

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ GENERAL PSYCHOLOGY, PERSONALITY PSYCHOLOGY



УДК 159.9

Оригинальное эмпирическое исследование

<https://doi.org/10.23947/2658-7165-2025-8-6-29-40>



IFCQMM

Формирование смысложизненных ориентаций у студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта

Александр Д. Тарасенко¹  , Александр В. Волков² 

¹ Донской государственный технический университет, г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация

² Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация

 atarasenko0209333@gmail.com

Аннотация

Введение. Исследование посвящено изучению взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта (ЭИ) и смысложизненными ориентациями у студентов. Актуальность работы обусловлена интересом современной психологии к роли ЭИ как ресурса для смысловой регуляции личности, в то время как эмпирических данных о его влиянии на особенности смысловой сферы в студенческой среде остается недостаточно.

Цель. Изучить особенности смысложизненных ориентаций студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 154 студента вузов Ростова-на-Дону, Новочеркаска и Ставрополя в возрасте от 17 до 29 лет (средний возраст – 24,6 года; 73 % женщины, 27 % мужчины). Для диагностики использовались: анкета, тест смысложизненных ориентаций (СЖО) J. Crumbaugh, L. Maholick, в адаптации Д. А. Леонтьева и опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» Д. В. Люсина. Обработка данных проводилась с применением непараметрических методов математической статистики (критерий Шапиро-Уилка, *U*-критерий Манна-Уитни, коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

Результаты исследования. Статистически значимые различия по *U*-критерию Манна-Уитни в общем уровне осмысленности жизни (ОЖ) выявлены между всеми группами ($p \leq 0,01$). В группе с высоким ЭИ 70 % респондентов четко понимают глобальную цель жизни, 97 % – смысл своей деятельности, 83 % – получают от нее радость и энергию, а 84 % видят смысл в собственных ошибках. В группе с низким ЭИ соответствующие показатели составили 43 %, 78 %, 55 % и 65 %. Согласованность ценностей и целей как фактор управления жизнью отметили 94 % респондентов с высоким ЭИ и 65 % с низким. По методике СЖО группа с высоким ЭИ показала высокие баллы по шкалам «Цели в жизни», «Результат жизни» и «Локус контроля – Жизнь», тогда как группы с низким и средним ЭИ – средние баллы по большинству шкал.

Обсуждение результатов. Результаты подтверждают, что эмоциональный интеллект является значимым психологическим ресурсом, связанным с ясностью жизненных целей, способностью находить смысл в различных аспектах опыта, а также с большей удовлетворенностью жизнью. Полученные данные согласуются с результатами зарубежных исследований, указывающими на положительную связь ЭИ со смыслом жизни.

Ключевые слова: смысловая сфера личности, смысложизненные стратегии, эмоциональный интеллект, целеполагание, временная перспектива, жизненный путь

Для цитирования. Тарасенко, А. Д., и Волков, А. В. (2025). Формирование смысложизненных ориентаций у студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*, 8(6), 29–40. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2025-8-6-29-40>

Formation of Life Meaning Orientations Among Students with Different Levels of Emotional Intelligence

Alexander D. Tarasenko¹  , Alexander V. Volkov² 

¹ Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russian Federation

² Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

 atarasenko0209333@gmail.com

Abstract

Introduction. The study examines the relationship between the level of emotional intelligence (EI) and life meaning orientations among students. The relevance of the work is determined by the current interest in psychology regarding the role of EI as a resource for personal meaning regulation, while empirical data on its influence on the characteristics of the meaning sphere in the student environment remain insufficient.

Objective. To study the features of life meaning orientations among students with different levels of emotional intelligence.

Materials and Methods. The study involved 154 students from universities in Rostov-on-Don, Novocherkassk, and Stavropol aged 17 to 29 years (average age – 24.6 years; 73% women, 27% men). The following diagnostic tools were used: questionnaire, Life Meaning Orientations (LMO) test by J. Crumbaugh and L. Maholick (adapted by D. A. Leontyev), and EmIn emotional intelligence questionnaire by D. V. Lyusin. Data processing was carried out using non-parametric methods of mathematical statistics (Shapiro-Wilk test, Mann-Whitney U-test, Spearman's rank correlation coefficient).

Results. Statistically significant differences in the general level of life meaningfulness (LM) were found between all groups according to the Mann-Whitney U-test ($p \leq 0.01$). In the high EI group, 70% of respondents clearly understand the global purpose of life, 97% understand the meaning of their activities, 83% receive joy and energy from it, and 84% see meaning in their own mistakes. In the low EI group, the corresponding indicators were 43%, 78%, 55%, and 65%. The consistency of values and goals as a factor in life management was noted by 94% of respondents with high EI and 65% with low EI. According to the LMO method, the high EI group showed high scores on the scales of "Life Goals", "Life Results", and "Life Control Locus", while the low and medium EI groups showed average scores on most scales.

Discussion. The results confirm that emotional intelligence is a significant psychological resource associated with clarity of life goals, the ability to find meaning in various aspects of experience, and greater life satisfaction. The obtained data are consistent with the results of foreign studies indicating a positive relationship between EI and life meaning.

Keywords: meaning sphere of personality, life meaning strategies, emotional intelligence, goal-setting, time perspective, life path

For Citation. Tarasenko, A.D., & Volkov, A.V. (2025). Formation of life meaning orientations among students with different levels of emotional intelligence. *Innovative Science: psychology, pedagogy, defectology*, 8(6), 29–40. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2025-8-6-29-40>

Введение

В современных условиях социальных рисков актуальность приобретают исследования эмоционального интеллекта и его связи со смысловой сферой личности. Большой интерес исследователей привлекает феномен смысложизненных ориентаций, как одной из основных форм регуляции жизнедеятельности (Котелевская, 2017; Крюкова и др., 2020). Смысловые образования являются основой самореализации человека, а смысложизненные ориентации как важнейший вид смысловых образований определяют целевые приоритеты жизни, временную направленность, рефлексию уровня личной ответственности за свои успехи и неудачи (Лачёва и Чистякова, 2021).

Специфика смысложизненных ориентаций личности связана кроме прочего и с эмоциональным интеллектом (Абакумова и др., 2022; Крюкова и др., 2020). Эмоциональный интеллект – сложный конструкт личности. Он включает в себя совокупность способностей, связанных с когнитивной оценкой и эмоциональной регуляцией поведения, выполняя важную роль в смысловой регуляции человека, в осознании его основных ценностных приоритетов (Берман, 2020; Люсин, 2004). Адаптивная роль эмоционального интеллекта (Андреева, 2011) заключается не только в способности идентифицировать, понимать и управлять своими эмоциональными реакциями, но и в формировании ключевых социально-эмоциональных навыков, таких как самосознание, саморегуляция и эмпатия. Развитие этих навыков позволяет снижать конфликтность, улучшать успеваемость и адаптационный потенциал личности, особенно в подростковом возрасте (Аверенкова, 2023). Кроме того, эмоциональный интеллект выступает защитным фактором против психологического стресса и способствует повышению удовлетворённости жизнью и профессиональной эффективности (Bru-Luna et al., 2021).

Любой человек, будучи социальным существом, желает построить позитивные и плодотворные взаимоотношения со своим окружением. При этом люди обращали внимание, что построение подобных отношений никак не связано с интеллектуальным развитием. Вокруг себя мы часто наблюдаем людей, не обладающих высоким IQ, но строящих доброжелательные гармоничные отношения с другими, вызывающих позитивные чувства

у лиц их окружающих и, как следствие, умеющих построить хорошую карьеру. Без опаски можно утверждать, что эти люди имели хорошо сформированную и высокоразвитую эмоциональную сферу. Способность человека понимать, оценивать эмоции, управлять эмоциональным состоянием своим и другого для моделирования и выстраивания оптимальных межличностных взаимоотношений и достижения целей взаимодействия – является эмоциональным интеллектом (EQ). Множественные исследования, посвященные EQ, проведенные в психологической науке в последнее десятилетие, фиксируют большой исследовательский интерес к проблеме и говорят о ее актуальности (Гильфанова, 2024; Кирпичева, 2023).

Специалисты в области психологии включают в структуру эмоционального интеллекта эмпатические способности, которые являются решающими для эффективного общения человека в различных областях жизни. Существенное значение для адекватного поведения личности в обществе психологи придают способности индивида четко осознавать и отражать свои эмоции. Важной является и способность адекватно воспринимать и интерпретировать эмоции партнера, подтверждать их подлинность и соответствие способам выражения самого эмоционального опыта. В современной психологии подчеркивается, что ключевой задачей эмоций является стимулирование когнитивных процессов и поисков новых решений задач, а также участие в разрешении жизненно важных вопросов (Котелевская, 2017; Salovey & Mayer, 1990). При этом, эмоциональные переживания могут как содействовать, так и препятствовать эффективному решению ситуаций (Аверенкова, 2023; Берман, 2020).

В индивидуальной системе методов контроля и управления эмоциями центральное место занимает личностная рефлексия и степень осознания собственных чувств. Поскольку в жизненном опыте человек сталкивается с амбивалентными чувствами, сочетая позитивные и негативные эмоции, большое значение приобретает способность самостоятельно снижать интенсивность негативных переживаний; важным становится развитие аутопсихологической компетентности, позволяющей целенаправленно вызывать или подавлять эмоции в зависимости от поставленных задач (Панкратова, 2020).

Несмотря на очевидный интерес современных психологов к проблеме влияния эмоционального интеллекта на личностные характеристики и особенности, наблюдается очевидный дефицит исследований влияния эмоционального интеллекта на особенности смысловой саморегуляции в различных возрастных и гендерных группах. Это и определило цель настоящего исследования: теоретически обосновать и эмпирически изучить особенности смысловой регуляции поведения студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта. В нашем исследовании мы предполагаем, что:

- 1) Студенты с разным уровнем эмоционального интеллекта могут различаться по уровню осмысленности жизни;
- 2) Взаимосвязи между целеполаганием, как критерием смысловой регуляции, и шкалами оценки личностной значимости прошлого, настоящего и будущего могут различаться у групп студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта.

Материалы и методы

Для изучения взаимосвязи смысложизненных ориентаций студентов с уровнем их эмоционального интеллекта были применены следующие методики:

- Анкета
- Тест смысложизненных ориентаций (Леонтьев, 2011). Тест включает двадцать пар утверждений, отражающих альтернативные варианты отношения человека к жизни, а также пять субшкал: 1) шкала «цели в жизни» (цели); 2) шкала «процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» (процесс); 3) шкала «результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» (результат); 4) шкала «локус контроля – Я (Я – хозяин жизни)» (лк – Я); 5) шкала «локус контроля – Жизнь или управляемость жизни» (лк – Ж).
- Опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» (Люсин, 2006). Данный опросник предназначен для изучения различных компонентов эмоционального интеллекта, таких как внутриличностный интеллект (понимание собственных эмоций и умение ими управлять), и межличностный интеллект – умение понимать чужие эмоции и управлять ими.

Методы обработки данных включали в себя стандартные методы математической статистики, такие как подсчет среднего арифметического и стандартной ошибки. Для проверки выдвинутых гипотез применялись непараметрические методы математической статистики: критерий согласия Шапиро-Уилка. *U*-критерий Манна-Уитни для сравнения средних, а также коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

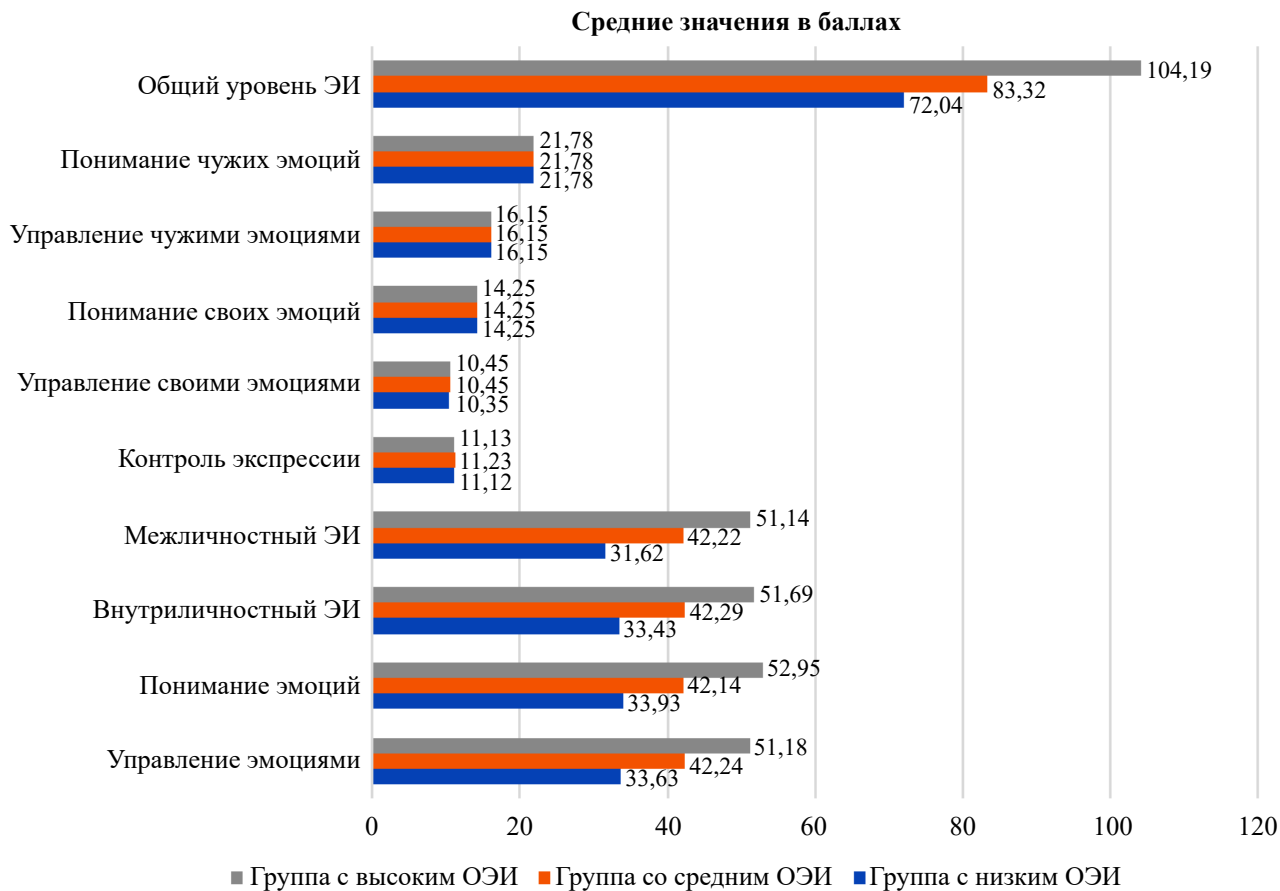
Результаты исследования

В исследовании приняли участие 154 студента, обучающихся в вузах Ростова-на-Дону, Новочеркасска, Ставрополя, в возрасте от 17 до 29 лет. Средний возраст испытуемых составил 24,6 года, из них 73 % составили женщины, 27 % – мужчины.

Анализ результатов диагностики по методике «Тест эмоционального интеллекта» позволил выявить уровень выраженности шкал эмоционального интеллекта у респондентов (рисунок 1; рисунок 2).

Рисунок 1

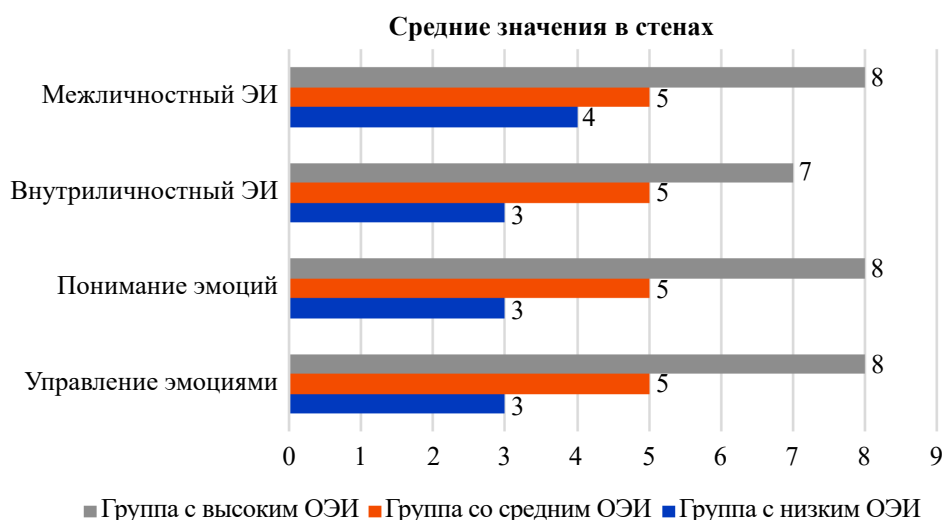
Выраженность показателей по методике «Эмоциональный интеллект» (ЭМИн) у трех групп респондентов с разным уровнем эмоционального интеллекта



Понимание и управление чужими эмоциями лучше всего продемонстрировали респонденты с высоким уровнем эмоционального интеллекта. Средний уровень данных шкал продемонстрировали респонденты со средним уровнем эмоционального интеллекта. Респонденты с низким уровнем интеллекта показали низкие результаты по этим шкалам.

Рисунок 2

Выраженность основных шкал по методике «Эмоциональный интеллект» (ЭМИн) у трех групп респондентов с разным уровнем эмоционального интеллекта



Внутриличностный интеллект имеет высокий уровень выраженности у респондентов с высоким уровнем интеллекта, у группы со средним уровнем – средний уровень выраженности, у респондентов с низким уровнем – низкий

уровень понимания и управления своими эмоциями и чувствами. Межличностный интеллект у групп с низким и средним уровнем эмоционального интеллекта имеет средний уровень выраженности, что говорит о способности респондентов понимать и управлять чужими эмоциями. Группа с высоким уровнем эмоционального интеллекта может хорошо распознавать и контролировать эмоции других людей.

Анализ результатов анкетирования на предмет изучения осмысленности жизни и целенаправленности действий показал, что большинство респондентов считают, что «жизнь, несомненно, имеет смысл». Такой ответ дали 92 % респондентов со средним уровнем эмоционального интеллекта, 89 % с высоким уровнем и 80 % с низким уровнем эмоционального интеллекта (таблица 1).

Таблица 1

Распределение ответов на утверждение «Я считаю, что жизнь, несомненно, имеет смысл»

| Я считаю, что жизнь, несомненно, имеет смысл | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|----------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 5 % | 7 % | 5 % | 3 % |
| Не знаю | 7 % | 13 % | 3 % | 8 % |
| Да, именно так | 88 % | 80 % | 92 % | 89 % |

Больше всего ответов «не знаю» на вопрос «Я считаю, что жизнь, несомненно, имеет смысл» (13 %) дала группа респондентов с низким уровнем эмоционального интеллекта, 8 % с высоким уровнем эмоционального интеллекта и меньше всего (3 %) таких ответов дали респонденты со средним уровнем эмоционального интеллекта. Сомнение относительно наличия смысла высказали 7 % респондентов с низким уровнем эмоционального интеллекта, 5 % со средним уровнем и 3 % с высоким уровнем эмоционального интеллекта.

Для утверждения «Я четко понимаю смысл моей жизни» ответы распределились следующим образом: большинство респондентов с высоким уровнем эмоционального интеллекта (83 %) четко понимают смысл своей жизни, 74 % респондентов со средним уровнем эмоционального и 62 % с низким уровнем эмоционального интеллекта дали такой ответ (таблица 2).

Таблица 2

Распределение ответов для утверждения «Я четко понимаю смысл моей жизни»

| Я четко понимаю смысл моей жизни | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|----------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 9 % | 8 % | 9 % | 9 % |
| Не знаю | 16 % | 30 % | 17 % | 8 % |
| Да, именно так | 75 % | 62 % | 74 % | 83 % |

Треть респондентов с низким уровнем эмоционального интеллекта ответили, что они не знают четко смысл своей жизни. Также такой ответ дали 17 % респондентов со средним уровнем эмоционального интеллекта и 8 % – с высоким. Около 10 % респондентов с высоким и средним уровнем эмоционального интеллекта и 8 % респондентов – с низким выбрали ответ «нет, это не так».

Для пункта «Я четко понимаю глобальную цель моей жизни» утвердительный ответ дали 70 % респондентов с высоким уровнем эмоционального интеллекта, 62 % – со средним и только 43 % – с низким. Более трети (35 %) респондентов с низким уровнем эмоционального интеллекта, 30 % со средним уровнем и четверть (25 %) респондентов с высоким уровнем эмоционального интеллекта ответили, что не знают четко глобальную цель своей жизни. Также 22 % респондентов с низким уровнем эмоционального интеллекта ответили отрицательно (таблица 3).

Таблица 3

Распределение ответов для утверждения «Я четко понимаю глобальную цель моей жизни»

| Я четко понимаю глобальную цель моей жизни | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|--------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 10 % | 22 % | 8 % | 5 % |
| Не знаю | 29 % | 35 % | 30 % | 25 % |
| Да, именно так | 61 % | 43 % | 62 % | 70 % |

Таблица 4*Распределение ответов для утверждения «У меня есть лишь некоторые цели и задачи своей жизни»*

| У меня есть лишь некоторые цели и задачи своей жизни | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 24 % | 10 % | 29 % | 28 % |
| Не знаю | 18 % | 20 % | 20 % | 14 % |
| Да, именно так | 58 % | 70 % | 51 % | 58 % |

На пункт анкеты «У меня есть лишь некоторые цели и задачи своей жизни» утвердительно ответили 70 % респондентов с низким уровнем эмоционального интеллекта, 58 % – с высоким и 51 % с низким уровнем эмоционального интеллекта (таблица 4). Ответ «не знаю» дали по 20 % респондентов с низким и средним уровнем эмоционального интеллекта и 14 % – с высоким. Отрицательные ответы на данный вопрос дали 29 % со средним, 28 % с высоким и 10 % с низким уровнем эмоционального интеллекта.

Изучение понимания смысла деятельности/учебы показало, что основная масса выборки с высоким уровнем эмоционального интеллекта (97 %), понимают четко зачем они учатся или работают, 89 % со средним уровнем и 78 % с низким уровнем придерживаются такой же позиции по данному вопросу (таблица 5). Больше всего респондентов (20 %) ответили, что они не знают понимают ли они смысл своей деятельности и по 3 % такой же ответ дали респонденты со средним и высоким уровнем эмоционального интеллекта.

Таблица 5*Распределение ответов на вопрос «Я четко понимаю смысл моей деятельности/учебы»*

| Я четко понимаю смысл моей деятельности/учебы | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|-----------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 4 % | 2 % | 8 % | 0 % |
| Не знаю | 7 % | 20 % | 3 % | 3 % |
| Да, именно так | 89 % | 78 % | 89 % | 97 % |

На утверждение «Мне нужно найти то, чему я могу себя посвятить» ответы распределились практически одинаково – 63 % с низким, 62 % со средним и 61 % респондентов с высоким уровнем эмоционального интеллекта ответили на этот вопрос утвердительно (таблица 6).

Таблица 6*Распределение ответов на утверждение «Мне нужно найти то, чему я могу себя посвятить»*

| Мне нужно найти то, чему я могу себя посвятить | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 24 % | 17 % | 26 % | 26 % |
| Не знаю | 14 % | 20 % | 12 % | 13 % |
| Да, именно так | 62 % | 63 % | 62 % | 61 % |

Отрицательно на этот пункт ответили по 26 % респондентов со средним и высоким уровнем эмоционального интеллекта и 17 % респондентов с низким уровнем эмоционального интеллекта.

На пункт «Я вижу смысл даже в своих ошибках» утвердительно ответили 84 % респондентов с высоким, 82% – со средним и 65 % – с низким уровнем эмоционального интеллекта. Не видят смысла в своих ошибках 12 % респондентов с низким уровнем эмоционального интеллекта, 3 % с высоким и всего 1 % со средним уровнем эмоционального интеллекта (таблица 7).

Таблица 7*Распределение ответов для утверждения «Я вижу смысл даже в своих ошибках»*

| Я вижу смысл даже в своих ошибках | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|-----------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 5 % | 12 % | 1 % | 3 % |
| Не знаю | 16 % | 23 % | 17 % | 13 % |
| Да, именно так | 79 % | 65 % | 82 % | 84 % |

Положительное влияние деятельности/учебы на настроение и энергичность отметили 83 % респондентов с высоким, 76 % со средним и 55 % с низким уровнем эмоционального интеллекта. Неопределенные ответы для этого пункта распределились следующим образом – 30 % респондентов с низким уровнем ответили, что не знают повлияла ли деятельность на настроение; 20 % со средним уровнем и 12 % с высоким уровнем дали аналогичные ответы. Отрицательно на поставленный вопрос ответили 15 % респондентов с низким, 4 % со средним и 5 % с высоким уровнем эмоционального интеллекта (таблица 8).

Таблица 8

Распределение ответов для утверждения «Моя учеба/деятельность приносит мне радость и энергию»

| Моя учеба/деятельность приносит мне радость и энергию | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|-------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 7 % | 15 % | 4 % | 5 % |
| Не знаю | 19 % | 30 % | 20 % | 12 % |
| Да, именно так | 74 % | 55 % | 76 % | 83 % |

Изучение согласованности между ценностями и целями показало, что большинство (94 %) респондентов с высоким уровнем эмоционального интеллекта, 74 % со средним и 65 % с низким уровнем эмоционального интеллекта отмечают, что данная согласованность позволяет управлять своей жизнью. По 23 % респондентов с низким и средним уровнем и всего 5 % с высоким уровнем эмоционального интеллекта сомневаются в данном положении. Отрицательно на данный вопрос ответили только 1 % респондентов с высоким, 3 % со средним и 12 % респондентов с низким уровнем эмоционального интеллекта (таблица 9).

Таблица 9

Распределение ответов на пункт «Согласованность между моими ценностями и целями позволяют мне управлять своей жизнью»

| Согласованность между моими ценностями и целями позволяют мне управлять своей жизнью | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 5 % | 12 % | 3 % | 1 % |
| Не знаю | 16 % | 23 % | 23 % | 5 % |
| Да, именно так | 79 % | 65 % | 74 % | 94 % |

На пункт «В ситуации выбора я, прежде всего, опираюсь на свои убеждения и личный опыт» утвердительный ответ дали 94 % респондентов с высоким, 88 % со средним и 80 % с низким уровнем эмоционального интеллекта. Сомневаются в данном утверждении 18 % респондентов с низким, 8 % со средним и 3 % с высоким уровнем эмоционального интеллекта. Отрицательно на данный вопрос ответили 4% респондентов со средним, 3 % с высоким и только 2 % с низким уровнем эмоционального интеллекта (таблица 10).

Таблица 10

Распределение ответов для утверждения «В ситуации выбора я, прежде всего, опираюсь на свои убеждения и личный опыт»

| В ситуации выбора я, прежде всего, опираюсь на свои убеждения и личный опыт | Все респонденты | Группа с низким ОЭИ | Группа со средним ОЭИ | Группа с высоким ОЭИ |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| Нет, это не так | 4 % | 2 % | 4 % | 3 % |
| Не знаю | 8 % | 18 % | 8 % | 3 % |
| Да, именно так | 88 % | 80 % | 88 % | 94 % |

На следующем этапе эмпирического исследования были изучены смысложизненные ориентации респондентов с помощью методики «Тест смысложизненные ориентации» (СЖО) J. Crumbaugh, L. Maholick, в адаптации Д. А. Леонтьева (Леонтьев, 2011). Результаты по данной методике представлены в таблице 11.

Таблица 11

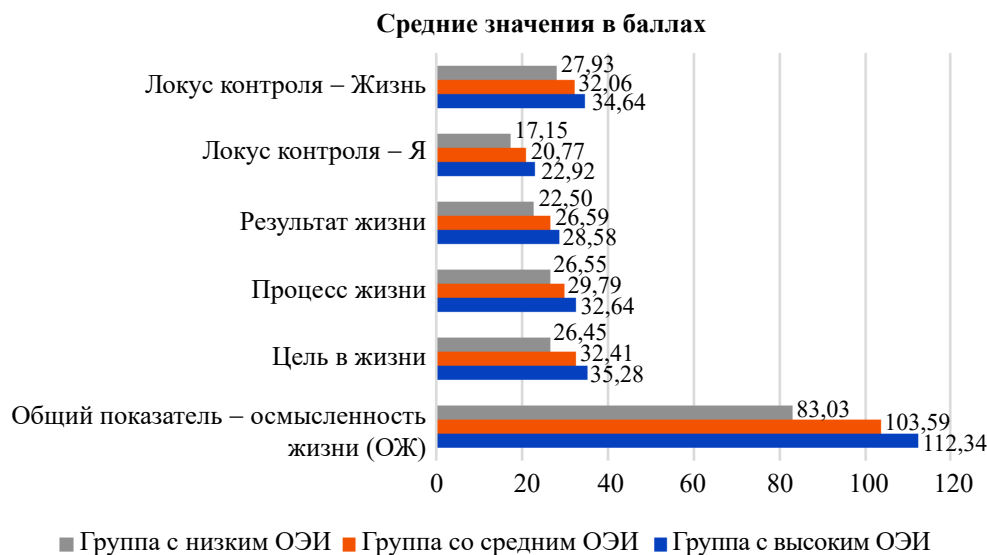
Уровень выраженности шкал СЖО у трех групп респондентов с разным уровнем эмоционального интеллекта

| В уровнях | Цели в жизни | Процесс жизни | Результат жизни | Локус контроля – Я | Локус контроля – Жизнь | Общий показатель – осмысленность жизни (ОЖ) |
|-----------------------|--------------|---------------|-----------------|--------------------|------------------------|---------------------------------------------|
| Группа с низким ЭИ | Средний | Средний | Средний | Средний | Средний | Средний |
| Группа со средним ОЭИ | Средний | Средний | Высокий | Средний | Средний | Средний |
| Группа с высоким ЭИ | Высокий | Средний | Высокий | Средний | Высокий | Высокий |

Анализ результатов диагностики показал, что у всех трех групп респондентов с разным уровнем эмоционального интеллекта наблюдается средний уровень выраженности по шкалам «Процесс жизни» и «Локус контроля Я».

Рисунок 3

Выраженность результатов по методике «Смысложизненные ориентации» (СЖО) у трех групп респондентов с разным уровнем эмоционального интеллекта



Высокий уровень результативности жизни продемонстрировали группы со средним и высоким уровнем эмоционального интеллекта (рисунок 3). Респонденты данных групп продемонстрировали удовлетворенность само-реализацией, восприятие своей жизни как продуктивной и осмысленной.

Проверка на достоверность различий в выраженности общей осмысленности жизни (ОЖ) с помощью *U*-критерия Манна-Уитни показала статистически значимые различия в уровне осмысленности жизни (таблица 12). Группа со средним уровнем эмоционального интеллекта имеет более высокий уровень ОЖ.

Таблица 12

Различия в выраженности уровня общей осмысленности жизни (ОЖ) у двух групп респондентов с разным уровнем осмысленности жизни с помощью *U*-критерия Манна Уитни

| Шкалы | Средний ранг | | Межгрупповые различия $U_{кр}$ | Значимость различий P |
|--------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|-------------------------|
| | 1 группа Низкий уровень ЭИ | 2 группа Средний уровень ЭИ | | |
| Общая осмысленность жизни (ОЖ) | 1315 | 3734 | 495 | 0,00 |

Проверка на достоверность различий в выраженности общей осмысленности жизни (ОЖ) с помощью *U*-критерия Манна Уитни у групп со средним и высоким уровнем эмоционального интеллекта показала, что в уровне выраженности общей осмысленности жизни выявлены статистически значимые различия у групп с высоким и средним уровнем выраженности эмоционального интеллекта (таблица 13).

Таблица 13

Различия в выраженности уровня общей осмысленности жизни (ОЖ) у двух групп респондентов с разным уровнем осмысленности жизни с помощью U-критерия Манна Уитни

| Шкалы | Средний ранг | | Межгрупповые различия $U_{кр}$ | Значимость различий P |
|--------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|
| | 2 группа Средний уровень ЭИ | 3 группа Высокий уровень ЭИ | | |
| Общая осмысленность жизни (ОЖ) | 3040 | 4220 | 1210 | 0,00 |

Таким образом, установлены статистически значимые различия в уровне выраженности общей осмысленности жизни (ОЖ) у трех групп респондентов с разным уровнем эмоционального интеллекта.

Обсуждение результатов

Проведенное нами исследование позволило выявить ряд значимых особенностей смысловых ориентаций у студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта. Анализ данных показал, что эмоциональный интеллект оказывает существенное влияние на осмысленность жизни и ее отдельные компоненты.

Было установлено, что студенты с высоким уровнем эмоционального интеллекта демонстрируют более четкое и структурированное понимание своей глобальной цели и смысла текущей деятельности. Респонденты с низким ЭИ чаще испытывали неопределенность и сомнения относительно смысла жизни и своих целевых ориентиров. Результаты нашего исследования соотносятся с данными пакистанских авторов В. Хассана и С. М. Фатимы, согласно которым эмоциональный интеллект положительно взаимосвязан со смыслом жизни и оптимизмом (Fatima & Hassan, 2025). Исследование Нан Луо и соавторов также выявило значимые положительные корреляционные связи между шкалами поиска и наличия смысла жизни и компонентами эмоционального интеллекта, такими как выражение эмоций, их регуляция и использование при решении проблем (Luo et al., 2024).

Изучение способности извлекать смысл из жизненного опыта, в том числе из ошибок, также выявило тенденцию, связанную с уровнем ЭИ. Студенты с высоким ЭИ значительно чаще видели смысл и ценность в совершенных ошибках (84 %), в то время как в группе с низким ЭИ процентные показатели оказались ниже (65 %). Это свидетельствует о том, что развитый эмоциональный интеллект способствует более развитой интеграции негативного опыта в личностную систему смыслов.

Важным результатом является выявленная связь между ЭИ и уровнем удовлетворенности и энергетической насыщенности жизни. Деятельность или учеба приносят радость и энергию большинству респондентов с высоким ЭИ и лишь половине – с низким. Была обнаружена выраженная зависимость между уровнем ЭИ и согласованностью ценностей и целей. Подавляющее большинство респондентов с высоким ЭИ отметили, что эта согласованность позволяет им эффективно управлять своей жизнью, тогда как в группе с низким ЭИ этот показатель составил 65 %. Это позволяет утверждать, что эмоциональный интеллект выступает фактором, усиливающим целостность смысловой сферы и управляемость поведением. Авторы Л. Рей, Н. Экстремера и М. Пена получили схожие результаты, согласно которым эмоциональный интеллект положительно взаимосвязан с удовлетворенностью жизнью и положительными эмоциями и отрицательно связан с негативными эмоциями, при этом как позитивные, так и негативные эмоции являются опосредующими факторами между ЭИ и уровнем удовлетворенности жизнью (Rey et al., 2011).

Полученные нами данные о более высокой осмысленности жизни у студентов с высоким ЭИ согласуются с результатами исследований, указывающими на положительную связь ЭИ с адаптивными личностными чертами и социальной активностью (Дикая и др., 2020). Результаты, полученные с помощью методики «Смысловые ориентации», подтвердили общую тенденцию: общий уровень осмысленности жизни имеет средние значения в группах с низким и средним ЭИ и высокий – в группе с высоким ЭИ. Статистическая проверка с использованием *U*-критерия Манна-Уитни подтвердила достоверность этих различий между всеми тремя группами, что указывает на устойчивую связь между развитостью эмоционального интеллекта и общей осмысленностью существования.

Если в нашем исследовании более высокий ЭИ связан с большей осмысленностью жизни, то в работе А. И. Палочкиной и П. Н. Ермакова (2025) показано, что у пациенток с онкозаболеваниями именно пожилые женщины демонстрируют более высокую осмысленность жизни, несмотря на низкий локус контроля. Это может

указывать на то, что возраст и жизненный опыт также являются важными факторами в формировании смысловой сферы, взаимодействующими с эмоциональным интеллектом.

Таким образом, результаты исследования доказывают, что уровень эмоционального интеллекта является значимым психологическим ресурсом, взаимосвязанным со смысложизненными ориентациями студентов. Более высокий ЭИ связан с ясностью жизненных целей, способностью находить смысл в различных аспектах жизни, включая трудности, большей удовлетворенностью процессом жизни и согласованностью между ценностями и практическими целями.

Заключение. Анализ результатов исследования особенностей смысложизненных ориентаций студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта позволяет заключить, что между этими конструктами существует устойчивая связь. Как показало анкетирование, чем ниже уровень эмоционального интеллекта, тем слабее респонденты понимают глобальную цель и смысл своей жизни. При этом группы студентов с низким и средним уровнем эмоционального интеллекта демонстрируют средний уровень осмысленности жизни, тогда как группа с высоким эмоциональным интеллектом характеризуется высоким уровнем осмысленности. Статистический анализ подтвердил наличие значимых различий: чем выше уровень эмоционального интеллекта, тем выше и показатель осмысленности жизни. Таким образом, все выдвинутые гипотезы получили эмпирическое подтверждение, что свидетельствует о важной роли эмоционального интеллекта в формировании ясных и наполненных смыслом жизненных ориентаций у студентов.

Практическая значимость исследования заключается в том, что подобран и апробирован комплект диагностических методик для исследования особенностей смысловой сферы студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта. Данный комплект может быть использован в практике работы психологической службы образования. Полученные в результате исследования данные могут быть широко использованы в системе работы с молодежью, направленной на развитие смысловой регуляции поведения. Материалы работы могут послужить основой для разработки психологических рекомендаций по развитию смысловой сферы личности студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта.

Список литературы

Абакумова, И. В., Аверкиева, Т. З., и Кинцурашвили, Д. З. (2022). Современные направления исследования эмоционального интеллекта. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*, 5(4), 14–24. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2022-5-4-14-24>

Аверенкова, И. Г. (2023). Развитие эмоционального интеллекта как один из ключевых факторов успешного обучения. В *Модернизация системы профессионального образования на основе регулируемого эволюционирования. Материалы XXII международной научно-практической конференции* (С. 281–287). Челябинский институт переподготовки и повышения квалификации работников образования.

Андреева, И. Н. (2011). *Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии*. ПГУ.

Берман, Н. Д. (2020). Роль эмоционального интеллекта в обучении. *Дневник науки*, 4(40), 18.

Гильфанова, И. С. (2024). Изучение эмоционального интеллекта: понятие «эмоциональный интеллект» в отечественной и зарубежной психологии. В *Концепции, теория и методика фундаментальных и прикладных научных исследований: Сборник статей Международной научно-практической конференции* (С. 151–155). ООО «Аэтерна».

Дикая, Л. А., Обухова, Ю. В., Егорова, В. А. и Егоров, И. Н. (2020). Особенности взаимосвязей эмоционального интеллекта и личностных черт у социально активных студентов. *Российский психологический журнал*, 17(4), 34–48. <https://doi.org/10.21702/rpj.2020.4.3>

Кирпичева, В. В. (2023). Эмоциональный интеллект: модели эмоционального интеллекта, эффективные способы развития эмоционального интеллекта. В *Психолого-педагогические основы интеллектуального развития: Сборник статей Международной научно-практической конференции* (С. 53–61). ООО «Аэтерна».

Котелевская, И. А. (2017). Взаимосвязь уровня эмоционального интеллекта и смысложизненных ориентаций человека. *Science Time*, 1(37), 223–226.

Крюкова, Е. А., Шестова, М. А., и Корнилова, Т. В. (2020). Эмоциональный интеллект: черта или способность (к результатам русскоязычной адаптации опросника «Черты эмоционального интеллекта»). В *Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных изменений* (С. 1694–1700). Институт психологии РАН.

Куц, А. Н. (2022). Понятие «эмоциональный интеллект»: история возникновения и развития. В *Актуальные научные исследования сборник статей VI Международной научно-практической конференции: в 4 ч.* (С. 159–162). Наука и Просвещение.

Лачёва, А. П., и Чистякова, Н. В. (2021). Эмоциональный интеллект как фактор ценностно-смыслового самоопределения. В *Поколение будущего: сборник избранных статей Международной студенческой научной конференции* (С. 40–43). ГНИИ «Нацразвитие».

Леонтьев, Д. А. (2011). Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). В А. А. Бодалев (Ред.) *Психология общения. Энциклопедический словарь* (С. 457–463). Когито-Центр.

Люсин, Д. В. (2006). Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн. *Психологическая диагностика*, 4, 3–22.

Люсин, Д. В. (2004). Современные представления об эмоциональном интеллекте. В Д. В. Люсина и Д. В. Ушакова (Ред.) *Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования* (С. 29–36). Институт психологии РАН.

Палочкина, А. И., и Ермаков, П. Н. (2025). Смысложизненные ориентации и субъективная тревожность у женщин в разном возрасте с гинекологическими онкозаболеваниями. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 23(2), 54–66. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2025.2.4>

Панкратова, А. А. (2020). Эмоциональный интеллект как личностная черта: теория и методика диагностики К. Петридеса и А. Фернхема. *Вопросы психологии*, 66(2), 140–150.

Bru-Luna, L. M., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C., & Cervera-Santiago, J. L. (2021). Emotional intelligence measures: a systematic review. *Healthcare*, 9(12), 1696. <https://doi.org/10.3390/healthcare9121696>

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

Fatima, S. M., & Hassan, W. (2025). Emotional Intelligence, Optimism, Meaning of Life, and Stress Levels among University Students. *Journal of Social Signs Review*, 3(09), 124–133.

Rey, L., Extremera, N., & Pena, M. (2011). Perceived emotional intelligence, self-esteem and life satisfaction in adolescents. *Psychosocial intervention*, 20(2), 227–234. <http://doi.org/10.5093/in2011v20n2a10>

Luo, N., Jiang, F., & Jo, N. (2024). Emotional intelligence and meaning in life: mediation by sense of security and self-esteem. *SAGE Open*, 14(3), 1–12. <https://doi.org/10.1177/21582440241284094>

References

Abakumova I. V., Averkieva T. Z., Kintsurashvili D. Z. (2022). Modern trends in the study of emotional intelligence. *Innovative science: psychology, pedagogy, defectology*, 5(4), 14–24. (In Russ.) <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2022-5-4-14-24>

Averenkova, I. G. (2023). Development of emotional intelligence as a key factor in successful learning. In *Modernization of the professional education system based on regulated evolution* (pp. 281–287). Chelyabinsk Institute of Retraining and Advanced Training of Education Workers. (In Russ.)

Andreeva, I. N. (2011). *Emotional intelligence as a phenomenon of modern psychology*. PSU. (In Russ.)

Berman, N. D. (2020). The role of emotional intelligence in learning. *Science Diary*, 4(40), 18. (In Russ.)

Bru-Luna, L. M., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C., & Cervera-Santiago, J. L. (2021). Emotional intelligence measures: a systematic review. *Healthcare*, 9(12), 1696. <https://doi.org/10.3390/healthcare9121696>

Gilfanova, I. S. (2024). Study of emotional intelligence: the concept of “emotional intelligence” in domestic and foreign psychology. In *Concepts, theory and methodology of fundamental and applied scientific research: Collection of articles of the International Scientific and Practical Conference* (pp. 151–155). Aeterna LLC. (In Russ.)

Dikaya, L. A., Obukhova, Yu. V., Egorova, V. A., & Egorov, I. N. (2020). Associations between emotional intelligence and personality traits among socially active students. *Russian Psychological Journal*, 17(4), 34–48. (In Russ.) <https://doi.org/10.21702/rpj.2020.4.3>

Fatima, S. M., & Hassan, W. (2025). Emotional Intelligence, Optimism, Meaning of Life, and Stress Levels among University Students. *Journal of Social Signs Review*, 3(09), 124–133.

Kirpichyova, V. V. (2023). Emotional intelligence: models of emotional intelligence, effective ways to develop emotional intelligence. In *Psychological and pedagogical foundations of intellectual development: Collection of articles of the International Scientific and Practical Conference* (pp. 53–61). Aeterna LLC. (In Russ.)

Kotelevskaya, I. A. (2017). The relationship between the level of emotional intelligence and life meaning orientations of a person. *Science Time*, 1(37), 223–226. (In Russ.)

Kryukova, E. A., Shestova, M. A., & Kornilova, T. V. (2020). Emotional intelligence: trait or ability (results of Russian adaptation of the Emotional Intelligence Traits questionnaire). In *Abilities and mental resources of a person in the world of global changes* (pp. 1694–1700). Institute of Psychology RAS. (In Russ.)

Kushch, A. N. (2022). The concept of “emotional intelligence”: history of emergence and development. In *Current scientific research: collection of articles of the VI International Scientific and Practical Conference* (pp. 159–162). Science and Education. (In Russ.)

Lacheva, A. P., & Chistyakova, N. V. (2021). Emotional intelligence as a factor of value-semantic self-determination. In *Generation of the future: collection of selected articles of the International Student Scientific Conference* (pp. 40–43). HNRI “National development”. (In Russ.)

Luo, N., Jiang, F., & Jo, N. (2024). Emotional intelligence and meaning in life: mediation by sense of security and self-esteem. *SAGE Open*, 14(3), 1–12. <https://doi.org/10.1177/21582440241284094>

Leontyev, D. A. (2011). Life Meaning Orientations Test (LMO). In A. A. Bodalev (Ed.), *Psychology of communication. Encyclopedic dictionary* (pp. 457–463). Cogito-Center. (In Russ.)

Lyusin, D. V. (2006). A new methodology for measuring emotional intelligence: EmIn questionnaire. *Psychological Diagnostics*, 4, 3–22. (In Russ.)

Lyusin, D. V. (2004). Modern concepts of emotional intelligence. In D. V. Lyusin & D. V. Ushakova (Eds.), *Social intelligence: Theory, measurement, research* (pp. 29–36). Institute of Psychology RAS. (In Russ.)

Palochkina, A. I., Ermakov, P. N. (2025). Life-meaning orientations and subjective anxiety in women of different ages with gynecological oncological diseases. *North Caucasian Psychological Bulletin*, 23(2), 54–66. (In Russ.) <https://doi.org/10.21702/ncpb.2025.2.4>

Pankratova, A. A. (2020). Emotional intelligence as a personality trait: theory and methodology of diagnostics by K. Petrides and A. Furnham. *Questions of Psychology*, 66(2), 140–150. (In Russ.)

Rey, L., Extremera, N., & Pena, M. (2011). Perceived emotional intelligence, self-esteem and life satisfaction in adolescents. *Psychosocial intervention*, 20(2), 227–234. <http://doi.org/10.5093/in2011v20n2a10>

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

Об авторах:

Александр Дмитриевич Тарасенко, студент магистратуры, Донской государственной технической университет (Российская Федерация, 344003, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1), atarasenko0209333@gmail.com

Александр Владимирович Волков, Южный федеральный университет (Российская Федерация, 344006, г. Ростов-на-Дону, ул. Большая Садовая, 105/42).

Конфликт интересов: авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Все авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

About the Authors:

Alexander Dmitriyevich Tarasenko, Master's student, Don State Technical University (1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, 344003, Russian Federation), atarasenko0209333@gmail.com

Alexander Vladimirovich Volkov, Southern Federal University (105/42, Bolshaya Sadovaya Str., Rostov-on-Don, 344006, Russian Federation).

Conflict of Interest Statement: the authors declare no conflict of interest.

All authors have read and approved the final manuscript.

Поступила в редакцию / Received 25.11.2025

Поступила после рецензирования / Reviewed 09.12.2025

Принята к публикации / Accepted 20.12.2025