

в воспитании. В нашей культуре именно девочек растят более эмоциональными и чувственными, ссылаясь на то, что эмоции не для мальчиков. Следовательно, девочки лучше понимают эмоции других, так как не подавляют их в себе, проживая больший спектр эмоциональных проявлений нежели мальчики. Имея собственный эмоциональный опыт, девочки способны сопоставить его с эмоциональными проявлениями у других людей, сделать соответствующие выводы.

Кроме того, разницу в проявлении эмпатии среди мальчиков и девочек можно объяснить более быстрыми темпами созревания девочек, о чем писал Н. Айзенберг [4].

Так как мы пришли к выводу о том, что мальчики менее эмпатичны, то необходимо содействовать развитию эмпатических способностей у мальчиков, потому что эмпатия занимает особое место в процессе становления личности подростков в связи с тем, что она помогает устанавливать контакты с окружающими, приобщится к миру переживаний других людей. Она определяет нравственные качества и круг общения подростка [3]. Решив проблему плохо развитой эмпатии, кроме улучшения качества общения, можно смягчить протекание кризиса подросткового возраста и его последствия, такие как алкоголизация, наркомания, побег из дома, проблемы в обучении и девиантное поведение в целом

### Список использованных источников

1 Возрастная периодизация Эльконина // Справочник [Электронный ресурс]. – 2023. – Режим доступа: [https://spravochnick.ru/psihologiya/sistema\\_psihologicheskikh\\_nauk/voznrastnaya\\_periodizaciya\\_elkonina/#voznrastnaya-periodizaciya-db-elkonina](https://spravochnick.ru/psihologiya/sistema_psihologicheskikh_nauk/voznrastnaya_periodizaciya_elkonina/#voznrastnaya-periodizaciya-db-elkonina). – Дата доступа: 20.05.2024.

2 Диагностика уровня эмпатических способностей В.В.Бойко // Studfiles [Электронный ресурс]. – 2019. – Режим доступа: <https://studfile.net/preview/7857776/page:13/> – Дата доступа: 20.05.2024.

3 Кырова, М. А. Особенности эмпатии у современных подростков / М. А. Кырова, Е. А. Кувалдина // Концепт. – 2015. – № 32. – С. 36–40.

4 Личко А. Е. Подростковая психиатрия (Руководство для врачей) / А. Е. Личко. – 2-е изд. – Л. : Медицина, 1985. – 416 с.

5 Развитие подростков // Всемирная организация здравоохранения [Электронный ресурс]. – 2020. – Режим доступа: [https://web.archive.org/web/20200806225217/https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/ru/](https://web.archive.org/web/20200806225217/https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/ru/). – Дата доступа: 20.05.2024.

6 Уорриер, В. Полногеномный анализ самооценки эмпатии: корреляция с аутизмом, шизофренией и нервной анорексией / В. Уорриер, Р. Торо, Б. Чакрабартти и др. [Электронный ресурс]. – 2018. – Режим доступа: <https://doi.org/10.1038/s41398-017-0082-6->. – Дата доступа: 20.05.2024.

### Е. А. Наумовец

Научный руководитель: О. В. Маркевич

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,  
г. Гомель, Республика Беларусь

### ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

*В статье рассматриваются эмоциональный интеллект и субъективное благополучие в юношеском возрасте. Автором приводятся данные эмпирического исследования эмоционального интеллекта и субъективного благополучия в юношеском возрасте. Проанализированы эмоциональный интеллект и субъективное благополучие.*

*Ключевые слова: юношеский возраст, эмоциональный интеллект, субъективное благополучие, развитие эмоционального интеллекта, улучшение субъективного благополучия.*

**E. A. Naumovets**

Scientific adviser: O. V. Markevich  
Francisk Skorina Gomel State University  
Gomel, Republic of Belarus

## **EMOTIONAL INTELLIGENCE AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN ADOLESCENCE**

*The article deals with emotional intelligence and subjective well-being in adolescence. The author presents the data of the empirical study of emotional intelligence and subjective well-being in adolescence. Emotional intelligence and subjective well-being are analyzed.*

*Keywords: adolescence, emotional intelligence, subjective well-being, development of emotional intelligence, improvement of subjective well-being.*

Эмоциональный интеллект играет важную роль в жизни человека, включая способность понимать и управлять своими и чужими эмоциями. Эти компоненты могут оказывать влияние не только на отношения с людьми, но и на психическое здоровье самого человека и окружающих его людей. Известно, что низкий эмоциональный интеллект приводит к неспособности психологически прорабатывать эмоции и способствует развитию психосоматических расстройств.

Субъективное благополучие, являющееся частью психологического здоровья, обеспечивает удовлетворение потребности в общении, установление теплых отношений в семье и создание благоприятного микроклимата. Неблагополучие же снижает активность и является фактором возникновения эмоциональной дистанцированности, которая характеризуется разрывом межличностных отношений.

Эмоциональный интеллект – это комплексное образование, включающее в себя межличностный (способность понимать эмоции других людей и управлять ими) и внутренний (способность понимать свои эмоции и управлять ими) эмоциональный интеллект.

Однако межличностный и внутренний интеллект – это не уровни эмоционального интеллекта, а его разновидности. Они предполагают актуализацию разных когнитивных процессов и навыков, но при этом необходимо, чтобы они были взаимосвязаны.

В юности также активно развиваются и усложняются эмоциональные личностные качества. Происходит существенная перестройка эмоционально-волевой сферы, выделяется самостоятельность, решительность, критичность и самокритичность, выражается отказ от лицемерия и насмешек. Юношеский возраст характеризуется повышенной эмоциональной возбудимостью, то есть появляются неуравновешенность, перепады настроения, беспокойство. Чем старше молодой человек или девушка, тем сильнее улучшается общее эмоциональное состояние, так как они пережили кризис ранней юности [4].

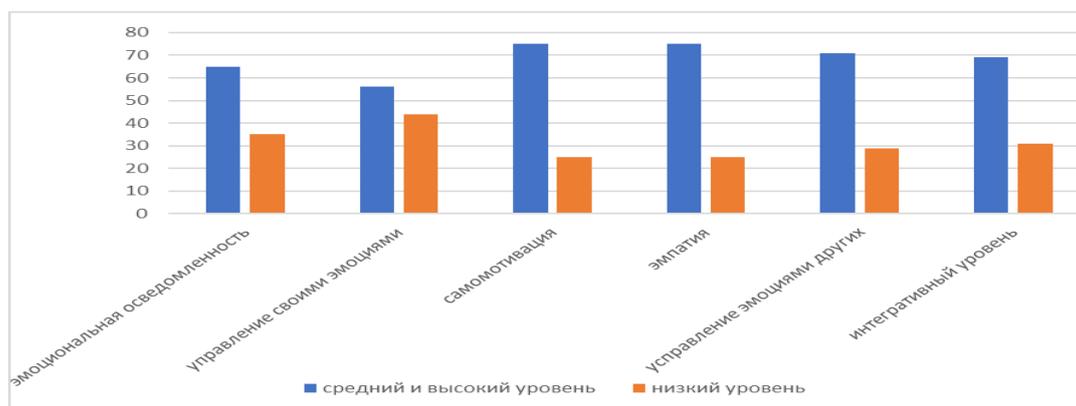
Согласно результатам исследования С. К. Летягиной, «особенности формирования субъективного благополучия связаны с процессом поиска идентичности в юношестве» [3]. Этот период становится особенным в онтогенезе, поскольку его содержанием является становление человека как субъекта собственного развития. Можно сказать, что субъект в понимании отечественной традиции, с некоторыми оговорками, достаточно близок к определению позитивно функционирующего благополучия в трактовке зарубежных подходов (Дж. Бьюдженталь, А. Маслоу, Р. Мэй, К. Роджерс). О. А. Идобаева утверждает, что «специфика психологического благополучия зависит от возрастного этапа»: в период юношеского возраста оно должно определяться уровнем сформированности основных возрастных новообразований, ориентацией в особенностях собственной индивидуальности, способностью строить жизненные планы» [2].

Многие исследователи юношеского возраста сходятся во мнении о важнейшей роли развития отношений в этот период. Специфика перехода от подросткового возраста к молодости (16-17 лет) во многом обусловлена тем, что в этот период жизни резко проявляются не только отношения человека к окружающему миру, к другим людям как его части, но и его отношения к самому себе. Вокруг этого формируется ряд различных возрастных задач. К ним относятся: личностное и профессиональное самоопределение, достижение общей социальной, интеллектуальной и эмоциональной зрелости, сепарация из родительского дома, самоидентификация, формирование Я-концепции, концепции жизни, установление значимых отношений с другими людьми (Дж. Коул, Б. Ливенхуд, Л. Холл, Э. Спрангер, Э. Эриксон).

Б. С. Волков характеризует период юности следующим образом: «...становится актуальным поиск своего места в мире. Происходит личностное, социальное и профессиональное самоопределение. Ведущей деятельностью становится учебно-профессиональная – основа выбора будущего» [1].

Для изучения эмоционального интеллекта у юношей и девушек была использована методика диагностики уровня эмоционального интеллекта Н. Холла. Для исследования субъективного благополучия использована Шкала субъективного благополучия. Исследование проводилось в городе Гомель. В исследовании приняли участие студенты ГГУ им. Ф. Скорины. Выборка составляет 104 респондента в возрасте от 18 до 22 лет.

Выяснилось, что 69 % имеют высокий и средний уровень эмоционального интеллекта. Это означает, что они эмоционально осведомлены, управляют своими эмоциями, самотивированы, эмпатичны, управляют эмоциями других. 31 % студентов обладают низким уровнем эмоционального интеллекта (рисунок 1).



**Рисунок 1 – Результаты диагностики эмоционального интеллекта по методике Тест на эмоциональный интеллект (Тест EQ), в %**



**Рисунок 2 – Результаты диагностики субъективного благополучия по методике Шкала субъективного благополучия, в %**

По данным рисунка 2 можно увидеть, что 75 % студентов имеют высокий и средний уровень субъективного благополучия. Это говорит об их обладании позитивной самооценкой, не склонности высказывать жалобы на различные недомогания, оптимистичности, общительности, уверенности в своих способностях, эффективных действиях в условиях стресса, не склонности к тревогам, а также они легко переживают одиночество и имеют хорошие отношения с семьей и друзьями. Вместе с тем, выяснилось ещё и то, что 25 % или 26 человек имеют низкий уровень субъективного благополучия.

В ходе исследования также доказано наличие взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и субъективным благополучием: была выявлена положительная взаимосвязь между шкалами «Эмоциональная осведомленность» и «Субъективное благополучие». Наряду с этим также замечена положительная взаимосвязь между шкалами «Интегративный уровень эмоционального интеллекта» и «Субъективное благополучие».

В связи с доказательством взаимосвязи эмоционального интеллекта и субъективного благополучия логично, что 26 людей, имеющие низкий уровень субъективного благополучия также имеют проблемы и с эмоциональным интеллектом. Следовательно, эти 26 студентов входят в группу из 32-х человек, имеющих низкий уровень эмоционального интеллекта.

В результате исследования выявлено 32 человека, которым рекомендуется пройти коррекционно-развивающую программу «Эмоциональный интеллект и субъективное благополучие».

#### **Список использованных источников**

1 Волков, Б. С. Психология юности и молодости / Б. С. Волков. – М. : Академический проспект, 2006. – 255 с.

2 Идобаева, О. А. Психолого-педагогическая модель формирования психологического благополучия личности / О. А. Идобаева : автореф. дис. доктора психологических наук, 2013. – 24 с.

3 Летягина, С. К. Половозрастные особенности взаимосвязей эмоционального благополучия и механизмов психологической защиты личности (на примере специалистов гуманитарной и технической направленности) / С. К. Летягина // Современные проблемы науки и образования, 2014. – 414 с.

4 Обухова, Л. Ф. Возрастная психология : учебник для бакалавров / Л. Ф. Обухова. – М. : Издательство Юрайт, 2013. – 460 с.

#### **В. В. Озерова**

Научный руководитель: С. В. Андриевская, канд. ист. наук, доцент  
Полоцкий государственный университет имени Евфросинии Полоцкой,  
г. Новополоцк, Республика Беларусь

### **ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКА И ОЦЕНОЧНОГО ОТНОШЕНИЯ К НЕМУ УЧИТЕЛЯ**

*В статье отражены результаты эмпирического исследования взаимосвязи самооценки подростков и оценочного отношения к ним учителей.*

*Установлено, что существует статистически значимая взаимосвязь между уровнем самооценки подростка и оценочным отношением к нему учителя. Учитель, выставляя оценку умственным способностям ученика, его месту среди окружающих, уверенности в себе оказывает влияние на самооценку ученика по данным параметрам.*

*Ключевые слова: подростковый возраст, подросток, оценочное отношение учителя, отметка, уровень самооценки.*