

Научная статья
УДК 159.99 : 371.015
<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2023-3-28-34>

Эмоциональная грамотность и методы ее формирования у подростков и юношества

Екатерина Викторовна Гнатышина¹, Елена Анатольевна Василенко²

^{1,2} *Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, Челябинск, Россия*

¹ *gnatyshinaev@cspu.ru*

² *vasilenkoelinka@mail.ru*

Аннотация

Статья посвящена проблемам развития эмоциональной грамотности как способности понимать собственные эмоции и эмоции других людей, умения адекватно их выражать, а также готовности на этой основе к эмоциональному взаимодействию. В статье обосновывается мысль о том, что эмоциональная грамотность является когнитивной основой эмоционального интеллекта. Эмоциональную грамотность можно рассматривать как совокупность знаний и навыков, которые можно сформировать с помощью конкретных образовательных программ. Авторы обсуждают возможности формирования эмоциональной грамотности у подростков и развития на этой основе эмоционального интеллекта. В статье представлено авторское видение задач работы по формированию эмоциональной грамотности у подростков, проанализированы различные формы осуществления этой деятельности (тренинг, беседы, дискуссионные клубы, творческие студии и др.). Авторы обосновывают мысль о том, что задачи развития эмоциональной грамотности могут и должны решаться не только во внеурочной деятельности, но и непосредственно в учебном процессе. Преподавание гуманитарных предметов, особенно литературы, истории, мировой художественной культуры, должно быть построено на сочетании эмоционального и рационального в познании человеческого поведения и эмоций.

Ключевые слова: *эмоциональный интеллект, эмоциональная грамотность, подростковый возраст, обучение, тренинг*

Для цитирования: Гнатышина Е. В., Василенко Е. А. Эмоциональная грамотность и методы ее формирования у подростков и юношества // Научно-педагогическое обозрение. 2023. Вып. 3 (49). С. 28–34. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2023-3-28-34>

Original article

Emotional literacy and methods of its formation in adolescents and youth

Ekaterina V. Gnatyshina¹, Elena A. Vasilenko²

^{1,2} *South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russian Federation*

¹ *gnatyshinaev@cspu.ru*

² *vasilenkoelinka@mail.ru*

The article is devoted to the problems of developing emotional literacy as the ability to understand one's own emotions and the emotions of other people, the ability to adequately express them, as well as readiness, on this basis, for emotional interaction. The article substantiates the idea that emotional literacy is the cognitive basis of emotional intelligence. The authors discuss the possibilities of forming emotional literacy in adolescents and developing emotional intelligence on this basis. Emotional

literacy can be considered as a set of knowledge and skills that can be formed with the help of specific educational programs. The main form of teaching emotional literacy is usually considered training. It is characterized by a combination of effective feedback and group support. The article presents the author's view of the tasks of work on the formation of emotional literacy in adolescents, analyzes various forms of implementation of this activity (training, conversations, discussion clubs, art studios, etc.). The authors substantiate the idea that the tasks of developing emotional literacy can and should be solved not only in extracurricular activities, but also in the educational process. The teacher can use the emotionally stressful situations that have arisen, the difficulties of self-regulation in children as a subject for conversation and teaching emotional literacy. Teaching humanities subjects, especially literature, history, and world art culture, should be based on a combination of emotional and rational in the knowledge of human behavior and emotions.

Keywords: *emotional intelligence, emotional literacy, adolescence, education, training*

For citation: Gnatyshina E. V., Vasilenko E. A. Emotsional'naya gramotnost' i metody yeyo formirovaniya u podrostkov i yunoshestva [Emotional literacy and methods of its formation in adolescents and youth]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2023, vol. 3 (49), pp. 28–34. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2023-3-28-34>

Эмоциональный интеллект представляет собой способность человека понимать эмоции и чувства (как собственные, так и окружающих людей) и управлять ими в целях продуктивного разрешения практических задач и эффективной социальной адаптации [1]. Концептуальные представления об эмоциональном интеллекте развивались в работах многих зарубежных и отечественных авторов [1–3].

Подобно большинству психических свойств личности эмоциональный интеллект является результатом совместного действия биологических и социальных факторов. Были выявлены некоторые генетические характеристики и особенности деятельности мозга, связанные с эффективностью эмоционального интеллекта человека [4]. Отмечена связь эмоционального интеллекта с особенностями типа высшей нервной деятельности [5].

Что же касается роли социальных факторов в формировании эмоционального интеллекта, то она, скорее, постулируется, но недостаточно изучена экспериментально. Исследования, проведенные в бихевиоральной парадигме, показывают, что формирование эмоционального интеллекта связано с различными видами научения. При этом большую роль играет как демонстрация и восприятие конкретных моделей социального поведения [6], так и усвоение обобщенного опыта своей социальной и этнической группы в области демонстрации, восприятия и регулирования эмоциональных состояний [7]. Исследования, проведенные как в России, так и за рубежом, показывают, что каждая этническая группа имеет свои паттерны эмоционального реагирования, способы регуляции эмоций, при этом большую роль играют запечатления, хранимые в памяти народа [8, 9]. Исследования X. Deng и соавт., H. Zagefka и соавт. показывают, что даже в рамках одной национальной культуры представители различных субкультур используют различные способы регуляции эмоций [10, 11].

Большую роль в формирование научных представлений об эмоциональном интеллекте сыграло введенное С. Steiner понятие «эмоциональная грамотность», под которым подразумевалось понимание собственных эмоций и эмоций других людей, умение адекватно их выражать, а также готовность на этой основе к эмоциональному взаимодействию [12, с. 12]. С. Steiner считал, что эмоциональной грамотности человека можно научить с помощью ряда упражнений.

Понятие эмоциональной грамотности оказалось очень продуктивным, его начали использовать многие авторы, в первую очередь тогда, когда речь шла о целенаправленном формировании и развитии эмоционального интеллекта. Так, Д. Гоулман использовал именно понятие «эмоциональная грамотность», говоря о конкретных целях различных обучающих программ, в ходе которых люди осваивали осознание своих эмоций, понимание эмоций других людей, навыки эмоциональной экспрессии и эффективного взаимодействия [2, с. 403, 406]. Эмоциональная грамотность стала рассматриваться как совокупность знаний и навыков, которые можно сформировать с помощью

конкретных образовательных программ. В работах ряда исследователей (Н. Ю. Верхотурова, А. С. Рылеева, Е. А. Хомутникова, С. В. Еманова и др.) эмоциональная грамотность рассматривается как основа эмоциональной компетентности и социальной зрелости личности, часть гибких навыков, которым можно и нужно обучать [13, 14].

На наш взгляд, понятие «эмоциональная грамотность» является более узким, чем понятие «эмоциональный интеллект», оно включает в себя в первую очередь когнитивные аспекты функционирования эмоционального интеллекта (осознание и идентификация эмоций, знания об эмоциональной экспрессии человека и соответствующие умения), которые могут быть сформированы с помощью соответствующего обучения. Таким образом, эмоциональную грамотность можно рассматривать как функциональную грамотность человека в области эмоций и чувств, а также способов поведения в эмоциогенных ситуациях. По сути, эмоциональная грамотность представляет собой когнитивную основу эмоционального интеллекта.

Вопросы, связанные с методами формирования эмоциональной грамотности, а на ее основе – эмоционального интеллекта, являются активно исследуемыми в психолого-педагогической литературе. Большинство разработанных программ обучения разработаны для взрослых, работающих в сфере «человек – человек». Так, в исследовании, проведенном S. I. Stefansdottin и V. J. Sutherland, тренинг управления эмоциями позволил существенно снизить уровень эмоциональной напряженности, улучшить самочувствие, готовность к позитивным социальным взаимодействиям у преподавателей [15]. Тренинг включал диагностику и самоанализ присущих преподавателям темпераментальных особенностей, используемых ими коммуникативных стилей, обучение эффективному выражению эмоций и способам совладания с негативными эмоциями. В работе А. Т. Лариной также представлен вариант тренинговой работы с педагогами; было выявлено, что работа, направленная на развитие эмоционального интеллекта, способствует снижению признаков эмоционального выгорания педагогов [16]. Отмечено, что развитие эмоционального интеллекта у педагогов тесно связано с другими профессионально важными качествами [17]. Имеется опыт работы по развитию эмоциональной грамотности у менеджеров и работников торговли [18]. Отмечена позитивная роль формирования внутреннего локуса контроля у сотрудников коммерческих организаций в обучении совладанию со стрессами в профессиональной деятельности [19].

Если говорить о возможностях формирования эмоциональной грамотности у подростков и юношества, то такой опыт имеется, особенно для тех подростков и молодых людей, кто пережил неблагоприятные жизненные ситуации. Например, С. Nickel, С. Lahmann и К. Triff, проводя тренинговую работу с агрессивными подростками, использовали такие методы, как ознакомление с эмоциями и их функциями и способами выражения, обучение мышечной релаксации, контролю гнева и импульсивного поведения. Это привело к статистически достоверному снижению уровня нейротизма, тревожности; у испытуемых также значительно уменьшилось количество агрессивных реакций в поведении [20].

В отечественной психологии с подростками, оказавшимися в трудных ситуациях, использовались такие формы работы, как социально-психологический тренинг, групповая и индивидуальная психотерапия, тренинг, направленный на развитие проблемно ориентированных стратегий копинга, занятия по развитию когнитивных функций [21].

Вместе с тем возможность и целесообразность более широкого обучения подростков и юношества основам эмоциональной грамотности в целях профилактики эмоционально-поведенческих проблем признают многие авторы – Л. Р. Гайнанова, А. В. Гришина, О. М. Исаева, С. Ю. Савинова, Н. Н. Зорина и др. [22–24]. Есть успешные попытки обучения основам эмоциональной грамотности детей дошкольного возраста [25, 26].

Основной формой обучения эмоциональной грамотности обычно рассматривается тренинг как интерактивная форма занятий с эффективной обратной связью и групповой поддержкой. В программу тренингов, нацеленных на развитие эмоционального интеллекта, обычно входят упражнения, направленные на развитие:

- самопознания и рефлексии;
- восприятия эмоций и сензитивности;

- эмпатии и эмоциональной децентрации;
- эмоциональной экспрессии, как невербальной, так и вербальной;
- навыков анализа эмоциогенных ситуаций и способов поведения в них;
- конструктивного поведения в эмоциогенных ситуациях.

Тренинг, безусловно, является одной из важнейших форм работы, направленных на развитие эмоционального интеллекта. Однако надо помнить, что в подростковом возрасте речь идет скорее о тренинговых занятиях, чем о полноценном тренинге, поскольку уровень развития рефлексии, личностной зрелости у подростков еще недостаточен.

На наш взгляд, на практике часто недооцениваются другие формы работы с подростками и юношеством – беседы, дискуссионные клубы, арт-сессии, творческие студии, индивидуальное консультирование, психологические лаборатории, в которых подростки занимаются психологическим самоисследованием, и др. Эти формы особенно важны, если ставить в качестве главной цели работы с подростками не масштабную задачу формирования эмоционального интеллекта, а задачу более узкую и в большей степени соответствующую возможностям подростков – развития когнитивной основы эмоционального интеллекта, а именно эмоциональной грамотности.

Задачи работы по формированию эмоциональной грамотности подростков можно сформулировать так:

- формирование знаний об эмоциях, их адаптивных функциях и проявлениях;
- формирование знаний о способах регуляции эмоций;
- формирование навыков анализа эмоциогенных ситуаций;
- активизация самопознания и рефлексии;
- формирование коммуникативных навыков.

Решение указанных задач повышает знания подростков и юношества об эмоциях и об особенностях эмоциональной сферы собственной личности, способствует формированию первичных навыков анализа эмоциогенных ситуаций. Постепенно, в период ранней юности, эти задачи могут быть дополнены задачами формирования сензитивности, эмпатии, конструктивного поведения в эмоциогенных и конфликтных ситуациях.

Вместе с тем, на наш взгляд, неверно думать, что решению задач развития эмоциональной грамотности может служить только внеурочная работа с обучающимися, реализующаяся с помощью специальных обучающих программ. В научной литературе уже высказывались мысли о том, что задачи формирования эмоциональной грамотности должны решаться непосредственно в учебном процессе. Так, Д. Гоулман писал о том, что на уроке по любому предмету учитель может использовать возникшие эмоционально напряженные ситуации, трудности саморегуляции у детей как предмет для беседы и обучения эмоциональной грамотности; учитель и в собственном поведении должен подавать детям пример владения навыками эмоциональной грамотности, самоанализа и эффективной коммуникации [2, с. 420].

Мы полагаем, что преподавание содержания многих предметов, особенно литературы, истории, мировой художественной культуры, также способствует формированию эмоционального интеллекта. Оно должно быть построено, с одной стороны, на основе обучения сопереживанию, эмпатии по отношению к художественным образам, героям отечественной и мировой истории, а с другой стороны – на основе обучения анализу переживаний и мотивов, социальных и личностных детерминант поведения людей. Только такое сочетание эмоционального и рационального в познании человеческого поведения и эмоций заложит основы эмоциональной грамотности и эмоционального интеллекта обучающихся.

Таким образом, комплексная работа с подростками, направленная на формирование эмоционального интеллекта, требует сотрудничества педагогов и психологов, сочетания различных форм учебной и внеучебной работы.

Список источников

1. Ситаров В. А., Пашкова О. А. Сущностные признаки эмоционального интеллекта // Вестник Московского университета МВД России. 2020. № 7. С. 315–318.

2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / пер. с англ. А. П. Исаевой. М.: АСТ; Владимир: ВКТ, 2009. 478 с.
3. Романова Е. Н. Дифференциация понятий «эмоциональный интеллект» и «эмоциональная компетенция» // Международный научно-исследовательский журнал. 2021. № 1 (103). С. 150–152.
4. Косоногов В. В., Воробьева Е. В., Ковш Е. М., Ермаков П. Н. Мозговая организация и генетические корреляты эмоционального интеллекта // Мир науки. 2018. № 2. URL: <https://mir-nauki.com/19PSMN218.html> (дата обращения: 18.09.2022).
5. Анохина А. С., Токарева О. А. Психофизиологические основы эмоционального интеллекта // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 58-2. С. 311–314.
6. Bandura A. Exercise of personal and collective efficacy in changing societies // Self-efficacy in changing societies. Based on the proc. of the Third Ann. Conf. held Nov. 4-6, 1993. Cambridge: Cambridge University Press, 1995. P. 1–45.
7. Гурвич И. Н. Социальная психология здоровья. СПб.: Изд-во СПб. ун-та, 1999. 1023 с.
8. Пуховский Н. Н. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. М.: Ин-т психологии РАН, 1999. 211 с.
9. Namamura T., Mearns J. Depression and somatic symptoms in Japanese and American college students: Negative mood regulation expectancies as a personality correlate // International journal of psychology. 2019. Vol. 54, no. 3. P. 351–359.
10. Steiner C., Perry P. Achieving Emotional Literacy. London: Bloomsbury Publishing Plc, 1997. 235 p.
11. Deng X., Cheng Ch., Chow H.M., Ding X. Prefer feeling bad? Subcultural differences in emotional preferences between Han Chinese and Mongolian Chinese // International journal of psychology. 2018. Vol. 54 (3). P. 333–341.
12. Zagefka H., Mohamed A., Mursi G., Lay S. Antecedents of intra/intergroup friendships and stress levels among ethnic and religious minority members // International journal of psychology. 2016. Vol. 51 (6). P. 403–411.
13. Верхотурова Н. Ю. К проблеме изучения эмоциональной грамотности личности // Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies. 2021. Special issue. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-izucheniya-emotsionalnoy-gramotnosti-lichnosti> (дата обращения: 11.11.2022).
14. Рылеева А. С., Хомутникова Е. А., Еманова С. В. Развитие soft skills у старшеклассников с применением цифровых инструментов // Science for Education Today. 2022. Т. 12, № 1. С. 77–98.
15. Stefansdottin S. I., Sutherland V. J. Preference awareness education as stress management training for academic staff // Stress and health. 2005. Vol. 21 (5). P. 310–318.
16. Ларина А. Т. Роль эмоционального интеллекта в предотвращении эмоционального выгорания педагогов // Международный научно-исследовательский журнал. 2016. № 10-4 (52). С. 121–123.
17. Гарипова Ю. М. Эмоциональный интеллект и педагогическая интуиция // Вестник Самарского государственного технического университета. Серия: Психолого-педагогические науки. 2020. Т. 17, № 2. С. 38–50.
18. Гулюк Н. В. Эмоциональный интеллект в продажах // Бизнес-образование в экономике знаний: междунар. научный электронный журнал. 2017. № 3 (8). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyy-intellekt-v-prodazhah> (дата обращения: 10.10.2022).
19. Siu O., Cooper C. L. A study of occupational stress, job satisfaction, and quitting intention in Hong Kong firms: the role of locus control and organizational commitment // Stress Medicine. 1998. Vol. 14 (1). P. 55–56.
20. Nickel C., Lahmann C., Triff K. Stressed aggressive adolescents benefit from progressive muscle relaxation: A random, prospective, controlled trial // Stress and health. 2005. Vol. 21 (3). P. 169–175.
21. Игумнов С. А. Основы психотерапии детей и подростков: справочное пособие. М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2001. 176 с.
22. Гайнанова Л. Р. Особенности развития эмоционального интеллекта в подростковом возрасте // Межпоколенческие отношения: современный дискурс и стратегические выборы в психолого-педагогической науке и практике. 2020. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta-v-podrostkovom-vozhraze> (дата обращения: 12.10.2022).
23. Гришина А. В., Исаева О. М., Савинова С. Ю. Эмоциональный интеллект студентов – HR-менеджеров // Вестник Мининского университета: электронный журнал. 2018. № 2 (23). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyy-intellekt-studentov-hr-menedzherov> (дата обращения: 08.10.2022).
24. Зорина Н. Н. Возможности развития эмоционального интеллекта // Проблемы современного педагогического образования. 2021. № 71-1. С. 300–304.

25. Аникина А. П., Барабанова М. С. Развитие эмоционального интеллекта у старших дошкольников // Наука и школа. 2020. № 3. С. 197–204.
26. Гиниятуллина Э. Д. Развитие эмоционального интеллекта дошкольника // Universum: психология и образование. 2019. № 2 (56). URL: <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/6919> (дата обращения: 12.10.2022).

References

1. Sitarov V. A., Pashkova O. A. Sushchnostnyye priznaki emotsional'nogo intellekta [Essential signs of emotional intelligence]. *Vestnik Moskovskogo universiteta Ministerstva vnutrennikh del Rossii – Bulletin of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia*, 2020, vol. 7, pp. 315–318 (in Russian).
2. Goulman D. *Emotsional'nyy intellekt* [Emotional Intelligence]. Moscow, AST Publ.; Vladimir, VKT Publ., 2009. 478 p. (in Russian).
3. Romanova E. N. Differentsiatsiya ponyatiy “emotsional'nyy intellekt” i “emotsional'naya kompetentsiya” [Differentiation of the concepts of “emotional intelligence” and “emotional competence”]. *Mezhdunarodnyy nauchno-issledovatel'skiy zhurnal – International Research Journal*, 2021, vol. 1 (103), pp. 150–152 (in Russian).
4. Kosonogov V. V., Vorob'yova E. V., Kovsh E. M., Ermakov P. N. Mozgovaya organizatsiya i geneticheskiye korrelyaty emotsional'nogo intellekta [Brain organization and genetic correlates of emotional intelligence]. *Mir nauki – World of Science*, 2018, vol. 2 (in Russian). URL: <https://mir-nauki.com/19PSMN218.html> (accessed 12 September 2022).
5. Anokhina A. S., Tokareva O. A. Psikhofiziologicheskiye osnovy emotsional'nogo intellekta [Psychophysiological foundations of emotional intelligence]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya – Problems of modern pedagogical education*, 2018, vol. 58-2, pp. 311–314 (in Russian).
6. Bandura A. Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. In: *Self-efficacy in changing societies* [Based on the proc. of the Third Ann. Conf. held Nov. 4–6, 1993]. Cambridge, Cambridge University Press, 1995. Pp. 1–45.
7. Gurvich I. N. *Sotsial'naya psikhologiya zdorov'ya* [Social psychology of health]. Saint Petersburg, St. Petersburg University Publ., 1999. 1023 p. (in Russian).
8. Pukhovskiy N. N. *Psikhopatologicheskiye posledstviya chrezvychaynykh situatsiy* [Psychopathological consequences of emergencies]. Moscow, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences Publ., 1999. 211 p. (in Russian).
9. Hamamura T., Mearns J. Depression and somatic symptoms in Japanese and American college students: Negative mood regulation expectancies as a personality correlate. *International journal of psychology*, 2019, vol. 54 (3), pp. 351–359.
10. Steiner C., Perry P. *Achieving Emotional Literacy*. London, Bloomsbury Publishing Plc, 1997. 235 p.
11. Deng X., Cheng Ch., Chow H. M., Ding X. Prefer feeling bad? Subcultural differences in emotional preferences between Han Chinese and Mongolian Chinese. *International journal of psychology*, 2018, vol. 54 (3), pp. 333–341.
12. Zagefka H., Mohamed A., Mursi G., Lay S. Antecedents of intra/intergroup friendships and stress levels among ethnic and religious minority members. *International journal of psychology*, 2016, vol. 51 (6), pp. 403–411.
13. Verkhoturova N. Yu. K probleme izucheniya emotsional'noy gramotnosti lichnosti [On the problem of studying the emotional literacy of the individual]. *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies*, 2021. Special issue (in Russian). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-izucheniya-emotsionalnoy-gramotnosti-lichnosti> (accessed 11 November 2022).
14. Ryleyeva A. S., Khomutnikova E. A., Emanova S. V. Razvitiye soft skills u starsheklassnikov s primeneniym tsifrovyykh instrumentov [Development of soft skills in high school students using digital tools]. *Science for Education Today*, 2022, vol. 12, no. 1, pp. 77–98 (in Russian).
15. Stefansdottin S. I., Sutherland V. J. Preference awareness education as stress management training for academic staff. *Stress and health*, 2005, vol. 21 (5), pp. 310–318.
16. Larina A. T. Rol' emotsional'nogo intellekta v predotvrashchenii emotsional'nogo vygoraniya pedagogov [The role of emotional intelligence in preventing teachers' emotional burnout]. *Mezhdunarodnyy nauchno-issledovatel'skiy zhurnal – International Research Journal*, 2016, vol. 10-4 (52), pp. 121–123 (in Russian).
17. Garipova Yu. M. Emotsional'nyy intellekt i pedagogicheskaya intuitsiya [Emotional intelligence and pedagogical intuition]. *Vestnik Samarskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta. Seriya: Psikhologo-pedagogiches-*

- kiye nauki – Bulletin of Samara State Technical University. Series: Psychological and pedagogical sciences*, 2020, vol. 17, no. 2, pp. 38–50 (in Russian).
18. Gulyuk N. V. Emotsional'nyy intellekt v prodazhakh [Emotional intelligence in sales]. *Biznes-obrazovaniye v ekonomike znaniy*, 2017, vol. 3 (8) (in Russian). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyy-intellekt-v-prodazhah> (accessed 12 September 2022).
 19. Siu O., Cooper C. L. A study of occupational stress, job satisfaction, and quitting intention in Hong Kong firms: the role of locus control and organizational commitment. *Stress Medicine*, 1998, vol. 14 (1), pp. 55–56.
 20. Nickel C., Lahmann C., Triff K. Stressed aggressive adolescents benefit from progressive muscle relaxation: A random, prospective, controlled trial. *Stress and health*, 2005, vol. 21 (3), pp. 169–175.
 21. Igumnov S. A. *Osnovy psikhoterapii detey i podrostkov: spravochnoye posobiye* [Fundamentals of psychotherapy of children and adolescents: a reference guide]. Moscow, Institute of Psychotherapy Publ., 2001. 176 p. (in Russian).
 22. Gaynanova L. R. Osobennosti razvitiya emotsional'nogo intellekta v podrostkovom vozraste [Features of the development of emotional intelligence in adolescence]. *Mezhpokolencheskiye otnosheniya: sovremennyy diskurs i strategicheskoye vybory v psikhologo-pedagogicheskoy nauke i praktike*, 2020, vol. 1 (in Russian). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta-v-podrostkovom-vozraste> (accessed 12 September 2022).
 23. Grishina A. V., Isayeva O. M., Savinova S. Yu. Emotsional'nyy intellekt studentov – HR-menedzherov [Emotional intelligence of HR management students]. *Vestnik Mininskogo universiteta – Vestnik of Minin University*, 2018, vol. 2 (23) (in Russian). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyy-intellekt-studentov-hr-menedzherov> (accessed 24 September 2022).
 24. Zorina N. N. Vozmozhnosti razvitiya emotsional'nogo intellekta [Possibilities for the development of emotional intelligence]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*, 2021, vol. 71-1, pp. 300–304 (in Russian).
 25. Anikina A. P., Barabanova M. S. Razvitiye emotsional'nogo intellekta u starshikh doshkol'nikov [Development of emotional intelligence in older preschoolers]. *Nauka i shkola – Science and School*, 2020, vol. 3, pp. 197–204 (in Russian).
 26. Giniyatullina E. D. Razvitiye emotsional'nogo intellekta doshkol'nika [Development of emotional intelligence of a preschooler]. *Universum: psikhologiya i obrazovaniye – Universum: Psychology and Education*, 2019, vol. 2 (56) (in Russian). URL: <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/6919> (accessed 15 September 2022).

Информация об авторах

Гнатышина Е. В., доктор педагогических наук, доцент, зав. кафедрой, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет (пр. Ленина, 69, Челябинск, Россия, 454080).

Василенко Е. А., кандидат психологических наук, доцент, доцент, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет (пр. Ленина, 69, Челябинск, Россия, 454080).

Information about the authors

Gnatyshina E. V., Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, South Ural State Humanitarian Pedagogical University (pr. Lenina, 69, Chelyabinsk, Russian Federation, 454080).

Vasilenko E. A., Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, South Ural State Humanitarian Pedagogical University (pr. Lenina, 69, Chelyabinsk, Russian Federation, 454080).

Статья поступила в редакцию 16.11.2022; принята к публикации 26.04.2023

The article was submitted 16.11.2022; accepted for publication 26.04.2023