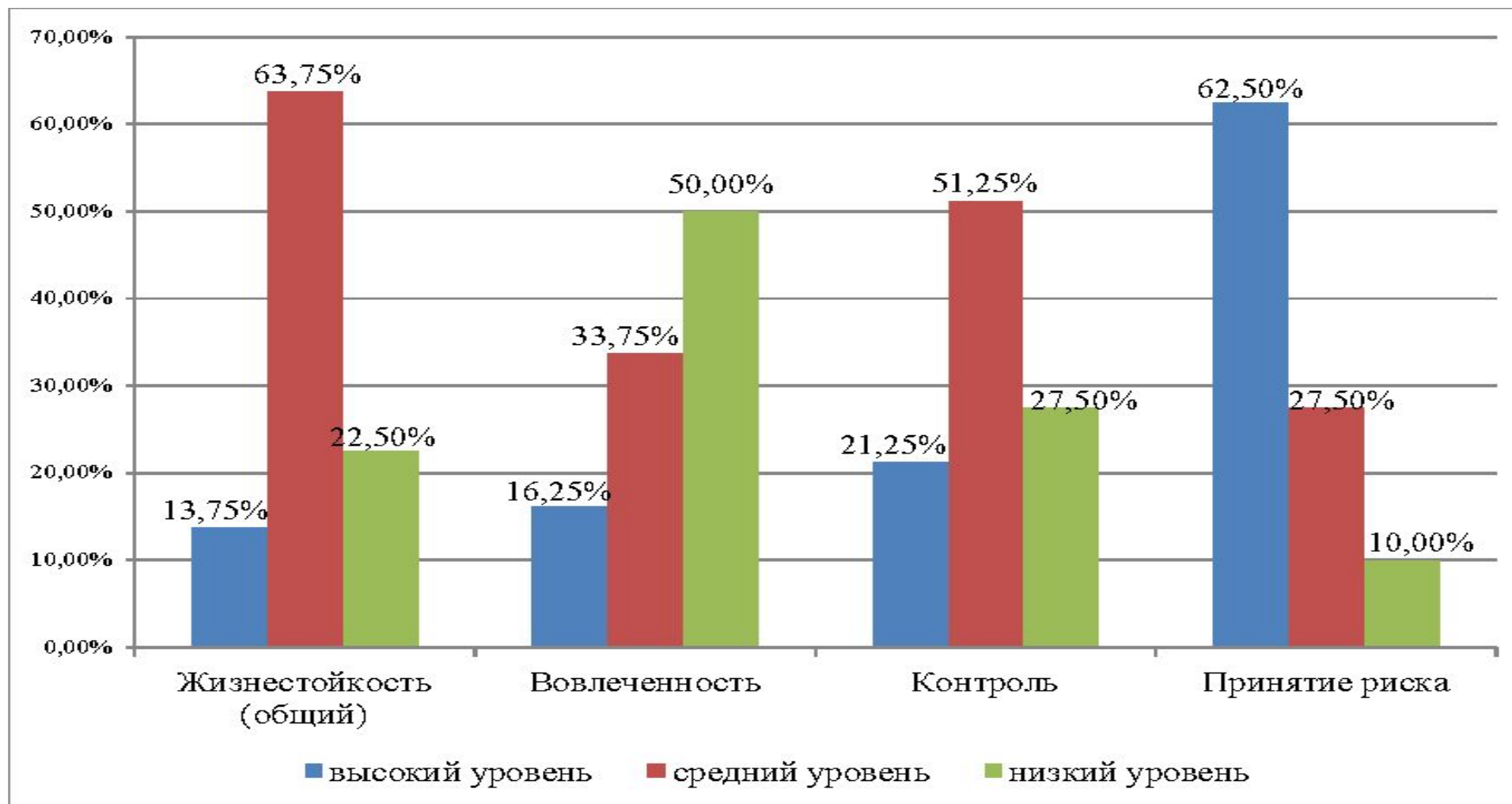
1. опросник эмоционального интеллекта Д.В. Люсина;
2. методика исследования жизнестойкости С. Мадди, адаптация Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой;
3. шкала проявлений тревоги Дж. Тейлора, адаптация В.Г. Норакидзе.

## **Выборка представлена**

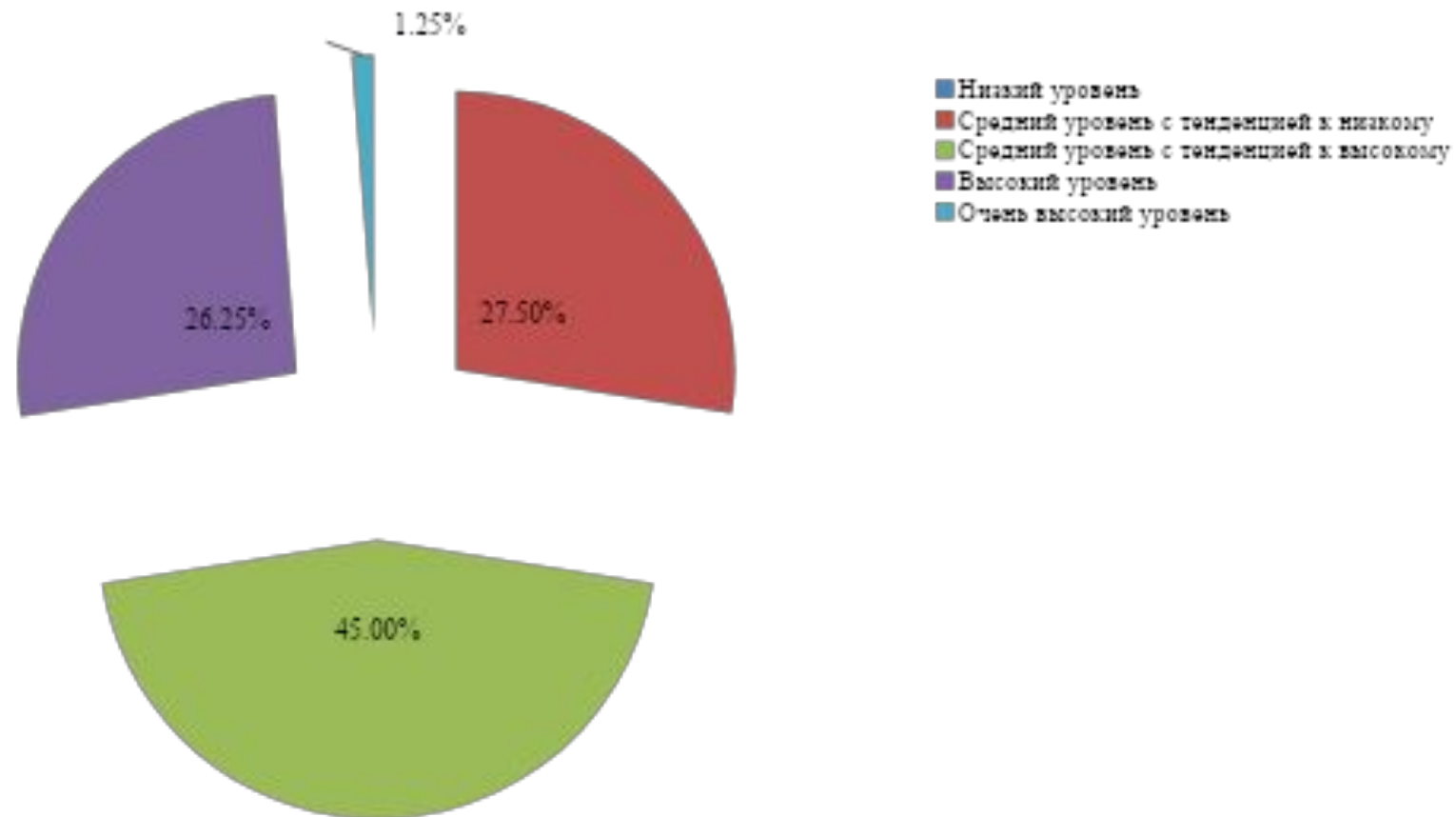
40 учащимися 10-11 классов средних общеобразовательных школ г. Санкт-Петербурга в возрасте 16-17 лет, из них - 20 юношей и 20 девушек;

40 студентами вузов г. Санкт-Петербурга в возрасте 19-20 лет, из них - 20 юношей и 20 девушек.

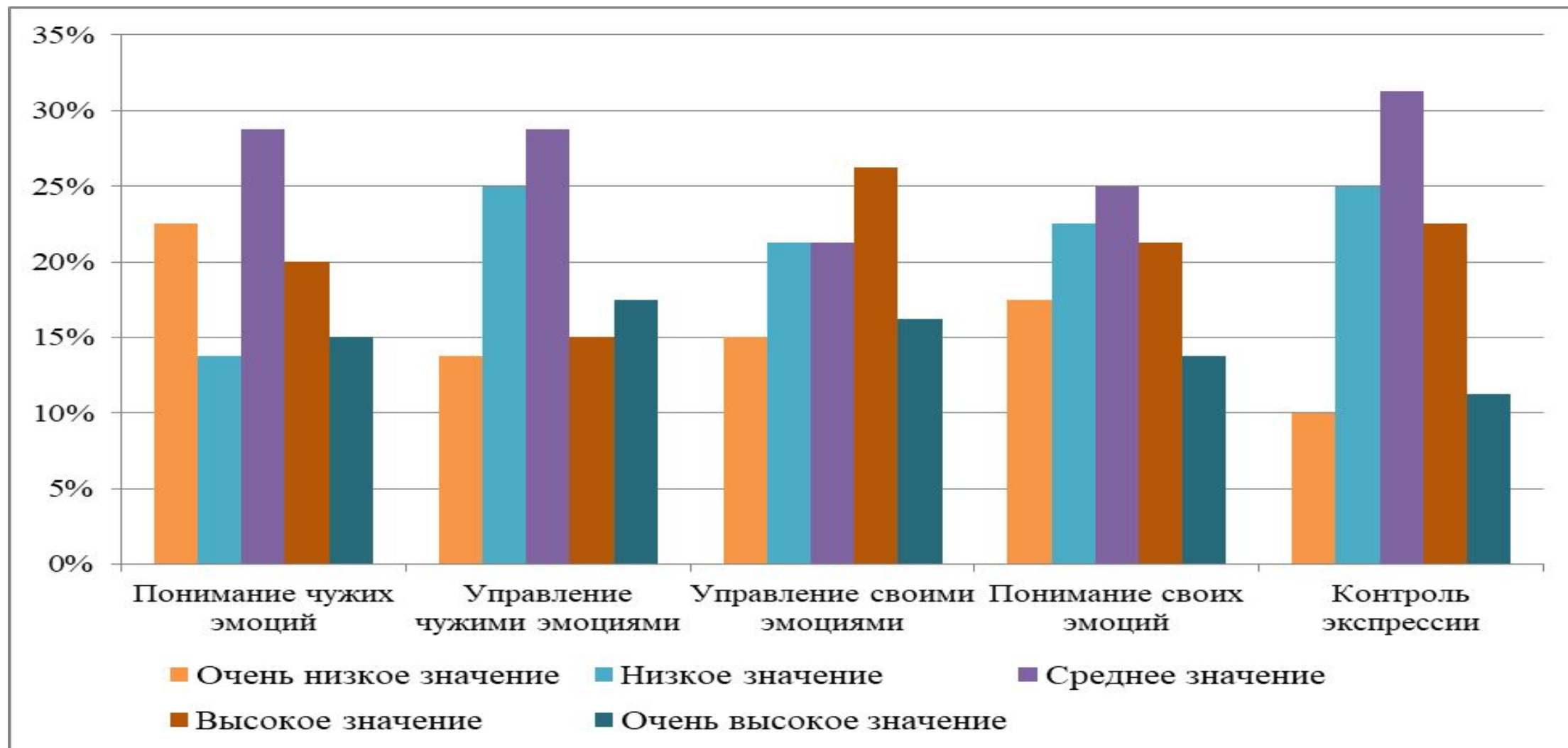
# Распределение показателей уровня жизнестойкости всей выборки (методика С. Мадди, адаптация Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой) (в %)



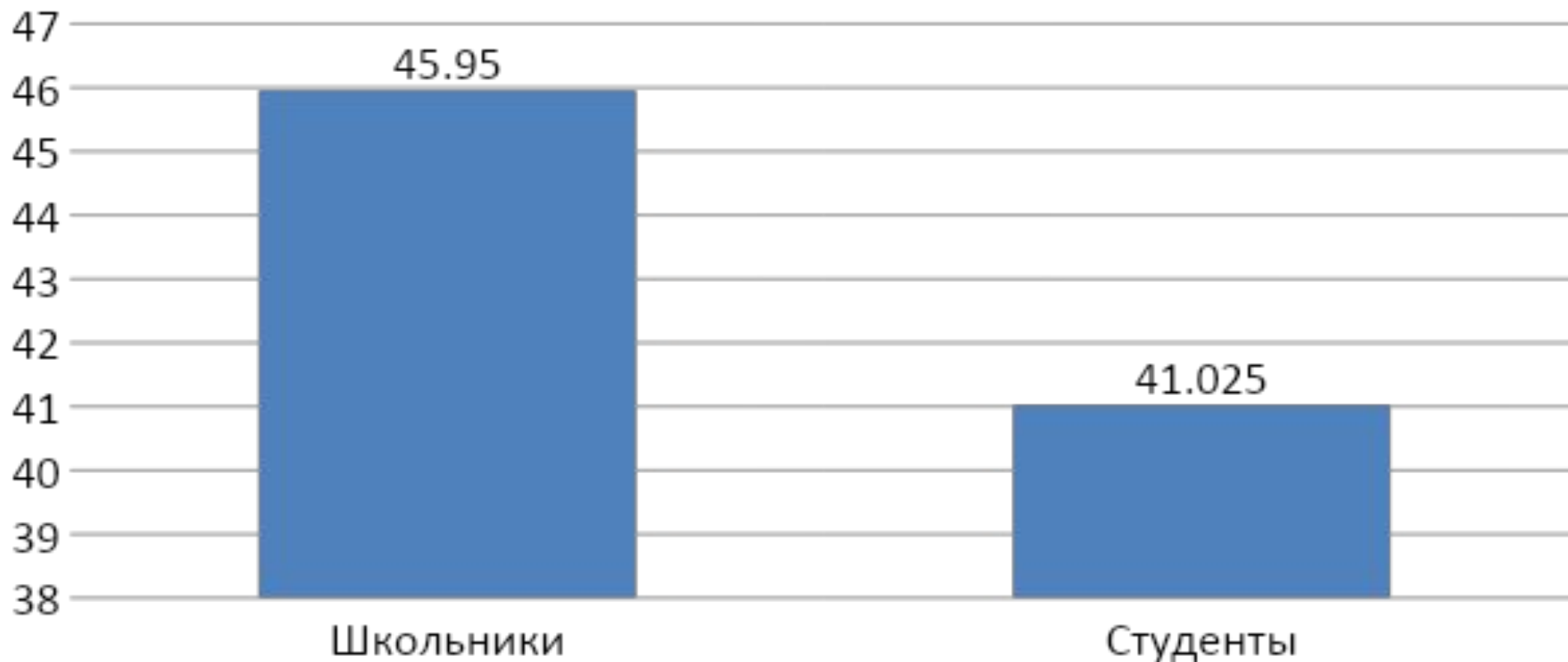
# Распределение показателей уровня тревожности всей выборки по методике Дж. Тейлора, адаптация В.Г. Норакидзе (в %)



# Распределение показателей субшкал методики «Опросник эмоционального интеллекта» Д. В. Люсина всей выборки



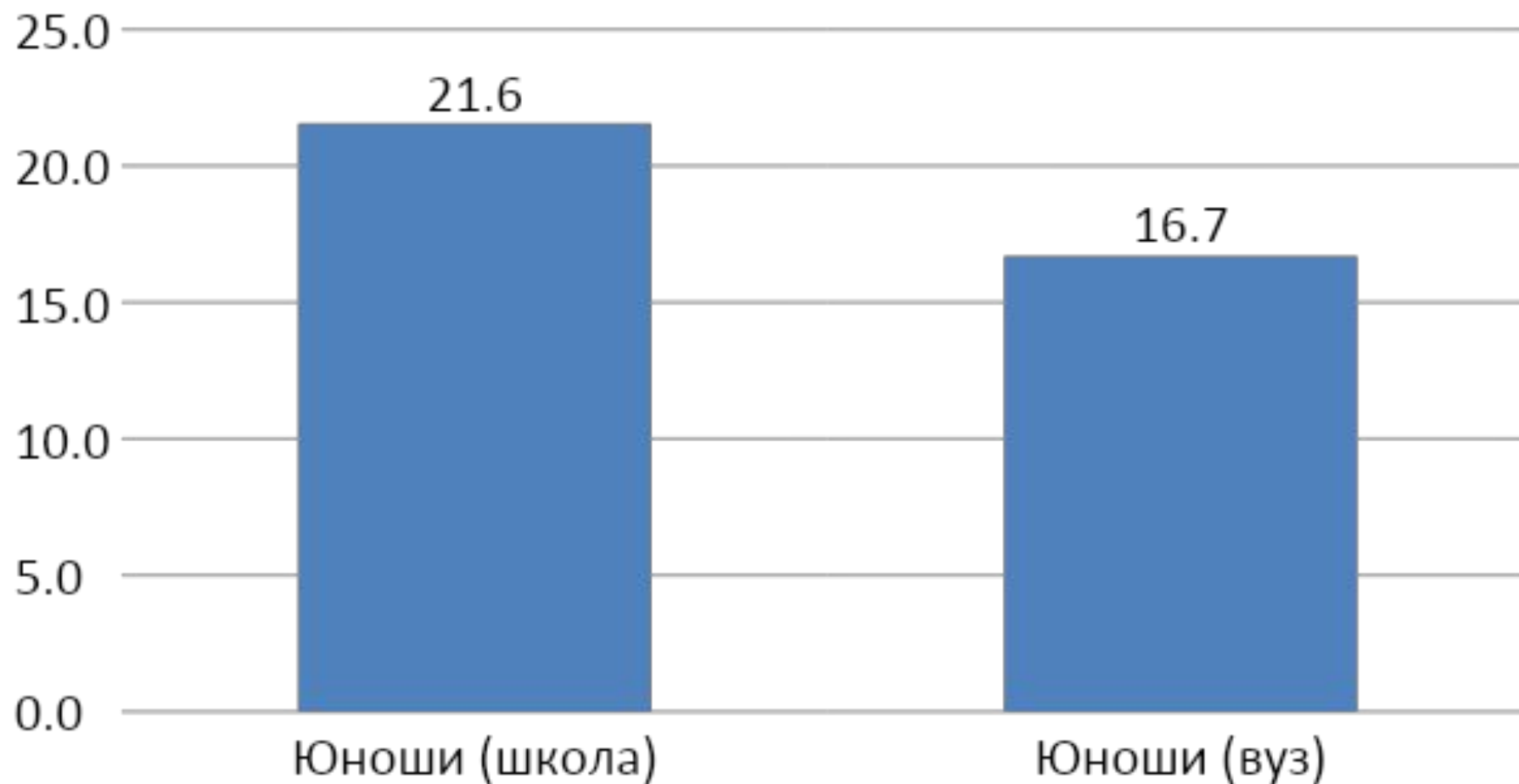
# Значимые различия показателя «Внутриличностный эмоциональный интеллект» школьников и студентов методики «Опросник эмоционального интеллекта» Д.В. Люсина



Уровень значимости  
 $p=0.01$

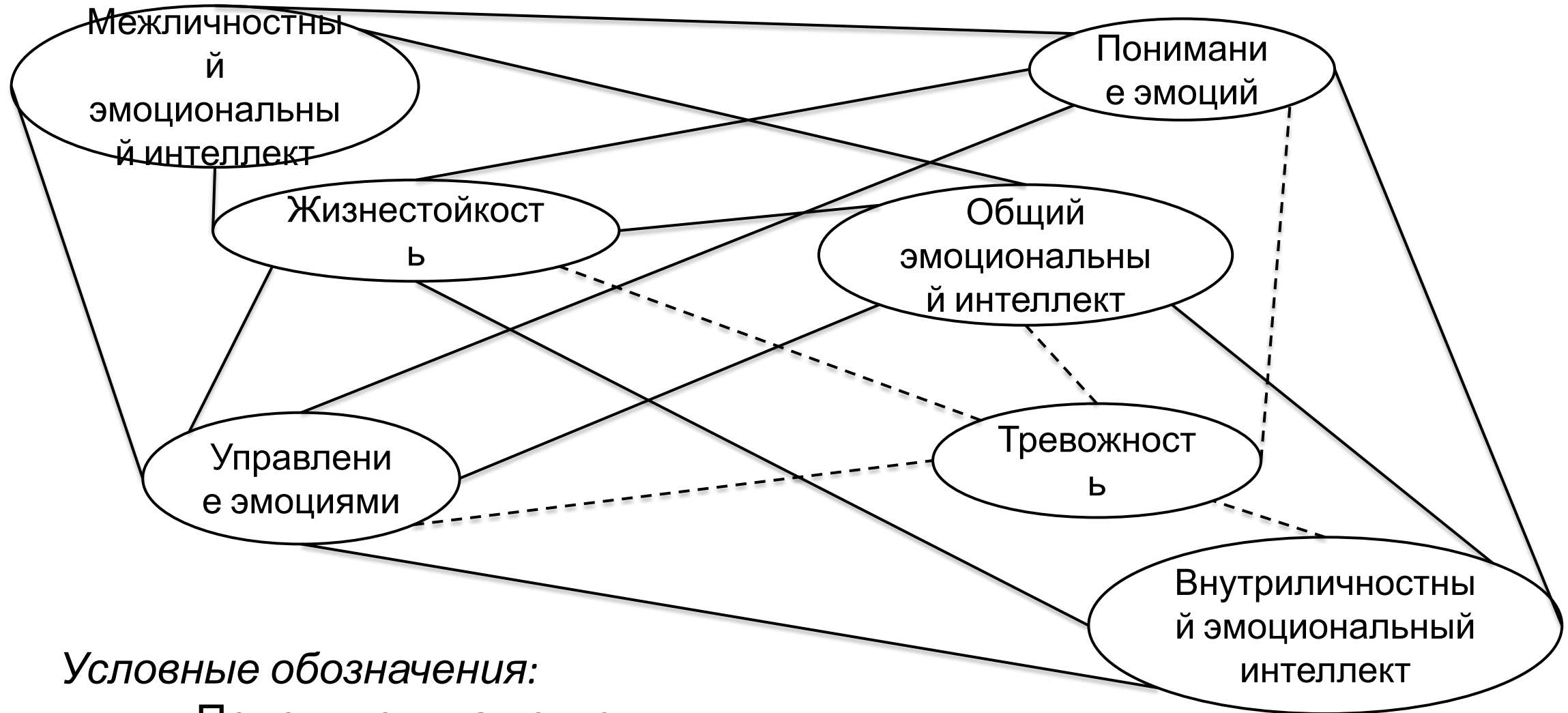


# Значимые различия показателя «Понимание эмоций» юношей-школьников и юношей-студентов методики «Опросник эмоционального интеллекта» Д.В. Люсина



Уровень значимости  
 $p=0.01$

# Корреляционная плеяда связей показателей эмоционального интеллекта, тревожности и жизнестойкости школьников

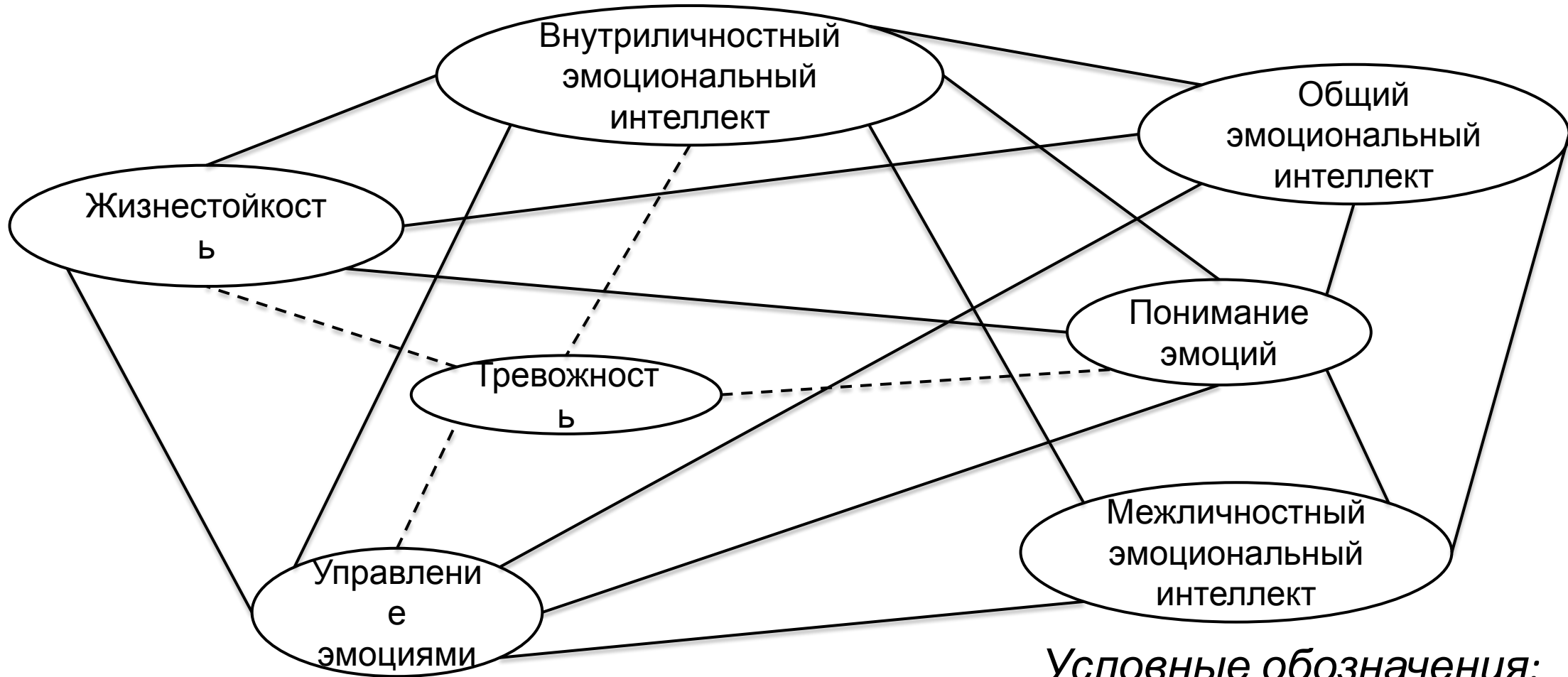


*Условные обозначения:*

———— Положительная связь,

----- Отрицательная связь;

# Корреляционная плеяда связей показателей эмоционального интеллекта, тревожности и жизнестойкости студентов



Уровень значимости  
 $p=0,01$

*Условные обозначения:*

———— Положительная связь,  
- - - - - Отрицательная связь;

# Выводы

- У всей выборки испытуемых самым выраженным компонентом жизнестойкости является «принятие риска», «контроль» имеет средний уровень, «вовлеченность» находится на низком уровне. Большинство испытуемых общей выборки имеют средний уровень тревожности с тенденцией к высокому уровню. Почти половина (45%) испытуемых общей выборки показали высокий уровень межличностного эмоционального интеллекта, высокий уровень управления своими эмоциями.
- Показатель «Внутриличностный эмоциональный интеллект» по методике Д.В. Люсина значимо выше у старшеклассников, чем у студентов. У старшеклассников выше показатели способности к пониманию собственных эмоций и управлению ими, поскольку в ранней юности перестраивается эмоциональная сфера, формируется личностное, рефлексивное мышление.
- Показатель «Понимание эмоций» по методике Д.В. Люсина значимо выше у юношей-школьников, чем у юношей-студентов. В ранней юности индивидуальные различия быстрее формируются и проявляются у юношей, чем у девушек. Юноши-студенты, вероятно, не так остро сконцентрированы на самонаблюдении и рефлексии, связанной со способностью и мышлением своим и

# Выводы

- Корреляционный анализ показателей методик школьников дал возможность предположить, что внутренние личностные ресурсы, которые необходимы для поддержания в норме физического, психического и социального здоровья, прямо связаны со способностями понимать и чувствовать эмоции. Повышенная тревожность школьников способствует ослаблению личностных ресурсов, способности справляться со стрессовыми ситуациями, в целом, снижению способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими.
- Корреляционный анализ показателей методик студентов дал возможность предположить, что, как и в выборке школьников, повышенная тревожность студентов снижает уровень жизнестойкости, понимания и управления эмоциями. Несколько меньшее количество и дифференцированность корреляционных связей показателей методик в выборке студентов может говорить о менее развитой по сравнению со школьниками структуре совладания со стрессовыми ситуациями и менее значительном использовании в тревожных и стрессовых ситуациях потенциала эмоционального интеллекта. Это подтверждают более высокие статистически достоверные показатели внутриличностного интеллекта школьников по сравнению со студентами.

# Заключение

В целом, результаты исследования показывают, что жизнестойкость положительно связана с характеристиками эмоционального интеллекта.

Это позволяет предположить, что эмоциональный интеллект является необходимым компонентом жизнестойкости, как убеждённости личности в готовности справиться с ситуацией, и открытости всему новому.

Кроме того, эмоциональный интеллект способствует снижению тревожности, что может явиться важным основанием для разработки программ коррекции тревожности путем активизации характеристик эмоционального интеллекта.

**Спасибо за внимание!**