

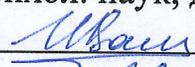
МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ  
Кафедра общей и социальной психологии

РЕКОМЕНДОВАНО К ЗАЩИТЕ В ГЭК  
Заведующий кафедрой

д-р. психол. наук, доцент

 И.В. Васильева  
26 июня 2023 г.

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**  
магистерская диссертация

**СВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У  
ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА**

37.04.01 Психология

Магистерская программа «Психология: личностное и организационное  
консультирование»

Выполнила работу  
студентка 2 курса  
очной формы обучения

  
(Подпись)

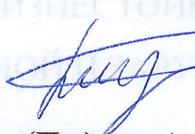
Коломиец  
Анастасия  
Алексеевна

Научный руководитель  
канд. социол. наук, доцент

  
(Подпись)

Любимова  
Елена  
Анатольевна

Рецензент  
канд. психол. наук,  
доцент, психолог  
психологического центра  
«Феникс»

  
(Подпись)

Падурин  
Елена  
Александровна

Тюмень  
2023

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОСОБЕННОСТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА.....	8
1.1. ПРОБЛЕМА ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА.....	8
1.1.1. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ПОЖИЛЫХ ЛИЦ КАК ФЕНОМЕН СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ.....	8
1.1.2. СОЦИАЛЬНАЯ ЗНАЧИМОСТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПОЗДНЕМ ВОЗРАСТЕ.....	10
1.1.3. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ КАК ПРЕДМЕТ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА.....	13
1.2. ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ.....	15
1.2.1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА.....	15
1.2.2. АСПЕКТЫ УСПЕШНОГО СТАРЕНИЯ.....	18
1.2.3. ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОЖИЛЫХ ЛИЦ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ.....	21
1.3. ИССЛЕДОВАНИЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ В НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ..	27
1.3.1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ.....	27
1.3.2. ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ.....	30
1.4. ИССЛЕДОВАНИЯ СВЯЗИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ПРАКТИКЕ.....	33
ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ.....	36
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА.....	38

2.1. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	38
2.1.1. ПЛАНИРОВАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	38
2.1.2. МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	39
2.1.3. ЭТАПЫ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	41
2.1.4. СРЕДСТВА И СПОСОБЫ ОБРАБОТКИ ДАННЫХ.....	42
2.2. ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	43
2.3. ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	53
2.3.1. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ НА ДВУХ ВЫБОРКАХ.....	53
2.3.2. ОЦЕНКА СВЯЗИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА .....	60
ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ .....	63
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	65
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК .....	67
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. ТЕСТ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ САЛЬВАДОРЕ МАДДИ.....	76
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. МЕТОДИКА Н. ХОЛЛА НА ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА.....	79
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. ОПРОСНИК ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА «ЭМИН» Д.В. ЛЮСИНА .....	81

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность** данной работы обусловлена фактическим увеличением доли лиц позднего возраста в нашей стране и связанными с ним практическими потребностями современного общества. Изучение особенностей эмоционального интеллекта и жизнестойкости, а также его развитие может способствовать повышению качества жизни пожилых людей, поможет увидеть новые возможности для профессиональной и личной реализации, а также получить новые ресурсы для саморазвития.

Чтобы пожилое население имело возможность сохранять и качественно продолжать свою профессиональную деятельность, важен уровень эмоционального интеллекта и его развитие, так как эмоциональный интеллект – это навык будущего. Это подтверждает актуальная зарубежная статистика. Так, на Всемирном экономическом форуме одним из важных навыков, которые будут нужны работнику в новом десятилетии, был заявлен эмоциональный интеллект, а в частности – управление эмоциями. McKinsey & Company – крупная международная консалтинговая компания заявила, что потребность в эмоциональных навыках превысит спрос на когнитивные навыки до 2030 г. [Skill shift...]. В исследовании международной тренинговой компании TalentSmart обнаружено, что эмоциональный интеллект является самым сильным показателем эффективности на рабочем месте, на который приходится 58 % успеха [Why focus on emotional intelligence].

Практика показывает, что некоторые пожилые люди остаются успешными и позитивно настроенными, несмотря на значительные трудности и невзгоды, а другие, наоборот, в процессе старения становятся унылыми и более смиренными [Wagnild, Young]. Эти индивидуальные различия могут быть связаны с уровнем жизнестойкости.

**Степень разработанности проблемы.** В российской практике мало исследований эмоционального интеллекта пожилых лиц, а взаимосвязь с жизнестойкостью практически не описана. Текущие исследовательские

достижения противоречивы и демонстрируют необходимость в расширении исследований.

**Объектом** данного научного исследования являются эмоциональный интеллект и жизнестойкость пожилых людей.

**Предметом** данного научного исследования является связь эмоционального интеллекта и жизнестойкости у лиц пожилого возраста.

**Цель** исследования: изучение особенностей эмоционального интеллекта и жизнестойкости у лиц пожилого возраста в сравнении с лицами среднего возраста. Выявление связи между эмоциональным интеллектом и уровнем жизнестойкости у пожилых лиц.

**Задачи исследования:**

1) провести теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования;

2) подобрать комплекс методик для проведения исследования соответствующих его целям и возрастным особенностям испытуемых;

3) исследовать эмоциональный интеллект и жизнестойкость лиц пожилого возраста;

4) исследовать эмоциональный интеллект и жизнестойкость лиц среднего возраста;

5) провести сравнительный анализ данных эмоционального интеллекта и жизнестойкости между различными возрастными группами;

6) исследовать связь между уровнем эмоционального интеллекта и жизнестойкости у лиц пожилого возраста.

**Гипотезы исследования:**

1) существуют различия в особенностях эмоционального интеллекта и жизнестойкости у лиц пожилого возраста в сравнении с лицами среднего возраста;

2) существует связь между эмоциональным интеллектом и уровнем жизнестойкости у пожилых лиц.

**Теоретической базой** исследования послужили:

– научные работы, в области изучения эмоционального интеллекта: зарубежные – R. Bar-On, D. Goleman, J. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso и отечественные – И.Н. Андреева, Д.В. Люсин, Е.А. Сергиенко, Д.В. Ушаков, И.И. Ветрова и др.;

– научные работы по исследованию уровня жизнестойкости: Д.А. Леонтьев, Е.А. Рассказова, Л.А. Александрова, С.В. Книжникова, С.А. Богомаз, Р.И. Стецишин, S.R. Maddi, S.C. Kobasa.

Для решения поставленных задач в работе были использованы следующие **методы исследования**:

- 1) изучение, анализ и систематизация научной литературы по теме исследования;
- 2) заполнение паспорттики и проведение опросов;
- 3) анализ и синтез полученных данных.

В эмпирическом исследовании были использованы следующие **методики**:

1. Тест жизнестойкости Сальвадоре Мадди (в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой).
2. Тест на эмоциональный интеллект (методика Н. Холла).
3. Опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина.

Результаты данного исследования обрабатывались с помощью методов математической статистики.

**Эмпирическую базу** исследования составили 64 человека: лица пожилого возраста (60-74 лет) и лица в возрасте средней зрелости (45-59 лет).

**Практическая значимость** данной работы заключается в том, что данные, полученные в результате исследования, могут быть использованы в практической деятельности психологов при работе с людьми позднего возраста, работниками социальных служб, а также специалистами геронтологических служб. Знание особенностей эмоционального интеллекта лиц пожилого возраста, а также понимание связи эмоционального интеллекта и жизнестойкости позволит работникам социальных служб, центров

психологической помощи, домов-интернатов и геронтологических центров выстроить комплексный подход к пониманию пожилых людей и позволит повысить эффективность работы. Результаты работы могут быть использованы в научных материалах, стать основой для разработки методических рекомендаций по психологической помощи и обслуживанию лиц пожилого возраста, а также при составлении лекций и обучающих вебинаров.

**Объем и структура научно-исследовательской работы.** Данная научная работа состоит из введения, двух глав, общих выводов к каждой главе, заключения, библиографического списка, включающего 86 источников, из которых 51 на иностранных языках, и 3 приложений.