

Взаимосвязь эмоционального интеллекта и профессионального благополучия педагогов в условиях цифровизации

Литовченко Александр Николаевич

Уральский федеральный университет имени первого президента России Б. Н. Ельцина
Екатеринбург, Россия

Водопьянова Наталия Евгеньевна

Санкт-Петербургский государственный университет
Санкт-Петербург, Россия

Аннотация. В статье представлено исследование, посвященное определению взаимосвязи эмоционального интеллекта и профессионального благополучия педагогов системы профессионального образования в условиях цифровизации. В исследовании приняли участие молодые педагоги колледжей и вузов г. Санкт-Петербург, в возрасте от 18 до 34 лет и имеющие трудовой стаж от 0 до 9 лет, воспринимающие цифровую среду как интегрированную в пространство своей профессиональной деятельности, без которой выполнение трудовых функций невозможно в существующих условиях. Использованный психодиагностический инструментарий: опросник эмоционального интеллекта «Emotional Intelligence Self-Evaluation» (Н. Холл, в адаптации Е.П. Ильина) и авторская анкета, содержащая вопросы относительно профессионального благополучия, трудностей управления собственными эмоциями, социально-демографических характеристик (стаж работы в цифровой среде, возраст, пол). Обозначена проблема в определении эмоционального интеллекта как отдельного психологического феномена, диагностическое назначение которого может быть преобразовано в условиях цифровизации. Полученные данные демонстрируют, что у участников эмоциональная осведомленность, управление собственными эмоциями, самомотивация, эмпатия и распознавание эмоций других людей статистически значимо коррелируют с профессиональным благополучием. Педагоги системы профессионального образования, обладающие высоким уровнем эмоционального интеллекта, в большей степени удовлетворены профессиональной деятельностью и профессиональной средой, трансформированными цифровыми технологиями. Подтверждена связь между эмоциональным интеллектом, стажем работы в цифровой среде и возрастом респондентов.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект; профессиональное благополучие; педагоги системы профессионального образования; цифровизация; цифровая среда

Для цитирования: Литовченко, А. Н., Водопьянова, Н. Е. (2025). Взаимосвязь эмоционального интеллекта и профессионального благополучия педагогов в условиях цифровизации. *Lurian Journal*, 6(3), 1–8. doi: 10.15826/Lurian.2025.6.3.3

Correlations between Emotional Intelligence and Professional Well-Being of Teachers in the Context of Digitalization

Alexander N. Litovchenko

Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin
Yekaterinburg, Russia

Natalia E. Vodopyanova

Saint Petersburg State University
Saint Petersburg, Russia

Abstract. The article presents a study dedicated to determining the relationship between emotional intelligence and the professional well-being of teachers in the vocational education system in the context of digitalization. The study involved young teachers from colleges and universities of St. Petersburg, aged 18 to 34 years with a short work experience (0-9 years). They perceive the digital environment as integrated into their professional activities, without which they are unable to perform their job functions in the current environment. The psychodiagnostics tools used included the “Emotional Intelligence Self-Evaluation” questionnaire (N. Hall, adapted by E.P. Ilyin) and the author’s questionnaire, which asked questions about professional well-being, difficulties managing one’s own emotions, and socio-demographic characteristics (length of service in the digital environment, age, biological sex). The problem of defining emotional intelligence as a separate psychological phenomenon, the diagnostic purpose of which can be transformed in the context of digitalization, is identified. The data obtained demonstrate that participants’ emotional awareness, emotional management, self-motivation, empathy, and recognition of others’ emotions are statistically significantly correlated with professional well-being. Teachers in the vocational education system with high levels of emotional intelligence are more satisfied with their professional activities and the professional environment transformed by digital technologies. A link between emotional intelligence, years of experience working in the digital environment, and the age of the respondents was confirmed.

Keywords: *emotional intelligence; professional well-being; vocational teachers; digitalization; digital environment*

To cite this article: Litovchenko, A. N., & Vodopyanova, N. E. (2025). Correlations between Emotional Intelligence and Professional Well-Being of Teachers in the Context of Digitalization. *Lurian Journal*, 6(3), 1–8. doi: 10.15826/Lurian.2025.6.3.3

Введение

Профессиональная деятельность педагогов в условиях цифровой трансформации образования характеризуется повышенными требованиями к их эмоциональным ресурсам, поскольку цифровая среда генерирует новые грани межличностного взаимодействия, включая цифровое эмоциональное заражение (Goldenberg & Gross, 2020), цифровую регуляцию эмоций (Wadley, Smith, Koval, & Gross, 2020). Для педагога в этом контексте эмоциональный интеллект приобретает особую значимость как ключевой личностный ресурс, обеспечивающий эффективное выполнение профессиональных задач при сохранении психологического благополучия. Несмотря на существующую доказательную

базу о связи эмоционального интеллекта и благополучия личности (например, Деревянко, Скорик, 2018; Steinert & Dennis, 2022), остается недостаточно изученным соотношение компонентов эмоционального интеллекта с профессиональным благополучием педагогов в специфических условиях цифровизации. Восполнение этой исследовательской лакуны и определение характера взаимосвязей между структурными компонентами эмоционального интеллекта и профессиональным благополучием педагогов в цифровой среде составляет цель настоящего исследования.

Анализируя работы, посвященные изучению эмоционального интеллекта в цифровом контексте, можно выделить два подхода к пониманию данного феномена.

В рамках первого эмоциональный интеллект рассматривается как диспозиционная черта («совокупность эмоциональных самовосприятий» (Petrides, 2010, p. 137)), включающая адаптивность, эмпатию, выражение и восприятие эмоций, самооценку и т.д.

Представители второго подхода говорят об эмоциональном интеллекте в контексте способностей: «способность обоснованно рассуждать, используя эмоции и связанную с эмоциями информацию, а также использовать эмоции для расширения мыслительной деятельности» (Mayer, Caruso, & Salovey, 2016, p. 296). В исследовании Д. В. Люсина (2004) обозначены следующие психические способности, составляющие эмоциональный интеллект: способность точно воспринимать, оценивать и выражать эмоции; способность получать доступ к чувствам и вызывать их для повышения эффективности мышления; способность понимать эмоции; способность осознанно регулировать эмоции, повышать уровень эмоционального и интеллектуального развития. Понимание эмоционального интеллекта как способности позволяет говорить о том, что при выполнении профессиональной деятельности он может изменяться под влиянием цифровизационных условий.

Так как эмоциональный интеллект является регулятивной способностью (контроль поведения), его можно рассматривать в качестве предиктора способности личности к адаптивной регуляции всех аспектов жизни, в том числе и благополучия (Деревянко, Скорик, 2018). Понимание последнего тесно связано с ценностными ориентациями личности, которые определяются доминирующим жизненным эталоном: гедонистическим с приоритетом материальных ценностей, прагматическим с преобладанием социально-ориентированных достижений или экзистенциальным с доминированием духовных ценностей (Yuksel, 2015). Эмпирические исследования демонстрируют, что эмоциональный интеллект соотносится с такими составляющими психологического благополучия, как самооценка, общая удовлетворенность жизнью и самопринятие. Более того, высокий уровень эмоционального интеллекта достоверно связан с психическим здоровьем, профессиональной увлеченностью, социальной адаптацией в коллективе, энергичностью, легкостью в межличностном общении (Алимбаева, Есназарова, 2017).

Современные зарубежные научные работы также подтверждают взаимосвязь между уровнем эмоционального интеллекта и психологическим благополучием личности, а также освещают проблематику проявления эмоционального интеллекта в цифровом контексте через призму цифрового благополучия (Steinert & Dennis, 2022), цифрового эмоционального заражения (Goldenberg & Gross, 2020), «неоэмоций» (Cottingham, 2024), цифровой регуляции эмоций (Wadley et al., 2020).

S. Steinert и M. J. Dennis (2022), говоря о цифровом благополучии и эмоциональных возможностях (emotional affordances), уделяют особое внимание тому, как технологии социальных сетей могут влиять на эмоциональную составляющую жизни людей, что, в свою очередь, связывают с цифровым благополучием. В своей работе они предполагают, что социальные сети могут способствовать возникновению «онлайн-эмоций» из эмоциональных возможностей, позволяя легче и быстрее делиться эмоциями.

В дополнение к этому, M. D. Cottingham (2024) предполагает, что цифровизация (среди прочих факторов) способствует формированию «неоэмоций», поскольку «может создавать условия, которые катализируют значительное количество отличающихся форм выражения эмоций и способствует их распространению» (с. 6). Неоэмоции можно определить как «культурные практики, специфичные для эмоций и направленные на запечатление особого аффективного опыта относительного (не) соответствия своему динамическому окружению» (с. 7).

Существуют и некоторые риски интенсивной цифровизации, так, A. Goldenberg и J. J. Gross (2020) представляют заражение цифровыми эмоциями как процесс, посредством которого эмоции пользователя цифровых медиа становятся схожими с эмоциями других пользователей, в результате их взаимного влияния при общении на цифровых платформах.

Интенсивное использование цифровых платформ тесно связано со страхом пропустить важную информацию и снижением психологического благополучия (Sirisety et al., 2025).

В педагогической деятельности обозначенные явления могут способствовать формированию и усугублять эмоциональное выгорание специалиста, снижать его удовлетворенность трудом, что подтверждает необходимость целенаправленного развития эмоционального интеллекта как ключевого ресурса педагога в цифровой среде.

Таким образом, с одной стороны, взаимосвязь эмоционального интеллекта и благополучия достаточно ясно определена в рамках существующих исследований. Кроме того, в зарубежных источниках встречаются исследования эмоционального интеллекта в цифровом контексте, например, «цифровой эмоциональный интеллект» (Audrin C. & Audrin V., 2023). Вместе с тем, в отечественной психологии это направление не представлено и необходимо понимание характера взаимосвязей между эмоциональным интеллектом и профессиональным благополучием в условиях цифровизации, в частности, у педагогов, чья профессиональная деятельность в современных условиях опосредована цифровой средой.

Процедура исследования

Исследование направлено на выявление взаимосвязи эмоционального интеллекта и профессионального благополучия педагогов системы профессионального образования в условиях цифровизации.

Сбор эмпирических данных проводился в учреждениях среднего профессионального и высшего образования г. Санкт-Петербург. Участие приняли 80 педагогов в возрасте от 18 до 34 лет ($M = 25.9 \pm 3.02$), из них 23 мужчины и 57 женщин. К исследованию привлекались только молодые специалисты с общим трудовым стажем от 0 до 9 лет ($M = 3.7 \pm 2.1$), воспринимающие цифровую среду как интегрированную в пространство своей профессиональной деятельности, без которой выполнение трудовых функций в

существующих условиях невозможно. В связи с этим общий трудовой стаж педагогов рассматривался в качестве показателя их стажа работы в цифровой среде.

Была выдвинута гипотеза, заключающаяся в том, что у педагогов системы профессионального образования, воспринимающих цифровую среду как неотъемлемую часть собственной профессиональной деятельности, существует связь эмоционального интеллекта (компонентами которого выступают эмоциональная осведомленность, способность к управлению эмоциями, самомотивация, эмпатия и распознавание эмоций других людей) и профессионального благополучия.

Методики исследования:

- 1) Опросник эмоционального интеллекта «Emotional Intelligence Self-Evaluation» (Н. Холл, в адаптации Е.П. Ильина (2011)), включающий показатели: эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей.
- 2) Авторская анкета, включающая вопросы относительно профессионального благополучия (удовлетворенность работой), трудностей управления собственными эмоциями, социально-демографических характеристик (стаж работы в цифровой среде (общий трудовой стаж), возраст, пол).

Количественный анализ эмпирических данных проводился с использованием t -критерия Спирмена.

Результаты

По результатам проведенного исследования были получены данные о показателях эмоционального интеллекта, профессиональном благополучии педагогов системы профессионального образования и их социально-демографических характеристиках. Средние значения эмоционального интеллекта по всем шкалам методики можно описать как умеренные ($M = 10.14$). Показатели профессионального благополучия варьируются от 0 (очень низкий) до 4 (очень высокий), при этом его среднее значение в выборке характеризуется как выраженное выше среднего уровня ($M = 3.08$, $m_e = 3$).

Выявленные значимые корреляционные связи между эмоциональным интеллектом и профессиональным благополучием педагогов, а также их социально-демографическими характеристиками представлены в *таблице*.

Таблица

Взаимосвязь эмоционального интеллекта с профессиональным благополучием и социально-демографическими характеристиками педагогов системы профессионального образования

Показатели авторской анкеты	Эмоциональный интеллект				
	ЭО	УЭ	См	Эм	РЭ
Стаж работы в цифровой среде	.256*	.292**	.180	.286*	.160
Профессиональное благополучие	.387**	.499**	.403**	.467**	.452**
Трудности в управлении эмоциями	-.305**	-.294**	-.369**	-.258*	-.341**
Возраст	.270*	.226*	.119	.174	.163

Примечание: * $.01 < p \leq .05$; ** $p \leq .01$; ЭО – эмоциональная осведомленность, УЭ – управление своими эмоциями, См – самомотивация, Эм – эмпатия, РЭ – распознавание эмоций других людей

Профессиональное благополучие имеет значимую положительную корреляционную связь со всеми компонентами эмоционального интеллекта (эмоциональной осведомленностью, управлением эмоциями, самомотивацией, эмпатией, распознаванием эмоций других людей).

Стаж работы педагогов в цифровой среде характеризуется положительной связью с такими показателями эмоционального интеллекта, как эмоциональная осведомленность (способность к пониманию эмоциональных состояний), управление собственными эмоциями, эмпатия.

Закономерно показатели эмоционального интеллекта отрицательно связаны с испытываемыми педагогами трудностями в управлении собственными эмоциями, что подтверждает диагностическую значимость разработанной анкеты.

Наконец, показатель возраста положительно взаимосвязан с эмоциональной осведомленностью и способностью управлять своими эмоциями. Значимых связей с полом не обнаружено.

Обсуждение результатов

В научном поле остаются открытыми вопросы о дискриминантной валидности эмоционального интеллекта относительно традиционных психологических черт, таких как нейротизм и экстраверсия, а также о методологических ограничениях его оценки. Существует обоснованная критика, ставящая под сомнение самостоятельность эмоционального интеллекта как отдельного психологического феномена, и рассматривающая его как комбинацию уже известных личностных характеристик и когнитивных способностей (Fiori & Ortony, 2023). Можно предположить, что эмоциональный интеллект требует дополнительного методологического обоснования, источник которого происходит из особенностей процесса цифровизации.

Гипотеза исследования подтвердилась. Полученные данные демонстрируют, что все компоненты эмоционального интеллекта – эмоциональная осведомленность, управление собственными эмоциями, самомотивация, эмпатия и распознавание эмоций других людей – статистически значимо коррелируют с профессиональным благополучием. Педагоги системы профессионального образования, обладающие более высокими способностями к пониманию и регуляции собственных эмоций и эмоций коллег, обучающихся, в большей степени адаптированы к профессиональной среде, трансформированной цифровыми технологиями.

Полученные результаты позволяют сделать вывод также о наличии связи между эмоциональным интеллектом, стажем работы в цифровой среде и возрастом педагогов системы профессионального образования. Можно утверждать, что с взрослением и приобретением профессионального опыта формируются способности к осознанному управлению собственными эмоциональными состояниями, что подтверждается исследованиями в области возрастной психологии.

Стоит также отметить, что выборка состояла из молодых педагогов системы профессионального образования, оценивающих цифровую среду как интегрированную в

собственную профессиональную деятельность. В контексте цифровизации, порождающей новые формы коммуникации и такие феномены, как цифровое эмоциональное заражение, цифровая регуляция эмоций, развитый эмоциональный интеллект становится ключевым личностным ресурсом педагога, способствующим не только успешному выполнению трудовых функций, но и поддержанию психического здоровья и профессиональной устойчивости.

Благодарности

Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда и Правительства Свердловской области в рамках проекта № 24-28-20414 «Адаптация к профессиональной деятельности в цифровой среде: “цена” и ценности (на материале социномических профессий)».

Литература

- Алимбаева, Р. Т., Есназарова, Л. У. (2017). Теоретические аспекты эмоционального интеллекта. *Инновационная наука*, 1(3), 241–243. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28798546&ysclid=mm7lufnfw668367087>
- Деревянко, С. П., Скорик, Я. С. (2018). Роль эмоционального интеллекта в психологическом благополучии молодых людей. *Вестник Полоцкого государственного университета. Серия Е. Педагогические науки*, 7, 91–95. URL: <https://elibrary.ru/uxazyc?ysclid=mm7lwqdver406126007>
- Ильин, Е. П. (2011). *Эмоции и чувства*. Санкт-Петербург: Питер.
- Люсин, Д. В. (2004). Современные представления об эмоциональном интеллекте. В кн.: Д. В. Люсин, Д. В. Ушаков (Ред.), *Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования* (с. 29–36). Москва: Институт психологии РАН.
- Audrin, C., & Audrin, B. (2023). More than just emotional intelligence online: Introducing “digital emotional intelligence.” *Frontiers in Psychology*, 14, 1154355. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1154355>
- Cottingham, M. D. (2024). Neo-emotions: An interdisciplinary research agenda. *Emotion Review*, 16(1), 5–15. <https://doi.org/10.1177/17540739231198636>
- Fiori, M., & Ortony, A. (2016). Are emotionally intelligent individuals hypersensitive to emotions? Testing the curse of emotion. *Academy of Management Proceedings*, 2016(1), 10023.
- Goldenberg, A., & Gross, J. J. (2020). Digital emotion contagion. *Trends in Cognitive Sciences*, 24(4), 316–328.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300. https://doi.org/10.1177/1754073916639667?urlappend=%3Futm_source%3Dresearchgate.net%26utm_medium%3Darticle
- Petrides, K. V. (2010). Trait Emotional Intelligence Theory. *Industrial and Organizational Psychology*, 3(2), 136–139.
- Sirisety, M., Nekkanti, M. R., Datti, R. S., Bikkina, N., Patrakov, E. V., & Baturina, L. (2025). Necessary condition analysis on the relationship between fear of missing out, social

- networking addiction, and psychological well-being. *European Journal of Mental Health*, 20, 1–16. <https://doi.org/10.5708/EJMH.20.2025.0042>
- Steinert, S., & Dennis, M. J. (2022). Emotions and digital well-being: On social media's emotional affordances. *Philosophy & Technology*, 35(2), 36. <https://doi.org/10.1007/s13347-022-00530-6>
- Wadley, G., Smith, W., Koval, P., & Gross, J. J. (2020). Digital emotion regulation. *Current Directions in Psychological Science*, 29(4), 412–418.
- Yuksel, A. (2015). Relationship between the spiritual and organizational leadership cynicism: Emotional intelligence effect of vehicle. *Russian Academic Journal*, 32(2), 104–108.

Об авторах:

Литовченко Александр Николаевич, аспирант, ассистент, кафедра общей и социальной психологии, Уральский федеральный университет имени первого президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия; <https://orcid.org/0009-0007-2859-7768>; a.n.litovchenko@urfu.ru

Водопьянова Наталия Евгеньевна, доктор психологических наук, профессор, кафедра психологии труда и организационной психологии, Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия; <https://orcid.org/0000-0001-9751-913X>; n.vodopjanova@spbu.ru

About the authors:

Litovchenko, Alexander N., Postgraduate Student, Assistant, Department of General and Social Psychology, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Yekaterinburg, Russia; <https://orcid.org/0009-0007-2859-7768>; a.n.litovchenko@urfu.ru

Vodopyanova, Natalia E., Doctor in Psychology, Professor, Department of Labor Psychology and Organizational Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia; <https://orcid.org/0000-0001-9751-913X>; n.vodopjanova@spbu.ru

Оригинал статьи получен 01 ноября 2025
Исправленная статья принята 15 ноября 2025
Первая публикация онлайн 10 января 2025