

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПОЛИТИЧЕСКАЯ И ЭКОНОМИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Научная статья

УДК 159.9

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК РЕСУРС ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ БЕЗОПАСНОГО ТИПА ПОВЕДЕНИЯ

Галина Ивановна Власова

Академия гражданской защиты МЧС России, Химки, Россия
vlasova-galina@bk.ru

Аннотация. В статье рассматривается проблема взаимосвязи показателей развития эмоционального интеллекта и успешности процесса формирования личности безопасного типа поведения. Отмечается, что у старших подростков-школьников эта проблема тесным образом связана с осуществлением выбора типа первичного профессионального самоопределения. Особую роль в этом должна играть перестройка дидактико-методического обеспечения образовательного процесса, в том числе на материале учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины».

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, первичное профессиональное самоопределение, личность безопасного типа поведения

Для цитирования: Власова Г.И. Эмоциональный интеллект как ресурс формирования личности безопасного типа поведения // Вестник Военной академии войск национальной гвардии. 2025. № 4 (33). С. 132–143. URL: <https://vestnik-spvi.ru/2025/12/015.pdf>.

SOCIAL PSYCHOLOGY, POLITICAL AND ECONOMIC PSYCHOLOGY

Original article

EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A RESOURCE FOR THE FORMATION OF A PERSONALITY WITH A SAFE TYPE OF BEHAVIOR

Galina I. Vlasova

The Civil Defense Academy of EMERCOM of Russia, Khimki, Russia
vlasova-galina@bk.ru

Abstract. This article examines the relationship between emotional intelligence development indicators and the success of developing a safe personality. It is noted that for older school-age adolescents, this issue is closely linked to the choice of their initial professional identity. A key role in this regard should be played by restructuring the didactic and methodological support of the educational process, including through the curriculum "Fundamentals of Homeland Security and Defense".

Keywords: emotional intelligence, primary professional self-determination, personality with a safe behavior type

For citation: Vlasova G.I. Emotional intelligence as a resource for the formation of a personality with a safe type of behavior. Vestnik Voennoj akademii vojsk nacional'noj gvardii. 2025;4(33): 132–143. (In Russ.). Available from: <https://vestnik-spvi.ru/2025/12/015.pdf>.

© Власова Г.И., 2025

Введение

В условиях быстрого развития технологий и информационных систем возникает потребность в актуализации методологии преподавания учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» (далее – ОБЗР). Важно адаптировать принципы и методы научного познания к условиям психолого-педагогического анализа, что позволит повысить эффективность изучения данного предмета и способствует обновлению программно-методического обеспечения образовательного процесса.

Проблематика эмоционального интеллекта (далее – ЭИ) в последнее время демонстрирует тенденцию к расширению и интеграции. Педагогические психологи отмечают, что высокий уровень эмоционального интеллекта, во-первых, способствует личностному развитию обучающихся, во-вторых, формирует навыки безопасного поведения, которые, в свою очередь, являются особенно важными на этапе профессионального самоопределения. Высокий уровень сформированности данных навыков позволяет легче адаптироваться к меняющейся социальной среде, способствуя снижению тревожности, в значительной степени влияет на профессиональный выбор старшеклассников. В то же время можно отметить наличие ряда противоречий между: а) потребностью в разработке новых подходов в образовании, основанных на идее сохранения психического здоровья, эмоционального благополучия, безопасного существования личности, общества, государства и отсутствием системно разработанных направлений и путей реализации таких подходов; б) потребностью общества в формировании культуры безопасности с полным осознанием понятийного аппарата национальной безопасности и отсутствием системного подхода, обеспечивающего формирование безопасного и стабильного поведения через решение вопросов психолого-педагогической поддержки, сопровождения на всех ступенях школьного образования с учетом приоритетного направления первичного профессионального самоопределения; в) потребностью в адекватном и успешном самоопределении в профессии и отсутствием разработанных системных педагогических механизмов и практик развития эмоционального интел-

лекта обучающихся, как ресурса формирования личности безопасного типа поведения в период профессионального самоопределения старшеклассников.

Данные противоречия обусловили постановку цели соответствующей проблематике связи типа первичного профессионального самоопределения старших подростков-школьников и уровнем развития их эмоционального интеллекта.

Основные положения

В современной психолого-педагогической литературе дается ряд характеристик эмоционального интеллекта и его роли в жизнедеятельности. Так, отмечается, что успешность действий в ситуации выбора во многом зависит не только от знаний и навыков, но и от умения эффективно справляться со стрессом, оперативно и грамотно разрешать возникающие конфликты, поддерживать позитивный настрой в коллективе и в целом управлять своим эмоциональным состоянием [5; 6; 7; 8].

Эмоциональный интеллект – способность человека понимать и регулировать как свои собственные эмоции, так и эмоции других людей, а также способность опираться на полученный эмоциональный опыт при принятии тех или иных решений. Он является важным компонентом, необходимым для формирования качеств личности безопасного типа поведения, повышения уровня психологической устойчивости и готовности к профессиональному самоопределению.

Впервые этот термин был введен в психологию Джоном Майером и Питером Сэловейем, определившими его как способность контролировать свои и чужие эмоции, различать их и использовать информацию для руководства своим мышлением и действиями. Данное определение позволяет отнести к составляющим сферы эмоционального интеллекта оценку и выражение эмоций (как вербальное, так и невербальное), их регуляцию у себя и других, а также использование эмоционального содержания при решении возникающих проблем [9]. Эти аспекты важны для формирования личности человека. Развитие их у обучающихся должно быть одной из основных задач педагогов.

Д. Майер и П. Сэловей в модели эмоционального интеллекта обозначили три

основных компонента ЭИ: а) оценку и выражение эмоций; б) регуляцию эмоций; в) использование эмоций. Компонент «оценка и выражение эмоций» был разделен на две составляющие: «понимание и анализ эмоций» и «восприятие, оценка и выражение эмоций», а также были даны более четкие описания всех сфер эмоционального интеллекта, что позволило упростить процесс его измерения. Сами эмоции они определили как реакции, происходящие на стыке нескольких подсистем: физиологической, когнитивной, мотивационной, эмпирической и др. Эмоции дeterminируют поведение человека в той или иной ситуации, выполняя сигнальную функцию и вызывая ответные реакции на произошедшие события, а также позволяют выявить их значимость. Например, опыт гнева часто указывает на наличие реальной или воображаемой несправедливости, или блокады страстно желаемой цели, а опыт печали свидетельствует о присутствии реальной или таким образом воспринимаемой потери [1].

Подобная трактовка позволяет говорить о том, что при высоких показателях характеристик эмоционального интеллекта человек будет не просто понимать, какую эмоцию испытывает, но и сможет проанализировать причину ее возникновения и либо устраниить ее, либо использовать для корректировки своего поведения, что, безусловно, является необходимым условием принятия осознанных решений. Важно помнить, что для человека, обладающего высоким уровнем ЭИ, характерны хорошо развитые навыки эмпатии и социальной компетентности, что благоприятно сказывается на личных и рабочих отношениях, позволяет снизить тревогу по поводу будущего обучения и труда, может повлиять непосредственно на выбор профессии.

Стоит отметить, что в контексте профессионального самоопределения рассматриваемая модель эмоционального интеллекта позволяет определить большинство трудностей, обусловленных внутренними факторами личности старшеклассников [10; 11; 12]. Так, способность распознавать и понимать свои эмоции дает обучающимся возможность идентифицировать свои интересы, ценности, сильные и слабые стороны, связывая их с требованиями

к конкретным профессиям. Это позволяет выпускникам избегать импульсивных решений и выбирать профессии, которым соответствуют их внутренние мотивы и личностным качествам, что повышает адекватность первичного профессионального самоопределения [13; 14].

Эмоциональная саморегуляция позволяет сохранять спокойствие при принятии сложных решений, связанных с профессиональным выбором. Старшеклассники с хорошо развитой саморегуляцией могут справляться со стрессом и неуверенностью, связанными с неопределенностью будущего, оптимистичней оценивать перспективы и адекватно реагировать на критику или сомнения. Это способствует эффективному поиску и анализу информации о различных профессиях, позволяя преодолевать препятствия на пути к самоопределению и принимать на себя ответственность за свое будущее [15].

Кроме того, ЭИ подразумевает умение распознавать и понимать эмоции других. Эмпатия способствует лучшему пониманию потребностей и ожиданий других людей, а именно, преподавателей, родителей или работодателей. Это позволяет обозначать личные границы с окружающими людьми, отделяя свои желания от желаний общественных групп, дает возможность адекватно оценивать требования рынка труда, выстраивать продуктивные отношения с потенциальными наставниками или работодателями [16].

Последним компонентом модели ЭИ Дж. Майера и П. Сэловья является использование эмоции для повышения эффективности мышления и достижения целей, которое также играет важную роль в профессиональном самоопределении старшеклассников. Умение грамотно использовать собственные эмоции и эмоции других для получения желаемых результатов помогает обучающимся мотивировать себя на образование и обучение новым навыкам, а также настойчиво искать способы реализации своих профессиональных целей, даже при наличии трудностей [17].

В контексте образовательного процесса по предмету ОБЗР перечисленные выше характеристики говорят о том, что классы обучающихся с высокими показателями уровня ЭИ будут лучше готовы к работе в

команде в экстремальных ситуациях и оказывать друг другу необходимую помощь. Однако стоит подчеркнуть, что именно данному аспекту в школьной практике на данный момент уделяется меньше всего внимания [18].

Следующей категорией, требующей пояснения, является личность безопасного типа поведения (далее – ЛБТП), определяемая как ресурс успешного выбора и становления в профессии старшеклассников. Одним из первых данное понятие ввел Л. И. Шершнев и охарактеризовал такую личность, как осознающую высокий смысл своей деятельности, свое предназначение, стремящуюся жить в согласии с самим собой, окружающей природой, гармонично сочетающую активное созидающее начало с противодействием злу, с сохранением и развитием жизни на Земле, готовую к решительным действиям, вплоть до самопожертвования, во имя высоких идеалов защиты Отечества. Такой человек, по мнению Л. И. Шершнева, читает историю и традиции Родины, сложившуюся систему ценностей, законов, проявляет заботу о жизни, здоровье, безопасности людей [7; 13]. Для ЛБТП характерны не только основные навыки обеспечения безопасности, но и гармония с собой, готовность к осознанным решительным действиям, осознание ценности жизни, здоровья и безопасности окружающих людей. Поэтому одним из ключевых факторов ее формирования является развитие ЭИ, помогающее обучающимся достичь внутреннего согласия с самим собой, понимать других, оценивать и контролировать свои и чужие эмоции. В контексте формирования ЛБТП высокие показатели ЭИ означают, что обучающиеся, во-первых, смогут выстраивать экологичные, безопасные отношения с окружающими, что повлияет на формирование психологически безопасной среды, научатся осознавать важность безопасности, понимать последствия своих действий и выполнять рациональные действия в сложных и опасных ситуациях. Можно предположить, что высокие показатели развития ЭИ положительно влияют и непосредственно на академическую успеваемость обучающихся по предмету ОБЗР – осознавая важность личной и общественной безопасности, понимая необходимость грамотно выражать эмоции, созда-

вать благоприятную психологическую атмосферу и обеспечивать физическую, экономическую, информационную безопасность личности, обучающиеся станут ответственней подходить к данной дисциплине, внимательнее относиться к материалу, который дается в рамках этого предмета, и лучше его осваивать. Личность безопасного типа поведения есть личность, осознающая себя и смысл своей деятельности, понимающая свое предназначение, готовая самостоятельно принимать решения и следовать им.

Установлено, что высокие уровни ЭИ и сформированности качеств личности безопасного типа поведения являются одним из факторов успешного профессионального самоопределения: навыки саморегуляции позволяют обучающимся лучше справляться с испытываемым стрессом, а умения просчитывать риски, анализировать ситуацию и брать на себя ответственность значительно помогут с принятием взвешенного решения. Можно предположить, что, будучи личностью безопасного типа поведения, осознавая ценность человеческой жизни, обучающиеся с большей вероятностью выберут для себя профессиональные направления, связанные со сферой безопасности.

Цель формирования ЛБТП заключается в выработке у обучающихся определенных навыков и умений, которые в дальнейшем позволят им построить свое поведение таким образом, чтобы снизить уровень опасности как исходящий от личности, так и угрожающий ей. Для этого следует обратить внимание на формирование следующих качеств:

- умение налаживать связи и конструктивно разрешать конфликты в межличностном общении;
- способность отстаивать свои личные границы и интересы, ставить цели и добиваться их;
- стремление к развитию самоконтроля и самосознания, умение справляться со стрессом;
- навыки ассертивного поведения и т. д. [19].

Можно выделить ряд наиболее распространенных методов, которые могут помочь в формировании у обучающихся навыков безопасного поведения, а имен-

но: а) дискуссии и дебаты; б) ролевые игры и моделирование ситуаций; в) использование информационных технологий (создание интерактивных обучающих программ, использование видеороликов и симуляторов); г) тренинги личностного роста; д) проектная деятельность; е) волонтерская деятельность; ж) организация встреч с представителями различных профессий.

Материалы и методы

С целью выявления наиболее популярных направлений формирования ЛБТП в современной школе под нашим руководством было проведено анкетирование среди педагогов МОУ Узуновской СОШ, МБОУ Школы имени В. И. Чуйкова, ГБОУ г. Москвы, «Школа № 480 имени В. В. Талалихина», в котором приняло участие 38 педагогов. Значительная часть опрошенных (89,5 %) знакомы с понятием личности безопасного типа поведения и верно трактуют это определение, отмечая такие важные качества, как «умение грамотно вести себя в опасных ситуациях», «умение принимать сложные решения», «способность налаживать эффективную коммуникацию», «осознание важности жизни и здоровья людей».

На вопрос о том, должна ли школа заниматься формированием ЛБТП, 81,6 % опрошенных дали положительный ответ, 13 % затруднились с ответом, 5 % выбрали вариант ответа «скорее нет, чем да». Большая часть опрошенных (63 %) считает, что этим должны заниматься педагоги ОБЗР. 15,8 % высказали мнение, что обязанности по формированию ЛБТП должны быть возложены на классных руководителей, 2,6 % отметили роль педагогов обществознания и права, а 23,7 % посчитали, что эта задача должна осуществляться всем педагогическим составом. Среди наиболее эффективных методов формирования ЛБТП отмечены тренинги и практические занятия, решение ситуационных задач и их моделирование, а также проектная деятельность. Однако большинство респондентов (55,3 %) отметило, что использует данные методы лишь частично или же вовсе не прибегает к ним (23,7 %).

В ходе беседы с респондентами гораздо чаще на уроках они придерживаются традиционных методов: организации бесед и дискуссий, просмотр видеорядов. Однако то, что формирование ЛБТП невозможно осуществлять только на теорети-

ческом уровне отмечают сами педагоги, выбравшие в качестве наиболее эффективных методы, связанные с практической составляющей, указавшие, что любые навыки требуют отработки и закрепления в реальной жизнедеятельности.

В ходе эмпирического исследования опрошено 137 обучающихся 9–10 классов. Для оценки эмоционального интеллекта были предложены вопросы, составленные с опорой на опросник ЭмИн Д. В. Люсина [14]. Респондентам предлагалось отметить степень своего согласия по четырехбалльной шкале (где 0 – совсем не согласен, 1 – скорее, не согласен, 2 – скорее, согласен, 3 – полностью согласен) с некоторыми утверждениями, касающимися различных характеристик эмоционального интеллекта. Для оценки сформированности навыков безопасного поведения использована также комбинация вопросов из анкеты оценки нервно-психической устойчивости «Прогноз» и методики диагностики жизнестойкости С. Мадди, которые И. Ю. Кочнев, Д. А. Рыбалкин и О. Н. Романюк в исследовании условий воспитания ЛБТП отметили, как наиболее эффективные [6].

Данный раздел включает в себя 34 вопроса и позволяет оценить такие компоненты, как: 1) вовлеченность; 2) контроль; 3) принятие риска; 4) нервно-психическая устойчивость (НПУ). Кроме того, чтобы выявить связь между сформированностью навыков, присущих личности безопасного типа поведения, и степенью уверенности обучающихся в своем профессиональном выборе, респондентам была предложена анкета, касающаяся их профессионального самоопределения.

Для повышения показателей ЭИ обучающихся было решено использовать метод проведения внеклассного занятия-тренинга. Была разработана авторская программа, составленная с опорой на разработки А. Е. Рефель, Е. Е. Лавровой и Н. А. Рожковой [20; 21; 22], рассчитанная на 60 минут, содержащая 5 упражнений. Полученные в ходе исследования результаты были проанализированы и представлены в графическом виде. В зависимости от уровня ЭИ респонденты были распределены следующим образом:

- очень высокий уровень ЭИ – 17 человек (12,4 %);

- высокий уровень ЭИ – 24 человек (17,5 %);
- средний уровень ЭИ – 41 человек (29,9 %);
- низкий уровень ЭИ – 33 человека (24,1 %);
- очень низкий уровень ЭИ – 22 человека (16,1 %).

Среди респондентов больше всего тех, кто обладает средним уровнем ЭИ, а число опрошенных, чей эмоциональный ин-

теллект находится на низком или очень низком уровнях значительно выше тех, у кого он на высоком или очень высоком уровнях (40,2 % против 29,9 %).

Для подведения результатов по определению сформированности ЛБТП была использована таблица, позволяющая отследить значения каждого компонента и общий итог. Фрагмент этой таблицы представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Определение уровня сформированности ЛБТП респондентов

Table 1 – Determining the level of LGBTQ formation among respondents

№ респондента	Вовлеченность	Контроль	Принятие риска	НПУ	Общий показатель
1	9 (высокий)	4 (средний)	5 (высокий)	12 (высокий)	30 (высокий)
2	4 (средний)	2 (низкий)	1 (низкий)	7 (средний)	24 (средний)
3	8 (высокий)	6 (высокий)	3 (средний)	9 (средний)	26 (средний)
4	2 (низкий)	3 (средний)	3 (средний)	6 (низкий)	14 (низкий)
5	7 (высокий)	5 (высокий)	4 (высокий)	13 (высокий)	29 (высокий)

По всей выборке распределения получилось следующее: из 137 респондентов 26,3 % обладают высоким уровнем сформированности ЛБТП (36 человек), 32,1 % – средним (44 человека) и 41,6 % показали низкий результат (57 человек). Это свидетельствует о том, что, хотя школы и проводят работу по формированию у обучающихся навыков, присущих ЛБТП, эффективность этой работы на данный момент недостаточно высока и требует внесения некоторых корректировок.

Для понимания взаимосвязи между уровнем ЭИ и сформированностью ЛБТП, после подведения раздельных итогов по

каждому разделу, были сопоставлены полученные результаты и составлена сводная таблица, отражающая оба показателя (фрагмент представлен в таблице 2). Для наглядности строки таблицы выделены цветом в зависимости от уровней проявления исследуемых показателей: темно-зеленый – для очень высокого уровня ЭИ и высокого уровня сформированности ЛБТП, светло-зеленый – для высокого ЭИ, желтый – для средних показателей ЭИ и сформированности ЛБТП, оранжевый – для низкого ЭИ, красный – для низкого уровня сформированности ЛБТП и очень низкого ЭИ.

Таблица 2 – Сопоставление результатов оценки ЭИ и уровня сформированности ЛБТП

Table 2 – Comparison of the results of the EE assessment and the level of LBT formation

№	Уровень ЭИ	Уровень сформированности ЛБТП
1	37	30
2	26	24
3	32	26
4	23	14
5	38	29
6	20	21
7	39	34
8	14	15
9	25	27
10	31	28
11	21	11
12	17	6
13	22	19

Из данных таблицы видна четкая зависимость показателей сформированности ЛБТП от уровня эмоционального интеллекта обучающихся. Заметно, что зеленые строки, так же как и красные, достаточно часто совпадают в обоих столбцах. Этот факт указывает на то, что опрошенные с высоким ЭИ, как правило, имеют и высокий уровень сформированности качеств ЛБТП, в то время как у респондентов с невысоким ЭИ он достаточно низкий.

У обучающихся с высоким или очень высоким ЭИ высокие показатели сформированности ЛБТП есть у 58,5 % (24 человека), средние у 31,7 % (13 человек) и низкие только у 9,8 % (4 человека). Для ребят с низкими показателями характерна обратная картина: из 55 опрошенных 31 респондент обладает низким уровнем сформированности ЛБТП (56,4 %), у 16 он находится на среднем уровне (29,1 %) и лишь у 8 уровень сформированности ЛБТП является высоким (14,5 %). Эти данные наглядно демонстрируют наличие взаимосвязи между двумя показателями и позволяют говорить о том, что у обучающихся с высоким ЭИ уровень сформированности качеств, присущих

ЛБТП, будет значительно выше, чем у тех, кто обладает низким ЭИ.

Анализ данных третьего раздела опроса-анкеты о профессиональном самоопределении тоже демонстрирует некую зависимость. На вопрос «Планируете ли Вы поступать в высшее учебное заведение после окончания школы?» утвердительно ответили 69 респондентов, отрицательно – 54, а 14 затруднились с ответом на данный вопрос. Стоит отметить, что среди респондентов, ответивших положительно, 32 обладают высоким уровнем сформированности ЛБТП, в то время как среди ответивших отрицательно, преобладают обучающиеся, у которых этот уровень низкий (38 человек). Это свидетельствует о том, что обучающиеся, обладающие качествами личности безопасного поведения, в большей степени нацелены на профессиональный рост и демонстрируют желание получить более высокий уровень образования.

Последнее соответствует выводам значительной части отечественных исследователей [23; 24].

Похожий вывод можно сделать, анализируя ответы на вопрос: «Как давно вы начали задумываться о выборе своей бу-

дущей профессии?». Из 28 респондентов, ответивших, что они задались этой мыслью менее месяца назад, 24 обладают низким уровнем сформированности ЛБТП.

Вариант «1–6 месяцев назад» выбрали 37 человек, из которых низкий уровень сформированности ЛБТП у 21 респондента, средний у 11 человек и высокий у 5 опрошенных. Среди тех, кто ответил, что задумался о будущей профессии 6–12 месяцев назад 17 человек обладают высоким уровнем сформированности ЛБТП, 16 – средним, 10 – низким. Еще 14 респондентов с высоким, 13 со среднем и 2 с низким уровнем сформированности ЛБТП отметили, что начали думать о выборе профессии более года назад. Эти показатели говорят о большей прагматичности среди обучающихся с высокими показателями сформированности ЛБТП.

Отвечая на вопрос: «Есть ли конкретная профессия, которую вы планируете освоить?», 64 обучающихся выбрали вариант «да», 42 ответили «нет» и еще 31 затруднились с ответом на данный вопрос. Процентное соотношение уровней сформированности ЛБТП при этом выглядит следующим образом:

- среди ответивших «да»: 50 % – высокий, 28,1 % – средний, 21,9 % – низкий;
- среди ответивших «затрудняюсь ответить»: 9,7 % – высокий, 51,6 % – средний, 38,7 % – низкий;
- среди ответивших «нет»: 2,4 % – высокий, 23,8 % – средний, 73,8 % – низкий.

Подобная тенденция прослеживается и в ответах на следующий вопрос, где респондентам предлагалось оценить по 10-балльной шкале свою уверенность в том, что выбранная профессия им подходит. Испытуемые с высокими показателями сформированности ЛБТП демонстрируют куда большую уверенность в своем выборе, нежели обучающиеся, у которых эти показатели низкие. При этом среди факторов, вызывающих сомнение в правильности своего выбора, большинство испытуемых отметили неуверенность в своих способностях (56,9 %), страх не найти работу после окончания учебы (48,8 %), сомнения в том, что профессия будет приносить удовлетворение (54 %). Кроме того, 26,3 % сказали, что сомнения у них вызывает недостаток информации о профессии, 22,6 % отметили давление со стороны родителей или других людей, 16,8 % – быстро меняющийся рынок труда и высокую конкуренцию в выбранной области. С учетом этих

данных можно сделать вывод о том, что основным источником сомнений в период профессионального самоопределения старшеклассников является их неуверенность в себе и недостаточное понимание своих чувств и желаний, неумение справляться с давлением из вне.

Стоит отметить, что во втором разделе, направленном на оценку сформированности качеств личности безопасного типа поведения, респондентам были заданы вопросы такие, как:

- а) «В течение жизни у меня несколько раз менялось отношение к моей профессии»;
- б) «Я часто не уверен в собственных решениях»;
- в) «Иногда меня пугают мысли о будущем».

При ответе на них больший уровень нестабильности мнения, неуверенности в своих силах и страх будущего проявили обучающиеся с низкими уровнями ЭИ и сформированности ЛБТП, что дает основания предполагать, что на таких обучающихся влияет значительно большее количество факторов, способствующих возникновению сомнений в выборе своего профессионального пути.

Для проверки предположения о том, что обучающиеся, у которых на высоком уровне сформированы качества ЛБТП, с большей вероятностью предпочтут профессии, связанные со сферой безопасности. Испытуемым был задан вопрос о том, думали ли они связать свою жизнь с одной из таких профессий. Результаты ответов на него действительно продемонстрировали наличие зависимости: респонденты с высоким уровнем сформированности качеств ЛБТП в большей мере выразили стремление связать свою жизнь со сферой безопасности (отдавая при этом наибольшее предпочтение таким специальностям, как сотрудники полиции и МЧС России), тогда как те, у кого эти качества сформированы на низком уровне, в большинстве своем не задумывались о подобных профессиях. Эти данные отражены на рисунке.

После проведения данного исследования для обучающихся был организован тренинг, направленный на повышение уровня ЭИ [25; 26]. Стоит отметить, что все обучающиеся приняли в нем активное участие, с интересом выполняя все предъявляемые задания. После завершения мероприятия участникам было предложено повторно пройти тестирование по первому и второму разделу разработанной анкеты. Это

позволило увидеть произошедшие изменения и проанализировать их. Так, после прохождения тренинга процент очень низкого и низкого ЭИ изменился с 40,2 % до 24,1 %. Обучающихся со средним уровнем ЭИ стало 32,8 % (против 29,9 % на констатирующем этапе), а те, у кого ЭИ находится на высоком и очень высоком уровне, вместо 29,9 % теперь составляют 43,8 % выборки, что свидетельствует об эффективности разработанной программы.

Аналогичные изменения наблюдаются и при анализе уровня сформированности качеств ЛБТП: количество обучающихся с низким уровнем сформированности ЛБТП значительно сократилось (с 41,6 % до 21,9 %), процент тех, кто обладает качествами ЛБТП на среднем уровне повысился до 42,3 % (32,1 % на констатирующем этапе), а процент обучающихся с высоким уровнем сформированности ЛБТП изменился с 26,3 % до 35,8 %. Это подтверждает положение о том, что ЭИ является неотъемлемой составляющей личности безопасного типа поведения и свидетельствует о том, что его развитие действительно будет способствовать ее формированию.

Таким образом, проведенное исследование показывает наличие взаимосвязи между показателями эмоционального интеллекта и уровнем развития у старшеклассников качеств личности безопасного типа поведения, которые, в свою очередь, в заметной мере влияют на уровень их спокойствия и уверенности в себе в период осуществления первичного профессионального самоопределения и нацеливают на выбор профессий, связанных с безопасностью.

Заключение

Предположение о наличии взаимосвязи между умением понимать и контролировать эмоции (а, следовательно, высокими показателями эмоционального интеллекта) и уровнем развития качеств личности безопасного типа поведения было доказано в ходе исследования. По итогам проведенного эмпирического исследования и анализа полученных эмпирических данных, можно сделать следующие выводы:

1. Для выявления наиболее эффективных методов формирования качеств ЛБТП по данным опроса педагогов старшей школы выявлено, что, несмотря на практически единогласное признание практических методов более эффективными, педагоги чаще всего прибегают к лекциям, дискуссиям и наглядным демонстрациям, практически не включая обучающихся в активную работу. Это свидетельствует об актуально-

сти поиска новых методов и программ для формирования ЛБТП, а также выработки методических рекомендации для их применения.

2. По итогам проведенного исследования, было установлено, что существует тесная взаимосвязь между показателями эмоционального интеллекта обучающихся и уровнем сформированности у них качеств личности безопасного типа поведения: испытуемые с высоким уровнем ЭИ продемонстрировали гораздо более высокие результаты нервно-психологической устойчивости и жизнестойкости.

Согласно обобщенным результатам среди обучающихся с высоким или очень высоким ЭИ высокие показатели сформированности ЛБТП у 58,5 % (24 человека), средние – у 31,7 % (13 человек) и низкие только у 9,8 % (4 человека), а для тех, кто обладает низким ЭИ характерна обратная картина. Эксперимент также показал, что повышение уровня ЭИ способствует повышению уровня сформированности ЛБТП.

Кроме того, исследование показало и наличие взаимосвязи между уровнем развития качеств ЛБТП и ориентацией старшеклассников на выбор профессий, связанных со сферой безопасности. Так, те, у кого хорошо развиты качества ЛБТП, гораздо чаще задумываются о том, чтобы связать свою жизнь с такими профессиями, как пожарный, сотрудник полиции, МЧС России, спасатель, педагог по безопасности жизнедеятельности, чем те, у кого эти качества находятся на низком уровне.

3. Высокий уровень показателей особенно важен на жизненном этапе, связанном с первичным профессиональным самоопределением, так как неспособность грамотно выражать свои эмоции, справляться с накопленным стрессом и неумение выстраивать взаимоотношения с другими людьми нередко приводят к тому, что решение о выборе будущего пути принимается под давлением и в дальнейшем приводит к неудовлетворенности своей профессией и жизнью в целом.

Список источников

1. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополоцк: ПГУ, 2011. 388 с.
2. Губар Е. С. Психологическая виктимность и эмоциональный интеллект у лиц юношеского возраста / Е. С. Губар, Е. В. Приходько // Психологическое знание в контексте современности: теория и практика. М., 2021. С. 90–94.
3. Медведев А.А., Турчин А.С. Нарушение эмоциональной регуляции поведения как условие агрессивного психологического воздействия // Военная психология – созидательный ресурс для России (К 70-летию академика военных наук А. Г. Каляини). Санкт-Петербург, 21 мая 2025 года. СПб., 2025. С. 21–25.
4. Здоровая личность / под ред. Г. С. Никифорова. СПб. : Речь, 2013. 400 с.
5. Акулова Т. Н. Теоретические аспекты повышения качества подготовки школьников к решению задач выживания в природной среде / Т. Н. Акулова, Г. И. Власова, А. С. Турчин // Психологопедагогические проблемы становления личности преподавателя ОБЗР и сотрудника МЧС: сборник трудов XXXV Международной научно-практической конференции. Химки, 2025. С. 23–30.
6. Кочнев И. Ю. Диагностические основания определения педагогических условий воспитания личности безопасного типа у курсантов и слушателей вузов МВД России / И. Ю. Кочнев, Д. А. Рыбалкин, О. Н. Романюк // Проблемы современного педагогического образования. 2023. №78-2. С. 132–135.
7. Серафимович И. В. Эмоциональный интеллект – предиктор профессионализма педагога? / И. В. Серафимович, Н. Н. Посысоев // Образовательная политика. 2020. № 2 (82). С. 106–114.
8. Чудаков А. Ю. Теоретические представления о психологии эмоций / А. Ю. Чудаков, А. В. Вертаев, М. В. Аниканов // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2024. № 2 (27). С. 147–156.
9. Mayer D., Salovey P. The Intelligence of Emotional Intelligence // Intelligence 17, 1993. Р. 433–442.
10. Верченко И. А. Особенности выбора профессии старшеклассниками с разным уровнем эмоционального интеллекта // Международный журнал медицины и психологии. 2021. Т. 4, № 6. С. 83–90.
11. Королева Н. Н. Личностно-профессиональное самоопределение молодежи в условиях общего и профессионального среднего образования / Н. Н. Королева, Ю. В. Петрова, Ф. Н. Самоторкин // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2024. № 3 (28). С. 92–103.
12. Микляева А. В. Траектории взросления в постнеклассическую эпоху: психологические риски и возможности / А. В. Микляева, С. А. Безгодова, О. В. Рудыхина [и др.]. СПб. : Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, 2023. 224 с.
13. Смирнова Р. В. Стессоустойчивость как основа формирования безопасного поведения старшеклассников / Р. В. Смирнова, И. В. Тарасова, А. С. Джангазиева // Гуманитарные науки. 2022. № 2 (58). С. 156–164.
14. Турчин А. С. Детерминанты отношения подростков к здоровью // Основы безопасности жизнедеятельности: актуальные проблемы и пути их решения (учебный предмет ОБЗР как важнейший элемент комплексной безопасности): сборник трудов научно-практической конференции. Химки, 2025. С. 77–83.
15. Водяха С. А. Эмоциональный интеллект и школьное благополучие современных подростков / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Педагогическое образование в России. 2020. № 1. С. 103–108.
16. Клинов Е. А. Образ мира в разнотипных профессиях. М. : Изд-во МГУ, 1995. 224 с.
17. Гордиенко М. В. Воспитание личности безопасного типа как проблема современной педагогической науки // Омский научный вестник. 2004. № 1(63). С. 76–84.
18. Мухина С. А. Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в формировании личности безопасного типа / С. А. Мухина, Т. Н. Петрова // Совершенствование профессиональной подготовки преподавателей-организаторов основ безопасности жизнедеятельности и учителей физической культуры. М., 2021. С. 97–101.
19. Коджаспиров А. Ю. Формирование личности безопасного типа поведения у школьников как одно из условий комфорта образовательной среды / А. Ю. Коджаспиров, Г. М. Коджаспирова, М. А. Ерофеева // Перспективы науки и образования. 2019. № 1 (37). С. 223–235.
20. Рафель А. Е. Программа по развитию эмоционального интеллекта в подростковом возрасте. Тюмень, 2021. 33 с.

21. Рожкова Н. А. Программа тренинга эмоционального интеллекта подготовлена педагогом-психологом МБОУ СОШ № 34 г. Иркутска Рожковой Н. А. Иркутск, 2022. 22 с.
22. Сергиенко Е. А. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея и Д. Карузо «Эмоциональный Интеллект» (MSCEIT v. 2.0): русскоязычная версия / Е. А. Сергиенко, И. И. Ветрова. М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. 89 с.
23. Божович Л. И. Проблемы развития мотивационной сферы ребенка. Изучение мотивации поведения детей и подростков. М. : Педагогика, 2021. 38 с.
24. Верченко И. А. Особенности выбора профессии старшеклассниками с разным уровнем эмоционального интеллекта // Международный журнал медицины и психологии. 2021. Т. 4, № 6. С. 83–90.
25. Лаврова Е. Е. Практикум «Тренировка эмоционального интеллекта». Ижевск, 2021. 8 с.
26. Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИН // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3–22.

References

1. Andreeva I. N. Emocional'nyj intellekt kak fenomen sovremennoj psihologii. Novopolock: PGU, 2011. 388 s. (In Russ.).
2. Gubar E. S. Psihologicheskaya viktimnost' i emocional'nyj intellekt u lic yunosheskogo vozrasta / E. S. Gubar, E. V. Prihod'ko // Psihologicheskoe znanie v kontekste sovremennosti: teoriya i praktika. M., 2021. S. 90–94. (In Russ.).
3. Medvedev A. A. Narushenie emocional'noj reguljacyi povedeniya kak uslovie agressivnogo psihologicheskogo vozdejstviya / A. A. Medvedev, A. S. Turchin // Voennaya psihologiya – sozidatel'nyj resurs dlya Rossii (K 70-letiyu akademika voennyh nauk A. G. Karayani). Sankt-Peterburg, 21 maya 2025 goda. SPb., 2025. S. 21–25. (In Russ.).
4. Zdorovaya lichnost' / pod red. G. S. Nikiforova. SPb. : Rech', 2013. 400 s. (In Russ.).
5. Akulova T. N. Teoreticheskie aspekty povysheniya kachestva podgotovki shkol'nikov k resheniyu zadach vyzhivaniya v prirodnoj srede / T. N. Akulova, G. I. Vlasova, A. S. Turchin // Psihologopedagogicheskie problemy stanovleniya lichnosti prepodavatelya OBZR i sotrudnika MCHS: sbornik trudov XXXV Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii. Himki, 2025. S. 23–30. (In Russ.).
6. Kochnev I. YU. Diagnostic grounds for determining the pedagogical conditions for the education of a safe type of personality among cadets and students of universities of the Ministry of Internal Affairs of Russia / I. YU. Kochnev, D. A. Rybalkin, O. N. Romanyuk // Problemy sovremenennogo pedagogicheskogo obrazovaniya. 2023;78-2: 132–135. (In Russ.).
7. Serafimovich I. V. Is emotional intelligence a predictor of a teacher's professionalism? / I. V. Serafimovich, N. N. Posysoev // Obrazovatel'naya politika. 2020;2 (82): 106–114. (In Russ.).
8. Chudakov A. YU. Theoretical concepts of the psychology of emotions / A. YU. Chudakov, A. V. Vertaev, M. V. Anikanov // Vestnik Sankt-Peterburgskogo voennogo instituta vojsk nacional'noj gvardii. 2024;2 (27): 147–156. (In Russ.).
9. Mayer D., Salovey P. The Intelligence of Emotional Intelligence // Intelligence 17, 1993. P. 433–442. (In Russ.).
10. Verchenko I. A. Features of the choice of profession by high school students with different levels of emotional intelligence // Mezhdunarodnyj zhurnal mediciny i psihologii. 2021. T. 4;6: 83–90. (In Russ.).
11. Koroleva N. N. Personal and professional self-determination of youth in the context of general and vocational secondary education / N. N. Koroleva, YU. V. Petrova, F. N. Samotorkin // Vestnik Sankt-Peterburgskogo voennogo instituta vojsk nacional'noj gvardii. 2024;3 (28): 92–103. (In Russ.).
12. Miklyaeva A. V. Traektorii vzrosleniya v postneklassicheskuyu epohu: psihologicheskie riski i vozmozhnosti / A. V. Miklyaeva, S. A. Bezgodova, O. V. Rudyhina [i dr.]. SPb. : Rossijskij gosudarstvennyj pedagogicheskij universitet im. A. I. Gercena, 2023. 224 s. (In Russ.).
13. Smirnova R. V. Stress tolerance as a basis for the formation of safe behavior of high school students / R. V. Smirnova, I. V. Tarasova, A. S. Dzhangazieva // Gumanitarnye nauki. 2022;2 (58): 156–164. (In Russ.).
14. Turchin A. S. Determinanty otnosheniya podrostkov k zdorov'yu // Osnovy bezopasnosti zhiznedeyatel'nosti: aktual'nye problemy i puti ikh resheniya (uchebnyj predmet OBZR kak vazhnejshij element kompleksnoj bezopasnosti): sbornik trudov nauchno-prakticheskoy konferencii. Himki, 2025. S. 77–83. (In Russ.).
15. Vodyaha S. A. Emotional intelligence and school well-being of modern adolescents / S. A. Vodyaha, YU. E. Vodyaha // Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii. 2020;1: 103–108. (In Russ.).
16. Klimov E. A. Obraz mira v raznotipnyh professiyah. M. : Izd-vo MGU, 1995. 224 s. (In Russ.).
17. Gordienko M. V. Education of a safe type of personality as a problem of modern pedagogical science // Omskij nauchnyj vestnik. 2004;1 (63): 76–84. (In Russ.).
18. Muhina S. A. Kurs «Osnovy bezopasnosti zhiznedeyatel'nosti» v formirovaniy lichnosti bezopas-

nogo tipa / S. A. Muhina, T. N. Petrova // Sovershenstvovanie professional'noj podgotovki prepodavatelej-organizatorov osnov bezopasnosti zhiznedeyatel'nosti i uchitelej fizicheskoy kul'tury. M., 2021. S. 97–101. (In Russ.).

19. Kodzhaspirov A. YU. Formation of a personality of a safe type of behavior among schoolchildren as one of the conditions for the comfort of the educational environment / A. YU. Kodzhaspirov, G. M. Kodzhaspirova, M. A. Erofeeva // Perspektivy nauki i obrazovaniya. 2019;1 (37): 223–235. (In Russ.).

20. Rafel' A. E. Programma po razvitiyu emocional'nogo intellekta v podrostkovom vozraste. Tyumen', 2021. 33 s. (In Russ.).

21. Rozhkova N. A. Programma treninga emocional'nogo intellekta podgotovlena pedagogom-psihologom MBOU SOSH № 34 g. Irkutska Rozhkovoj N. A. Irkutsk, 2022. 22 s. (In Russ.).

22. Sergienko E. A. Test Dzh. Mejera, P. Seloveya i D. Karuzo «Emocional'nyj Intellekt» (MSCEIT v. 2.0): russkoyazychnaya versiya / E. A. Sergienko, I. I. Vetrova. M. : Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2010. 89 s. (In Russ.).

23. Bozhovich L. I. Problemy razvitiya motivacionnoj sfery rebenka. Izuchenie motivacii povedeniya detej i podrostkov. M. : Pedagogika, 2021. 38 s. (In Russ.).

24. Verchenko I. A. Features of the choice of profession by high school students with different levels of emotional intelligence // Mezhdunarodnyj zhurnal mediciny i psihologii. 2021. T. 4;6: 83–90. (In Russ.).

25. Lavrova E. E. Praktikum «Trenirovka emocional'nogo intellekta». Izhevsk, 2021. 8 s. (In Russ.).

26. Lyusin D. V. A new technique for measuring emotional intelligence: the Emln questionnaire // Psichologicheskaya diagnostika. 2006;4: 3–22. (In Russ.).

Информация об авторе

Г. И. Власова – кандидат педагогических наук, доцент

Статья поступила в редакцию 11.08.2025; одобрена после рецензирования 28.11.2025; принята к публикации 11.12.2025.

Information about the author

G. I. Vlasova – Candidate of Sciences (Pedagogy), Docent

The article was submitted 11.08.2025; approved after reviewing 28.11.2025; accepted for publication 11.12.2025.