

Влияние эмоционального интеллекта подростков на разрешение конфликтов в романтических отношениях

Миронова Оксана Ивановна¹

Д-р психол. наук, проф. каф. психологии и развития человеческого капитала

ORCID: 0000-0003-4822-5877, e-mail: mironova_oksana@mail.ru

Рыбакова Полина Константиновна²

Магистрант

ORCID: 0009-0008-7912-4191, e-mail: pksarattseva@edu.hse.ru

¹ Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, г. Москва, Россия

² Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ), г. Москва, Россия

Аннотация

В рамках настоящего исследования изучается поведение подростков в конфликтных ситуациях, в романтических отношениях, в зависимости от уровня эмоционального интеллекта (далее – ЭИ). Рассмотрены модели романтических отношений, подходы к изучению конфликтов и ЭИ.

Цель статьи – выявить особенности выбора стратегий поведения и их исходов у подростков с разным уровнем ЭИ. Задачи статьи – определить уровень ЭИ и стиль разрешения конфликтов, провести регрессионный анализ для определения влияния ЭИ на выбор стиля поведения, проанализировать особенности поведения в конфликтах с романтическим партнером у подростков с разным уровнем ЭИ.

В качестве методик использованы Тест эмоционального интеллекта, ЭМИн Д. В. Люсина и Тест Томаса-Килманна (в адаптации Н. В. Шаньгиной), а также полуструктурированное интервью. Выборка проводилась из 115 подростков 11–17 лет, состоявших на момент исследования в романтических отношениях. Из них участвовали в интервью 17 человек. Результаты показали, что уровень ЭИ влияет на стратегию поведения в конфликте: подростки с высоким ЭИ склонны к сотрудничеству и лучше управляют своими эмоциями, тогда как с низким чаще всего избегают конфликтов. Управление чужими эмоциями связано со стратегией соперничества, а их недостаток – с уступчивостью.

Для цитирования: Миронова О.И., Рыбакова П.К. Влияние эмоционального интеллекта подростков на разрешение конфликтов в романтических отношениях // Вестник университета. 2026. № 4. С. 285–298.

Ключевые слова

Подростковый возраст, эмоции, эмоциональный интеллект, конфликты, разрешение конфликтов, стратегии поведения в конфликте, романтические отношения



The influence of teenager`s emotional intelligence on conflict resolution in romantic relationships

Oksana I. Mironova¹

Dr. Sci. (Psy.), Prof. at the Department of Psychology and Human Capital Development

ORCID: 0000-0003-4822-5877, e-mail: mironova_oksana@mail.ru

Polina K. Rybakova²

Graduate student

ORCID: 0009-0008-7912-4191, e-mail: pksarattseva@edu.hse.ru

¹Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russia

²National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia

Abstract

The study researches teenager`s behavior in conflict situations, in romantic relationships and depending on their level of emotional intelligence (EI). The models of romantic relationships, approaches to studying conflicts and EI are considered.

The purpose of the study is to identify the features of choosing behavior strategies and their outcomes among teenagers with different EI levels. The objectives include determining EI levels and conflict resolution styles, conducting regression analysis to assess EI's influence on behavior choices, and analyzing behavioral patterns in conflicts with romantic partners among adolescents with varying EI.

Authors used such methods as: the "EmIn" test by D. V. Lusin and the "Thomas-Kilmann" (adaptation of N. V. Shangina), with semi-structured interview. The sample consisted of 115 teenagers aged 11-17 who had romantic relationships at the time of the study. 17 teenagers were participated in interview.

The results showed that EI levels influence conflict behavior strategies: teenagers with high EI tend to cooperate and better manage their emotions, while teens with low EI often avoid conflicts. Managing others' emotions is connected with a competitive strategy, whereas a lack of this skill is connected with a compliance.

For citation: Mironova O.I., Rybakova P.K. (2026) The influence of teenager`s emotional intelligence on conflict resolution in romantic relationships. *Vestnik universiteta*, no. 4, pp. 285–298.

Keywords

Teenagers, emotions, emotional intelligence, conflicts, conflict resolution, conflict mode instruments, romantic relationships



ВВЕДЕНИЕ

В подростковом периоде происходят значимые изменения, как в психологическом, так и в физиологическом плане. Активно развивается эмоциональный интеллект (далее – ЭИ), который играет важную роль в успешном межличностном взаимодействии [1]. В большинстве случаев именно в подростковом возрасте человек впервые получает опыт построения близких и доверительных отношений с противоположным полом, романтических отношений. Романтические отношения становятся значимыми для подростков и играют важную роль в их психоэмоциональном и социальном развитии [2]. Подростковая деятельность активно направлена на построение межличностных отношений, которые также включают в себя приобретение и первого опыта в романтических отношениях [3]. При этом подростки часто сталкиваются с конфликтами, которые могут значительно повлиять на эмоциональное благополучие и социальную адаптацию. Зачастую у них нет опыта в разрешении конфликтных ситуаций в контексте романтических отношений.

Конфликты с партнерами являются одним из наиболее частых запросов, с которыми приходят в психотерапию подростки. На основе исследований отмечено, что около 21 % всех обращений за психологической поддержкой, связаны с проблемами в личных отношениях [4]. По данным доклада благотворительного фонда “Твоя территория” на XIV Международной научной конференции, около 16, 2 % всех запросов связаны с отношениями с противоположным полом, в том числе и с конфликтами в них [5].

Романтические отношения в подростковом возрасте способствуют формированию самооценки, развитию эмоциональной близости, навыков общения и умению строить долгосрочные отношения в дальнейшем [6]. Опыт романтических отношений в подростковом возрасте влияет на качество и стабильность отношений уже во взрослой жизни, а также формирует навыки решения конфликтов и поддержания привязанности [7]. Это подчеркивает необходимость понимания динамики конфликтов в романтических отношениях и помощи в освоении навыков их эффективного разрешения в подростковом возрасте. Примечательно, что в отечественном научном сегменте по представленной проблеме не так много работ. Романтические отношения подростков, несмотря на всю их значимость в формировании личности, не являются центральным интересом исследователей, выступая скорее, как фактор. В этом и заключается новизна данной работы. С помощью настоящего исследования можно выяснить, как эмоциональные навыки влияют на способность подростков эффективно управлять конфликтами в романтических отношениях. Высокий уровень эмоционального интеллекта может способствовать более конструктивному и эмпатичному подходу к разрешению конфликтов, в то время как низкий уровень может привести к агрессивным или избегающим стратегиям поведения [2].

Таким образом, цель исследования – выявить и описать особенности выбора стратегий поведения в конфликте, а также исходов конфликтных ситуаций, в зависимости от разного уровня эмоционального интеллекта у подростков в романтических отношениях.

ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

Исследования показывают, что подростки, у которых был опыт романтических отношений, чаще начинают сожительствовать с партнером и во взрослой жизни быстрее вступают в ранний брак, по сравнению с теми, у кого опыта в романтических отношениях не было [7]. Приобретаемые навыки и паттерны поведения в подростковом возрасте становятся фундаментом личности во взрослости. В том числе, это выражается тем, что закладываемый в подростковые годы паттерн поведения, во взрослой жизни начинает играть значительную роль [8].

Возникновение конфликтов в любом межличностном взаимодействии неизбежно. Когда речь идет о близких и интенсивных взаимоотношениях, конфликт зачастую становится напряженным и эмоционально заряженным. Навыки саморегуляции и владение различными стратегиями поведения в конфликте обеспечивают удовлетворенность отношениями среди партнеров и повышают чувство собственного благополучия [9].

ЭИ в модели Д. В. Люсина понимается как способность человека к пониманию и управлению собственными эмоциями, а также эмоциями других людей [10]. Свое активное развитие ЭИ получает в подростковом возрасте [1]. Исследования в этой области указывают на то, что высокий уровень ЭИ связан с успешными межличностными отношениями, в том числе в романтических отношениях подростков [9].

Одна из самых популярных и широко применимых моделей стратегии поведения в межличностном взаимодействии – модель Томаса-Килманна, которая описывает пять основных стратегий поведения в конфликтных ситуациях: соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание и уступки. Она является достаточно универсальной и находит свое отражение в различных представлениях и других авторов, придерживающихся концепции похожего разделения поведения в конфликтном взаимодействии. Подобный взгляд можно обнаружить в работах российского психолога Е.П. Ильина, который говорит о том, какими могут быть исходы конфликтной ситуации [11]. Конфликтная ситуация – «это возникновение разногласий, т. е. столкновение желаний, мнений, интересов» [11, с. 224]. Конфликт – «это взаимные отрицательные отношения, возникающие при столкновении желаний, мнений; это отягощенные эмоциональным напряжением и «выяснением отношений» разногласия между людьми» [11, с. 224–225]. Конфликт произрастает из конфликтной ситуации, если осуществляется эскалация и накаливание атмосферы, а также не соблюдаются правила общения и происходит переход на личности.

Романтические отношения — это добровольные продолжающиеся близкие диадические отношения, как правило, между мужчиной и женщиной, которые также включают в себя привязанность, симпатию и любовь [3]. Эти отношения важны, они основаны на близости, доверии и позитивных эмоциях. Однако в них также возможны конфликты и негативные чувства, вызывающие амбивалентность переживаний. Значимость романтических отношений определяется несколькими факторами: влиянием на эмоциональное и психологическое благополучие человека, удовлетворением базовой потребности в близости, заботой о партнере, а также возможностью доверительного и тесного общения [12]. Романтические отношения, в отличие от дружбы или других отношений, можно описать как особенно интенсивные, эмоционально более близкие, сопровождающиеся сексуальным контактом. Как правило, модель взаимодействия формируется в подростковом возрасте. Это один из ключевых этапов в формировании личности подростка [13]. Модель Фурмана и Вернера описывает структуру романтических отношений подростков и включает четыре основных компонента: аффилиативный (партнерские отношения, поддержка, дружба, взаимные интересы), сексуальный/репродуктивный (физическая близость, привлекательность, влечение), привязанность (особая эмоциональная близость, доверие), и заботу (действия, направленные на благополучие другого человека) [14].

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование включало два этапа. На первом осуществлялось определение уровня ЭИ у подростков, а также выявление предпочитаемого стиля управления конфликтом и измерение выраженности пяти основных типов стиля поведения в межличностном конфликте: соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание и уступки. На втором этапе проводилось качественное описание особенностей поведения в конфликте у подростков в романтических отношениях путем личной беседы с несколькими респондентами.

На первом этапе использовалась самоотчетная методика «Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн» Д. В. Люсина и методика «Тест Томаса-Килманна, ТКИ» в адаптации С. В. Кардапиной и Н. В. Шаньгиной [15; 16]. Обе методики включены в анкету, в которой содержались некоторые вопросы о респонденте: пол, возраст, город проживания, наличие романтических отношений, их длительность. Дополнительные вопросы были как открытого, так и закрытого характера. На втором этапе использовались качественные методы: полуструктурированное интервью и последующий тематический анализ [17].

Структура методики Д. В. Люсина позволила выделить конкретные компоненты ЭИ, а именно: понимание чужих эмоций (МП), управление чужими эмоциями (МУ), понимание своих эмоций (ВП), управление своими эмоциями (ВУ) и контроль экспрессии (ВЭ). Методика Томаса-Килманна дала возможность определить степень выраженности стилей поведения в конфликтных ситуациях (соперничество, сотрудничество, уступки, избегание и компромисс) и выделить ведущий. Для составления наиболее полной картины поведения в конфликтной ситуации для подростков с разным уровнем компонентов ЭИ, было проведено интервью с отдельными участниками исследования, отобранными не только исходя из их желания поучаствовать в интервью, но и по результатам их методик (для насыщенности выборки). Обработка полученных данных, в ходе второго этапа исследования, проводилась с помощью тематического анализа, с опорой на методологию Н. П. Бусыгиной [17].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На первом этапе приняло участие 115 респондентов. Средний возраст выборки составил 16,2 года. Юноши составили 35,65 %, а девушки – 64,35 %. Во втором этапе исследования приняли участие 17 человек в возрасте 13–17 лет, состоящие в романтических отношениях. Из них было десять юношей и семь девушек. Анализ данных был проведен с помощью программы «R Studio» на языке R. С его помощью была построена линейная регрессия, объясняющая влияние факторов на выбор стратегии поведения.

КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ ЭТАП

В табл. 1 и 2 представлены описательные статистики по методикам Люсина «ЭмИн» и Тесту Томаса-Килманна (ТКИ).

Таблица 1

**Описательные статистики по методике «Опросник
на эмоциональный интеллект ЭмИн» Д. В. Люсина**

Шкалы ЭИ	Среднее значение	Минимальное значение	Максимальное значение	Стандартное отклонение	Нормальность распределения (Шapiro-Уилка)	
					W	p-value
МП	24,6	10	36	5,05	0,986	0,340
МУ	20,2	6	28	4,43	0,971	0,100
ВП	17, ,6	0	28	5,78	0,970	0,071
ВУ	13, ,2	2	21	4,23	0,969	0,060
ВЭ	11,4	3	19	3,19	0,980	0,121

Примечание: МУ — управление чужими эмоциями, МП — понимание чужих эмоций, ВП — понимание своих эмоций, ВУ — управление своими эмоциями, ВЭ — контроль экспрессии

Составлено автором по материалам исследования

Таблица 2

Описательные статистики по Тесту Томаса-Килманна, ТКИ

Стратегия поведения в конфликте	Среднее значение	Минимальное значение	Максимальное значение	Стандартное отклонение	Нормальность распределения (Шapiro-Уилка)	
					W	p-value
Соперничество	3,96	0	12	2,87	0,961	0,055
Сотрудничество	7,07	3	10	1,92	0,971	0,101
Компромисс	7,13	1	12	1,92	0,963	0,058
Избегание	5,30	1	11	2,16	0,968	0,059
Уступки	6,54	1	12	2,24	0,976	0,119

Составлено автором по материалам исследования

Для оценки влияния уровней ЭИ (предикторов) на выбор стратегии поведения в конфликте была построена модель линейной регрессии для каждой стратегии. Вначале были рассмотрены предикторы и проведены статистические тесты для определения того, можно ли включить их в финальную модель.

В рамках данного исследования использованы непрерывные значения, измеряемые в сырых баллах по соответствующим шкалам для компонентов ЭИ. Во избежание проблемы мультиколлинеарности, работа проводилась только с компонентами, имеющими между собой корреляции не более 0.8. Исследование проводилось только с изначальными шкалами, т.к. МЭИ (межличностный ЭИ) и ВЭИ (внутриличностный ЭИ) будут очевидно коррелировать с МП/МУ и ВП/ВУ/ВЭ соответственно. Поскольку ни одна из этих шкал не имеет слишком сильной корреляции с другой, не была исключена ни одна переменная из анализа.

Для проверки связи возраста со стратегиями поведения в конфликтных ситуациях и различий по полу, были проведены корреляционный анализ Спирмена (табл.3) и применен непараметрический метод Манна-Уитни (табл. 4) соответственно.

Таблица 3

Корреляция возраста с результатами по шкалам Теста Томаса-Килманна, ТКІ

Стратегия поведения в конфликте	Коэффициент корреляции	p-value
Соперничество	– 0,163	0,330
Сотрудничество	0,040	0,356
Компромисс	0,122	0,222
Избегание	0,113	0,236
Уступки	– 0,001	0,989

Составлено автором по материалам исследования

Таблица 4

Связь пола с результатами по шкалам Теста Томаса-Килмана, ТКІ

Стратегия поведения в конфликте	Статистика	p-value
Соперничество	1130	0,607
Сотрудничество	1131	0,732
Компромисс	1131	0,731
Избегание	1186	0,685
Уступки	960	0,008**

Примечание: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$

Составлено автором по материалам исследования

Для каждого из имеющихся компонентов ЭИ был проведен тест на корреляцию Спирмена с количеством баллов по шкалам «Соперничество», «Сотрудничество», «Избегание», «Уступки» из Опросника Томаса-Килманна (табл. 5).

Таблица 5

Корреляция шкал ЭИ с результатами по шкалам Теста Томаса-Килмана, ТКІ

Шкалы ЭИ	Коэффициент корреляции	p-value
Соперничество		
МП	4,57	0,999
МУ	2,22	0,014*

Шкалы ЭИ	Коэффициент корреляции	p-value
Соперничество		
ВП	– 5,18	0,573
ВУ	– 2,91	0,974
ВЭ	1,74	0,849
Сотрудничество		
МП	0,224	0,014*
МУ	0,185	0,042*
ВП	0,232	0,01**
ВУ	0,075	0,413
ВЭ	0,027	0,766
Избегание		
МП	-0.205	0.024*
МУ	-0.332	0.014*
ВП	-0.242	0.0002***
ВУ	-0.102	0.007**
ВЭ	-0.004	0.266
Уступки		
МП	-0.112	0.219
МУ	-0.171	0.05*
ВП	0.085	0.351
ВУ	0.040	0.657
ВЭ	0.044	0.630

Примечание: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$; МУ – управление чужими эмоциями, МП – понимание чужих эмоций, ВП – понимание своих эмоций, ВУ – управление своими эмоциями, ВЭ – контроль экспрессии

Составлено автором по материалам исследования

Благодаря этому, для каждой из приведенных стратегий поведения в конфликтной ситуации были построены модели линейной регрессии с включением в них значимых предикторов (табл. 6). Т. к. ни один значимый предиктор для стратегии компромисса не был выявлен, модель для данной стратегии построить не удалось.

Таблица 6

Результаты регрессионного анализа – модели линейной регрессии для стилей поведения в конфликтной ситуации и значимых предикторов

Предикторы	Статистическая оценка	Стандартная ошибка	T-критерий Стьюдента	Pr(> t)
Соперничество				
МУ	0,8126	0.2746	2.959	0.00373**
Сотрудничество				
МУ	-0,033	0,110	-0,305	0,76056
МП	0,169	0,128	1,316	0,19077

Предикторы	Статистическая оценка	Стандартная ошибка	T-критерий Стьюдента	Pr(> t)
ВП	0,160	0,073	2,167	0,03230*
Избегание				
МУ	-0,409	0,201	-2,026	0,2065
МП	-0,078	0,231	-0,338	0,7356
ВП	-0,291	0,151	-1,921	0,0472*
ВУ	-0,164	0,129	-1,971	0,0451*
Уступки				
МУ	-0,333	0,137	-2,424	0,016*
пол (муж)	0,186	0,063	2,924	0,004**

Примечание: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$; МУ – управление чужими эмоциями, МП – понимание чужих эмоций, ВП – понимание своих эмоций, ВУ – управление своими эмоциями, ВЭ – контроль экспрессии

Составлено автором по материалам исследования

Значимая корреляция с выраженностью стратегии конфронтации имеется только у категории Управление чужими эмоциями (МУ), так как p -value соответствующего теста на статистическую значимость коэффициента корреляции Спирмена был меньше 0,05 (табл. 5). Есть все основания для включения данного предиктора в линейную регрессию. Проведенный тест на корреляцию Спирмена показал, что связи с возрастом нет (p value = 0,33, табл. 3). Для оценки связи с полом был проведен тест Манна-Уитни, который также показал, что значимых различий между юношами и девушками нет (p value = 0,607, табл. 4). Таким образом, в качестве предиктора для модели «Соперничества» была включена только переменная МУ. Получившаяся модель (табл. 6) является значимой на уровне значимости 0,01, о чем можно судить по p -value F — теста 0,00373.

В табл. 5 представлены результаты соответствующих тестов корреляции для стратегии Сотрудничество. Понимание чужих эмоций (МП), Управление чужими эмоциями (МУ) и Понимание своих эмоций (ВП) входят в модель регрессии как предикторы. Дополнительная проверка на влияние возраста и пола на данную стратегию поведения также не выявила значимых эффектов (p -value = 0,356 и p -value = 0,732 соответственно, табл. 3, 4).

Получившаяся модель является статистически значимой на уровне значимости 0,05 (табл.6). Единственным значимым (на 0,05 уровне значимости) предиктором оказался предиктор ВП, о чем можно судить по p – value t – теста 0,03.

В табл. 1 представлены результаты соответствующих тестов корреляции для стратегии Избегание. Понимание чужих эмоций (МП), Управление чужими эмоциями (МУ) и Понимание своих эмоций (ВП) и Управление своими эмоциями (ВУ) входят в модель регрессии как предикторы. Дополнительная проверка на влияние возраста и пола на данную стратегию поведения также не выявила значимых эффектов (p — value = 0,236 и p — value = 0,685 соответственно, табл. 3, 4). Получившаяся модель (табл.6) является статистически значимой на уровне значимости 0,01. Т — тесты коэффициентов регрессии выявили два значимых предиктора на 0,05 уровне значимости — ВУ и ВП.

В табл. 5 представлены результатам соответствующих тестов корреляции для стратегии Уступки. По результатам соответствующих тестов корреляции отберем Управление чужими эмоциями (МУ) как предиктор. Дополнительная проверка на наличие эффекта от возраста и пола выявила эффект от пола (p — value = 0,008, критерий Манна-Уитни). Оба этих предиктора вошли в модель.

Получившаяся модель является статистически значимой на уровне значимости 0,01 (табл. 6). Значимыми (на 0,01 уровне значимости) предикторами оказались предиктор МУ, о чем можно судить по p — value t — теста 0,016 и предиктор пол (мужской) о чем можно судить по p — value t — теста 0,004.

КАЧЕСТВЕННЫЙ ЭТАП

В результате проведенного тематического анализа интервью выделены и описаны дополнительные особенности поведения в конфликте с романтическим партнером у подростков с разным уровнем внутриличностного эмоционального интеллекта (далее — ВЭИ). Для участников с низким уровнем ВЭИ выделены и описаны следующие темы.

1. Конфликт как ссора. Подростки с низким уровнем ВЭИ воспринимают конфликт как угрожающую личности атаку, сопровождающуюся высоким эмоциональным напряжением. Для них характерны переживания гнева, страха или обиды, а также стремление к избеганию. В ситуациях серьезных ссор они демонстрируют уязвимость и растерянность, затрудняясь в осознании и вербализации собственных переживаний. Это отражает нехватку навыков эмоциональной саморегуляции в сложных межличностных ситуациях.

2. Конфликт в динамике: накопилось и «прорвало». Конфликт у подростков развивается латентно, через накопление незначительных разногласий, которые со временем приводят к эмоциональному «прорыву». За этим следует открытая конфронтация, характеризующаяся интенсивными негативными эмоциями, взаимными обвинениями и угрозами разрыва. Примирение происходит при личной встрече: партнеры обсуждают проблему, заключают договоренность и формально восстанавливают отношения, хотя их внутреннее содержание претерпевает изменения.

3. Время на разобраться в себе. Тема описывает внутренние процессы участников в конфликтной ситуации. Подростки с низким уровнем ВЭИ демонстрировали, что им требовалось время для того, чтобы разобраться в своих переживаниях, вызванными действиями партнера. Для них характерны уход в себя и дистанцирование на период самоанализа, без информирования партнера о необходимости времени на обдумывание.

4. Конфликт с партнером — это страшно. Эта тема исследует то, насколько вообще безопасно оказаться в конфликтной ситуации с партнером. Для подростков с низким ВЭИ сама ситуация конфликта кажется тем, что может оказаться разрушительным и губительным как для участников, так и для отношений. Страх быть непонятым или отвергнутым приводит к сокрытию переживаний и тщательному фильтрованию высказываний. Часто именно эти «скрытые мысли» в дальнейшем накапливались и превращались в крупные ссоры.

5. Конфликт помогает решить проблемы. Конфликт как непосредственно долгий, напряженный разговор, в ходе которого партнеры выговариваются полностью и высказывают все обиды. После такого эмоционального обсуждения респонденты отмечали появившееся облегчение, а самое главное — происходили положительные изменения в отношениях и в них самих. Отношения становились крепче, появлялось больше понимания и поддержки как от партнера, так и к партнеру, чувствовался эмоциональный подъем, долгое время не было больше конфликтных ситуаций.

Для участников с высоким ВЭИ были выделены и описаны следующие темы.

1. Что такое конфликт. Конфликт у подростков с высоким уровнем ВЭИ не воспринимается как что-то обязательно негативное — скорее как то, к чему рано или поздно приходит любое близкое общение.

2. Безопасность конфликта. Насколько человек чувствует себя спокойно и уверенно в конфликте со своим партнером, и как это чувство влияет на их стратегию поведения. Со своим партнером они чувствуют полное доверие и открытость, знают, что могут сказать, о чем угодно, и партнер будет также открыт к диалогу с ними и не уйдет от них. Даже по сравнению с друзьями, в романтических отношениях больше открытости и доверия между партнерами.

3. Решение конфликта. Респонденты называют себя «неконфликтными людьми», а на вопрос, случались ли у них конфликты с партнером, единогласно отвечали, что до ссор с их партнером у них не доходило, потому что разногласия решались раньше. Большая часть подростков сообщала о том, что инициировала диалог с партнером, поднимала вопрос на обсуждение, при этом подчеркивая, что поиск решения проблемы происходил совместно с партнером.

С помощью тематического анализа полуструктурированного интервью, удалось обнаружить и описать особенности поведения в конфликте для выделенных уровней ВЭИ.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ, ПОЛУЧЕННЫХ НА КОЛИЧЕСТВЕННОМ И КАЧЕСТВЕННОМ ЭТАПАХ ИССЛЕДОВАНИЯ

Удалось обнаружить влияние конкретных уровней ЭИ для каждой стратегии поведения в конфликте. Для соперничества значимым предиктором оказалось умение управлять эмоциями другого (МУ). Это согласуется с изученной ранее литературой и позволяет сделать следующие выводы: чем лучше у подростка способности к управлению чужими эмоциями, тем больше он будет использовать соперничество как стратегию поведения [2]. Вероятно, это проявляется в манипулировании чувствами другого, в угоду своей выгоды.

Для сотрудничества значимым предиктором оказалось умение понимать свои собственные эмоции и осознавать их причину (ВП). Это находит отражение в литературе и позволяет рассуждать о том, что лучшее понимание причин своих эмоциональных реакций, а также способность их объяснить и вербализовать так, чтобы другой человек тебя понял, способствуют сотрудничеству в конфликте [9]. Сотрудничество подразумевает глубокий анализ проблемы конфликта, что также нуждается в этих способностях [18].

Для избегания значимыми предикторами оказались ВП и ВУ, то есть способности к пониманию и управлению своими эмоциями. Результаты показывают, что чем ниже показатели по данным шкалам, тем сильнее предрасположенность подростка уйти от конфликта [19]. Более подробное описание особенностей стратегии избегания удалось получить посредством интервью.

Для уступок значимым предиктором оказался МУ, как способность управлять чужими эмоциями. Из-за неумения воздействовать на эмоции другого человека, приходится соглашаться с позицией партнера, чтобы сохранить отношения [9]. Это также согласуется с исследованиями, в которых стратегия уступок избиралась для того, чтобы замять конфликт, однако не означала полного отказа от своей позиции. Урегулирование конфликта происходило путем «соглашения» с точкой зрения оппонента для того, чтобы снизить эмоциональный накал, так называемое сглаживание конфликта [11].

Различий по возрасту и полу выявить не удалось, однако единственная стратегия, которая имеет зависимость от пола – стратегия уступок. Мальчики чаще, чем девочки, уступают в конфликте с партнером. Это может быть связано с социальными нормами, которые прививаются мальчикам. Девочки, в свою очередь, склонны прибегать к более агрессивным формам поведения в конфликте со своим партнером, настаивая на своей позиции [2].

Значимых предикторов для стратегии компромисса выявить не удалось. Нет различий ни по полу, ни по возрасту, ни по уровням ЭИ. У данной ситуации есть два объяснения. Первое – выборка оказалась недостаточной, чтобы зафиксировать значимые различия. Второе – подростки в романтических отношениях зачастую нацелены на то, чтобы найти компромиссное решение со своим партнером из соображений, что для них важно сохранить близкие отношения с этим человеком [20].

Во второй части исследования проведенное интервью с участниками позволило составить и описать особенности поведения в конфликте для подростков с разным уровнем внутриличностного ЭИ (ВЭИ).

Подростки с низким уровнем ВЭИ чаще выбирают стратегию избегания из-за трудностей в понимании и управлении эмоциями, что согласуется с предыдущими исследованиями [19, с. 21–23]. Им требуется время, чтобы разобраться в чувствах и мыслях, поэтому они уходят в себя, избегая конфликтов и опасаясь, что без достаточной аргументации и уверенности конфликт станет катастрофичным. Конфликт воспринимается ими как опасный и способен нанести вред им или партнеру. Низкая саморегуляция усиливает страх перед собственными реакциями [23; 24]. Это ведет к длительному накоплению недовольства и терпения, за которыми следует эмоциональный взрыв, часто приводящий к разрыву отношений. В таких конфликтах они прибегают к соперничеству, требуя полного удовлетворения своих потребностей [2]. Решение конфликта сводится к сохранению отношений на условиях одного партнера, либо их прекращению. После эмоциональной разрядки подростки испытывают подъем и субъективное укрепление отношений, что представляет интерес для лонгитюдного изучения эмоциональной нестабильности.

Для подростков с высоким ВЭИ характерна ориентация на совместное решение проблем с партнером через переговоры и последовательное изложение позиций [9; 22]. Конфликт они воспринимают как норму, но эскалации обычно не происходит, т. к. ситуации решаются по мере возникновения. Такие подростки способны сразу определить свои чувства, не избегают обсуждения и готовы делиться эмоциями, даже если это может вызвать негативную реакцию. Они уверены в возможности конструктивного урегулирования.

Их умение управлять эмоциями позволяет адаптировать реакции к ситуации, что ведет к стратегиям сотрудничества или поиска компромисса, вовлечению партнера и укреплению удовлетворенности отношениями, благополучия и позитивного эмоционального фона [9; 25].

Данных для того, чтобы описать качественно роль МЭИ в поведении в конфликтных ситуациях, оказалось недостаточно. Необходимо будет провести дополнительные исследования, чтобы глубже понять специфику поведения подростков с разным уровнем МЭИ.

ВЫВОДЫ

В ходе исследования была установлена взаимосвязь между уровнями ЭИ и предпочитаемыми стратегиями поведения в конфликтной ситуации с романтическим партнером в подростковом возрасте. Было проведено эмпирическое исследование влияния ЭИ на выбор стратегий поведения в конфликте среди подростков в романтических отношениях. Результатом данной работы стало подробное описание особенностей поведения в конфликте для подростков с разным уровнем ЭИ и определены дальнейшие перспективы исследования.

Исследование показало, что различные компоненты ЭИ по-разному влияют на выбор стратегий поведения подростков в конфликте с романтическим партнером. Соперничество чаще используют те, кто умеет управлять эмоциями других, что может проявляться в манипуляциях, а сотрудничество связано с умением понимать свои эмоции и причины их возникновения, что способствует конструктивному диалогу. Избегание характерно при низких показателях понимания и управления собственными эмоциями. Оно обусловлено трудностями в саморегуляции, тогда как уступки также связаны с умением управлять эмоциями партнера и чаще встречаются у мальчиков, что может отражать социальные нормы и более развитый внутриличностный ЭИ. Для компромисса значимых предикторов не выявлено, возможно, из-за особенностей выборки или ориентации подростков на сохранение отношений. Подростки с низким уровнем внутриличностного ЭИ склонны избегать конфликтов, копить напряжение и впоследствии прибегать к соперничеству, тогда как подростки с высоким уровнем внутриличностного ЭИ воспринимают конфликт как нормальное явление, открыто обсуждают проблемы и предпочитают сотрудничество или поиск компромисса. Роль межличностного ЭИ в поведении в конфликте требует дальнейшего изучения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Романтические отношения у подростков — важный первый опыт, влияющий на будущее построение семьи и отношений. Исследование этой темы сложное и требует учета возрастных особенностей. Актуальность обусловлена постоянными изменениями общества и неизменной потребностью в любви и доверии.

Удалось обнаружить и описать особенности поведения в конфликте и конфликтных ситуациях для подростков, с разными способностями в понимании и управлении своими и чужими эмоциями. Как и ожидалось, для подростков с высоким уровнями ЭИ, в частности, ВЭИ, гораздо более свойственное прибегать к стратегиям сотрудничества в конфликте с партнером, в то время как подростки с низким уровнем ВЭИ избегают конфликтов и эмоционального напряжения, которое их сопровождает. Умение управлять эмоциями другого человека позволяет подростку быть более настойчивым в своей позиции и прибегать к стратегии соперничества с партнером, в то время как низкие показатели по данной способности указывают о склонности подростка уступать в конфликте. Стратегия компромисса оказалась единственной, которую не удалось предсказать с помощью разных ЭИ. Это может свидетельствовать о том, что подростки, в целом, ориентируются на поиск «золотой середины» в конфликте с партнером, а также о том, что выбор этой стратегии поведения в конфликте с партнером не объясняется уровнем ЭИ подростка.

Исследование имеет ряд ограничений. В исследовании рассматривались только подростки, состоящие в романтических отношениях, что исключило опыт тех, кто разорвал отношения, и не позволило оценить связь ЭИ со стратегиями поведения в таких случаях. Отсутствуют адаптированные на русский язык методики для изучения конфликтов в романтических парах подростков. Проведение интервью с несколькими участниками исследования в некоторой мере разрешает это ограничение. Есть перевес выборки в сторону старших подростков (15–17 лет), что ограничивает обобщаемость результатов. Романтические отношения в подростковом возрасте непостоянны и не долговременны, особенно в младшем и среднем возрасте, из-за чего необходимо уточнить, что большая часть приведенных

результатов относится к старшим подросткам. Вторая часть исследования описывает стратегии поведения только при разном уровне внутриличностного ЭИ, тогда как данных по межличностному ЭИ оказалось недостаточно, что требует дополнительных исследований.

Список литературы

1. Андреева, И. Н. О становлении понятия «эмоциональный интеллект» / И. Н. Андреева // Вопросы психологии — 2008 — 5 — 83–95. — EDN: NBEWFT.
2. Jordan, P. J. Managing emotions during team problem solving: Emotional intelligence and conflict resolution / P. J. Jordan, A. C. Troth // Emotion and Performance. CRC Press. — 2021. — 195–218. — DOI: 10.1201/9780429187636-4.
3. Бочавер, К. А. Романтические отношения в юношеском возрасте (представления о преодолении трудностей): специальность 19.00.05 «Социальная психология»: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук. М.: 2012 — 198 с. — EDN: QFWAQF.
4. Собкин, В.С. Причины конфликтов подростков с учителями, родителями, одноклассниками и социальная ситуация развития / В.С. Собкин, Е. А. Калашникова, Ю. О. Коломнец // Вопросы психологии — 2020 — 66(5) — 13–25. — EDN: YGJUBP.
5. Гурова, Е.В. Психологические проблемы современных подростков. Высшее образование для XXI века: проблемы воспитания / Е. В. Гурова, Н.А. Гусева // XIV Международная научная конференция: в 2-х частях, Москва, 14–16 декабря 2017 г. Ч. 1. М.: Московский гуманитарный университет; 2017 — 253–259. — EDN: YRYFXD.
6. Gómez-López, M., Well-Being and Romantic Relationships: A Systematic Review in Adolescence and Emerging Adulthood / M. Gómez-López, C. Viejo, R. Ortega-Ruiz // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2019 — 16. — DOI: 10.3390/ijerph16132415.
7. Meier, A. Romantic relationships from adolescence to young adulthood: Evidence from the National Longitudinal Study of Adolescent Health / A. Meier, G. Allen // The Sociological Quarterly. 2009—50(2) — 308–335. — DOI: 10.1111/j.1533-8525.2009.01142.x.
8. Collins, W.A. More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence / W.A. Collins // Journal of Research on Adolescence. 2003—13(1) — 1–24. — DOI: 10.1111/1532-7795.1301001.
9. Todorov, E.H., Emotion regulation difficulties and relationship satisfaction in adolescent couples: The role of conflict resolution strategies / E.H. Todorov, A. Paradis, T. Ha // Journal of Youth and Adolescence. 2023— 52(8) — 1753–1767. — DOI: 10.1007/s10964-023-01787-6 EDN: OQSQPU.
10. Люсин, Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика — 2006 — 4 — 3–22. — EDN: VZMIFN.
11. Ильин, Е.П. Психология общения и межличностных отношений. 2-е изд. Санкт-Петербург: Питер, — 2021 — 592 с. — ISBN: 5-4461-9613-9.
12. Баранова, Т. О. Социально-психологические детерминанты выбора различных форм романтических отношений / Т. О. Баранова // Санкт-Петербургский государственный университет, Питер, — 2022 — 122 с.
13. Зотова, О. Ю. Потребность в безопасности и опыт близких отношений в подростковом возрасте / О. Ю. Зотова, Л.В. Тарасова, Д. Н. Васьков // Ярославский педагогический вестник. — 2022—4(127) — 117–129. — DOI: 10.20323/1813-145X-2022-4-127-117-129. — EDN: KLGBBK.
14. Furman, W. Toward a theory of adolescent romantic relationships. / E.A. Wehner, W. Furman // Personal Relationships During Adolescence, — 1994 — 168–195.
15. Люсин, Д.В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные / Д. В. Люсин // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям. Москва, Институт психологии РАН — 2009—264–278. — EDN: SLANQV.
16. Кардашина, С.В. Психометрические характеристики русскоязычной версии опросника К. Томаса - Р. Килманна («Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument-ТКИ-Р»). / С. В. Кардашина, Н.В. Шаньгина // Педагогическое образование в России. — 2016 — (11) — 216–228. — DOI: 10.26170/po16-11-36. — EDN: YGWCEL.
17. Бусыгина, Н.П. Качественные и количественные методы исследований в психологии: учебник. Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Издательство ЮРАЙТ» — 2015 — 423 с. (Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN: 978-5-9916-5182-0. — EDN: TPGLOM.
18. Thomas, K.W. Comparison of four instruments measuring conflict behavior / K.W. Thomas, R.H. Kilmann // Psychological Reports. — 1978— 42(3_suppl) — 1139–1145. — DOI: 10.2466/pr0.1978.42.3c.1139.

19. Connolly, J. Adolescents' use of affiliative and aggressive strategies during conflict with romantic partners and best-friends. *Romantic Relationships and Sexuality in Adolescence and Young Adulthood*. / J. Connolly, K. Baird, V. Bravo, B. Lovald, D. Pepler, W. Craig // Routledge. — 2018— 65–80. — DOI: 10.1080/17405629.2015.1066244.
20. Jardine, B.B. Emotional intelligence and romantic relationship satisfaction: A systematic review and meta-analysis. / B.B. Jardine, S. Vannier, D. Voyer // *Personality and Individual Differences*. — 2022—196— 111713. — DOI: 10.1016/j.paid.2022.111713. — EDN: WUJVJV.
21. Gunkel, M. Cultural values, emotional intelligence, and conflict handling styles: A global study. / M. Gunkel, C. Schlaegel, V. Taras // *Journal of World Business*. — 2016— 51(4) — 568–585. — DOI: 10.1016/j.jwb.2016.02.001. — EDN: VCMOAH.
22. Hajihasani, M. Marital satisfaction among girls with early marriage in Iran: Emotional intelligence and religious orientation. / T. Sim, M. Hajihasani // *International Journal of Adolescence and Youth*. — 2019—24(3) —297–306. — DOI: 10.1080/02673843.2018.1528167.
23. Schlaerth, A. A meta-analytical review of the relationship between emotional intelligence and leaders' constructive conflict management / A. Schlaerth, N. Ensari, J. Christian // *Group Processes & Intergroup Relations*. — 2013. — 16(1). — 126–136. — DOI: 10.1177/1368430212439907.
24. Миронова, О. И. Субъектно-психологическая концепция вынужденных контактов, Москва: Издательство АП-КиППРО, — 2013. — 308 с. — ISBN: 978-5-8429-1202-5. — EDN: TGRAKH.
25. Миронова, О. И. Цифровизация социальных контактов-риски для женщин, использующих приложения и сайты знакомств для поиска брачного партнера / О. И. Миронова, Л. А. Рунала, Е. С. Мионов. // *Психология и право*. — 2021. — 11(4). — 42–63. — DOI: 10.17759/psylaw.2021110404. —EDN: LUIJUZ.

References

1. Andreeva, I. N. (2008). On the history of the development of the concept of “emotional intelligence.” *Voprosy Psikhologii*, 5, 83–95. (In Russian).
2. Jordan, P. J., Troth A.C. (2021). Managing emotions during team problem solving: Emotional intelligence and conflict resolution. *Emotion and Performance*. CRC Press, 195–218. <https://doi.org/10.1201/9780429187636-4>
3. Bochaver, K.A. (2012). Romantic relationships in adolescence (views on overcoming difficulties): Specialty 19.00.05 “Social Psychology”: Diss. for the degree of Candidate of Psychological Sciences. Moscow, 198. (In Russian).
4. Sobkin, V.S., Kalashnikova, E.A., Kolomiets, Yu.O. (2020). Causes of conflicts between adolescents and teachers, parents, classmates, and the social situation of development. *Voprosy Psikhologii*, 66(5), 13–25. (In Russian).
5. Gurova, E.V., Guseva, N.A. (2017). Psychological problems of modern adolescents. In: Higher Education for the 21st Century: Problems of Education. XIV International Scientific Conference: in 2 parts, Moscow, December 14–16, 2017. Part 1. Moscow: Moscow University for the Humanities, 253–259. (In Russian).
6. Gómez-López, M., Viejo, C., Ortega-Ruiz, R. (2019). Well-Being and Romantic Relationships: A Systematic Review in Adolescence and Emerging Adulthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16. <https://doi.org/10.3390/ijerph16132415>
7. Meier, A., Allen, G. (2009). Romantic relationships from adolescence to young adulthood: Evidence from the National Longitudinal Study of Adolescent Health. *The Sociological Quarterly*, 50(2), 308–335. <https://doi.org/10.1111/j.1533-8525.2009.01142.x>
8. Collins, W.A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1–24. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001>
9. Todorov, E.H., Paradis, A., Ha, T. (2023). Emotion regulation difficulties and relationship satisfaction in adolescent couples: The role of conflict resolution strategies. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(8), 1753–1767. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01787-6>
10. Lyusin, D.V. (2006). A new method for measuring emotional intelligence: The EmIn questionnaire. *Psychological Diagnostics*, 4, 3–22.
11. Ilyin, E.P. (2021). Psychology of Communication and Interpersonal Relations. 2nd ed. Saint Petersburg: Piter, 592 (In Russian).
12. Baranova, T. O. (2022). Social-psychological determinants of choosing different forms of romantic relationships. Saint Petersburg. (In Russian).
13. Zotova, O. Yu., Tarasova, L. V., Vaskov, D. N. (2022). The need for safety and the experience of close relationships in adolescence. *Yaroslavl Pedagogical Bulletin*, 4(127), 117-129. (In Russian).

14. Furman, W., Wehner, E.A. (1994). Toward a theory of adolescent romantic relationships. *Personal Relationships During Adolescence*, 168–195.
15. Lyusin, D.V. (2009). The EmIn emotional intelligence questionnaire: New psychometric data. In: *Social and Emotional Intelligence: From Processes to Measurement*. Moscow: Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences, 264–278. (In Russian).
16. Kardashina, S.V., Shangina, N.V. (2016). Psychometric characteristics of the Russian-language version of the K. Thomas–R. Kilmann questionnaire (“Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument-TKI-R”). *Pedagogical Education in Russia*. (11), 216–228. (In Russian). <https://doi.org/10.26170/po16-11-36>
17. Busygina, N.P. (2015). *Qualitative and Quantitative Research Methods in Psychology: Textbook*. Moscow: Yurayt Publishing House LLC. (Bachelor’s and Master’s Academic Course). (In Russian).
18. Thomas, K.W., Kilmann, R.H. (1978). Comparison of four instruments measuring conflict behavior. *Psychological Reports*, 42 (3_suppl), 1139–1145. <https://doi.org/10.2466/pr0.1978.42.3c.1139>
19. Connolly, J., Baird, K., Bravo, V., Lovald, B., Pepler, D., Craig, W. (2018). Adolescents’ use of affiliative and aggressive strategies during conflict with romantic partners and best-friends. *Romantic Relationships and Sexuality in Adolescence and Young Adulthood*. *Routledge*, 65–80. <https://doi.org/10.1080/17405629.2015.1066244>
20. Jardine, B.B., Vannier, S., Voyer, D. (2022). Emotional intelligence and romantic relationship satisfaction: A systematic review and meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 196, 111713. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111713>
21. Gunkel, M., Schlaegel, C., Taras, V. (2016). Cultural values, emotional intelligence, and conflict handling styles: A global study. *Journal of World Business*, 51(4), 568–585. <https://doi.org/10.1016/j.jwb.2016.02.001>
22. Hajihasani, M., Sim, T. (2019). Marital satisfaction among girls with early marriage in Iran: Emotional intelligence and religious orientation. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(3), 297–306. <https://doi.org/10.1080/02673843.2018.1528167>
23. Schlaerth, A., Ensari, N., Christian, J. (2013). A meta-analytical review of the relationship between emotional intelligence and leaders’ constructive conflict management. *Group Processes & Intergroup Relations*, 16(1), 126–136. <https://doi.org/10.1177/1368430212439907>
24. Mironova, O. I. (2013). The subject and psychological concept of the compelled contacts. Moscow, Academy for Advanced Training and Professional Retraining of Educators. (In Russian).
25. Mironova, O. I., Ruonala, L. A., Mironov, E. S. (2021). Digitalization of Social Contacts – Risks for Women Seeking a Spouse through Dating Sites and Apps. *Psychology and Law*, 11(4), 42–63. (In Russian). <https://doi.org/10.17759/psylaw.2021110404>