

УДК 159.99

## ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И СПОСОБОВ СОВЛАДАНИЯ С ФРУСТРАЦИОННОЙ СИТУАЦИЕЙ У ПОДРОСТКОВ

*Самохвалова Елена Викторовна*

*Аспирант, Ассоциация семейных сообществ и специалистов*

*по работе с детьми «Карпушкино» г. Норильск, Россия,*

*ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-6132-3975>,*

*e-mail: [yelena.samokhvalova.86@mail.ru](mailto:yelena.samokhvalova.86@mail.ru)*

### Аннотация

**Введение:** статья посвящена изучению особенностей развития эмоционального интеллекта в подростковом возрасте, а также его взаимосвязи с типом и направлением фрустрационной реакции. Способность справляться с «невозможностью удовлетворения потребности», согласно исследованиям С. Розенцвейга, зависит от таких факторов, как «внешняя или внутренняя обвинительная позиция», сила или слабость внутреннего «Я» и тип «эго-защитной» реакции. Цель нашей работы заключалась в определении способов и стратегий совладания с фрустрационной ситуацией и их взаимосвязи с уровнем развития эмоционального интеллекта у подростков.

**Материалы и методы:** в исследовании приняли участие 274 школьника 12–16 лет, обучающихся в МБОУ СОШ № 13, МБОУ СОШ № 3 г. Норильска. Для определения особенностей развития эмоционального интеллекта использован тест «Эмоциональный интеллект. ЭмИн» Д.В. Люсина, для изучения фрустрационных реакций – «Методика рисуночной фрустрации» С. Розенцвейга.

**Результаты:** результаты проведенного исследования показали наличие умеренной и заметной корреляционной взаимосвязи между типом и направлением фрустрационной реакции и значениями межличностного, внутриличностного эмоционального интеллекта. Развитость эмоционального интеллекта на межличностном и внутриличностном уровнях, наличие способностей к пониманию и управлению эмоциями имеют взаимосвязь с определением источника фрустрационной ситуации, со склонностью индивида уходить от ответственности или полностью принимать ее на себя, а также с адаптивностью индивидуума в социальной среде.

**Выводы:** развитие эмоционального интеллекта у подростков может положительно влиять на формирование внутреннего «Я», на использование «эго-защитной» реакции, на склонность к самообвинению или, наоборот, перекладыванию ответственности, на предпочтения решать фрустрационные ситуации самостоятельно или с помощью – иными словами, на выбор наиболее успешной стратегии совладания с фрустрационной ситуацией.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, внутриличностный эмоциональный интеллект, межличностный эмоциональный интеллект, направление фрустрационной реакции, тип фрустрационной реакции

## A STUDY OF THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND WAYS OF COPING WITH A FRUSTRATING SITUATION IN ADOLESCENTS

*Samokhvalova Elena Viktorovna*

*Postgraduate student, Association of Family Communities and Specialists  
in Working with Children "Karpushkino", Norilsk, Russia,*

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-6132-3975>,  
e-mail: [yelena.samokhvalova.86@mail.ru](mailto:yelena.samokhvalova.86@mail.ru)

### Abstract

**Introduction:** the article is devoted to the study of the features of the development of emotional intelligence in adolescence, as well as its relationship with the type and direction of the frustration reaction. The ability to cope with the "impossibility of satisfying a need," according to S. Rosenzweig's research, depends on factors such as an "external or internal accusatory position," the strength or weakness of the inner self, and the type of "ego-protective" reaction. The purpose of our work was to identify ways and strategies for coping with a frustrating situation and their relationship to the level of emotional intelligence development in adolescents. **Materials and methods:** the study involved 274 schoolchildren aged 12-16 studying at MBOU Secondary School No. 13, MBOU Secondary School No. 3 in Norilsk. The Emotional Intelligence test was used to determine the features of the development of emotional intelligence. EmIn" by D. V. Lusina, for the study of frustration reactions – "The technique of pictorial frustration" by S. Rosenzweig. **Results:** the results of the study showed the presence of a moderate and noticeable correlation between the type and direction of the frustration reaction and the values of interpersonal, intrapersonal emotional intelligence. The development of emotional intelligence at the interpersonal and intrapersonal levels, the ability to understand and manage emotions are correlated with the identification of the source of a frustrating situation, with the tendency of an individual to evade responsibility or fully assume it, as well as with the adaptability of an individual in a social environment. **Conclusions:** the development of emotional intelligence in adolescents can positively influence the formation of the inner self, the use of an "ego-protective" reaction, a tendency to self-blame, or vice versa shifting responsibility, preferences to solve frustrating situations independently or with help, in other words, the choice of the most successful strategy for coping with a frustrating situation.

**Keywords:** emotional intelligence, intrapersonal emotional intelligence, interpersonal emotional intelligence, direction of frustration reaction, type of frustration reaction.

### Введение

Исследование концепта эмоционального интеллекта является одним из популярных направлений в современной науке. Такой интерес обусловлен взаимосвязью эмоционального интеллекта с жизнестойкостью (Colomeischi 2015), с личностным и профессиональным развитием (Жулина 2016), с профессиональной успешностью (Rezvani 2016), с развитием патологий личности (Н.В. Овчарова 2022, Ф.В. Дериш 2019), с успешным социальным взаимодействием (Е.М. Эделева 2024) и т. д.

Исследованиями эмоционального интеллекта занимались следующие авторы: Д.В. Люсин (2004), Д.В. Ушаков (2004), Е.А. Сергиенко (2019), Дж. Мейер, П. Сэловей (Salovey, Mayer 1990), Д. Карузо (2010), Д. Гоулман (2005),

Дж. Готтман (1997), Р. Бар-он (1997) и т. д. При этом понимание концепции эмоционального интеллекта у данных авторов разнится. Например, в интерпретации Р. Бар-он эмоциональный интеллект состоит из способностей, не связанных с когнитивной деятельностью человека, а относящихся только к эмоциональной перцепции, направленной на реализацию личности в социуме эмоциональный интеллект в аспекте единства когниции и эмоциональной сферы [14]. Д. Гоулман в своих исследованиях сосредоточился на конечном результате функционирования эмоционального интеллекта, а именно на достижении поставленной цели [4]. Научная модель Д.В. Люсина также предполагает участие когниции в эмоциональном интеллекте на уровне интерпретации и управления эмоциональными реакциями. Модель эмоционального интеллекта Д.В. Люсина реализуется в двух плоскостях – на уровне собственной эмоциональной сферы (внутренней) и межличностного взаимодействия (внешней). В интерпретации Д.В. Люсина эмоциональный интеллект состоит из таких способностей, как определение эмоциональной реакции и ее словесного обозначения, выявление причины эмоций и контроля над ними [11].

Несмотря на популярность вышеперечисленных концепций эмоционального интеллекта, авторы уделяли недостаточное внимание развитию эмоционального интеллекта в подростковом возрасте. Согласно исследованиям Дж. Майера, Д. Карузо, П. Сэловея, эмоциональный интеллект способен развиваться с возрастом. Р. Бар-Он утверждал, что развитие эмоционального интеллекта аналогично известному развитию когнитивного интеллекта от раннего до позднего подросткового возраста [8]. Д. Гоулман же считал, что эмоциональный интеллект соответствует критериям развития традиционного интеллекта [4].

Согласно работам А.И. Савенкова, развитие в подростковом возрасте отличается асинхронией, что проявляется на всех уровнях организации: биологическом, когнитивном и социальном. Эту асинхронию можно проследить

во многих проявлениях подросткового возраста [13]. Одним из ведущих новообразований этого возраста, по мнению Д.И. Фельдштейна (1978), Э. Эриксона (1996), является поиск признания сверстниками и отстранение от влияния семьи, что способствует самоидентичности, формированию личностных качеств и предшествует сепарации.

Еще одним критерием, свойственным этому возрасту, по мнению Л.И. Божович, А.М. Прихожан, является гиперболизированная потребность в эмоциональном насыщении. При этом они определяли подобную потребность как небезопасную, приводящую к неразумным, опасным поступкам, способствующую возникновению фрустрационных ситуаций [2; 12]. По мнению А.И. Савенкова, подобная потребность существует не только на внутреннем уровне, но и на внешнем, что выражается в бурном проявлении эмоций радости, гнева и удивления. Подобная эмоциональная экспрессия также может усугублять возникающие фрустрационные эпизоды [13]. Поэтому изучение развития эмоционального интеллекта подростков и их способностей совладания с фрустрационной ситуацией является актуальным вопросом.

Исследование фрустрации получило свое распространение в работах таких авторов, как С. Розенцвейг (1945), Н.Д. Левитов (1967), Н. Майер (1961), Л.И. Дементий (2004). С. Розенцвейг определяет фрустрацию как явление, которое возникает, «когда организм встречает более или менее непреодолимые препятствия или обструкции на пути к удовлетворению какой-либо жизненной потребности» [5]. В исследованиях Н.Д. Левитова фрустрация определяется как эмоциональные и поведенческие реакции, вызванные объективными или субъективными препятствиями к достижению поставленной цели [10].

С. Розенцвейг в 1938 году предложил теорию фрустрации, в которой рассматривал три уровня защиты организма при столкновении с препятствиями: клеточный, автономный (уровень «немедленной необходимости»), кортикальный (защита «Я») [5]. На основе теории фрустрации С. Розенцвейг создал диагностическую методику «Рисуночная фрустрация», которую мы применили в

нашем исследовании. Для изучения особенностей эмоционального интеллекта мы выбрали научную модель Д.В. Люсина и разработанный на его основе тест «Эмоциональный интеллект. ЭМИн», так как он позволил нам проследить особенности эмоциональной сферы подростков в двух плоскостях: собственного эмоционального мира подростка и его взаимосвязи с эмоциональными проявлениями других индивидуумов, что отвечает сути нашего исследования.

### Материалы и методы

Целью нашего исследования является изучить взаимосвязь эмоционального интеллекта и фрустрационных реакций подростков. Для определения уровня эмоционального интеллекта мы использовали тест «Эмоциональный интеллект. ЭМИн» Д.В. Люсина, механизмы совладания с фрустрационной ситуацией исследовали с помощью методики «Рисуночная фрустрации» С. Розенцвейга. В исследовании приняли участие подростки 12–15 лет, обучающиеся в МБОУ СОШ № 13, МБОУ СОШ № 3 г. Норильска в количестве 274 человек.

### Результаты исследования

Результаты теста Д.В. Люсина представлены в табл. 1.

Таблица 1

#### Результаты по тесту «Эмоциональный интеллект»

Шкалы/уровень результатов	Низкий	Средний	Высокий
Общий уровень эмоционального интеллекта	42,32%	40,1%	18,13%
Межличностный эмоциональный интеллект	44,24%	41,82%	13,94%
Внутриличностный эмоциональный интеллект	28,37%	44,71%	26,92%
Понимание эмоций	43,76%	46,63%	9,61%
Управление эмоциями	25,11%	48,55%	26,34%
Понимание чужих эмоций	67,31%	31,25%	1,44%
Управление чужими эмоциями	47,12%	51,44%	1,44%
Понимание своих эмоций	37,99%	55,76%	6,25%
Управление своими эмоциями	25,49%	60,09%	14,42%
Контроль экспрессии	31,74%	61,05%	7,21%

Интерпретация результатов теста Д.В. Люсина показала, что чуть менее половины опрошенных подростков обладают низкими значениями общего уровня эмоционального интеллекта. Соответственно примерно у половины учащихся

недостаточно развито перцептивное восприятие эмоций на уровне как собственной личности, так и личности другого индивидуума. Значение шкал и субшкал, относящихся к ветви «Межличностный эмоциональный интеллект», примерно в 1,5 раза ниже, чем значения шкал и субшкал ветви «Внутриличностный эмоциональный интеллект». Это говорит о том, что в подростковом возрасте понимание себя и своего внутреннего состояния значительно лучше, чем понимание других индивидуумов, их внутренних переживаний и мотивов. Возможность саморегуляции также превышает способность к управлению эмоциональным состоянием других лиц. Низкие значения субшкалы «Понимание чужих эмоций» (МП) (67,31 %) говорят о том, что около 70 % респондентов имеют сложности в понимании невербальной коммуникации, в интерпретации мимических, пантомимических и вокальных проявлений эмоций.

Для определения механизмов совладания с фрустрацией у исследуемых подростков мы использовали «Методику рисуночной фрустрации» С. Розенцвейга. Результаты представлены в табл. 2.

Таблица 2

**Результаты по методике «Рисуночной фрустрации»**

Реакция	Направление реакции			Тип реакции		
	импунитивное (М)	интрапунитивное (I)	экстрапунитивное (E)	доминантный (O-D)	эго (E-D)	упорствующ
Высокий	91,61%	20,44%	10,58%	73,72%	11,68%	34,31%
Норма	5,84%	9,12%	10,95%	13,87%	16,42%	19,34%
Ниже нормы	2,55%	70,44%	78,47%	12,41%	71,9%	46,35%

Более чем 90% подростков обладают импунитивным направлением реакции (по классификации С. Розенцвейга) – М-реакция. Эти данные свидетельствуют об отсутствии критической оценки происходящего у большинства опрошенных учеников, что может приводить к беспечности в поведении и поступках.

Анализ полученных данных позволяет выделить несколько вариантов стратегий поведения подростков в фрустрационных коммуникативных ситуациях. Характеристики этих поведенческих стратегий размещены в табл. 3.

Таблица 3

**Характеристики поведенческих стратегий подростков**

№ стратегии	Характеристики стратегии	% частоты случаев
Стратегия № 1	Высокое импунитивное значение (М) при низком экстрапунитивном и интропунитивном значениях направления реакции (I,E); низкое значение типа эго-защитной реакции (E-D), высокое или нормативное значение доминантного типа реакции (O-D).	35,04%
Стратегия № 2	Высокое значение импунитивного направления реакции (М) совместно с высоким или нормативным значением интрапунитивного направления реакции (I); низкое значение эго-защитного типа реакции (E-D), высокое или нормативное значение упорствующего типа реакции (N-P).	23,36%
Стратегия № 3	Высокое или нормативное значение экстрапунитивного направления реакции (E); высокое или нормативное значение доминантного типа реакции (O-D).	17,52%

**Первый тип стратегии поведения.** При реализации стратегии поведения № 1 индивидуум проявляет беспечность и отсутствие критической оценки происходящего, что приводит к бездействию или позднему реагированию. Эмоциональная закрытость, стремление рассчитывать только на свои силы делает его устойчивым при возникновении фрустрационных ситуаций (максимальные показатели М). Индивидуум не склонен к самоанализу и зачастую самоуверен, что приводит к повторению негативных сценариев. В процессе стрессовой, неожиданной ситуации респондент не склонен рационально оценивать происходящее вокруг (значения I, E-D). В затруднительных ситуациях респондент проявляет ригидность в мышлении и поведении (O-D). Причина такой реакции – подросток считает происходящее малозначительным (E-D).

**Второй тип стратегии поведения.** Полученные данные указывают, что индивидуум при попадании в фрустрационные обстоятельства склонен винить

себя в происходящем и испытывать сильные эмоциональные переживания (высокие показатели I). При этом он стремится исправить сложившуюся ситуацию, а также оказать помощь другим. Источник жизненных неурядиц – отсутствие критического мышления, склонность к беспечности (показатели M). Еще одной особенностью респондента является эмоциональная закрытость при фрустрационных обстоятельствах и стремление рассчитывать только на свои силы. Такому поведению также способствует предвзятое отношение к командной работе (показатели E). Стрессовая ситуация способствует принятию конструктивных решений (сильная эго-защита E-D), что нивелирует отсутствие критичности в оценки происходящего (показатели M) и подталкивает индивидуума к рациональному решению проблемы (N-P).

**Третий тип стратегии поведения.** Эта стратегия характеризуется высокой степенью проявления эмоциональной реакции. При столкновении с фрустрацией индивидуум открыто выражает свое недовольство, вовлекает в процесс других лиц, а также готов к диалогу и конструктивному решению проблемы. Индивидуум ищет поддержку вовне, обращается за помощью, побуждает других к действиям (показатели E). Рационально оценивает происходящее, рассматривает окружающих по критерию «полезности в разрешении проблемной ситуации». Индивидуум склонен заикливаясь на решении проблемы и гиперболизировать масштабы происходящего (O-D).

Для реализации цели исследования эмоционального интеллекта и фрустрационной реакции подростков был использован корреляционный анализ с применением критерия Пирсона. Результаты представлены в табл. 4.

Анализ полученных данных: выбор направления реакции (M; I; E) при фрустрационной ситуации имеет умеренную корреляционную связь с общим уровнем эмоционального интеллекта, а также шкалами и субшкалами МЭИ, ВЭИ, ПЭ, МУ, ВУ. Соответственно развитость эмоционального интеллекта на межличностном и внутриличностном уровнях, наличие способностей к пониманию и управлению эмоциями имеет тесную взаимосвязь с определением

источника фрустрационной ситуации (причина в окружающем мире или в самом индивидууме).

Таблица 4

**Результаты корреляционного анализа показателей  
теста «Эмоциональный интеллект» и методики «Рисуночной фрустрации»**

Название шкал	Общий ЭИ	МЭИ	ВЭИ	ПЭ	УЭ	МП	МУ	ВП	ВУ	ВЭ
М	0,36	0,34	0,3	0,32	0,25	0,22	0,35	0,26	0,33	0,24
O-D	0,28	0,21	0,27	0,16	0,27	0,15	0,22	0,24	0,29	0,23
E-D	-0,47	-0,3	-0,51	-0,3	-0,47	-0,27	-0,35	-0,44	-0,45	-0,39
N-P	0,01	-0,22	0,24	0,01	0,2	-0,28	-0,19	0,26	0,01	0,24
GCR	0,42	0,3	0,19	0,31	0,37	0,43	0,38	0,28	0,28	0,27
Выбор стратегии	0,43	0,3	0,26	0,28	0,45	0,29	0,33	0,36	0,41	0,39

*Примечание:* М; I; E – вид направления фрустрационной реакции; O-D – доминантный тип фрустрационной реакции; E-D – эго-защитный тип фрустрационной реакции; N-P – упорствующий тип фрустрационной реакции; GCR – адаптивность; Общий ЭИ – общий уровень эмоционального интеллекта; МЭИ – межличностный эмоциональный интеллект; ВЭИ – внутриличностный эмоциональный интеллект; ПЭ – понимание эмоций; УЭ – управление эмоциями; МП – понимание чужих эмоций; МУ – управление чужими эмоциями; ВП – понимание своих эмоций; ВУ – управление своими эмоциями; ВЭ – контроль экспрессии.

Стратегия совладания с фрустрационной ситуацией имеет значение  $r$ , приближенное к умеренной корреляционной связи ( $r$  больше 0,4), с общим уровнем эмоционального интеллекта и значениями шкал и субшкал УЭ и ВУ. Это означает, что стратегия совладания с фрустрационной ситуацией имеет умеренную взаимосвязь с общей организацией эмоционального интеллекта, а также со способностями к саморегуляции и с умениями воздействовать на эмоциональную сферу других людей.

Эго-защитный (E-D) тип реакции имеет обратную заметную корреляционную связь со шкалой ВЭИ, значения, приближенные к заметной корреляционной связи ( $r$  более 0,4) со шкалами и субшкалами УЭ, ВП, ВУ и общий ЭИ. Высокое значение такого типа реакции указывает на неустойчивое, слабое «Я». Неустойчивое, слабое «Я» при фрустрационной реакции требует дополнительной защиты, что приводит к обвинения окружающих, уходу от собственной ответственности, чувствительности к критике и порицанию. Таким

образом, показатели внутриличностного эмоционального интеллекта, развитость регуляции эмоциональной сферы заметно взаимосвязаны со склонностью индивида уходить от ответственности или полностью принимать ее на себя.

Значения шкалы адаптивности (GCR) имеют показатели, приближенные к заметной корреляции ( $r$  более 0,4), с уровнем развития эмоционального интеллекта и пониманием эмоционального состояния других людей. Таким образом, адаптивность индивидуума имеет заметную взаимосвязь с развитием способностей к верной интерпретации эмоционального состояния других людей и с общим уровнем эмоционального интеллекта.

### **Обсуждение**

В процессе нашего исследования выявлено, что у 42 % опрошенных низкий уровень эмоционального интеллекта, у 18 % высокий уровень эмоционального интеллекта. Такие данные соотносятся с исследованиями Е.А. Волгусновой, Д.С. Личмана, где наблюдается сходное процентное соотношение между высоким и низким уровнями эмоционального интеллекта. Также отмечается преобладание среднего уровня эмоционального интеллекта [3]. В результате нашего исследования мы имеем похожие данные – значения среднего эмоционального интеллекта и высокого превышают значения низкого эмоционального интеллекта. Эти данные указывают на то, что для подросткового возраста скорее характерен низкий или средний эмоциональный интеллект, чем высокий.

Превосходство внутриличностного эмоционального интеллекта над межличностным эмоциональным интеллектом соотносится с данными Ю.А. Кочетовой в исследовании эмоционального интеллекта мальчиков-подростков [8]. Такие различия говорят о специфике становления эмоционального интеллекта. Сначала происходит становление внутриличностного эмоционального интеллекта, а интенсивное развитие межличностного эмоционального интеллекта наступает в подростковом возрасте, когда ведущей деятельностью, согласно трудам Д.Б. Эльконина, становится общение в процессе обучения и труда. В исследованиях эмоционального

интеллекта в юношеском возрасте Е.А. Волгуснова, Д.С. Личман значения ветви межличностного эмоционального интеллект не просто сравнились с ветвью внутриличностного эмоционального интеллекта, но и начали превосходить ее (высокий уровень межличностного эмоционального интеллекта у 26,6 % опрошенных, внутриличностного эмоционального интеллекта у 10,2 %) [3].

Низкие показатели субшкалы «Понимание чужих эмоций» (МП) (67,31 %) соотносятся с исследованиями эмоциональной сферы подростков К.А. Игнатова – выявлен высокий процент успешной интерпретации эмоций «радость», «гнев», а также низкие значения в определении эмоций «страдание», «страх» и «презрение» [7]. Соответственно, 70 % опрошенных респондентов имеют сложности в интерпретации мимических, пантомимических и вокальных проявлений эмоций, что скорее соответствует возрастным особенностям.

Результаты теста С. Розенцвейга показывают, что 91,61 % опрошенных подростков обладают импунитивным (М) направлением фрустрационной реакции, что выражается в беспечном отношении к трудностям. Эти данные соотносятся с результатами факторного анализа Р.Р. Баимовой, где подобными значениями обладали подростки с нормативным типом поведения [1].

В исследованиях Г.Н. Жулиной, С.В. Жолудевой также выявлена предрасположенность подростков к эго-защитному типу фрустрационных реакций (Е-D) и импунитивной направленности (М). По мнению авторов, это выражается в том, что фрустрирующая ситуация воспринимается как незначительное, преодолимое со временем явление. При этом внешняя или внутренняя обвинительная позиция не выражены ярко [6]. В нашем исследовании мы видим сходные данные. Таким образом, можно сделать вывод, что «поверхностное», легкое отношение к наличию фрустрационной ситуации, оптимистичный взгляд на ее разрешение, отсутствие самообвинения и перекладывания вины на внешние факторы свойственны подростковому возрасту.

Значения, полученные в результате нашего корреляционного исследования, также соотносятся с данными Г.Н. Жулиной, С.В. Жолудевой по ряду

взаимосвязей. В нашем исследовании выбор направления фрустрационной реакции (реакция М, I либо E) имеет умеренное корреляционное значение с общим уровнем эмоционального интеллекта ( $r = 0,36$ ). В исследованиях Г.Н. Жулиной, С.В. Жолудевой связь уровня эмоционального интеллекта и импунитивной реакции подростков (реакция М) имеет сходное значение  $r = 0,314$  [6]. Такие данные указывают на то, что выбор внешней активной позиции, чувство вины и ответственность, а также адекватность оценки фрустрационной ситуации соотносятся с развитием эмоционального интеллекта подростка.

Шкалы эмоционального интеллекта, отвечающие за верное понимание эмоционального состояния (ПЭ), имеют отрицательное корреляционное значение с эго-защитным типом фрустрационной реакции (E-D) –  $r = -0,3$ . В исследованиях Г.Н. Жулиной, С.В. Жолудевой корреляционное значение показателей эмоциональной осведомленности и эго-защитного типа реакции (E-D) составляет  $r = -0,310$ . Отрицательная корреляционная взаимосвязь с общим уровнем эмоционального интеллекта и эго-защитным типом реакции (E-D) в нашем исследовании составляет  $r = -0,47$ , в исследовании Г.Н. Жулиной, С.В. Жолудевой имеет значения  $r = -0,292$  [6]. Таким образом, можно заключить, что сила или слабость внутреннего «Я», потребность в его защите соотносятся с общим развитием эмоционального интеллекта и взаимосвязано с навыками понимания эмоционального состояния.

### **Заключение**

Полученные данные указывают на взаимосвязь (на уровне корреляции) между такими психологическими конструктами, как эмоциональный интеллект и способность справляться с фрустрационными ситуациями. Эта взаимосвязь выражается в соответствии между параметрами эмоционального интеллекта (развитость шкал и субшкал) и силой внутреннего «Я», выраженностью эго-защитной реакции и выбором стратегии поведения при столкновении с проблемной ситуацией для успешности ее преодоления. Таким образом, развитие эмоционального интеллекта может способствовать укреплению внутреннего

«Я», «эго-защитной» реакции индивидуума, выбору наиболее успешной стратегии поведения при столкновении с фрустрационной ситуацией (игнорирование проблемы; самостоятельное решение проблемной ситуации; привлечение внешних ресурсов и союзников в решении фрустрационной задачи). Полученные данные мы планируем использовать для разработки программы развития эмоционального интеллекта подростков.

#### Список источников

1. Баимова Р. Р. Сравнение фрустрационных реакций у подростков с девиантным и нормативным типами поведения (факторный анализ) // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 3-1. С. 194–210.
2. Божович Л. И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии. 1979. № 4. С. 23–35.
3. Волгуснова Е. А., Личман Д. С. Общие и специфические особенности показателей эмоционального интеллекта в юношеском возрасте // Вестник ШГПУ. 2017. № 4 (36). С. 100–
4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2020. 536 с.
5. Дементий Л. И. Фрустрация: Понятие и диагностика. Омск : Изд-во ОмГУ, 2004. 68 с.
6. Жулина Г. Н., Жолудева С. В. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и фрустрационных реакций подростков // Известия Южного Федерального Университета. Педагогические науки. 2017. № 2. С. 65–70.
7. Игнатов К. А. Эмоциональная сфера современных подростков // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2023. Т. 12. № 11А. С. 40–51.
8. Кочетова Ю. А. Эмоциональный интеллект старших подростков: монография. Москва : Изд-во МГППУ, 2021. 104 с.
9. Клементинская Е. А., Назарова У. А. Влияние эмоционального интеллекта на уровень жизнестойкости // ИНСАЙТ. 2022. № 1 (9). С. 9–27.
10. Левитов Н. Д. Фрустрация как один из видов психических состояний // Вопросы психологии. 1967. № 6. С. 118–130.
11. Люсин Д. В., Панкратова А. А., Корниенко Д. С. Апробация краткой версии опросника ЭМИн // Психология. Журнал ВШЭ. 2022. № 4. С. 822–834.
12. Прихожан А. М. Подросток в учебнике и в жизни. Москва : Изд-во Знание, 1990. 79 с.
13. Савенков А. И. О воспитании и социализации подрастающего поколения в современном мегаполисе // Химия в школе. 2023. № 3. С. 15–21.
14. Сергиенко Е. А., Хлевная Е. А., Киселёва Т. С. Роль эмоционального интеллекта в эффективности деятельности и психологическом благополучии человека // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. № 1. С. 46–53.
15. Эделева Е. М. Эмоциональный интеллект и его роль в межличностных отношениях // Вестник науки. 2024. № 11 (80). Т 3. С. 834–839.

#### Referenses

1. Baimova R.R. Sravnenie frustracionny`x reakcij u podrostkov s deviantny`m i normativny`m tipami povedeniya (faktorny`j analiz) [Comparison of frustration reactions in adolescents with deviant and normative behaviors (factor analysis)]. *Psixologiya. Istoriko-kriticheskie obzory` i sovremenny`e issledovaniya*. [Psychology. Historical and critical reviews and modern research]. 2021, vol. 10, no. 3-1, pp. 194–210. (In Russ.).

2. Bozhovich L.I. Etapy formirovaniia lichnosti v ontogeneze [Stages of personality formation in ontogenesis]. *Voprosy psikhologii* [Questions of psychology]. 1979, no. 4, pp. 23–35. (In Russ.)
3. Volgusnova E.A., Lichman D.S. Obshhie i specificheskie osobennosti pokazatelej e'mocional'nogo intellekta v yunosheskom vozraste [General and specific features of indicators of emotional intelligence in adolescence]. *Vestnik ShGPU* [Bulletin of SHSPU]. 2017, no. 4(36), pp. 100–106. (In Russ.).
4. Goulman D. *Emotsional'nyi intellekt. Pochemu on mozhet znachit' bol'she, chem IQ* [Emotional intelligence. Why it can mean more than IQ]. Moscow: Mann, Ivanov i Ferber, 2020, 536 p. (In Russ.).
5. Dementii L.I. *Frustratsiia: Poniatie i diagnostika* [Frustration: Concept and diagnosis]. Omsk: Izd-vo OmGU, 2004, 68 p. (In Russ.).
6. Zhulina G.N., Zholudeva S.V. Vzaimosvyaz' e'mocional'nogo intellekta i frustratsionny'x reakcij podrostkov [The relationship between emotional intelligence and frustration reactions of adolescents]. *Izvestiya Yuzhnogo Federal'nogo Universiteta. Pedagogicheskie nauki* [Proceedings of the Southern Federal University. Pedagogical sciences]. 2017, no. 2, pp. 65–70. (In Russ.).
7. Ignatov K.A. E'mocional'naya sfera sovremenny'x podrostkov [The emotional sphere of modern teenagers]. *Psixologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical and critical reviews and modern research]. 2023, vol. 12, no. 11A, pp. 40–51. (In Russ.).
8. Kochetova I.A. *Emotsional'nyi intellekt starshikh podrostkov: monografiia* [Emotional intelligence of older adolescents: a monograph]. Moscow: MGPPU, 2021, 104 p. (In Russ.).
9. Klementinskaia E.A., Nazarova U.A. Vliianie emotsional'nogo intellekta na uroven' zhiznestoikosti [The influence of emotional intelligence on the level of resilience]. *INSAIT* [INSIGHT]. 2022, no. 1(9), pp. 9–27. (In Russ.).
10. Levitov N.D. Frustratsiia kak odin iz vidov psikhicheskikh sostoianii [Frustration as one of the types of mental states]. *Voprosy psikhologii* [Questions of psychology]. 1967, no. 6, pp. 118–130. (In Russ.).
11. Liusin D.V., Pankratova A.A., Kornienko D.S. Aprobatsiia kratkoi versii oprosnika EmIn [Approbation of the short version of the EmIn questionnaire]. *Psikhologiya. Zhurnal VSHE* [Psychology. HSE Journal]. 2022, no. 4, pp. 822–834. (In Russ.).
12. Prikhozhan A.M. *Podrostok v uchebnike i v zhizni* [A teenager in a textbook and in life]. Moscow: Znanie, 1990, 79 p. (In Russ.).
13. Savenkov A.I. O vospitanii i socializatsii podrastayushhego pokoleniya v sovremennom magapolise [About the upbringing and socialization of the younger generation in modern magapolis]. *Ximiya v shkole* [Chemistry at school]. 2023, no. 3, pp. 15–21. (In Russ.).
14. Sergienko E.A., KHlevnaia E.A., Kiseleva T.S. Rol' emotsional'nogo intellekta v effektivnosti deiatel'nosti i psikhologicheskogo blagopoluchii cheloveka [The role of emotional intelligence in human performance and psychological well-being]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika* [Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics]. 2020, no. 1, pp. 46–53. (In Russ.).
15. Edeleva E.M. Emotsional'nyi intellekt i ego rol' v mezhlichnostnykh otnosheniyah [Emotional intelligence and its role in interpersonal communication]. *Vestnik nauki* [Bulletin of Science]. 2024, vol. 3, no. 11(80), pp. 834–839. (In Russ.).