

УДК 159.9.072.432

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И
АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ: РЕЗУЛЬТАТЫ
ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ**
**THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND
AGGRESSIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENTS: RESULTS OF AN
EMPIRICAL STUDY**

Филатова Елена Геннадьевна, ФГБОУ ВО «МГППУ» (г. Москва, Россия), факультет «Экстремальной психологии», магистрант

Научный руководитель: Деулин Дмитрий Владимирович, декан факультета «Экстремальная психология», доцент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», кандидат психологических наук.

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на изучение взаимосвязи эмоционального интеллекта и различных форм агрессивного поведения у подростков. Актуальность работы обусловлена ростом деструктивных проявлений в подростковой среде, включая киберагрессию, и необходимостью поиска эффективных психолого-педагогических методов их коррекции. В исследовании приняли участие 60 подростков в возрасте 14–16 лет. Выявлены статистически значимые обратные корреляции между уровнем развития эмоционального интеллекта и показателями физической, вербальной агрессии, раздражения, обиды и киберагрессии. Особое внимание уделено роли осознанной саморегуляции и нейротизма в этих взаимосвязях. Полученные данные обосновывают необходимость разработки и внедрения программ развития эмоционального интеллекта как средства профилактики и коррекции агрессивного поведения в подростковом возрасте.

Ключевые слова: подростки, эмоциональный интеллект, агрессивное поведение, киберагрессия, саморегуляция, нейротизм, коррекция.

Abstract. The article presents the results of an empirical study aimed at investigating the relationship between emotional intelligence and various forms of aggressive behavior in adolescents. The relevance of the work is due to the increase in destructive manifestations among adolescents, including cyberaggression, and the need to find effective psychological and pedagogical methods for their correction. The study involved 60 adolescents aged 14–16 years. Statistically significant inverse correlations were revealed between the level of emotional intelligence development and indicators of physical and verbal aggression, irritation, resentment, and cyberaggression. Special attention is paid to the role of conscious self-regulation and neuroticism in these

relationships. The obtained data substantiate the need to develop and implement programs for the development of emotional intelligence as a means of preventing and correcting aggressive behavior in adolescence.

Keywords: adolescents, emotional intelligence, aggressive behavior, cyberaggression, self-regulation, neuroticism, correction.

Введение

Подростковый возраст характеризуется интенсивным процессом становления личности, что нередко сопровождается агрессивными поведенческими реакциями. Агрессия в этом возрасте может быть реакцией на фрустрацию, сложности в коммуникации, непонимание со стороны взрослых и внутренние конфликты. Длительное и интенсивное проявление агрессии оказывает негативное влияние на социальную адаптацию подростков, их психическое состояние и качество межличностных отношений, что, в свою очередь, способствует закреплению деструктивных моделей поведения во взрослой жизни [3, 6].

Эмпирические данные свидетельствуют о существовании устойчивой взаимосвязи между низким уровнем эмоционального интеллекта (ЭИ) и повышенной агрессивностью у подростков [7]. В ряде работ отмечается, что неспособность распознавать и вербализовать собственные эмоции, а также понимать эмоции других людей, обуславливает замещение конструктивного диалога импульсивными агрессивными реакциями. Формы и интенсивность агрессивного поведения определяются различными факторами, включая социальное окружение, стиль семейного воспитания, опыт буллинга, академическую успеваемость и индивидуальные психофизиологические особенности. Важным эндогенным фактором склонности к агрессии является уровень развития эмоционально-личностной сферы самого подростка.

В связи с этим актуальной задачей является своевременное оказание психолого-педагогической поддержки подросткам, направленной на развитие навыков саморегуляции и конструктивного взаимодействия с окружающими. Одним из перспективных направлений такой работы является развитие эмоционального интеллекта, который способствует осознанию, пониманию и управлению собственными эмоциями, что может приводить к снижению уровня агрессии.

Цель данного исследования - выявить характер взаимосвязи между компонентами эмоционального интеллекта и различными формами агрессивного поведения (включая киберагрессию) у подростков, а также определить роль осознанной саморегуляции и свойств темперамента в этих взаимосвязях.

Объект исследования - агрессивное поведение в подростковом возрасте.

Предмет исследования - взаимосвязь эмоционального интеллекта и агрессивного поведения у подростков.

Теоретические и методологические основы исследования

Проблема агрессивного поведения в подростковом возрасте является предметом многочисленных исследований в отечественной и зарубежной психологии. Биологические и инстинктивные основы агрессии изучались в рамках психоаналитического подхода (З. Фрейд) и теории инстинктов (Э. Фромм). Социальные детерминанты и механизмы научения агрессии подробно рассмотрены в теории социального научения А. Бандуры и когнитивных моделях (Л. Берковиц, Р. Бэрон, Д. Ричардсон). В отечественной психологии значительный вклад в изучение психологии агрессии и её особенностей в подростковый период внесли Е.П. Ильин и А.А. Реан, а современные вызовы, такие как киберагрессия, анализируются в работах С.Н. Ениколопова и Е.В. Романовой [2; 3; 6].

Вопросам эмоционального интеллекта посвящены фундаментальные работы, заложившие теоретические основы (Д. Гоулман, Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо), а также отечественные исследования, адаптирующие конструкт к местному контексту и разрабатывающие диагностический инструментарий (Д.В. Люсин, И.Н. Андреева) [1; 4; 5].

Взаимосвязь эмоционального интеллекта и агрессивного поведения у подростков становится объектом всё большего числа эмпирических исследований, подтверждающих наличие устойчивой обратной корреляции [9; 10]. Однако, несмотря на растущий интерес, вопросы целенаправленной коррекции агрессии через развитие эмоционального интеллекта в рамках структурированных программ, учитывающих современные реалии (включая киберагрессию), требуют дополнительной научной разработки и эмпирической проверки.

Организация и методы исследования

Исследование проводилось на базе Государственного автономного учреждения дополнительного образования «Астраханский областной центр развития творчества». В качестве респондентов выступили подростки 14–16 лет, посещающие различные творческие объединения Центра. Общий объем выборки составил 60 человек, из них 30 девушек и 30 юношей (средний возраст - 15 лет).

Для решения поставленных задач был использован комплекс психодиагностических методик:

1. Опросник уровня агрессивности А. Басса и А. Дарки (в адаптации А.К. Осницкого) – для диагностики выраженности различных форм агрессивного поведения (физическая, вербальная, косвенная агрессия) и враждебности (обида, подозрительность, негативизм).
2. Тест эмоционального интеллекта «ЭмИн» (Д.В. Люсин) – для оценки способности к пониманию и управлению своими эмоциями и эмоциями других людей (межличностный и внутриличностный ЭИ, контроль экспрессии).

3. Шкала киберагрессии и кибервиктимизации (CAV) в адаптации Н.Ф. Михайловой и Е.А. Истоминой (2025) – для диагностики опыта агрессивного поведения и виктимизации в цифровой среде.
4. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) (В.И. Моросанова) – для оценки развития индивидуальной осознанной саморегуляции (планирование, моделирование, программирование, гибкость, самостоятельность).
5. Подростковый опросник Айзенка (EPI) – для диагностики свойств темперамента: экстраверсии, нейротизма и психотицизма (нейротизм рассматривался как контрольная переменная).

Статистическая обработка данных производилась с помощью пакета программ SPSS Statistics 23.0. Использовались методы описательной статистики и коэффициент линейной корреляции Пирсона.

Результаты исследования и их обсуждение

На констатирующем этапе была проведена первичная диагностика уровня эмоционального интеллекта, различных форм агрессивного поведения (включая киберагрессию), особенностей осознанной саморегуляции и свойств темперамента.

Результаты диагностики эмоционального интеллекта показали, что наибольшие трудности у подростков вызывают управление чужими эмоциями (сумма очень низкого и низкого уровней по шкале МУ составляет 49%) и понимание своих эмоций (34% имеют сниженные показатели). Относительное большинство респондентов демонстрируют средний уровень развития всех компонентов ЭИ. Высокие и очень высокие значения чаще встречаются по шкалам контроля экспрессии (24%) и понимания чужих эмоций (24%).

Результаты диагностики агрессивного поведения (по опроснику Басса–Дарки) представлены в таблице 1. Наиболее выраженными оказались показатели физической агрессии (сумма повышенного, высокого и очень высокого уровней – 52%) и обиды (50%). Обращает на себя внимание также достаточно высокий уровень раздражения (45% в диапазоне от повышенного до очень высокого) и подозрительности (44%). Эти результаты указывают на наличие у части подростков склонности к прямым агрессивным действиям, эмоциональной неустойчивости и негативному отношению к окружающим.

Таблица 1. Выраженность форм агрессивного поведения у подростков (опросник Басса–Дарки), %

Шкала	Низкий уровень	Средний уровень	Повышенный уровень	Высокий уровень	Очень высокий уровень
Физическая агрессия	18	30	28	16	8

Шкала	Низкий уровень	Средний уровень	Повышенный уровень	Высокий уровень	Очень высокий уровень
Косвенная агрессия	22	37	24	11	6
Раздражение	19	36	23	12	10
Негативизм	24	32	26	10	8
Обида	16	34	22	16	12
Подозрительность	28	28	24	12	8
Вербальная агрессия	24	32	26	12	6
Чувство вины	31	28	17	12	12

Результаты диагностики киберагрессии показали, что каждый пятый подросток (20%) имеет высокий уровень склонности к совершению агрессивных действий в интернет-пространстве, а 22% часто сталкиваются с киберагрессией со стороны других. Большинство респондентов (около половины) находятся на среднем уровне по обоим показателям, что отражает эпизодический характер вовлеченности в цифровые конфликты. Выявленная распространенность киберагрессии подтверждает актуальность изучения её связей с эмоционально-личностными особенностями подростков.

Результаты диагностики осознанной саморегуляции показали, что наиболее низкие показатели зафиксированы по шкале «Моделирование» (30% с низким уровнем), что указывает на трудности в выделении значимых условий для достижения целей и адекватной оценке ситуации. Также заметная часть подростков (28%) недостаточно самостоятельны в организации своей активности. В целом у большинства испытуемых (58%) сформирован средний уровень осознанной саморегуляции, однако каждый четвертый демонстрирует её дефицит.

Результаты диагностики свойств темперамента показали, что почти треть подростков (32%) обладают высоким уровнем нейротизма, что характеризует их как эмоционально нестабильных, тревожных, чувствительных к стрессу.

Корреляционный анализ

Для проверки гипотезы о наличии статистически значимых обратных корреляций между уровнем развития эмоционального интеллекта и различными формами агрессивного поведения (включая киберагрессию) был проведен корреляционный анализ с использованием коэффициента Пирсона. В анализ были включены основные шкалы эмоционального

интеллекта, агрессии, киберагрессии, а также показатели саморегуляции и нейротизма.

Таблица 2. Значимые корреляции между показателями эмоционального интеллекта, агрессии, саморегуляции и нейротизма (n=60)

Переменная	Физическая агрессия	Вербальная агрессия	Раздражение	Обида	Киберагрессия	Нейротизм	Саморегуляция
Понимание чужих эмоций (МП)	0,42*	-0,49**	-0,41*	0,39*	-0,54**	0,51**	0,42*
Управление чужими эмоциями (МУ)	-0,45**	-0,47**	-0,43*	-0,41*	-0,58**	-0,55**	0,45**
Понимание своих эмоций (ВП)	-0,51**	-0,52**	-0,53**	0,50**	-0,56**	-0,60**	0,48**
Управление своими эмоциями (ВУ)	-0,58**	-0,56**	-0,60**	0,54**	-0,61**	-0,61**	0,51**
Контроль экспрессии (ВЭ)	0,38*	-0,47**	-0,48**	-0,40*	-0,43*	-0,45**	0,38*
Саморегуляция (общий уровень)	-0,47**	-0,44**	-0,49**	-0,42*	-0,53**	-0,48**	1
Нейротизм	0,53**	0,48**	0,58**	0,51**	0,59**	1	-0,48**

*Примечание: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$

Наиболее сильные обратные связи зафиксированы между показателем управления своими эмоциями (ВУ) и такими формами агрессии, как раздражение ($r = -0,60$; $p \leq 0,01$), киберагрессия ($r = -0,61$; $p \leq 0,01$), физическая агрессия ($r = -0,58$; $p \leq 0,01$) и обида ($r = -0,54$; $p \leq 0,01$). Это свидетельствует о том, что подростки, неспособные эффективно регулировать собственные эмоциональные состояния, чаще прибегают к прямым агрессивным действиям и проявляют негативные эмоциональные реакции.

Понимание чужих эмоций (МП) также отрицательно коррелирует с большинством шкал агрессии, особенно с вербальной агрессией ($r = -0,49$; $p \leq 0,01$) и киберагрессией ($r = -0,54$; $p \leq 0,01$). Дефицит способности

распознавать эмоциональные состояния окружающих провоцирует использование агрессивных форм коммуникации как неадекватного способа взаимодействия.

Особый интерес представляет выявленная отрицательная корреляция между компонентами ЭИ и показателями киберагрессии. Наиболее сильная связь обнаружена для управления своими эмоциями ($r = -0,61$; $p \leq 0,01$). Это означает, что подростки с низким уровнем саморегуляции эмоций значительно чаще совершают агрессивные действия в цифровой среде. Аналогичные связи зафиксированы для понимания чужих эмоций ($r = -0,54$) и управления чужими эмоциями ($r = -0,58$). Подростки, испытывающие трудности в понимании и регуляции эмоций, переносят эти трудности и в цифровую среду, где анонимность и отсутствие непосредственного контакта могут дополнительно снижать барьеры для агрессивного поведения. Это подтверждает необходимость развития «цифрового эмоционального интеллекта» [10].

Анализ также показал, что общий уровень осознанной саморегуляции отрицательно коррелирует с большинством форм агрессии, особенно с киберагрессией ($r = -0,53$; $p \leq 0,01$) и раздражением ($r = -0,49$; $p \leq 0,01$). В свою очередь, саморегуляция положительно связана со всеми компонентами эмоционального интеллекта (коэффициенты от 0,38 до 0,51). Это подтверждает, что развитая способность к планированию, моделированию и оценке результатов деятельности является важным ресурсом, способствующим как эмоциональной компетентности, так и сдерживанию агрессивных импульсов.

Нейротизм ожидаемо продемонстрировал положительные корреляции со всеми формами агрессии, достигая максимума в связях с киберагрессией ($r = 0,59$; $p \leq 0,01$), раздражением ($r = 0,58$; $p \leq 0,01$) и физической агрессией ($r = 0,53$; $p \leq 0,01$). Одновременно нейротизм отрицательно коррелирует со всеми шкалами ЭИ (от -0,45 до -0,61) и с саморегуляцией ($r = -0,48$; $p \leq 0,01$). Высокий нейротизм, характеризующий эмоциональную нестабильность, выступает фактором, ослабляющим эмоциональный интеллект и усиливающим агрессивные тенденции.

Заключение

Проведенное исследование полностью подтвердило гипотезу о наличии статистически значимых обратных корреляций между уровнем развития эмоционального интеллекта и различными формами агрессивного поведения у подростков, включая киберагрессию. Наиболее тесные связи зафиксированы для внутриличностного эмоционального интеллекта (понимание и управление своими эмоциями) и таких деструктивных проявлений, как физическая агрессия, раздражение, обида и киберагрессия. Это согласуется с результатами ранее проведенных исследований [8; 9], указывающих на ключевую роль саморегуляции эмоций в контроле агрессивных импульсов.

Важным результатом является выявление значимой отрицательной связи эмоционального интеллекта с киберагрессией. Подростки, испытывающие трудности в понимании и регуляции эмоций, переносят эти трудности и в цифровую среду, где анонимность и отсутствие непосредственного контакта могут дополнительно снижать барьеры для агрессивного поведения. Этот вывод обосновывает необходимость включения в коррекционные программы специальных модулей, направленных на развитие «цифрового эмоционального интеллекта» [10].

Выявленная роль осознанной саморегуляции и нейротизма уточняет механизмы связи ЭИ и агрессии. С одной стороны, саморегуляция выступает общим ресурсом, способствующим контролю поведения и развитию эмоциональных компетенций. С другой стороны, нейротизм как свойство темперамента создает предрасположенность к эмоциональной нестабильности и агрессивным реакциям, которую может компенсировать высокий уровень эмоционального интеллекта.

Полученные результаты обосновывают необходимость разработки и внедрения целенаправленных тренинговых программ развития эмоционального интеллекта как эффективного инструмента коррекции агрессивного поведения и профилактики киберагрессии в подростковой среде. При разработке таких программ необходимо учитывать не только уровень ЭИ, но и индивидуальные особенности саморегуляции и темперамента участников.

Список литературы

1. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена / И. Н. Андреева. – Москва : Юрайт, 2021. – 245 с. – Текст : непосредственный.
2. Ениколопов, С. Н. Агрессивное поведение в подростковой среде: современные вызовы / С. Н. Ениколопов, А. В. Лебедев // Вопросы психологии. – 2022. – № 4. – С. 45–56. – Текст : непосредственный.
3. Ильин, Е. П. Психология агрессии / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2018. – 270 с. – Текст : непосредственный.
4. Люсин, Д. В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные / Д. В. Люсин // Психологический журнал. – 2019. – Т. 40, № 1. – С. 97–109. – Текст : непосредственный.
5. Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д. В. Люсин // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под редакцией Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – Москва : Институт психологии РАН, 2020. – С. 45–67. – Текст : непосредственный.
6. Реан, А. А. Психология подростковой агрессивности / А. А. Реан. – Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2021. – 280 с. – Текст : непосредственный.

7. Хромова, А. Б. Эмоциональный интеллект как фактор профилактики агрессивного поведения в подростковой среде / А. Б. Хромова // Психология и школа. – 2021. – № 3. – С. 45–52. – Текст : непосредственный.
8. Fernández-Castillo, A. Aggressive behavior in adolescence: genetic and environmental influences / A. Fernández-Castillo, B. Cormand // European Child & Adolescent Psychiatry. – 2016. – Vol. 25, No. 5. – P. 473–485. – Текст : непосредственный.
9. Fernandez, S. Emotional intelligence and aggression in adolescence: a meta-analysis / S. Fernandez, M. Thompson // Journal of Youth and Adolescence. – 2023. – Vol. 52, No. 2. – P. 145–160. – Текст : непосредственный.
10. Audrin, C. More than just emotional intelligence online: introducing "digital emotional intelligence" / C. Audrin, B. Audrin // Frontiers in Psychology. – 2023. – Vol. 14. – Article 1154355. – URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1154355/full> (дата обращения: 04.03.2026). – Текст : электронный.