

Взаимосвязь уровня эмоционального интеллекта подростка и особенностей границ семейной системы: анализ и перспективы исследования

Е. В. Бауэр^{1,2}, М. В. Сафонова²

¹ Средняя школа № 157, 660125, Россия, г. Красноярск, ул. Петра Ломако, д. 4а

² Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, 660049, Россия, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89

Сведения об авторах:

Евгения Владимировна Бауэр

e-mail: gev.01@mail.ru

Марина Вадимовна Сафонова

e-mail: marina.safonova@mail.ru

SPIN: 8787-9993

Scopus AuthorID: 430620

ORCID: 0000-0002-7925-274X

© Авторы (2025).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Проблема и цель. В рамках современного психолого-педагогического дискурса одной из ключевых задач является изучение влияния семейной системы на развитие личности, в частности, на формирование эмоционального интеллекта подростков и психологическое просвещение родителей. Семейные границы как один из ключевых параметров семейной системы играют важную роль в формировании эмоционального интеллекта подростка.

Анализ существующих исследований в области эмоционального интеллекта (Ю. В. Давыдова, Л. Н. Вахрушева, Ю. А. Кочетова) показывает, что, несмотря на разнообразие подходов и методик, влияние семьи на данный аспект развития личности остается недостаточно изученным. Целью исследования является установление взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта подростков и особенностями границ семейной системы.

Выборку исследования составили 57 российских подростков 12–18 лет: 61% младших подростков (12–13 лет); 21% средних подростков (14–15 лет); 18% старших подростков (16–18 лет). В исследовании приняли участие 44% мальчиков и 56% девочек.

Результаты. В результате анализа получены следующие данные: низкий уровень эмоционального интеллекта выявлен у 12% подростков; средний уровень у 70% подростков; высокий уровень у 18% подростков. Выявлена отрицательная связь параметра «семейные границы» по оценке родителей как с общим уровнем эмоционального интеллекта подростков ($r = -0,378$ при $p \leq 0,01$), так и со всеми дифференцированными ветвями эмоционального интеллекта подростка: распознавание эмоций ($r = -0,260$ при $p \leq 0,01$), понимание эмоций ($r = -0,328$ при $p \leq 0,01$), использование эмоций ($r = -0,227$ при $p \leq 0,05$) и управление эмоциями ($r = -0,308$ при $p \leq 0,01$). Также была обнаружена отрицательная связь параметра распознавание эмоций подростка с навыками формирования здоровых границ между подсистемами ($r = -0,252$ при $p \leq 0,01$).

Заключение. Полученные результаты могут быть использованы для повышения эффективности работы психологов с родителями подростков с целью оптимизации семейной системы.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, границы семейной системы, семейная система, эмоции, подростки

The relationship between adolescent emotional intelligence and family system boundaries: Analysis and research prospects

E. V. Bauer^{1,2}, M. V. Safonova²

¹ Secondary School No. 157, 4a Peter Lomako Str., Krasnoyarsk 660125, Russia

² Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafiev, 89 Ada Lebedeva Str., Krasnoyarsk 660049, Russia

Authors:

Evgeniya V. Bauer

e-mail: gev.01@mail.ru

Marina V. Safonova

e-mail: marina.safonova@mail.ru

SPIN: 8787-9993

Scopus AuthorID: 430620

ORCID: 0000-0002-7925-274X

Copyright:

© The Authors (2025).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Problem and Objective. Contemporary psychological and pedagogical discourse emphasizes the need to investigate the influence of the family system on personality development, particularly regarding adolescent emotional intelligence and the psychological literacy of parents. Family boundaries, a key parameter of the family system, play an important role in the development of adolescent emotional intelligence. An analysis of existing research (Yu. V. Davydova, L. N. Vakhrusheva, Yu. A. Kochetova) shows that, despite the diversity of approaches, the family influence on emotional intelligence remains understudied. The study aims to establish the relationship between adolescent emotional intelligence and the characteristics of family system boundaries.

Methods. The study sample consisted of 57 Russian adolescents aged 12 to 18. The cohort included 61% younger adolescents (12–13 years); 21% middle adolescents (14–15); and 18% older adolescents (16–18 years). In total, 44% of participants were boys and 56% were girls.

Results. The analysis showed that the distribution of emotional intelligence levels in adolescents was as follows: low (12%), average (70%), and high (18%). A negative correlation was found between the ‘family boundaries’ parameter, as reported by parents, and both overall adolescent emotional intelligence ($r = -0.378$, $p \leq 0.01$) and its constituent branches: emotion recognition ($r = -0.260$, $p = 0.01$), emotion understanding ($r = -0.328$, $p \leq 0.01$), emotion use ($r = -0.227$, $p \leq 0.05$), and emotion management ($r = -0.308$, $p \leq 0.01$). A negative correlation was identified between adolescent emotion recognition and parental skills for forming healthy inter-system boundaries ($r = -0.252$, $p \leq 0.01$).

Conclusion. These findings can be applied to enhance the efficacy of psychological interventions aimed at parents of adolescents, with the goal of optimizing family system functioning.

Keywords: emotional intelligence, family system boundaries, family system, emotions, adolescents

Введение

В рамках современного психолого-педагогического дискурса одной из ключевых задач является изучение влияния семейной системы на развитие личности, в частности на формирование эмоционального интеллекта подростков. В этом контексте психологическое просвещение родителей и работа с ними приобретают особую значимость, поскольку они являются первич-

ными агентами социализации и оказывают существенное воздействие на эмоциональное развитие подрастающего поколения (Бауэр, Сафонова 2025; Вацлавик и др. 2000; Минухин, Фишман 2012).

Семья представляет собой сложную систему с множеством параметров (Боуэн 2022), и, семейные границы, являясь одним из ключевых аспектов, определяющих ее функционирование, играют важную

роль в формировании эмоционального интеллекта. Они определяют границы между «я» и «другим», регулируют уровень эмоциональной близости и дистанции (Варга 2017), а также влияют на качество внутрисемейных коммуникаций (Будинайте, Варга 2005). Одна из задач нашего исследования – выявить и охарактеризовать взаимосвязь между уровнем эмоционального интеллекта подростков и особенностями границ семейной системы.

Анализ существующих исследований в области эмоционального интеллекта показывает, что, несмотря на разнообразие подходов и методик, влияние семьи на данный аспект развития личности остается недостаточно изученным (Ghanawat et al. 2016; James, Kadhivaran 2022; Sharma, Kr 2015). В связи с этим целью нашего исследования является детальное изучение и описание данной взаимосвязи, что позволит углубить теоретические представления о роли семейных границ в формировании эмоционального интеллекта и разработать рекомендации для практической работы психологов с семьями.

В рамках нашего исследования мы рассматриваем семейные границы как динамическую структуру (Боуэн 2022), которая может изменяться под воздействием различных факторов, включая социально-экономические условия, культурные особенности и индивидуальные характеристики членов семьи (Варга 2017, 110). Цель данной статьи – выявить взаимосвязь уровня развития отдельных компонентов эмоционального интеллекта подростка и особенностей границ его семейной системы.

Методы

Методологию исследования составили системный подход (Б. Г. Ананьев, Б. Ф. Ломов, В. Н. Ганзен и др.), а также анализ и обобщение научно-исследовательских работ зарубежных (Дж. Мейер, П. Сэловей, Д. Карузо) и отечественных (Ю. В. Давыдова, Л. Н. Вахрушева, О. В. Кобзева, Т. В. Корнилова, Е. Л. Григоренко,

С. Д. Смирнов, Т. В. Гудкова, А. А. Александрова, В. Ю. Семенов, Ю. А. Кочетова, М. Л. Мельникова, В. А. Пятунин, М. И. Кошенова, М. В. Белоусова, Т. В. Пантелеева, Е. А. Трухан, Н. С. Рыжковский, С. С. Девятков) ученых, связанных с эмоциональным интеллектом подростков (Бауэр, Сафонова 2023). В своем исследовании мы придерживаемся научных взглядов М. Боуэна и А. Я. Варги (Будинайте, Варга 2005; Варга 2017; Боуэн 2022) и концепции эмоционального интеллекта Дж. Мейера и П. Сэловея (Mayer 2000; Mayer, Salovey 1993; 1997).

Сбор эмпирических данных проводился с помощью следующих методик:

- тест эмоционального интеллекта (ТЭИ) (Е. А. Сергиенко, Е. А. Хлевная, И. И. Ветрова, Ю. П. Мигун);
- методика «Шкала семейного окружения» (С. Ю. Куприянов);
- шкала семейной адаптации и сплочённости FACES-3;
- социограмма семьи (Г. Эйдемиллер, О. В. Черемисин) (Гребенщикова и др. 2018).

Эмпирической базой исследования выступили общеобразовательные школы города Красноярск. Выборку составили 57 российских подростков 12–18 лет: 61% младших подростков (12–13 лет); 21% средних подростков (14–15 лет); 18% старших подростков (16–18 лет). В целом в исследовании приняли участие 44% мальчиков и 56% девочек.

Анализ и обсуждение результатов

В результате анализа получены следующие данные: низкий уровень эмоционального интеллекта выявлен у 12% подростков; средний уровень у 70% подростков; высокий уровень у 18% подростков. На основании полученных данных можно предположить, что большинство подростков демонстрируют средний уровень эмоционального интеллекта, что, в целом, соответствует нормам данной возрастной группы: современные реалии, в которых живут подростки, характеризуются компь-

ютеризацией и цифровизацией, что приводит к смещению акцента в структуре процесса общения с эмоциональной составляющей на знаковую. Рост информации и отсутствие необходимости ее обрабатывать, лаконичный стиль общения современных подростков, возможность замещать прямое общение со сверстниками опосредованным через соцсети усугубляют и без того биологически непростой период.

В ходе исследования нами была выявлена отрицательная связь параметра «семейные границы» по оценке родителей как с общим уровнем эмоционального интеллекта подростка ($r = -0,378$ при $p \leq 0,01$), так и с отдельными его ветвями: распознаванием эмоций, пониманием эмоций, использованием эмоций и управлением эмоциями. На наш взгляд, это обусловлено проблемами, характерными для семей с чрезмерно жесткими границами: подростки испытывают трудности в формировании автономности и идентичности, что напрямую влияет на их способность адекватно воспринимать и регулировать свои эмоции, а также эмоции окружающих.

Предлагаем рассмотреть результаты исследования подробнее на каждой и дифференцированных ветвей эмоционального интеллекта.

Выявлена отрицательная связь параметра «семейные границы» по оценке родителей с распознаванием эмоций подростка ($r = -0,260$ при $p \leq 0,01$). Данное наблюдение указывает на снижение способности подростка к точной идентификации эмоциональных состояний, как своих, так и окружающих, при чрезмерной ригидности границ в семейной системе. Вероятно, это обусловлено тем, что жесткие внешние семейные границы, и, как следствие, размытые границы внутри семейной системы (Варга 2017, 110) могут приводить к тому, что подросток испытывает трудности в дифференциации собственных эмоций относительно эмоций других членов семьи. Когда личные границы не определены, подросток может ощущать

себя обязанным разделять эмоции родителей, даже если они противоречат его собственным, что затрудняет формирование независимого эмоционального опыта. В семьях с размытыми внутренними границами часто наблюдается феномен эмоционального слияния, когда члены семьи не способны четко отделить свои чувства от чувств других. В таких условиях подросток может испытывать затруднения в распознавании и интерпретации эмоций окружающих, поскольку он постоянно находится под влиянием эмоционального фона семьи.

Установлена отрицательная связь параметра «семейные границы» по оценке родителей с пониманием эмоций подростка ($r = -0,328$ при $p \leq 0,01$). Мы предполагаем, что подростки в семьях с жесткими внешними границами, испытывают трудности в понимании причин эмоционального состояния, своего и окружающих, т. к. зачастую в таких семьях сформированы строгие правила и ожидания, ограничивающие взаимодействие с внешним миром. Подростки могут испытывать незримое давление ригидной семейной системы, что также затрудняет процесс развития понимания эмоций. Вероятно, слабо развитое понимание причинно-следственных связей в эмоциональной сфере связано с ограниченным доступом к различным социальным контекстам и опыту, и подростки не имеют достаточной возможности наблюдать и анализировать поведение других людей в различных ситуациях. Недостаточное понимание эмоций подростком в таких семьях в перспективе может приводить к усугублению внутриличностного конфликта, развитию депрессии и проблем построения межличностных связей, что негативно сказывается на его психологическом благополучии и адаптации в обществе.

Выявлена отрицательная связь параметра «семейные границы» по оценке родителей с использованием эмоций подростка ($r = -0,227$ при $p \leq 0,05$). Она может указывать на то, что в семьях с размытыми границами детская подсистема функцио-

нирует обособленно от родительской подсистемы, и подростки зачастую не получают четких инструкций о том, как справляться со своими эмоциями. Это побуждает их к самостоятельным поискам эффективных стратегий, формируя навык экспериментального подхода к эмоциональному саморегулированию. Они учатся распознавать, какие виды деятельности или способы мышления помогают им справиться с конкретными эмоциональными состояниями, и сознательно использовать их в дальнейшем.

Была установлена отрицательная связь параметра «семейные границы» по оценке родителей с управлением эмоций подростка ($r = -0,308$ при $p \leq 0,01$). Мы предполагаем, что чрезмерно жесткие семейные границы, характеризующиеся строгим контролем, авторитарным стилем воспитания и подавлением инициативы, имеют негативное влияние на эмоциональную регуляцию подростка оттого, что отсутствует возможность для развития автономии, самостоятельности, выражения собственного мнения. Это приводит к накоплению негативных эмоций, таких как гнев, обида и разочарование, а длительное подавление эмоций, в свою очередь, может привести к хронической тревожности и подростковой депрессии, препятствуя формированию здоровых механизмов совладания со стрессом, что проявляется в повышенной эмоциональной лабильности, импульсивности или сложностях в выражении чувств.

Также была обнаружена отрицательная связь параметра распознавание эмоций подростка с навыками установления в семейной системе функциональных коалиций, т. е. формированию здоровых границ между подсистемами ($r = -0,252$ при $p \leq 0,01$). В семьях, где присутствует ярко выраженная тенденция к формированию дисфункциональных коалиций, подростки закономерно демонстрируют повышенный уровень распознавания эмоций. Возможно, это обусловлено необходимостью адаптации к сложной и непредсказуемой внутрисемейной динамике, где альянсы

между членами семьи формируются и распадаются, часто приводя к эмоциональной нестабильности и манипуляциям.

Подросток, живущий в такой среде, вынужден постоянно анализировать вербальные и невербальные сигналы, чтобы предвидеть возможные конфликты, понять скрытые мотивы поведения членов семьи, противостоять данным деструктивным коалициям: повышенное внимание к эмоциональному фону позволяет подростку лучше ориентироваться в текущей ситуации.

Однако стоит отметить, что высокий уровень навыка распознавания эмоций, сформированный в дисфункциональной семейной среде, может иметь и негативные последствия. Постоянная необходимость сканировать эмоциональное состояние окружающих может приводить к эмоциональному истощению, тревожности и депрессии. Кроме того, подросток может начать манипулировать эмоциями других, используя полученные знания для достижения собственных целей, что закрепляет дисфункциональные паттерны поведения.

Выводы

На основании представленных данных можно сделать следующие выводы:

1. Жесткие семейные границы препятствуют развитию всех ветвей эмоционального интеллекта подростка: распознаванию эмоций, пониманию эмоций, использованию эмоций и управлению эмоциями, что снижает и общий уровень эмоционального интеллекта в целом.

2. Склонность к формированию в семейной системе дисфункциональных коалиций, способствует улучшению распознавания эмоций подростками вследствие необходимости адаптации к сложной и непредсказуемой среде.

В конечном итоге, способность подростков, выросших в семьях с размытыми границами, эффективно использовать свои эмоциональные состояния для решения задач и выбора занятий, соответствующих настроению, представляет собой адаптивный механизм, позволяющий им компен-

сировать недостаток четких границ и поддержки. Этот механизм, хоть и формируется в сложных условиях, может стать ценным активом в дальнейшей жизни, способствуя успеху в различных сферах деятельности и межличностных отношениях.

Заключение

Наше исследование является актуальным и перспективным, поскольку оно направлено на раскрытие малоизученной, но чрезвычайно важной области психологии и педагогики. Данные, полученные с его помощью, указывают на необходи-

мость родителям находить баланс между установлением границ и предоставлением подросткам свободы для эмоционального самовыражения.

Результаты исследования могут быть полезны при разработке программ для психологической помощи семьям в образовательных учреждениях, направленных на улучшение семейного климата и формирование осознанного родительства, и, в целом, могут внести значительный вклад в развитие теоретических представлений о влиянии семьи на формирование эмоционального интеллекта.

Литература

- Бауэр, Е. В., Сафонова, М. В. (2023) Обзор исследований в области эмоционального интеллекта подростков. *Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В. П. Астафьева*, с. 70–87.
- Бауэр, Е. В., Сафонова, М. В. (2025) Параметры семейной системы как предиктор развития эмоционального интеллекта в подростковом возрасте. В кн.: *Психология и педагогика детства: феномены развития личности и социального взаимодействия детей. Сборник статей в двух частях*. Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, с. 203–205. EDN DYMDOX.
- Боуэн, М. (2022) *Теория семейных систем Мюррея Боуэна: основные понятия, методы и клиническая практика*. М.: Когито-Центр, 496 с.
- Будинайте, Г. Л., Варга, А. Я. (2005) Теоретические основы системной семейной психотерапии. В кн.: *Системная семейная психотерапия: Классика и современность*. М.: Класс, с. 233–270.
- Варга, А. Я. (2017) *Введение в системную семейную психотерапию*. 3-е изд. М.: Когито-Центр, 182 с.
- Вацлавик, П., Бивин, Д., Джексон, Д. (2000) *Психология межличностных коммуникаций*. СПб.: Речь, 320 с.
- Гребенщикова, М. Н., Азаровская, Е. С., Кербель, О. Б. (2018) Комплект методик для исследования внутрисемейных взаимоотношений: рекомендации для специалистов, работающих с семьями. Моршанск, 27 с.
- Минухин, С., Фишман, Ч. (2012) *Техники семейной терапии*. М.: Класс, 304 с.
- Ghanawat, G. M., Muke, S. S., Chaudhury, S., Kiran, M. (2016) Relationship of Family Functioning and Emotional Intelligence in Adolescents. *Pravara Medical Review*, no. 8 (2), pp. 10–14.
- James, R. S., Kadhiravan, S. (2022) Influence of Family Environment on Emotional Intelligence among Adolescents. *International Journal of Science and Technology Research*, no. 8 (11), pp. 3664–3670.
- Mayer, J. D. (2000) Emotion, intelligence, emotional intelligence. In: J. P. Forgas (ed.). *The Handbook of Affect and Social Cognition*. Mahwah: Lawrence Erlbaum, pp. 410–431.
- Mayer, J. D., Salovey, P. (1993) The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, vol. 17, pp. 433–442. [Электронный ресурс]. URL: <https://eclass.hmu.gr/modules/document/file.php/IP-ERLSF116/Mayer%20Salovey.1993-libre.pdf> (дата обращения 14.09.2025).
- Mayer, J. D., Salovey, P. (1997) What is emotional intelligence? In: *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*. New York: Basic Books, pp. 3–31.

Sharma, N., Kr, S. (2015) A Study of Relationship of Emotional Intelligence and Family Climate of Adolescents at Secondary Level. *International Journal of Scientific and Research Publications*, vol. 2, pp. 1–15.

References

- Bauer, E. V., Safonova, M. V. (2023) Obzor issledovaniy v oblasti emotsional'nogo intellekta podrostkov [Review of Research in the Field of Adolescents' Emotional Intelligence]. *Vestnik Krasnoyarskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. V. P. Astaf'eva — Bulletin of the Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V. P. Astafiev*, pp. 70–87. (In Russian)
- Bauer, E. V., Safonova, M. V. (2025) Parametry semeynoj sistemy kak prediktor razvitiya emotsional'nogo intellekta v podrostkovom vozraste [Family System Parameters as a Predictor of Emotional Intelligence Development in Adolescence]. In: *Psikhologiya i pedagogika detstva: fenomeny razvitiya lichnosti i sotsial'nogo vzaimodeystviya detej [Psychology and pedagogy of childhood: phenomena of personality development and social interaction of children. Collection of articles in two parts]*. Krasnoyarsk: Krasnoyarsk State Pedagogical University Publ., pp. 203–205. (In Russian)
- Bouen, M. (2022) *Teoriya semejnykh sistem Myurreya Bouena: osnovnye ponyatiya, metody i klinicheskaya praktika [Murray Bowen's Family Systems Theory: Basic Concepts, Methods, and Clinical Practice]*. Moscow: Kogito-Centre Publ., 496 p. (In Russian)
- Budinaite, G. L., Varga, A. Ya. (2005) Teoreticheskie osnovy sistemnoj semeynoj psikhoterapii [Theoretical Foundations of Systemic Family Psychotherapy]. In: *Sistemnaya semeynaya psikhoterapiya: Klassika i sovremennost' [Systemic family psychotherapy: Classics and modernity]*. Moscow: Klass Publ., pp. 233–270. (In Russian)
- Ghanawat, G. M., Muke, S. S., Chaudhury, S., Kiran, M. (2016) Relationship of Family Functioning and Emotional Intelligence in Adolescents. *Pravara Medical Review*, no. 8 (2), pp. 10–14. (In English)
- Grebenshchikova, M. N., Azarovskaya, E. S., Kerbel, O. B. (2018) *Komplekt metodik dlya issledovaniya vnutrisemeynykh vzaimootnoshenij [Set of Methods for Studying Family Relationships]*. Morshansk, 27 p. (In Russian)
- James, R. S., Kadiravan, S. (2022) Influence of Family Environment on Emotional Intelligence among Adolescents. *International Journal of Science and Technology Research*, no. 8 (11), pp. 3664–3670. (In English)
- Mayer, J. D. (2000) Emotion, intelligence, emotional intelligence. In: J. P. Forgas (ed.). *The Handbook of Affect and Social Cognition*. Mahwah: Lawrence Erlbaum, pp. 410–431. (In English)
- Mayer, J. D., Salovej, P. (1993) The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, vol. 17, pp. 433–442. (In English)
- Mayer, J. D., Salovej, P. (1997) What is emotional intelligence? In: *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*. New York: Basic Books, pp. 3–31. (In English)
- Minukhin, S., Fishman, Ch. (2012) *Tekhniki semeynoj terapii [Techniques of Family Therapy]*. Moscow: Klass Publ., 304 p. (In Russian)
- Sharma, N., Kr, S. (2015) A Study of Relationship of Emotional Intelligence and Family Climate of Adolescents at Secondary Level. *International Journal of Scientific and Research Publications*, vol. 2, pp. 1–15. (In English)
- Varga, A. Ya. (2017) *Vvedenie v sistemnyuyu semeynyuyu psikhoterapiyu [Introduction to Systemic Family Psychotherapy]*. 3rd ed. Moscow: Kogito-Centre Publ., 182 p. (In Russian)
- Vatslavik, P., Bivin, D., Dzhekson, D. (2000) *Psikhologiya mezhlichnostnykh kommunikatsiy [Psychology of Interpersonal Communications]*. Saint Petersburg: Rech' Publ., 320 p. (In Russian)