

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Педагогический институт

Кафедра социальной психологии образования и развития

**СООТНОШЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И
СТРАТЕГИИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В
ПОДРОСТКОВОМ И РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 442 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля подготовки «Психология образования и социальной сферы»
факультета психолого-педагогического и специального образования

БОДРОВОЙ ЕЛЕНА НИКИТИЧНА

Научный руководитель
доктор психол. наук, профессор _____ Р.М. Шамионов

Зав. кафедрой
доктор психол. наук, профессор _____ Р.М. Шамионов

Саратов 2026

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современном динамичном мире, где социальные взаимодействия играют ключевую роль в успехе и благополучии человека, эмоциональный интеллект (EQ) становится все более значимым фактором. Особенно важным является развитие EQ в подростковом и юношеском возрасте, когда закладываются основы межличностных отношений, формируются социальные навыки и определяется жизненная траектория. Подростковый и юношеский возраст – это период интенсивного социального развития. В это время формируются устойчивые модели поведения в социуме, развивается способность к эмпатии, пониманию и управлению эмоциями.

Исследования показывают, что высокий уровень эмоционального интеллекта способствует более эффективной адаптации к социальным требованиям, улучшению качества межличностных отношений, снижению уровня стресса и повышению общей удовлетворенности жизнью. В то же время, недостаток эмоционального интеллекта может приводить к трудностям в общении, конфликтам, социальной изоляции и проблемам с психическим здоровьем.

В психолого-педагогической науке активно изучаются различные аспекты развития эмоционального интеллекта и межличностных отношений в подростковом и юношеском возрасте. Работы таких ученых, как Д. Гоулман, П. Сэловей, Дж. Майер, Н. Холл, С. Стейна, посвящены исследованию структуры, функций и возможностей развития эмоционального интеллекта. Вопросы межличностных отношений в подростковом возрасте рассматриваются в трудах Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, И.С. Кона, Т.В. Драгуновой.

Однако, несмотря на значительное количество исследований, вопрос о конкретных механизмах влияния эмоционального интеллекта на стратегии межличностных отношений в подростковом и юношеском возрасте остается недостаточно изученным. Существует необходимость в более глубоком

понимании взаимосвязи между этими двумя конструктами, а также в разработке эффективных методов развития эмоционального интеллекта, направленных на улучшение качества межличностных отношений подростков и юношей.

Учитывая вышеизложенное, **актуальность** данного исследования заключается в необходимости расширения научных знаний о роли эмоционального интеллекта в формировании стратегий межличностных отношений в подростковом, старшем подростковом и раннем юношеском возрасте, а также в разработке практических рекомендаций для педагогов и психологов, направленных на развитие эмоционального интеллекта и улучшение качества межличностных отношений у данной возрастной группы.

Объект исследования: межличностные отношения в подростковом и раннем юношеском возрасте.

Предмет исследования: соотношение эмоционального интеллекта и стратегий межличностных отношений в подростковом и раннем юношеском возрасте.

Цель исследования: изучить соотношение эмоционального интеллекта и стратегий межличностных отношений у подростков и юношей.

Задачи исследования:

1. Проанализировать теоретические подходы к определению понятия эмоционального интеллекта и его структуры.
2. Охарактеризовать особенности межличностных отношений в подростковом и раннем юношеском возрасте.
3. Рассмотреть удовлетворенность взаимоотношениями с другими как критерий их успешности.
4. Выявить существующие стратегии построения межличностных отношений.

5. Определить взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и стратегиями межличностных отношений у подростков и юношей.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь между уровнем развития эмоционального интеллекта и стратегиями межличностных отношений у подростков и юношей: высокий уровень эмоционального интеллекта способствует использованию более адаптивных и конструктивных стратегий межличностных отношений, и, наоборот, низкий уровень эмоционального интеллекта может быть связан с использованием неадаптивных стратегий.

Теоретическую основу исследования составляют теории эмоционального интеллекта, разработанные Д. Гоулманом, П. Сэловеем, Дж. Майером, Н. Холлом и С. Стейном. Также используются положения психологии межличностных отношений, представленные в работах Г.М. Андреевой, А.А. Бодалева, В.Н. Мясищева и Б.Ф. Ломова. Значимую роль играет возрастная психология подросткового и юношеского возраста, опирающаяся на труды Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, И.С. Кона и Т.В. Драгуновой. Наконец, исследование опирается на принципы социальной психологии, описанные в работах Д. Майерса и Р. Чалдини.

Эмпирические методы исследования включают в себя тестирование с использованием методики диагностики эмоционального интеллекта (EQ-тест) Н. Холла и опросника межличностных отношений (например, методика Т. Лири). Также будут применяться анкетирование, беседа и, при необходимости, метод экспертных оценок. Для обработки полученных данных будут использованы математические методы, включая корреляционный и статистический анализ.

Практическое значение исследования: результаты исследования могут быть использованы в работе психологов, педагогов, социальных работников, а также родителей для разработки программ развития

эмоционального интеллекта и улучшения качества межличностных отношений у подростков и юношей.

Структура работы: работа состоит из введения, первой главы, посвященной теоретическим основам исследования, заключения и списка использованной литературы.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Первая глава **«Теоретические основы изучения соотношения эмоционального интеллекта и стратегий межличностных отношений»** представляет собой системный анализ ключевых понятий и взаимосвязей, лежащих в основе исследования. Исследование проведено по трём основным направлениям: раскрытие сущности эмоционального интеллекта (EI), характеристика межличностных отношений в подростковом и раннем юношеском возрасте, а также определение критериев успешности этих отношений через удовлетворённость взаимодействием.

1. Понятие эмоционального интеллекта и его структура. В рамках данного раздела было раскрыто понятие «эмоционального интеллекта» (EQ) как комплексной способности личности осознавать, понимать, регулировать и использовать эмоции (собственные и чужие) для решения жизненных задач.

Проанализировано несколько ведущих теоретических моделей EI:

- модель Говарда Гарднера (внутриличностный и межличностный интеллект);

- четырёхкомпонентная модель Питера Сэловея и Джона Майера (восприятие, использование, понимание и управление эмоциями);

- смешанная модель Дэниела Гоулмана (самосознание, саморегуляция, мотивация, эмпатия, социальные навыки);

- модель Реувена Бар-Она (внутриличностная и межличностная компетентность, адаптивность, управление стрессом, общее настроение).

Выявлены ключевые факторы структуры EI: осознание и выражение эмоций, эмпатия, регуляция эмоциональных состояний, использование эмоциональной информации в мышлении и поведении.

Обоснована значимость EI для социальной адаптации, эффективного взаимодействия, снижения конфликтности, построения глубоких эмоциональных связей и профессионального успеха.

2. Характеристика межличностных отношений в подростковом и раннем юношеском возрасте. Раздел посвящён роли межличностных отношений в процессе формирования личности, самоопределения и социального научения. Рассмотрены виды отношений и их вклад в развитие личности:

-общение со сверстниками как ведущая деятельность подросткового возраста;

-дружба как источник эмоциональной поддержки и социального опыта;

-романтические отношения как пространство для освоения близости и взаимопонимания;

-трансформация отношений с родителями от сепарации к автономии и взаимному уважению.

3. Удовлетворённость взаимоотношениями с другими как критерий их успешности. В данном разделе проанализированы психологические механизмы, определяющие субъективную оценку качества межличностных связей. Выделены шесть ключевых факторов удовлетворённости:

-социальная поддержка (эмоциональная, информационная, инструментальная);

-взаимность и справедливость;

-доверие и надёжность;

-общие ценности и интересы;

-эффективная коммуникация;

-уважение личных границ.

Рассмотрено влияние возраста на приоритеты в отношениях: от принятия группой в подростковом периоде до поиска интимности и партнёрства в раннем юношеском возрасте.

Обоснована роль семейного климата: благоприятная атмосфера (поддержка, доверие) способствует позитивному самоотношению и удовлетворённости отношениями.

Сделан вывод о том, что удовлетворённость отношениями — важный индикатор психологического благополучия и социальной адаптации, особенно значимый в подростковом и юношеском возрасте, когда формируются основы идентичности и межличностной компетентности.

Во второй главе — **«Эмпирическое исследование соотношения эмоционального интеллекта и стратегий межличностных отношений в подростковом и раннем юношеском возрасте»** представлено методическое обоснование исследования и изложены его результаты.

Методическое обоснование исследования. Эмпирическое исследование проводилось в общеобразовательных учреждениях с соблюдением этических норм: было получено информированное согласие участников (и их законных представителей в случае несовершеннолетних), обеспечена конфиденциальность данных. Выборка составила 30 человек, разделённых на две возрастные группы для сравнительного анализа:

-группа 1: 10–14 лет (15 человек: 7 мальчиков, 8 девочек);

-группа 2: 15–17 лет (15 человек: 8 мальчиков, 7 девочек).

Такой состав выборки позволил:

-учесть возрастные различия в развитии эмоционального интеллекта и межличностных стратегий;

-провести сравнительный анализ между группами и выявить динамику изменений от младшего подросткового к раннему юношескому возрасту;

-обеспечить репрезентативность данных в рамках заданных возрастных диапазонов.

Диагностика осуществлялась в естественной образовательной среде (в учебных заведениях), что способствовало получению достоверных результатов.

В эмпирическом исследовании использовались методики:

1. Методика диагностики эмоционального интеллекта (EQ-тест) Н. Холла. Данная методика является стандартизированным инструментом, предназначенным для оценки уровня развития эмоционального интеллекта личности. EQ-тест Н. Холла включает в себя ряд вопросов и заданий, направленных на оценку различных компонентов эмоционального интеллекта, таких как самосознание, саморегуляция, мотивация, эмпатия и социальные навыки. Результаты тестирования позволяют получить количественную оценку общего уровня эмоционального интеллекта, а также оценить выраженность отдельных компонентов. Участникам предлагается оценить степень своего согласия с утверждениями, касающимися их эмоциональных реакций и поведения в различных ситуациях.

Примерами вопросов из EQ-теста Н. Холла могут быть следующие:

- "Я легко распознаю свои эмоции." (Оценка самосознания)
- "Я умею контролировать свои импульсивные реакции." (Оценка саморегуляции)
- "Я легко сопереживаю чувствам других людей." (Оценка эмпатии)

2. Опросник Т. Лири представляет собой психодиагностический инструмент, предназначенный для оценки преобладающих стратегий межличностного взаимодействия личности. Опросник включает в себя ряд утверждений, описывающих различные типы поведения в ситуациях межличностного общения. Участникам предлагается оценить, насколько каждое из утверждений соответствует их обычному поведению в общении с другими людьми. Результаты тестирования позволяют выявить доминирующие стили межличностного взаимодействия, такие как доминирующий, дружелюбный, зависимый и отчужденный. Ответы

оцениваются по шкалам, соответствующим различным стилям межличностного поведения.

3. Дополнительные методы:

- Анкетирование. Сбор информации о социально-демографических характеристиках участников (возраст, пол, образование, социальный статус) и других переменных, которые могут оказывать влияние на результаты исследования (например, опыт межличностного общения, наличие психологических проблем).

- Беседа. Проведение полуструктурированных бесед с отдельными участниками исследования для получения более глубокого понимания их опыта межличностного взаимодействия и стратегий, которые они используют в различных ситуациях. беседах затрагиваются вопросы о значимых межличностных отношениях, типичных конфликтных ситуациях и способах их разрешения.

- Метод экспертных оценок. Привлечение экспертов в области психологии и педагогики для оценки результатов исследования и формулировки рекомендаций по развитию эмоционального интеллекта и улучшению стратегий межличностного взаимодействия у подростков и юношей. Эксперты оценивают валидность и надежность полученных результатов, а также предлагают практические рекомендации по их применению.

4. Методы статистической обработки данных. Для анализа полученных данных будут использованы методы описательной статистики (расчет средних значений, стандартных отклонений, частотных распределений) и методы корреляционного анализа (например, коэффициент корреляции Пирсона) для выявления статистически значимых взаимосвязей между уровнем эмоционального интеллекта и стратегиями межличностного взаимодействия. Будет проведен сравнительный анализ данных, полученных в разных возрастных группах.

Процедура исследования. Исследование включало пять этапов:

1. Подготовительный: формирование выборки, получение согласий, подготовка инструментов.
2. Сбор данных: тестирование (EQ- тест Н. Холла, опросник Т. Лири), анкетирование, беседы.
3. Обработка данных: статистический анализ, интерпретация результатов.
4. Экспертная оценка: привлечение специалистов для проверки выводов и формулировки рекомендаций.
5. Завершающий: оформление отчёта, выводы и практические рекомендации.

Результаты эмпирического исследования. В ходе исследования были последовательно изучены: уровень эмоционального интеллекта, стратегии межличностного поведения, характер взаимосвязей между этими феноменами и возрастные различия в их проявлении.

1. *Уровень эмоционального интеллекта (по EQ-тесту Н. Холла).* В обеих возрастных группах зафиксирован *средний уровень развития эмоционального интеллекта*, однако выявлены значимые возрастные различия:

– В группе 10–14 лет ($n = 15$; 7 мальчиков, 8 девочек):

- средняя эмоциональная осведомлённость: $72,5 \pm 10,2$;
- минимальный показатель — саморегуляция: $68,0 \pm 8,9$;
- максимальный — эмпатия: $75,4 \pm 10,5$.

– В группе 15–17 лет ($n = 15$; 8 мальчиков, 7 девочек):

- более высокие показатели эмоциональной осведомлённости: $77,9 \pm 9,4$ и саморегуляции: $73,0 \pm 8,1$;
- наивысший уровень эмпатии: $80,8 \pm 9,7$.

Таким образом, в возрастной группе (15-17 лет) зафиксированы статистически значимые улучшения по общему уровню EQ, саморегуляции и эмоциональной осведомлённости. Эмпатия остаётся доминирующим

компонентом эмоционального интеллекта в обеих группах, достигая максимальных значений.

2. Стратегии межличностного поведения (по опроснику Т. Лири).

Анализ стратегий взаимодействия также выявил возрастную динамику:

– В группе 10–14 лет ярко выражена ориентация на сотрудничество – $68,5 \pm 7,9$; высокий уровень ответственности – $60,7 \pm 9,2$; значительная выраженность зависимого поведения – $62,1 \pm 8,8$.

– В группе 15–17 лет усилены лидерские тенденции – $57,5 \pm 11,5$ и независимость – $55,2 \pm 10,8$; снижены зависимое поведение – $53,9 \pm 9,1$ и застенчивость – $48,6 \pm 7,8$; сохраняется высокий уровень сотрудничества – $62,8 \pm 9,6$ и ответственности – $64,2 \pm 10,1$.

Таким образом, с возрастом усиливается самостоятельность и лидерские качества, снижается потребность в поддержке и конформном поведении. При этом кооперативные стратегии остаются значимыми для обеих групп.

3. Корреляционные связи (коэффициент Пирсона). *Анализ взаимосвязей между компонентами EQ и стратегиями поведения показал:*

– В группе 10–14 лет выявлены значимые положительные корреляции между компонентами EQ и адаптивными стратегиями. В частности, установлена связь эмпатии с сотрудничеством ($r=0,65, p<0,01$).

– В группе 15–17 лет количество статистически значимых корреляций сократилось. Наиболее устойчивая связь зафиксирована между социальными навыками и сотрудничеством ($r=0,55, p<0,01$).

Таким образом, у возрастной группы (10-14 лет) эмоциональный интеллект теснее связан с выбором стратегий взаимодействия. В группе 15-18 лет эта связь становится более опосредованной, что может отражать усложнение психологической структуры межличностного поведения.

4. *Сравнительный анализ (U-критерий Манна-Уитни)*. Статистически значимые различия ($p < 0,05$) между группами ($n = 15$ в каждой):

– Выше у 15–17-летних: общий уровень EQ; саморегуляция; социальные навыки; сотрудничающе-конвенциональный стиль ($p < 0,001$); ответственно-великодушный стиль ($p < 0,004$).

– Выше у 10–14-летних: прямолинейно-агрессивный стиль ($p < 0,05$); покорно-застенчивый стиль ($p < 0,01$); зависимо-послушный стиль ($p < 0,02$).

Таким образом, обе возрастные группы демонстрируют значимые различия по ключевым показателям эмоционального интеллекта и межличностного поведения, что подтверждает гипотезу о специфике взаимосвязей в разных периодах подросткового и раннего юношеского возраста.

Основные выводы. В ходе эмпирического исследования *подтверждена исходная гипотеза* о наличии статистически значимой взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта (EQ) и стратегиями межличностных отношений в подростковом и раннем юношеском возрасте. При этом выявлена *возрастная специфика* данной взаимосвязи:

1. В группе **10–14 лет** наблюдается тесная корреляция высокого уровня EQ с применением адаптивных стратегий взаимодействия — прежде всего, сотрудничества и ответственного поведения. Это свидетельствует о том, что на данном возрастном этапе развитый эмоциональный интеллект напрямую способствует выбору конструктивных способов общения.

2. В группе **15–17 лет** прямая связь между общим уровнем EQ и стратегиями взаимодействия становится менее выраженной. Однако сохраняется значимое влияние *социальных навыков* (как компонента EQ) на склонность к кооперативному поведению, что указывает на усложнение структуры взаимосвязей в старшем подростковом возрасте.

Возрастная динамика показателей демонстрирует следующие тенденции:

1. достоверный рост общего уровня эмоционального интеллекта;
2. усиление способностей к саморегуляции и развитию социальных навыков;
3. снижение склонности к агрессивному и зависимому поведению.

Специфика возрастных групп проявляется в следующем:

1. Подростки 10–14 лет характеризуются повышенной потребностью в поддержке и одобрении, склонны к конформному и зависимому поведению. Для них типичны поиски внешней опоры и ориентация на принятые нормы взаимодействия.
2. Юноши 15–17 лет демонстрируют большую самостоятельность, выраженные лидерские качества и ответственность. На этом этапе усиливается стремление к автономии и способность выстраивать отношения на основе осознанного выбора.

Практическая значимость исследования заключается в обосновании необходимости учёта возрастных особенностей при разработке программ развития:

1. эмоционального интеллекта;
2. коммуникативных и межличностных навыков.

Полученные данные позволяют дифференцировать психолого-педагогические вмешательства: для подростков (10-14 лет) акцент следует делать на формировании базовых компонентов EQ и навыков сотрудничества, тогда как для юношей (15-17 лет) приоритетом становится развитие лидерских качеств и автономной регуляции поведения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данное исследование было посвящено изучению соотношения эмоционального интеллекта и стратегий межличностных отношений в подростковом (10-14 лет) и раннем юношеском (15-17 лет) возрасте. В ходе работы были рассмотрены теоретические основы изучаемой проблемы, а также проведено эмпирическое исследование, направленное на выявление взаимосвязи между уровнем развития эмоционального интеллекта и стратегиями межличностного взаимодействия у представителей различных возрастных групп.

В первой главе подробно рассмотрены теоретические подходы к определению понятия "эмоциональный интеллект" и его структуры. Были проанализированы различные модели эмоционального интеллекта, предложенные такими исследователями, как Д. Гоулман, П. Сэловей, Дж. Майер, Р. Бар-Он и другими. Несмотря на различия в акцентах, все эти модели сходятся во мнении, что эмоциональный интеллект представляет собой комплекс способностей, связанных с осознанием, пониманием, управлением и использованием эмоций, как собственных, так и эмоций окружающих людей. Также в первой главе были охарактеризованы особенности межличностных отношений в подростковом и раннем юношеском возрасте, отмечены изменения в ведущей деятельности, доминирующих потребностях и ценностях, а также рассмотрена удовлетворенность взаимоотношениями как критерий их успешности.

Во второй главе представлено эмпирическое исследование, направленное на выявление взаимосвязи между уровнем развития эмоционального интеллекта и стратегиями межличностного взаимодействия у подростков и юнош. В качестве объекта исследования выступило комплексное явление, характеризующее соотношение эмоционального интеллекта и стратегий межличностных отношений в контексте двух возрастных групп: подросткового и раннего юношеского возраста. Предметом

исследования стала конкретная взаимосвязь между уровнем эмоционального интеллекта и стратегиями межличностного взаимодействия у лиц, относящихся к обозначенным возрастным группам. Центральной целью исследования было установление и всесторонний анализ взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта и стратегиями межличностных отношений, применяемыми подростками и юношами в процессе социального взаимодействия.

Для диагностики эмоционального интеллекта использовалась методика EQ-тест Н. Холла, позволяющая оценить общий уровень эмоционального интеллекта, а также его отдельные компоненты: самосознание, саморегуляцию, мотивацию, эмпатию и социальные навыки. Для выявления стратегий межличностного взаимодействия применялся опросник Т. Лири, определяющий доминирующие типы поведения в межличностных ситуациях: доминантность, дружелюбие, подчинение и враждебность.

В результате обработки полученных данных с использованием методов математической статистики, включая корреляционный анализ, были получены следующие результаты:

- В целом по выборке (объединенные возрастные группы) не было выявлено статистически значимых корреляций, указывающих на прямую связь общего уровня эмоционального интеллекта со стратегиями межличностного взаимодействия, характеризующимися дружелюбием и альтруизмом.
- Также не было выявлено статистически значимой отрицательной корреляции между общим уровнем эмоционального интеллекта и стратегиями межличностного взаимодействия, характеризующимися агрессивностью и подозрительностью.
- При сравнении взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и стратегиями межличностных отношений в различных возрастных группах выявлено, что в подростковом возрасте (10-14 лет) более выражена связь

между развитыми навыками эмоционального интеллекта и проявлениями дружелюбия, а также уверенности (доминантности). В раннем юношеском возрасте (15-17 лет) эта связь ослабевает.

- Анализ структуры эмоционального интеллекта показал, что наиболее значимым компонентом, влияющим на выбор стратегий межличностного взаимодействия в подростковом возрасте, является эмпатия. Развитие социальных навыков также играет важную роль в обеих возрастных группах.

Полученные результаты частично подтверждают гипотезу исследования о существовании взаимосвязи между уровнем развития эмоционального интеллекта и стратегиями межличностных отношений у подростков и старших подростков. Высокий уровень эмоционального интеллекта способствует использованию более адаптивных и конструктивных стратегий, таких как дружелюбие и доминантность (в позитивном ключе, как лидерство), особенно в младшей возрастной группе.

Результаты данного исследования могут быть использованы в работе психологов, педагогов, социальных работников и родителей для разработки программ развития эмоционального интеллекта и улучшения качества межличностных отношений у подростков и юношей. Особое внимание следует уделять развитию эмпатии, самосознания и навыков саморегуляции, поскольку эти компоненты эмоционального интеллекта оказывают наиболее значительное влияние на выбор стратегий межличностного взаимодействия.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андреева, Г. М. Социальная психология : учебник для высших учебных заведений / Г. М. Андреева. — М. : Аспект Пресс, 2001. — 384 с.
2. Выготский, Л. С. История развития высших психических функций / Л. С. Выготский. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 336 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-07532-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562587> (дата обращения: 10.10.2025).
3. Гарднер, Г. Структура разума: теория множественного интеллекта / Г. Гарднер. — М. : ООО «И.Д. Вильямс», 2007. — 512 с.
4. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Д. Гоулман. — М. : МИФ, 2025. — 544 с. — (Серия: МИФ. Личное развитие).
5. Эльконин, Д. Б. Детская психология. Развитие детей дошкольного возраста / Д. Б. Эльконин. — Москва : Советские учебники, 2025. — 480 с. — ISBN 978-5-907844-72-8. — Текст : непосредственный
6. Габдулина, Л. И. Особенности самоотношения и оценки отношений с другими у лиц, удовлетворённых и не удовлетворённых своими отношениями с окружающими людьми / Л. И. Габдулина // Мир науки. Педагогика и психология. — 2022. — № 6. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samootnosheniya-i-otsenki-otnosheniy-s-drugimi-u-lits-udovletvoryonnyh-i-ne-udovletvoryonnyh-svoimi-otnosheniyami-s> (дата обращения: 10.10.2025).
7. Лабунская, В. А. Общение и познание людьми друг друга в трудах А. А. Бодалёва: современный взгляд на фундаментальные проблемы (материалы круглого стола) / В. А. Лабунская // Российский психологический журнал. — 2015. — № 1. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obschenie-i-poznanie-lyudmi-drug-druga-v-trudah-a-a-bodalyova-sovremennyy-vzglyad-na-fundamentalnye-problemy-materialy-kruglogo-stola> (дата обращения: 10.10.2025).

8. Машлякевич, А. Д. К вопросу о межличностных взаимоотношений старших подростков / А. Д. Машлякевич, А. В. Семёнова // Педагогика: история, перспективы. — 2021. — № 4. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-mezhlichnostnyh-vzaimootnosheniy-starshih-podrostkov> (дата обращения: 10.10.2025).

9. Никитина, О. А. Эмоциональный интеллект: понятие, структура, генезис / О. А. Никитина, А. Р. Никитина // Психология и педагогика служебной деятельности. — 2024. — № 3. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyy-intellekt-ponyatie-struktura-genezis> (дата обращения: 10.10.2025).

10. Салменкова, М. В. Влияние эмоционального интеллекта на педагогическую практику: как развивать эмоциональные навыки у студентов / М. В. Салменкова, Д. С. Данильченко // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. — 2025. — № 6-1. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-emotsionalnogo-intellekta-na-pedagogicheskuyu-praktiku-kak-razvivat-emotsionalnye-navyki-u-studentov> (дата обращения: 10.10.2025).

11. Совив, Я. И. Психологическая характеристика и особенности межличностных взаимоотношений детей подросткового возраста / Я. И. Совив // Форум молодых ученых. — 2017. — № 3 (7). — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-harakteristika-i-osobennosti-mezhlichnostnyh-vzaimootnosheniy-detey-podrostkovogo-vozrasta> (дата обращения: 10.10.2025).

12. Тихонова, И. М. Семейно-ориентированное сопровождение развития эмоционального интеллекта младших школьников / И. М. Тихонова // Символ науки. — 2022. — № 10-2. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/semeyno-orientirovannoe-soprovozhdenie-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 10.10.2025).

13. Эделева, Е. М. Эмоциональный интеллект и его роль в межличностных отношениях / Е. М. Эделева // Вестник науки. — 2024. — № 11 (80). — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyy-intellekt-i-ego-rol-v-mezhlichnostnyh-otnosheniyah> (дата обращения: 10.10.2025).

14. Драгунова Т. : биография, творчество, отзывы, лучшие книги. — URL: <https://knigogid.ru/authors/627207-t-dragunova?ysclid=mg132tewhf308038492> (дата обращения: 10.10.2025).

15. Что такое корреляция // образовательная платформа Альфа-Курс. URL: <https://kurs.alfabank.ru/vocabulary/korrelyaciya/> (дата обращения: 10.10.2025).

16. «Диагностика межличностных отношений». URL: https://gcpmss.ru/files/pdf2017/diagnostika_mezhlichnostnih_otnoshenij.pdf (дата обращения: 10.10.2025).

17. Тест Лири // Википедия. URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/Тест_Лири (дата обращения: 10.10.2025).

18. У10.6Тест на эмоциональный интеллект.pdf. URL: https://нтпг.рф/attachments/article/784/У_10.6_Тест%20на%20эмоциональный%20интеллект.pdf (дата обращения: 10.10.2025).

19. Stein, Steven (Steven J.). The EQ edge : emotional intelligence and your success. URL: <https://archive.org/details/eqedgeemotionali00stev> (дата обращения: 10.10.2025).

20. The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. URL: https://www.researchgate.net/publication/6509274_The_Bar-On_Model_of_Emotional-Social_Intelligence (дата обращения: 10.10.2025).