



Научно-исследовательский журнал «International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 6 / 2025, Vol. 8, Iss. 6 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

УДК 159.9.07

¹ Радченко П.А.,

¹ Осинская С.А.,

¹ Дальневосточный федеральный университет

Жизнестойкость IT-специалистов с разным уровнем эмоционального интеллекта

Аннотация: в данной работе рассматриваются результаты эмпирического исследования жизнестойкости IT-специалистов с разным уровнем эмоционального интеллекта. В исследовании приняло участие 66 специалистов сферы информационных технологий г. Владивосток в возрасте от 18 до 45 лет. В ходе исследования было установлено, что в связи с особенностями профессиональной деятельности показатели жизнестойкости IT-специалистов имеют разную степень выраженности, а также статистически значимо отличаются в группах с низким, средним и высоким уровнем межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта. Также были выявлены значимые корреляционные связи между компонентами жизнестойкости и уровнем эмоционального интеллекта.

Ключевые слова: жизнестойкость, эмоциональный интеллект, психологическое здоровье, IT специалисты, межличностный эмоциональный интеллект, внутриличностный эмоциональный интеллект

Для цитирования: Радченко П.А., Осинская С.А. Жизнестойкость IT-специалистов с разным уровнем эмоционального интеллекта // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 6. С. 93 – 97.

Поступила в редакцию: 7 апреля 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 4 июня 2025 г.; Принята к публикации: 20 июля 2025 г.

¹ Radchenko P.A.,

¹ Osinskaya S.A.,

¹ Far Eastern Federal University

Hardiness of IT specialists with different levels of emotional intelligence

Abstract: this article describes the results of an empirical study of hardiness of IT specialists with different levels of emotional intelligence. The study involved 66 IT specialists from Vladivostok aged 18 to 45 years. The study found that the indicators of IT specialists' hardiness have different degrees of expression due to the specifics of their professional activities. The results also differ statistically significantly in groups with low, medium and high levels of interpersonal and intrapersonal emotional intelligence. The study also revealed significant correlations between the components of hardiness and the level of emotional intelligence.

Keywords: hardiness, emotional intelligence, psychological health, IT specialists, interpersonal emotional intelligence, intrapersonal emotional intelligence

For citation: Radchenko P.A., Osinskaya S.A. Hardiness of IT specialists with different levels of emotional intelligence. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (6). P. 93 – 97.

The article was submitted: April 7, 2025; Approved after reviewing: June 4, 2025; Accepted for publication: July 20, 2025

Введение

На данный момент в мире активно осуществляется цифровизация многих процессов, и сотрудники сферы информационных технологий становятся

как никогда востребованы. Современные требования к работникам включают способность справляться с высокими информационными нагрузками, непрерывное обучение и освоение новых цифро-

вых продуктов. Все эти факторы в совокупности приводят к увеличению напряженности рабочего процесса и неблагоприятно сказываются на психологическом благополучии человека [1]. С активным ростом сферы ИТ усиливается необходимость анализа психологических особенностей сотрудников данной области с целью снижения риска профессионального выгорания [2] и потери смысла профессиональной деятельности [3], а также для обеспечения психологической безопасности. Вследствие чего, особо актуальной становится проблема жизнестойкости сотрудников, которую можно рассматривать как одну из основных составляющих, оказывающих влияние на результативное функционирование всей организации. По определению Д.А. Леонтьева жизнестойкость характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, при этом сохраняя внутренний баланс и не снижая успешность деятельности [4]. В зарубежных исследованиях С. Мадди определил данную личностную переменную как паттерн структуры установок и навыков, позволяющий превратить изменения окружающей действительности и стрессовые обстоятельства из потенциальных катастроф в возможности роста [5].

Также в связи с особенностями профессиональной деятельности, которая основана на взаимодействии с информационными технологиями и часто сопровождается уменьшением количества времени, которое человек проводит в социуме, актуальным является изучение эмоционального интеллекта ИТ специалистов. Некоторые исследователи отмечают влияние эмоционального интеллекта на уровень жизнестойкости [6]. Помимо этого ряд авторов указывает на значимую роль эмоционального интеллекта в процессе профессиональной деятельности [7, 8].

В данной работе была использована модель эмоционального интеллекта Д.В. Люсина, в которой выделяются два аспекта – межличностный и внутриличностный эмоциональный интеллект, а сам термин трактуется как «способность к пониманию и управлению эмоциями, как своими собственными, так и чужими» [9].

Материалы и методы исследований

Цель исследования: изучение структурных компонентов жизнестойкости ИТ специалистов с разным уровнем эмоционального интеллекта. В исследовании были использованы теоретические и эмпирические методы. Эмпирической базой исследования послужили организации г. Владивосток. В исследовании приняло участие 66 ИТ-специалистов (46 мужчин и 20 женщин), возраст респондентов 18-45 лет. Исходя из целей исследования был использован психодиагностический инструментарий: Тест жизнестойкости С. Мадди (в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой, 2006) [4]; Тест эмоционального интеллекта (ЭМИн) Д. Люсина [9].

Для обработки эмпирических данных были применены количественные и качественные методы, методы математико-статистического анализа данных (U-критерий Манна-Уитни и коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

Результаты и обсуждения

На первом этапе исследования полученные результаты были рассмотрены отдельно по методикам в общей выборке (n=66).

Результаты распределения респондентов по шкалам и уровню выраженности по методике «Тест жизнестойкости» С. Мадди (в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой, 2006) представлены в табл. 1.

Таблица 1

Результаты методики «Тест жизнестойкости» С. Мадди.

Table 1

Results of the “Viability Test” method by S. Maddi.

Шкалы	Низкий уровень человек (%)	Средний уровень человек (%)	Высокий уровень человек (%)
Общий показатель жизнестойкости.	14 человек (21,21%)	43 человек (65,15%)	9 человек (13,64%)
Вовлеченность	15 человек (22,73%)	48 человек (72,73%)	3 человек (4,54%)
Контроль	9 человек (13,64%)	47 человек (71,21%)	10 человек (15,15%)
Принятие риска	6 человек (9,09%)	39 человек (59,09%)	21 человек (31,82 %)

Исходя из результатов видно, что по шкале «Общий показатель жизнестойкости» достаточно высокий процент респондентов (21,2%) относится к группе с низким уровнем. При рассмотрении шкалы «Вовлеченность» было выявлено, что количество человек с низким уровнем в 5 раз превышает количество респондентов с высоким. Одной из причин низкого уровня вовлеченности может выступать проблема выгорания, которую исследователи отмечают в сфере ИТ [2].

Отметим, что показатель группы с высоким уровнем принятия риска составляет 31,8 %. Данный результат свидетельствует о том, что, в связи с особенностями профессиональной деятельности

ИТ-специалистов в условиях динамично меняющейся технологической среды, в структуре жизнестойкости шкала принятия риска играет особую роль и имеет высокие показатели. В исследованиях, посвященных изучению психологических особенностей сотрудников в профессиях информационного типа к ряду важных качеств для ИТ-специалистов относят толерантность к неопределенности [10], которая концептуально связана с принятием риска.

Далее рассмотрим результаты исследования эмоционального интеллекта специалистов в сфере информационных технологий (табл. 2).

Таблица 2

Результаты методики Тест эмоционального интеллекта (ЭмИн) Д. Люсина.

Table 2

Results of the Emotional Intelligence Test (EmIn) by D. Lyusin.

Шкалы	Низкий уровень человек (%)	Средний уровень человек (%)	Высокий уровень человек (%)
Межличностный ЭИ (МЭИ)	34 человек (51,51%)	21 человек (31,82%)	11 человек (16,7%)
Внутриличностный ЭИ (ВЭИ)	12 человек (18,18%)	28 человек (42,43%)	26 человек (39,39%)
Понимание эмоций (ПЭ)	24 человек (36,36%)	25 человек (37,88%)	17 человек (25,76%)
Управление эмоциями (УЭ)	18 человек (27,27%)	27 человек (40,91%)	21 человек (31,82%)

Как можно видеть в таблице по шкале межличностного ЭИ группа с низким уровнем является самой многочисленной (51,5%). Среди факторов, которые могут выступать причиной низкого уровня межличностного ЭИ ИТ-специалистов, можно выделить фокус на технических навыках, а не навыках коммуникации, недостаточное количество социального взаимодействия в результате длительной работы за компьютером. Однако, у ИТ-специалистов наблюдается достаточно высокий уровень внутриличностного ЭИ – 39,4%. Высокий уровень внутриличностного ЭИ способствует более эффективному обучению и адаптации к изменениям, помогает специалистам эффективно справляться со сложными задачами и сохранять эмоциональную стабильность в условиях ограни-

ченного временного ресурса, данный показатель необходим ИТ-специалистам для профессиональной реализации. В результате того, что в ИТ-среде ключевыми являются технические навыки, требующие развитого уровня внутриличностного ЭИ, и менее значимы коммуникативные навыки, возникает значительная разница в выраженности межличностного и внутриличностного ЭИ.

На следующем этапе был проведен сравнительный анализ показателей жизнестойкости ИТ-специалистов с разным уровнем межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта. Респонденты были разделены на группы с низким, средним и высоким ЭИ, различия рассматривались между группами попарно при помощи U-критерия Манна-Уитни (табл. 3).

Таблица 3

Различия показателей методики «Тест жизнестойкости» С. Мадди в группах с разным уровнем межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта.

Table 3

Differences in the indicators of the “Hardiness Test” method by S. Maddi in groups with different levels of interpersonal and intrapersonal emotional intelligence.

Межличностный эмоциональный интеллект			
	Низкий-высокий	Низкий-средний	Средний-высокий
Жизнестойкость	,003	,150	,030
Вовлеченность	,009	,323	,045
Контроль	,005	,187	,024
Принятие риска	,027	,259	,102
Внутриличностный эмоциональный интеллект			
	Низкий-высокий	Низкий-средний	Средний-высокий
Жизнестойкость	,000	,400	,000
Вовлеченность	,000	,391	,000
Контроль	,000	,231	,001
Принятие риска	,068	,988	,017

Согласно полученным данным, показатели по шкалам жизнестойкости, вовлеченности и контроля отличаются между группами ИТ-специалистов с низким-высоким, а также средним-высоким уровнем межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта так как асимптотическое значение ниже критического 0,05, различия между группами с низким и средним уровнем отсутствуют. Исходя из этого, можно утверждать, что выраженность структурных компонентов жизнестойкости ИТ-специалистов отличается в зависимости от уровня развития эмоционального интеллекта.

Также в исследовании были рассмотрены корреляционные связи между показателями жизнестойкости и эмоционального интеллекта при помощи непараметрического критерия ранговой корреляции Спирмена. В результате анализа были выявлены корреляции на уровне значимости $p \leq 0,01$ между шкалами Межличностный ЭИ и Жизнестойкость, Контроль, а также Внутриличностный ЭИ и Жизнестойкость, Вовлеченность, Контроль. Корреляции на уровне значимости $p \leq 0,05$ были выявлены между шкалами Межличностный ЭИ и Вовлеченность, Принятие риска, а также Внутриличностный ЭИ и Принятие риска. Полученные результаты показали, что существуют значимые корреляционные связи между всеми шкалами методики «Тест жизнестойкости» С. Мадди и показателями внутриличностного и межличностного эмоционального ЭИ. Следует отметить, что наличие корреляции не предполагает

причинно-следственных связей, однако позволяет предположить, что развитие компонентов эмоционального интеллекта может способствовать повышению жизнестойкости, а также, напротив, более высокая жизнестойкость способствует развитию эмоционального интеллекта. Для более глубокого понимания механизмов их взаимовлияния необходимо проведение дополнительных исследований, направленных на развитие обоих конструктов.

Выводы

1. По результатам теста жизнестойкости С. Мадди у ИТ-специалистов наблюдается низкий и средний уровень по шкале вовлеченности, средний и высокий уровень по шкале принятия риска.

2. По шкалам эмоционального интеллекта было выявлено различие между показателями межличностного и внутриличностного ЭИ: больше половины респондентов имеют низкий уровень межличностного эмоционального интеллекта, при этом внутриличностный ЭИ находится на среднем и высоком уровне.

3. Было обнаружено наличие различий показателей жизнестойкости в группах ИТ-специалистов с низким, средним и высоким уровнем межличностного и внутриличностного ЭИ. Показатели жизнестойкости ИТ-специалистов в группе с высоким уровнем эмоционального интеллекта значительно выше.

4. Было установлено наличие прямой корреляционной связи между всеми шкалами теста жизнестойкости С. Мадди и уровнем межличностного и внутриличностного ЭИ.

Список источников

1. Паскенова А.В., Макаричева Э.В., Фатхутдинова Л.М. Психологические особенности работников ИТ-сферы с различными профессиональными задачами // Неврологический вестник. 2018. № 1 (L). С. 33 – 36.
2. Гофман О.О., Водопьянова Н.Е., Джумагулова А.Ф., Никифоров Г.С. Проблема профессионального выгорания специалистов в сфере информационных технологий: теоретический обзор // Организационная психология. 2023. № 1 (13). С. 117 – 144.
3. Сорокоумова Е.А., Фадеев Д.С. Исследование психологических основ проблемы потери смысла профессиональной деятельности работников ИТ-сферы // Смыслообразование и его контексты: жизнь, структура, культура, опыт. 2022. № 1. С. 115 – 118.
4. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
5. Maddi S.R. The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice // Consulting Psychology Journal: Practice and Research. 2002. № 3 (54). P. 173 – 185.
6. Клементинская Е.А., Назарова У.А. Влияние эмоционального интеллекта на уровень жизнестойкости // Инновационная научная современная академическая исследовательская траектория (ИНСАЙТ). 2022. № 1 (9). С. 9 – 27.
7. Хлевная Е.А., Киселева Т.С., Сергиенко Е.А., Никитина А.А., Осипенко Е.И. Роль эмоционального интеллекта в профессиональном благополучии человека // Казанский педагогический журнал. 2020. № 6. С. 265 – 273.
8. Arjit P., Shardul Sh., Vijayshri T. Impact of Emotional Intelligence on employability of IT professionals // Management Insight - The Journal of Incisive Analysers. 2018. № 1 (14). P. 14 – 21.
9. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3 – 22.
10. Рубцова Н.Е., Ефремова Г.И. Психологические особенности субъектов труда в профессиях информационного типа // Психолого-педагогический поиск. 2021. № 3 (59). С. 147 – 163.

References

1. Paskenova A.V., Makaricheva E.V., Fatkhutdinova L.M. Psychological characteristics of IT workers with different professional tasks. Neurological Bulletin. 2018. No. 1 (L). P. 33 – 36.
2. Goffman O.O., Vodopyanova N.E., Dzhumagulova A.F., Nikiforov G.S. The problem of professional burnout of specialists in the field of information technology: a theoretical review. Organizational Psychology. 2023. No. 1 (13). P. 117 – 144.
3. Sorokoumova E.A., Fadeev D.S. Study of psychological foundations of the problem of loss of meaning in professional activity of IT workers. Meaning formation and its contexts: life, structure, culture, experience. 2022. No. 1. P. 115 – 118.
4. Leontiev D.A., Rasskazova E. I. Vitality test. Moscow: Smysl, 2006. 63 p.
5. Maddi S.R. The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice. Consulting Psychology Journal: Practice and Research. 2002. No. 3 (54). P. 173 – 185.
6. Klementinskaya E.A., Nazarova U.A. The influence of emotional intelligence on the level of viability. Innovative scientific modern academic research trajectory (INSIGHT). 2022. No. 1 (9). P. 9 – 27.
7. Khlevnaya E.A., Kiseleva T.S., Sergienko E.A., Nikitina A.A., Osipenko E.I. The role of emotional intelligence in a person's professional well-being. Kazan Pedagogical Journal. 2020. No. 6. P. 265 – 273.
8. Arjit P., Shardul Sh., Vijayshri T. Impact of Emotional Intelligence on employability of IT professionals. Management Insight – The Journal of Incisive Analysers. 2018. No. 1 (14). P. 14 – 21.
9. Lyusin D.V. New methodology for measuring emotional intelligence: the EmIn questionnaire. Psychological diagnostics. 2006. No. 4. P. 3 – 22.
10. Rubtsova N.E., Efremova G.I. Psychological characteristics of labor subjects in information-type professions. Psychological and pedagogical search. 2021. No. 3 (59). P. 147 – 163.

Информация об авторах

Радченко П.А., Дальневосточный федеральный университет, radchenko.pa@dvfu.ru

Осинская С.А., кандидат психологических наук, Дальневосточный федеральный университет, osinskaya.sa@dvfu.ru