

“Xotin-qizlar ilmda: tiklanish, yuksalish va taraqqiyot sari qadamlar” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materillari to‘plami. NamDPI – 2026-yil, 11-fevral

ЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ПЕДАГОГОВ В КОНТЕКСТЕ ВКЛАДА ЖЕНЩИН И ДЕВУШЕК В НАУКУ

Мирзакирова Зебохон Фархадовна

Магистрант 2 курса, кафедра психологии, Кокандский Государственный Университет (Узбекистан), Гродненский Государственный Университет имени Янки Купалы (Беларусь),
(совместная образовательная программа) mirzakirovaz@gmail.com

Научный руководитель: **Митрофанова Ольга Геннадьевна** -Кандидат психологических наук, Декан факультета Психологии, Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, Гродно, Беларусь mitrofanova_og@grsu.by

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18676236>

***Аннотация:** В статье рассматривается взаимосвязь эмоционального интеллекта и совладающего поведения у педагогов, с акцентом на гендерные аспекты и вклад женщин-исследовательниц в психологию образования. На основе эмпирического исследования, проведенного в рамках магистерской диссертации, анализируются данные о 50 педагогах (преимущественно женщинах), демонстрирующие положительную корреляцию между высоким уровнем эмоционального интеллекта и адаптивными стратегиями coping. Новизна работы заключается в интеграции гендерной перспективы, учитывающей вызовы, с которыми сталкиваются женщины в педагогической и научной сферах, такие как баланс профессиональной нагрузки и семейных обязанностей. Используя разработки О. Г. Митрофановой по эмоциональной компетентности в профессиональной деятельности, статья подчеркивает роль женщин в развитии психологии, приурочено к Международному дню женщин и девочек в науке (11 февраля). Результаты предлагают рекомендации для программ поддержки женского лидерства в образовании.*

***Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, совладающее поведение, педагоги, женщины в науке, гендерные аспекты, О. Г. Митрофанова.*

***Abstract:** The article examines the relationship between emotional intelligence and coping behavior among teachers, with an emphasis on gender aspects and the contribution of women researchers to the psychology of education. Based on an empirical study conducted within a master's thesis, data on 50 teachers (predominantly women) are analyzed, demonstrating a positive correlation between a high level of emotional intelligence and adaptive coping strategies. The novelty of the work lies in the integration of a gender perspective, taking into account the challenges faced by women in pedagogical and scientific fields, such as balancing professional workload and family responsibilities. Using the developments of O. G. Mitrofanova on emotional competence in professional activities, the article highlights the role of women in the development of psychology, timed to the International Day of Women and Girls in Science (February 11). The results offer recommendations for programs supporting women's leadership in education.*

***Keywords:** emotional intelligence, coping behavior, teachers, women in science, gender aspects, O. G. Mitrofanova.*

“Xotin-qizlar ilmda: tiklanish, yuksalish va taraqqiyot sari qadamlar” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materillari to‘plami. NamDPI – 2026-yil, 11-fevral

Annotatsiya: Maqolada o‘qituvchilarda hissiy intellekt va kurashuvchi (koping) xatti-harakatlar o‘rtasidagi bog‘liqlik, gender jihatlari va ta’lim psixologiyasiga ayol tadqiqotchilarning qo‘shgan hissassi e’tiborga olinishi ko‘rib chiqiladi. Magistrlik dissertatsiyasi doirasida o‘tkazilgan empirik tadqiqot asosida 50 nafar o‘qituvchi (asosan ayollar) to‘g‘risidagi ma’lumotlar tahlil qilinib, yuqori darajadagi hissiy intellekt bilan moslashuvchan coping strategiyalari o‘rtasida ijobiy korrelyatsiya mavjudligi ko‘rsatilgan. Ishning yangiligi gender nuqtai nazarini qamrab olishda, ya’ni pedagogik va ilmiy sohalaridagi ayollar duch keladigan kasbiy yuk va oilaviy majburiyatlar o‘rtasidagi muvozanat kabi qiyinchiliklarni hisobga olishda namoyon bo‘ladi. O. G. Mitrofanovanning kasbiy faoliyatdagi hissiy kompetentlik bo‘yicha ishlanmalaridan foydalanib, maqola psixologiya rivojiga ayollarning qo‘shgan hissasini ta’kidlaydi va Xalqaro ayollar va qizlar kuni ilm-fanda (11-fevral) munosabati bilan taqdim etiladi. Natijalar ta’limda ayollar yetakchiligini qo‘llab-quvvatlovchi dasturlar uchun tavsiyalar taklif qiladi.

Kalit so‘zlar: hissiy intellekt, kurashuvchi (koping) xatti-harakat, o‘qituvchilar, ilm-fandagi ayollar, gender jihatlari, O. G. Mitrofanova.

Введение

Современные условия профессиональной деятельности педагогов характеризуются высоким уровнем психоэмоциональной нагрузки, обусловленной интенсивностью межличностных взаимодействий, необходимостью адаптации к изменениям образовательной среды и повышенной ответственностью. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ, 2023), около 50% работников системы образования испытывают хронический стресс, что приводит к профессиональному выгоранию [1]. В этом контексте особое значение приобретают эмоциональный интеллект (ЭИ) и совладающее (копинг) поведение как ключевые ресурсы адаптации.

ЭИ определяется как способность осознавать, понимать и регулировать собственные эмоции, а также распознавать эмоциональные состояния других (Salovey & Mayer, 1990; Goleman, 1995) [2, 3]. Копинг-поведение представляет собой набор стратегий для преодоления стресса (Lazarus & Folkman, 1984; Carver, 1997) [4, 5]. Исследования показывают их взаимосвязь, но недостаточно изучены гендерные аспекты, особенно в педагогической сфере, где преобладают женщины (около 70-80% в Беларуси и аналогичных странах) [6].

Настоящая статья, приуроченная к Международному дню женщин и девушек в науке (11 февраля), добавляет новизну через призму вклада женщин-исследовательниц. В частности, опираясь на разработки О. Г. Митрофановой, профессора Гродненского государственного университета имени Янки Купалы, которая в своих работах (например, "Эмоциональная компетентность в профессиональной деятельности педагога", 2018; "Гендерные аспекты психологической устойчивости", 2022) подчеркивает роль ЭИ в преодолении гендерных стереотипов и балансе ролей [7, 8]. Это позволяет интерпретировать результаты как вклад в поддержку женщин в науке и образовании, где они сталкиваются с дополнительными вызовами, такими как "стеклянный потолок" и эмоциональный труд.

“Xotin-qizlar ilmda: tiklanish, yuksalish va taraqqiyot sari qadamlar” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materillari to‘plami. NamDPI – 2026-yil, 11-fevral

Цель статьи - выявить взаимосвязь ЭИ и копинг-поведения у педагогов с учетом гендерной перспективы и предложить рекомендации для женского лидерства в исследованиях.

Теоретико-методологические основы

Понятие и структура эмоционального интеллекта

ЭИ как научная категория введен Р. Salovey и J. Mayer (1990), определяющими его как способность мониторить эмоции для руководства мышлением и действиями [2]. D. Goleman расширил модель, включив самосознание, саморегуляцию, мотивацию, эмпатию и социальные навыки [3]. R. Bar-On (2006) трактует ЭИ как эмоциональную зрелость, влияющую на адаптацию [9]. В отечественной психологии (Люсин, 2006; Андреева, 2010) акцент на внутри- и межличностных аспектах [10, 11].

О. Г. Митрофанова в своих разработках подчеркивает гендерный аспект: женщины-педагоги с высоким ЭИ лучше справляются с эмоциональным выгоранием, связанным с "двойной нагрузкой" (профессия + семья), что повышает их устойчивость [7].

Совладающее поведение: стратегии и классификации

Копинг-поведение - это когнитивные и поведенческие усилия для управления стрессом (Lazarus & Folkman, 1984) [4]. С. Carver (1997) выделяет 15 стратегий в опроснике COPE, включая активное coping, планирование, избегание и т. д. [5]. В педагогической деятельности копинг определяет эффективность взаимодействия с учениками и коллегами.

О. Г. Митрофанова (2022) добавляет, что женщины в науке и образовании чаще используют эмоционально-ориентированные стратегии (поддержка, venting), но развитие ЭИ способствует переходу к проблемно-ориентированным, повышая лидерский потенциал [8].

Теоретическая модель взаимосвязи в гендерном контексте

Модель предполагает, что высокий ЭИ коррелирует с адаптивным копингом, особенно у женщин-педагогов. Новизна: интеграция гендерной перспективы, где ЭИ помогает преодолевать стереотипы (например, "эмоциональность женщин как слабость"), как показано в работах Митрофановой [7, 8]. Это способствует вкладу женщин в науку, где они составляют 33% исследователей глобально (UNESCO, 2023) [12].

Организация и методика исследования

Исследование проведено на базе Кокандского Государственного Университета . Выборка: 50 педагогов (возраст 25-55 лет, 80% женщины), что отражает гендерный состав профессии.

Методики:

- Опросник ЭИ Н. Холла (Hall, 1999) для оценки самосознания, управления эмоциями и т. д. [13].

- COPE С. Carver (адаптировано) для стратегий копинга [5].

Данные собраны анонимно, обработаны в SPSS: корреляционный (Pearson), регрессионный и факторный анализ. Гипотеза: положительная связь ЭИ и адаптивного копинга, усиленная гендерным фактором.

Результаты эмпирического исследования

Уровень эмоционального интеллекта

“Xotin-qizlar ilmda: tiklanish, yuksalish va taraqqiyot sari qadamlar” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materillari to‘plami. NamDPI – 2026-yil, 11-fevral

Средний уровень ЭИ - 75 баллов (высокий у 60% респондентов). Женщины показали выше саморегуляцию ($r=0.45$, $p<0.05$), что согласуется с Митрофановой: ЭИ как ресурс для баланса ролей [7].

Стратегии совладающего поведения

Доминируют активное coping (45%) и планирование (40%); избегание - 20%. Женщины чаще используют социальную поддержку ($r=0.38$, $p<0.01$).

Взаимосвязь ЭИ и копинга

Корреляция: ЭИ положительно связан с проблемно-ориентированным копингом ($r=0.52$, $p<0.001$). Регрессия: ЭИ объясняет 28% вариации адаптивного копинга. Факторный анализ выявил "эмоционально-адаптивный фактор" (нагрузка 0.65). Новизна: у женщин связь сильнее ($r=0.58$ vs. 0.42 у мужчин), подчеркивая роль в преодолении гендерных барьеров.

Обсуждение

Полученные результаты эмпирического исследования подтверждают исходную гипотезу о положительной взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта (ЭИ) и адаптивными стратегиями совладающего поведения (копинга) у педагогов. В частности, корреляционный анализ показал значимую связь ($r=0.52$, $p<0.001$), где высокий ЭИ ассоциируется с преобладанием проблемно-ориентированных стратегий, таких как активное coping и планирование, в то время как низкий ЭИ коррелирует с избеганием и эмоционально-ориентированными подходами. Регрессионный анализ указывает, что ЭИ объясняет до 28% вариации в адаптивном копинге, а факторный анализ выявил интегрированный "эмоционально-адаптивный фактор", подчеркивающий роль саморегуляции и эмпатии в преодолении стресса. Эти выводы согласуются с теоретической моделью, предложенной в работе, где ЭИ выступает как ключевой ресурс для конструктивного реагирования на профессиональные вызовы в образовании.

Особый интерес представляет гендерный аспект, добавляющий новизну исследованию в контексте вклада женщин и девушек в науку. В выборке, где 80% составляют женщины, связь между ЭИ и копингом оказалась сильнее у женского пола ($r=0.58$ против $r=0.42$ у мужчин, $p<0.01$). Женщины-педагоги демонстрируют более высокий уровень саморегуляции эмоций и чаще прибегают к социальной поддержке, что помогает им балансировать профессиональную нагрузку и семейные обязанности. Это подтверждается недавними исследованиями: например, в работе по гендерным различиям в эмоциональном интеллекте среди университетских преподавателей (2019), показано, что женщины имеют более высокие показатели ЭИ ($M=39.47$ против $M=38.36$ у мужчин), что способствует лучшей адаптации. Аналогично, исследование о влиянии стресса, резилентности и ЭИ на удовлетворенность работой среди преподавателей колледжей (2025), выявило гендерные различия, где женщины с высоким ЭИ лучше справляются с эмоциональным выгоранием благодаря резилентности как медиатору. В контексте копинга, анализ гендерных различий в стратегиях преодоления стресса (2025), подчеркивает, что женщины предпочитают проблемно-ориентированные стратегии, опираясь на эмпатию и социальную осведомленность, в то время как мужчины чаще используют избегание или отвлечение.

“Xotin-qizlar ilmda: tiklanish, yuksalish va taraqqiyot sari qadamlar” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materillari to‘plami. NamDPI – 2026-yil, 11-fevral

Интеграция разработок О. Г. Митрофановой усиливает новизну работы. В ее публикациях, таких как "Эмоциональная компетентность в профессиональной деятельности педагога" (2018) [7] и "Гендерные аспекты психологической устойчивости в образовании" (2022) [8], подчеркивается, что ЭИ помогает женщинам в образовании преодолевать гендерные стереотипы, такие как "эмоциональность как слабость", и балансировать "двойную нагрузку" (профессия + семья). Это особенно актуально для Международного дня женщин и девушек в науке (11 февраля), поскольку женщины составляют majority в педагогической сфере (70-80% в Беларуси и аналогичных странах) [6], но сталкиваются с "стеклянным потолком" и эмоциональным трудом. Наши результаты иллюстрируют, как развитие ЭИ может способствовать женскому лидерству в исследованиях, повышая устойчивость к стрессу и способствуя инновациям. Например, глобальные данные UNESCO (2023) [12] указывают, что женщины-исследовательницы (33% глобально) вносят значительный вклад в психологию образования, но нуждаются в поддержке для преодоления гендерных барьеров.

Вместе с тем, результаты согласуются с более широкой литературой. Библиометрический анализ развития исследований ЭИ учителей в XXI веке (2025), показывает эволюцию тем от "выгорания" и "самоэффективности" к "поддержке" и "осознанности", где ЭИ остается центральным для профессионального благополучия. Исследование факторов, влияющих на эмоции учителей (2024), подтверждает гендерные различия: женщины более чувствительны к внутренним эмоциям и используют избегание реже, что усиливает их копинг. Кроме того, гендерно-ориентированный взгляд на долгосрочные эффекты эмоционального насилия от учителей на резилиентность (2021) подчеркивает, что мужчины проявляют большую резилиентность благодаря защитным ресурсам, но женщины компенсируют это через ЭИ.

Ограничения исследования включают малую выборку (50 респондентов), преимущественно из одной страны (Узбекистан), что ограничивает обобщаемость. Также не учтены культурные факторы и лонгитюдные эффекты. Будущие исследования могли бы быть лонгитюдными, с фокусом на девушках-студентках педагогических вузов, чтобы изучить формирование ЭИ на ранних этапах карьеры. Кроме того, рекомендуется сравнительный анализ с другими профессиями, где женщины доминируют, и интеграция вмешательств, таких как mindfulness-программы, для усиления копинга.

Заключение

Взаимосвязь эмоционального интеллекта и совладающего поведения у педагогов подтверждает их ключевую роль в профессиональной адаптации и психологической устойчивости. Высокий ЭИ способствует выбору конструктивных стратегий копинга, снижая риск выгорания и повышая эффективность в условиях высокой эмоциональной нагрузки. В контексте вклада женщин и девушек в науку, результаты подчеркивают гендерные различия: женщины с развитым ЭИ лучше справляются с стрессом, балансируя профессиональные и личные роли, что делает их лидерами в образовательных инновациях. Это особенно значимо, учитывая данные ВОЗ (2023) [1] о 50% стресса среди педагогов и глобальный дефицит женского представительства в науке (UNESCO, 2023) [12].

“Xotin-qizlar ilmda: tiklanish, yuksalish va taraqqiyot sari qadamlar” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materillari to‘plami. NamDPI – 2026-yil, 11-fevral

Опираясь на разработки О. Г. Митрофановой [7, 8], исследование предлагает практические рекомендации: интеграцию модулей по развитию ЭИ в программы педагогического образования, с акцентом на гендерные аспекты, такие как преодоление стереотипов и укрепление резилиентности. Например, тренинги по эмпатии и саморегуляции могли бы быть адаптированы для женщин-педагогов, учитывая их склонность к социальной поддержке, как показано в исследованиях гендерных различий в копинге (2025). Кроме того, для поддержки женского лидерства в науке рекомендуется создание менторских программ, где опытные исследовательницы, подобные Митрофановой, делятся знаниями о эмоциональной компетентности. Это способствует гендерному равенству, инновациям и устойчивому развитию образования. В целом, работа вносит вклад в психологию образования, подчеркивая необходимость комплексного подхода к развитию ЭИ как инструмента для профессионального роста. Будущие направления включают расширение выборки, кросс-культурные сравнения и оценку эффективности вмешательств, чтобы усилить роль женщин в науке и обществе.

Список литературы

1. World Health Organization. (2023). Mental health at work.
2. Salovey, P. , & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. **Imagination, Cognition and Personality**, 9(3), 185-211.
3. Goleman, D. (1995). Emotional intelligence. Bantam Books.
4. Lazarus, R. S. , & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer.
5. Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol’s too long: Consider the brief COPE. **International Journal of Behavioral Medicine**, 4(1), 92-100.
6. UNESCO. (2023). Women in higher education: Has the female advantage put an end to gender inequalities?
7. Митрофанова, О. Г. (2018). Эмоциональная компетентность в профессиональной деятельности педагога. Гродно: ГрГУ.
8. Митрофанова, О. Г. (2022). Гендерные аспекты психологической устойчивости в образовании. **Психология и педагогика**, 15(2), 45-58.
9. Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). **Psicothema**, 18, 13-25.
10. Люсин, Д. В. (2006). Эмоциональный интеллект как способность. **Вопросы психологии**, 5, 3-17.
11. Андреева, И. Н. (2010). Эмоциональный интеллект: исследование феномена. **Психологический журнал**, 31(2), 45-56.
12. UNESCO. (2023). UNESCO science report: The race against time for smarter development.
13. Hall, N. (1999). Emotional intelligence te