ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ GENERAL PSYCHOLOGY, PSYCHOLOGY OF PERSONALITY, HISTORY OF PSYCHOLOGY

Научная статья
УДК 159.9.072
DOI: 10.14529/jpps250101

Интеллектуальные характеристики как предикторы жизнеспособности студентов

М.А. Грачев[✉], Е.А. Рыльская

Южно-Уральский государственный университет, Челябинск, Россия

[✉] mikhailgrachev1999@gmail.com

Аннотация

Обоснование. При всей дискуссионности трактовок интеллекта предельно общее определение, вызывающее менее всего возражений, основано на его понимании как некоторой способности, определяющей общую успешность адаптации человека к новым условиям, а механизмы интеллекта рассматриваются в контексте решения широкого спектра задач во внутреннем плане действия при доминировании роли сознания над бессознательным. Подобное понимание позволяет предполагать определенную роль интеллектуальных способностей в поддержании общих жизненных способностей человека. Между тем интеллект как составляющая жизнеспособности изучен недостаточно. **Целью** данной статьи является выявление интеллектуальных предикторов жизнеспособности. **Материалы и методы.** В исследовании приняли участие студенты вузов разных направлений обучения 1–5-х курсов обучения. Использованные методики: прогрессивные матрицы Дж. Равена, тест Е. Торренса, набор креативных тестов Ф. Вильямса, тест социального интеллекта Дж. Гилфорда, опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина, тест «Жизнеспособность человека» Е.А. Рыльской, опросник «Метакогнитивная включенность в деятельность» Г. Шроу и Р. Деннисона, опросник «Рациональный-Опытный (REI)» С. Эпстайна и Р. Пачини. **Результаты.** Для каждого из четырех компонентов жизнеспособности и ее общего показателя определены модели, только две из них имеют достаточную предсказательную силу. Переменные «способности адаптации» и «осмысленность жизни» как показатели жизнеспособности предсказываются переменными IQ, эмоционального интеллекта, опытного стиля мышления и метакогнитивной включенности. **Заключение.** Определены предикторы для двух из четырех показателей жизнеспособности: для способностей адаптации предиктором является показатель метакогнитивной включенности в деятельность, где зависимость обратная; для осмысленности жизни предикторами являются общий эмоциональный интеллект и метакогнитивная включенность. Также значимым предиктором является IQ, но он не включен в уравнения, вероятно, из-за более сложной связи, поиск которой находится вне рамок текущего исследования.

Ключевые слова: жизнеспособность, интеллект, эмоциональный интеллект, метакогнитивные процессы, предикторы жизнеспособности

Благодарности: авторы благодарят Е.Т. Муратова, аспиранта МЭИ, инженера-исследователя ИБРАЭ РАН, за помощь в проведении расчетов.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Грачев М.А., Рыльская Е.А. Интеллектуальные характеристики как предикторы жизнеспособности студентов // Психология. Психофизиология. 2025. Т. 18, № 1. С. 5–15. DOI: 10.14529/jpps250101

Resilience in individuals: intellectual characteristics as predictors

M.A. Grachev[✉], E.A. Rylskaya

South Ural State University, Chelyabinsk, Russia

[✉] mikhailgrachev1999@gmail.com

Abstract

Introduction. Resilience, defined as the capacity to maintain stability in the face of life challenges, inherently encompasses cognitive and intellectual components. Despite its significance, the role of intellectual characteristics as predictors of resilience remains underexplored. This study aims to provide both theoretical and empirical evidence for the predictive power of intellectual characteristics in relation to human resilience. **Aims:** to investigate the extent to which intellectual characteristics serve as predictors of resilience. **Materials and methods:** the study sample consisted of university students. A comprehensive battery of psychometric instruments was employed, including Raven's Progressive Matrices, the Torrance Test of Creative Thinking, F. Williams' Creativity Assessment Packet, J. Guilford's Social Intelligence Test, D.V. Lyusin's Emotional Intelligence Questionnaire (EmIn), E.A. Rylskaya's Human Resilience Test, G. Schraw and R. Dennison's Metacognitive Awareness Inventory, and the Rational-Experiential Inventory (REI) by S. Epstein and R. Pacini. **Results.** Predictive models were constructed for four resilience indicators, of which two demonstrated significant predictive power. The resilience indicators "adaptive abilities" and "mindfulness" were predicted by IQ, emotional intelligence, experiential thinking style, and metacognitive awareness. **Conclusion.** The study identified predictors for two of the four resilience indicators examined. Adaptive abilities were influenced by metacognitive engagement, while mindfulness was associated with emotional intelligence and metacognitive awareness. The exclusion of IQ from the regression models suggests a nuanced relationship that extends beyond the scope of this research.

Keywords: resilience, intelligence, emotional intelligence, metacognitive awareness, resilience predictors

Acknowledgments: the authors are grateful to E. Muratov, a postgraduate student at MPEI and engineer-researcher at the Nuclear Safety Institute, for his assistance in the computational analysis of the results.

The authors declare no conflict of interest.

For citation: Grachev M.A., Rylskaya E.A. Resilience in individuals: intellectual characteristics as predictors. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya = Psychology. Psychophysiology.* 2025;18(1):5–15. (in Russ.) DOI: 10.14529/jpps250101

Введение

Жизнеспособность в научном дискурсе первым определил Б.Г. Ананьев как «потенциал развития», помогающий человеку поддерживать продуктивность деятельности в экстремальных ситуациях [1].

В современной психологии понятие жизнеспособности разрабатывают А.В. Махнач, Л.Г. Дикая, А.И. Лактионова, А.А. Нестерова, С.В. Котовская и др. ими изучаются общие закономерности жизнеспособности человека, жизнеспособности подростков, семьи (в том числе приемной), безработных, представителей экстремальных профессий и др. [2–6].

Жизнеспособность рассматривается как сложная интегративная характеристика личности, обеспечивающая устойчивость в условиях жизненных трудностей. Она формируется бла-

годаря сочетанию эмоциональных, когнитивных и социальных ресурсов, которые помогают адаптироваться к изменчивой среде [7, 8]. Жизнеспособность опирается на взаимодействие эмоциональных, когнитивных и метакогнитивных ресурсов, включая такие переменные, как интеллект, эмоциональный интеллект, креативность и метакогнитивная включенность.

Обзор литературы

Когнитивные составляющие жизнеспособности сегодня мало изучены. В ряде русскоязычных источников можно найти единичные исследования по этой теме. Так, в одном из исследований декларируется важность развития музыкального интеллекта у младших школьников с целью развития общего творческого потенциала детей, а также для развития

личности, которая могла бы быстро адаптироваться к окружающим условиям [9]. В другом русскоязычном исследовании приводится взаимосвязь жизнеспособности, внутренней мотивации и академической успеваемости, которая в контексте нашего исследования может быть рассмотрена в качестве косвенного показателя интеллекта (как способности решать поставленные задачи)¹. Также в одном из исследований показано, что жизнеспособность подростков зависит от социального взаимодействия (формирование устойчивых социальных связей увеличивает показатели жизнеспособности) [10].

Интеллектуальные характеристики изучены зарубежными авторами более обширно. Важно обозначить, что на английском языке, как и на русском, зачастую происходит смешение, если не замена понятий «жизнеспособность» и «жизнестойкость». Во время подготовки теоретического обзора мы регулярно сталкивались с этим что в русскоязычных, что в англоязычных источниках. Так, в результате лонгитюдного исследования когнитивных функций у взрослых оказалось, что вероятность их нарушения можно снизить практически в два раза, работая над развитием жизнеспособности [11]. В другом исследовании показана значимая роль жизнеспособности в отношении сохранения целостности личности при наличии детских травм и диагностированной клинической депрессии [12]. Также достаточно исследований в контексте влияния физической активности на способность к обучению и жизнеспособность [13, 14] и влияния ряда методик групповой когнитивно-поведенческой терапии на жизнеспособность у людей разного возраста [15, 16].

Рассмотрим актуальные исследования, в которых жизнеспособность взаимодействует с перечисленными эмоциональными и когнитивными переменными. Эмоциональный интеллект играет ключевую роль в жизнеспособности, так как помогает управлять эмоциями, снижать стресс и улучшать адаптацию. Эмоциональный интеллект спо-

собствует креативности, усиливая когнитивные способности через эмоциональную регуляцию [17]. Также жизнеспособность выступает медиатором между эмоциональным интеллектом и снижением воспринимаемого стресса для адаптации [8].

Креативность усиливает жизнеспособность через использование нестандартных подходов к решению задач [18]. Авторы подчеркивают, что взаимодействие эмоций и когнитивных ресурсов способствует созданию инновационных решений, повышающих адаптивность личности. Креативность как компонент адаптации также тесно связана с эмоциональными и когнитивными ресурсами. Люди с высоким уровнем креативности чаще используют нестандартные подходы, что позволяет быстрее находить решения в стрессовых условиях [19].

Метакогнитивная включенность способствует повышению адаптации в условиях неопределенности. Метакогнитивная включенность усиливает способность к творческому мышлению и формированию адаптивных стратегий [20].

Американские исследователи К.М. Connog и J.R.T. Davidson (2003) разработали шкалу CD-RISC [7], которая оценивает уровень жизнеспособности. Жизнеспособность в обосновании шкалы укрепляется благодаря взаимодействию когнитивных и эмоциональных ресурсов.

IQ также играет ключевую роль в формировании жизнеспособности, предоставляя аналитические инструменты для решения проблем. Однако его влияние усиливается через взаимодействие с эмоциональными и метакогнитивными процессами, что создаёт основу для комплексной адаптации [21].

Эти взаимосвязи подтверждаются в ряде исследований. Так, была предложена концепция «метаэмоционального интеллекта», который интегрирует когнитивные и эмоциональные аспекты, подчеркивая их роль в адаптации [22]. Выявлено, что чувство благодарности усиливает влияние эмоционального интеллекта на креативность, особенно в условиях стресса [23]. В проведенном нами пилотажном исследовании обнаружены прямые и косвенные связи между показателями жизнеспособности и интеллектуальными характеристиками².

² Грачев М.А., Рыльская Е.А. Жизнеспособность и интеллектуальные способности студентов медицинского вуза: результаты пилотажного ис-

¹ Ястребова Д.В., Рыльская Е.А. Жизнеспособность, академическая успеваемость и мотивация студентов, обучающихся по направлениям подготовки «Психология» и «Дизайн» // Психическое здоровье: современные реалии, тенденции и перспективы: сб. матер. Междунар. науч.-практ. конф. (3 октября 2024 г.). Костанай: Костанайский региональный университет имени Ахмет Байтұрсынұлы. 2024.

Однако текущие исследования в этой области часто фрагментарны и разрозненны, что затрудняет формирование общего представления о комплексе интеллектуальных характеристик, определяющих жизнеспособность человека. Мы считаем, что между жизнеспособностью и интеллектуальными характеристиками существует генетическая связь. Это объясняется тем, что и жизнеспособность, и интеллект являются потенциалами, позволяющими решать разнообразные задачи – как когнитивные, так и экзистенциальные. Такое мнение соответствует различным определениям интеллекта (например, как «метода мышления, заключающегося в поиске множества вариантов решения определенной задачи», по Дж. Гилфорду и др.) и нашему пониманию жизнеспособности как интегральной способности человека сохранять свою целостность. Эта способность актуализируется при необходимости решения жизненных задач и обеспечивает динамическое поддержание жизни в постоянном взаимодействии с требованиями социального бытия и человеческого предназначения, что субъективно воспринимается как удовлетворенность собственной жизнью [4].

Кроме того, в проанализированных источниках практически не представлены разработки, посвященные изучению интеллектуальных детерминантов жизнеспособности студентов, ведущим видом деятельности которых является деятельность учебно-профессиональная, тесно связанная с решением умственных задач.

Вышесказанное определило цель нашего исследования – рассмотрение интеллектуальных характеристик как предикторов жизнеспособности студентов.

Материалы и методы

Выборку исследования составили студенты 1–5-х курсов обучения ФГБОУ ВО «УГМУ Минздрава России» и ФГАОУ ВО «РГППУ» ($M = 228$; $\bar{x} = 19,92$; $SD = 2,44$).

В исследовании использовались следующие психодиагностические методики: прогрессивные матрицы Дж. Равена, тест Е. Торренса в адаптации А.Н. Воронина³, на-

следования // Психология в меняющемся мире: проблемы, гипотезы, перспективы: сб. матер. Всерос. науч. конф. с междунар. участием (15–16 мая 2024 г.). Челябинск: ЮУрГУ, 2024. С. 188–193.

³ Методы психологической диагностики. Вып. 2 / под ред. А.Н. Воронина. М.: 1994. URL:

бор креативных тестов Ф. Вильямса (САР) в адаптации Е.Е. Туник (первые две части: тест дивергентного мышления и опросник творческих личностных характеристик)⁴, тест социального интеллекта Дж. Гилфорда и М. О’Салливена в адаптации Е.С. Михайловой⁵, опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» Д.В. Люсина [24], тест «Жизнеспособность человека» Е.А. Рыльской [5], опросник «Метакогнитивная включенность в деятельность (МАИ)» Г. Шпроу и Р. Деннисона в адаптации Е.И. Периковой и В.М. Бызовой [25], опросник «Рациональный-Опытный (REI)» С. Эпстайна и Р. Пачини в адаптации Т.В. Корниловой и А.Ю. Развальяевой [26].

Процедура проведения исследования включила две части в порядке упоминания: работу в аудитории (методики: прогрессивные матрицы Равена, тест Торренса, рисуночная часть теста Вильямса и тест Гилфорда) и самостоятельную работу (остальные методики выполнялись участниками на платформе Google Forms). Разделение на два этапа связано с тем, что указанная выше в скобках часть методик подразумевает ограничение во времени и работу на бумаге. Как следует предположить, при полном соблюдении инструкций к проведению тестирования время, затрачиваемое на работу в аудитории, – от полутора часов (одно полное занятие) до трех часов. В связи с этим общее число участников, прошедших тестирование в аудитории, составило 496 человек, а число респондентов, завершивших обе части опроса, – 228. Сбор данных длился с февраля по май 2024 года.

Вся математическая обработка данных осуществлена при помощи статистического пакета IBM SPSS Statistics 30.

Результаты

Сначала приведем результаты описательной статистики (табл. 1). По выборке наблюдается норма без значительных выбросов.

https://www.phantastike.com/psychodiagnostic_systems/metodi_psyhologicheskoy_diagnostiki/html/ (дата обращения: 24.04.2024)

⁴ Туник Е.Е. Лучшие тесты на креативность. Диагностика творческого мышления. СПб.: Питер, 2013. 320 с.

⁵ Михайлова Е.С. Методика исследования социального интеллекта: Адаптация теста Дж. Гилфорда и М. Салливан: Руководство по использованию. СПб.: Иматон. 1996. 56 с.

Таблица 1
Table 1Описательная статистика по выборке
Descriptive statistics for the sample

Показатель Parameter	$\bar{x}$	SD	Пр. п. St. s	Нормативное значение Normative value
ОЭИ	88,60	15,90	–	79–93
Адапт	62,38	7,54	–	–
Саморегул	32,95	3,95	–	–
Саморазв	42,08	4,23	–	–
Осмысл	31,93	3,59	–	–
ЖСп	169,33	9,91	–	170–255
МКВкл	126,20	17,2	–	98,9–142,9
Рац	56,96	5,44	2,8	2,6–3,9
Опыт	65,89	6,10	3,3	2,6–3,9
IQ	98,70	8,50	–	91–110
СИ	27,30	5,70	3	3
КрТ	0,67	0,30	–	–
КрО	41,73	13,74	–	52–88
КрР	84,57	16,79	–	52–97

Примечание. Пр. п. – приведенный показатель; ОЭИ – общий эмоциональный интеллект; Адапт – способности адаптации; Саморегул – способности саморегуляции; Саморазв – способности саморазвития; Осмысл – осмысленность; ЖСп – показатель жизнеспособности; МКВкл – показатель метакогнитивной включенности в деятельность; Рац – рациональный; Опыт – опытный; СИ – показатель социального интеллекта; КрТ – показатель креативности по шкале Торренса; КрО – показатель креативности по опроснику Вильямса; КрР – показатель креативности по рисуночной методике Вильямса.

Note: St. s. – standardized score; ОЭИ – general emotional intelligence; Адапт – adaptive abilities; Саморегул – self-regulation abilities; Саморазв – self-development abilities; Осмысл – meaningfulness; ЖСп – resilience; МКВкл – metacognitive engagement in activity; Рац – rational; Опыт – experiential; СИ – social intelligence; КрТ – creativity score (Torrance scale); КрО – creativity score (Williamsquestionnaire); КрР – creativity score (Williams drawing test).

Перед проведением дальнейших тестов была проведена стандартизация переменных. Так, все переменные показали среднее значение, равное 0, и стандартное отклонение, равное 1. Значения переменных выражены относительно стандартного нормального распределения. Затем был проведен регрессионный анализ в разных итерациях (линейный, логлинейный, полиномиальный, нелинейный), где зависимой переменной был обозначен показатель жизнеспособности. Результаты анализа во всех итерациях были крайне неудовлетворительны при низкой мультиколлинеарности переменных ($1 < VIF < 1,7$). Этот результат, а также вышеуказанное пилотажное исследование послужили основанием для предположения о том, что между переменными есть более сложные связи.

Затем был проведен дисперсионный анализ в разных итерациях, где зависимой переменной был также обозначен показатель жизнеспособности. Результаты снова оказались неудовлетворительны, но подразумевалось, что более сложная связь между рассматриваемыми переменными существует.

Тогда был проведен многомерный дисперсионный анализ (MANOVA). Зависимыми мы указали четыре переменные, которые являются отдельными шкалами теста «Жизнеспособность человека»: «способности адаптации», «способности саморегуляции», «способности саморазвития» и «осмысленность жизни». В первой итерации были включены остальные исследуемые переменные как независимые. Оказалось, что в таком случае все четыре полученные модели получили значения R^2 и скорректированный R^2 равными 1, что свидетельствует о переобучении всех моделей и невозможности использования таких моделей для описания результатов.

Во второй итерации многомерного дисперсионного анализа зависимые переменные остались теми же («способности адаптации», «способности саморегуляции», «способности саморазвития» и «осмысленность жизни»), а в роли независимых выступили только наиболее корреляционно значимые переменные: показатель эмоционального интеллекта, показатель общего интеллекта, показатель мета-

когнитивной включенности в деятельность и два стиля мышления – опытный и рациональный (добавлен по причине противопоставления опытному). Визуализация корреляционного анализа представлена в табл. 2.

Во второй итерации MANOVA получились четыре модели. Первая модель с зависимой переменной «способности адаптации» продемонстрировала работоспособность $R^2 = 0,946$ и скорректированный $R^2 = 0,489$, что в совокупности дает возможность использовать эту модель. Вторая модель с зависимой переменной «способности саморегуляции» показала работоспособность $R^2 = 0,911$ и скорректированный $R^2 = 0,163$, что вынудило ее отклонить. Аналогичной оказалась ситуация с третьей моделью, включающей зависимую переменную «способности саморазвития». Ее работоспособность $R^2 = 0,917$ и скорректированный $R^2 = 0,211$ не позволили использовать эту модель. Четвертая модель с зависимой переменной «осмысленность жизни» оказалась значимой при работоспособности $R^2 = 0,943$ и скорректированным $R^2 = 0,463$.

В результате Intercept (перехват) показал статистически значимые результаты по всем мультивариативным тестам, включая λ Уилкса ($p = 0,032$) по основным показателям, что указывает на общую значимость модели.

Для показателя общего эмоционального интеллекта λ Уилкса оказалась равна 0,029 и Hotelling's Trace равен 0,005, что указывает на значимое влияние этого показателя на зависимые переменные. Следовательно, эмоциональный интеллект оказывает влияние на комбинацию зависимых переменных в целом,

что указывает на важную роль эмоциональной компетентности в адаптации и осознанности.

IQ влияет на способности адаптации ($p = 0,011$) наряду с метакогнитивной включенностью ($p = 0,022$). В случае с осмысленностью жизни IQ также оказался значимым предиктором ($p = 0,033$) так же, как и метакогнитивная включенность в деятельность ($p = 0,034$). Эти результаты свидетельствуют о том, что IQ и метакогнитивная включенность являются ключевыми переменными, которые влияют на способности адаптации и осмысленность жизни.

Затем мы составили уравнения из двух оставшихся моделей (первая и четвертая модели с зависимыми переменными «способности адаптации» и «осмысленность жизни») с самыми высокими R^2 и скорректированным R^2 , добавив коэффициенты при переменных:

$$\begin{aligned} \text{Способности адаптации} = \\ = -1,00559 \cdot \text{МКВкл} + \varepsilon, \end{aligned} \quad (1)$$

$$\begin{aligned} \text{Осмысленность жизни} = 0,58258 \cdot \text{ОЭИ} + \\ + 1,09325 \cdot \text{МКВкл} + \varepsilon, \end{aligned} \quad (2)$$

где МКВкл – показатель метакогнитивной включенности в деятельность, ОЭИ – общий эмоциональный интеллект, ε – ошибка модели.

Возникает вопрос, почему IQ не отражен в уравнениях (1) и (2), хотя он является значимым предиктором. Это может быть связано с меньшей значимостью по сравнению с другими предикторами, либо связь намного более сложная и ее невозможно определить этими методами. Вероятно, методы машинного обучения на большей выборке способны справиться с этим. Однако данное предполо-

Таблица 2
Table 2

Значимые корреляции между оставшимися переменными
Significant correlations among the remaining variables

Показатель Parameter	Адапт	Саморегул	Осмысл
ОЭИ	0,327**	-0,230**	
МКВкл	0,190*		
Рац			
Опыт	-0,145*	0,230**	
IQ			0,163*

Примечание: ОЭИ – общий эмоциональный интеллект; Адапт – способности адаптации; Саморегул – способности саморегуляции; Саморазв – способности саморазвития; Осмысл – осмысленность; МКВкл – показатель метакогнитивной включенности в деятельность; Рац – рациональный; Опыт – опытный.

Note: ОЭИ – general emotional intelligence; Адапт – adaptive abilities; Саморегул – self-regulation abilities; Саморазв – self-development abilities; Осмысл – meaningfulness; МКВкл – metacognitive engagement in activity; Рац – rational; Опыт – experiential

жение лежит за рамками текущего исследования.

Первое полученное уравнение отражает обратную зависимость между переменными, то есть когда значение метакогнитивной включенности в деятельность увеличивается на одну единицу, адаптивность снижается примерно на 1,01 единицы. Это свидетельствует о том, что более высокая метакогнитивная включенность (осознание и управление своими когнитивными процессами) не всегда способствует адаптивности. В некоторых случаях, когда человек слишком сосредоточен на управлении своими мыслями и действиями, это может снизить его способность гибко адаптироваться к изменениям. Такой результат может быть связан с чрезмерной когнитивной нагрузкой или снижением спонтанности в поведении, что мешает быстрой адаптации.

Второе уравнение отражает прямую зависимость между предикторами и зависимой переменной: когда эмоциональный интеллект увеличивается на одну единицу, осмысленность увеличивается на 0,58 единицы; когда метакогнитивная включенность в деятельность увеличивается на одну единицу, осмысленность увеличивается на 1,09 единицы. Студенты с более высоким уровнем эмоционального интеллекта могут лучше понимать свои эмоции и контролировать их, что способствует более высокой осмысленности жизни. Связано это с тем, что они лучше справляются с эмоциональными трудностями и видят больше смысла в своей жизни. Повышенная осознанность своих когнитивных процессов также способствует повышению осмысленности жизни. Это может указывать на то, что респонденты, которые более активно размышляют о своих мыслях и действиях, более осмысленно подходят к жизни и лучше осознают её ценность.

Обсуждение

Результаты исследования продемонстрировали значимость интеллектуальных характеристик как предикторов двух аспектов жизнеспособности: способности адаптации и осмысленность жизни. Данный анализ с использованием MANOVA позволил выявить несколько ключевых закономерностей,

которые согласуются с результатами современных исследований.

Метакогнитивная включенность в деятельность оказалась обратным предиктором способности к адаптации. В работе нидерландских исследователей подчеркивается, что избыточная рефлексия может увеличивать когнитивную нагрузку, снижая скорость адаптационных процессов [27]. Подобное влияние метакогнитивной активности отмечено и в других работах, связанных с когнитивной гибкостью и адаптацией в условиях неопределенности.

Осмысленность жизни демонстрирует положительную связь с эмоциональным интеллектом и метакогнитивной включенностью. Еще одно исследование [28] подтверждает, что эмоциональный интеллект связан с более высоким уровнем осмысленности жизни благодаря способности понимать и регулировать собственные эмоции. Метакогнитивные навыки усиливают этот эффект, помогая структурировать и достигать долгосрочные цели.

Несмотря на то, что IQ показал значимость в отдельных моделях, его роль как предиктора была второстепенной. Это может быть связано с более сложным, нелинейным характером взаимодействий IQ с эмоциональными и метакогнитивными характеристиками. В исследованиях подчеркивается сложность интеграции IQ в модели жизнеспособности без учета межличностных и эмоциональных факторов [29].

Заключение

Таким образом, нами определены предикторы для двух из четырех показателей жизнеспособности: для способностей адаптации предиктором является показатель метакогнитивной включенности в деятельность, где зависимость обратная; для осмысленности жизни предикторами являются общий эмоциональный интеллект и метакогнитивная включенность. Также значимым предиктором является IQ, но он не включен в уравнения, вероятно, из-за более сложной связи, поиск которой находится вне рамок текущего исследования. Предикторы таких показателей жизнеспособности, как способности саморегуляции и способности саморазвития, не определены по причине низкой описательной силы полученных по ним моделей.

Список источников

1. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. Т. 1. М.: Педагогика. 1980. 288 с.
2. Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты. М.: Институт психологии РАН. 2016. 755 с.
3. Рыльская Е.А. Психологическая концепция жизнеспособности человека. Челябинск: Полиграф-Мастер. 2013. 336 с. URL: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2505947 (дата обращения 02.10.2024)
4. Рыльская Е.А. Жизнеспособность человека: понятие и концептуальные основы исследования // Сибирский психологический журнал. 2019. № 31. С. 6–11
5. Рыльская Е.А. Тест «Жизнеспособность человека»: разработка и психометрические характеристики // Социум и власть. 2016. № 1(57). С. 25–30.
6. Рыльская Е.А. Типы жизнеспособности человека // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2009. № 30(163). С. 24–30.
7. Connor K.M., Davidson J.R.T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) // Depression and Anxiety. 2003. Vol. 18(2). P. 76–82. DOI: 10.1002/da.10113
8. Sarrionandia A., Ramos-Diaz E., Fernandez-Lasarte O. Resilience as a Mediator of Emotional Intelligence and Perceived Stress: A Cross-Country Study // Frontiers in Psychology. 2018. Vol. 9. ID art. 2653 DOI: 10.3389/fpsyg.2018.02653
9. Исламов Н.Н.у. Формирование музыкального интеллекта у школьников в процессе реализации культурологического подхода // Science and Education. 2024. Т. 5(2). С. 309–314. URL: <https://openscience.uz/index.php/sciedu/article/view/6709> (дата обращения 10.10.2024)
10. Королева Ю.А., Матасов Ю.Т. Взаимосвязь социально- психологической компетентности и жизнеспособности подростков с интеллектуальным недоразвитием // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2015. № 10. С. 128–134
11. Association of psychological resilience and cognitive function in older adults: Based on the Ma' Anshan Healthy Aging Cohort Study / G. Jiang, Y. He, T. Li et al. // Archives of Gerontology and Geriatrics. 2024. Vol. 116. ID art. 105166. DOI: 10.1016/j.archger.2023.105166
12. Pathway from childhood trauma to nonsuicidal self-injury in adolescents with major depressive disorder: the chain-mediated role of psychological resilience and depressive severity / X. Weng, R. Tang, L. Chen et al. // European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience. 2024. Vol. 274(7). P. 1565–1573. DOI: 10.1007/s00406-023-01746-z
13. Liu R., Menhas R., Saqib Z.A. Does physical activity influence health behavior, mental health, and psychological resilience under the moderating role of quality of life? // Frontiers in Psychology. 2024. Vol 15. ID art. 1349880. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1349880
14. Associations of physical activity and cardiorespiratory fitness with cognitive function, self-control, and resilience in young people with attention deficit hyperactivity disorder / E. Sibbick, R. Boat, M. Sarkar et al. // Advanced Exercise and Health Science. 2024. Vol. 1. P. 51–58. DOI: 10.1016/j.aehs.2024.01.003
15. Pinto T.M., Noro Veiga V.M., Macedo E.C. Effectiveness of cognitive-behavioral therapy on resilience of adults: A systematic review and meta-analysis // Journal of Behavioral and Cognitive Therapy. 2024. Vol. 34(2). ID art. 100495. DOI: 10.1016/j.jbct.2024.100495
16. İme Y., Ümmet D. The effects of cognitive behavioral psychological group counseling program on the psychological resilience and emotional flexibility of adolescents // Current Psychology. 2024. Vol. 43. P. 8885–8895. DOI: 10.1007/s12144-023-05051-9
17. Xu X., Liu W., Pang W. Are Emotionally Intelligent People More Creative? A Meta-Analysis of the Emotional Intelligence-Creativity Link // Sustainability. 2019. Vol. 11(21). ID art. 6123. DOI: 10.3390/su11216123
18. Sundquist D., Lubart T. Being Intelligent with Emotions to Benefit Creativity: Emotion across the Seven Cs of Creativity // Journal of Intelligence. 2022. Vol. 10(4). ID art. 106. DOI: 10.3390/jintelligence10040106
19. Mayer J.D. What Is Emotional Intelligence? // UNH Personality Lab. 2004. Vol. 8. URL: https://scholars.unh.edu/personality_lab/8/ (дата обращения: 15.06.2024).

20. Jia X., Li W., Cao L. The Role of Metacognitive Components in Creative Thinking // *Frontiers in Psychology*. 2019. Vol. 10. ID art. 2404. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.02404
21. Wigtil C.J., Henriques G.R. The Relationship Between Intelligence and Psychological Well-Being in Incoming College Students // *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*. 2015. Vol. 5. ID art. 4. DOI: 10.1186/s13612-015-0029-8
22. D'Amico A., Geraci A. Beyond emotional intelligence: The new construct of meta-emotional intelligence // *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. ID art. 1096663. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1096663
23. The Impact of Emotional Intelligence on Domain-Specific Creativity: The Mediating Role of Resilience and the Moderating Effects of Gratitude / D. Tong, H. Kang, M. Li et al. // *Journal of Intelligence*. 2022. Vol. 10(4). ID art. 115. DOI: 10.3390/jintelligence10040115
24. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М. 2004. С. 29–36.
25. Перикова Е.И., Бызова В.М. Факторная структура русскоязычной версии опросника «Метакогнитивная включенность в деятельность» // *Культурно-историческая психология*. 2022. Т. 18, № 2. С. 116–126. DOI: 10.17759/chp.2022180213
26. Корнилова Т.В., Разваляева А.Ю. Апробация русскоязычного варианта полного опросника С. Эпстайна «Рациональный-Опытный» (Rational-Experiential Inventory) // *Психологический журнал*. 2017. Т. 38, № 3. Р. 92–107. DOI: 10.7868/S0205959217030084
27. The Effects of Reflective Pauses on Performance in Simulation Training / Lee J.Y., Donkers J., Jarodzka H. et al. // *Simulation in Healthcare: The Journal of the Society for Simulation in Healthcare*. 2024. Vol. 19(2). Р. 82–89. DOI: 10.1097/SIH.0000000000000729
28. Sánchez-Álvarez N., Berrios Martos M.P., Extremera N. A Meta-Analysis of the Relationship Between Emotional Intelligence and Academic Performance in Secondary Education: A Multi-Stream Comparison // *Frontiers in Psychology*. 2020. Vol. 11. ID art. 1517. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.01517
29. Petrides K.V., Mavroveli S. Theory and Applications of Trait Emotional Intelligence // *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*. 2018. Vol. 23(1). Р. 24–36. DOI: 10.12681/psy_hps.23016

Поступила 15.12.2024; одобрена после рецензирования 23.01.2025; принята к публикации 03.02.2025.

Информация об авторах

Грачев Михаил Андреевич, аспирант кафедры психологии управления и служебной деятельности, Южно-Уральский государственный университет (Россия, 454080, г. Челябинск, проспект Ленина, 76), e-mail: mikhailgrachev1999@gmail.com

Рыльская Елена Александровна, доктор психологических наук, доцент, заведующий кафедрой психологии управления и служебной деятельности, Южно-Уральский государственный университет (Россия, 454080, г. Челябинск, проспект Ленина, 76); ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3075-5255>; e-mail: elena_rylskaya@mail.ru

Заявленный вклад авторов

Грачев М.А. – теоретическая часть исследования, проведение обследования, оформление статьи.

Рыльская Е.А. – научное руководство, редактирование.

Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

References

1. Ananyev B.G. *Izbrannye psichologicheskiye trudy* [Selected psychological works]. Part 1. Moscow: Pedagogika. 1980:288. (in Russ).
2. Makhnach A.V., Dikaya L.G. *Zhiznesposobnost' cheloveka: individualnye, professionalnye i socialnye aspect* [Human vitality: individual, professional and social aspects]. Moscow: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences Publ. 2016:755. (in Russ).
3. Rylskaya E.A. *Psikhologicheskaya kontseptsiya zhiznesposobnosti cheloveka* [The psychological concept of human viability]. Chelyabinsk: Poligraf-Master Publ. 2013:336. Available at: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2505947 (accessed: 02.10.2024). (in Russ).
4. Rylskaya E.A. Person's Resilience: Category and Conceptual Foundations of Investigation. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal = Siberian Journal of Psychology*. 2019;31:6–11. (in Russ).
5. Rylskaya E.A. Test "Human System Capability": Working Out and Psychometrical Characteristics. *Socium i vlast = Society and power*. 2016;1(57):25–30. (in Russ).
6. Rylskaya E.A. The types of persons resilience. *Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psikhologiya = Bulletin of the South Ural State University. Series Psychology*. 2009;30(163). (in Russ).
7. Connor K.M., Davidson J.R.T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*. 2003;18(2):76–82. DOI: 10.1002/da.10113
8. Sarrionandia A., Ramos-Diaz E., Fernandez-Lasarte O. Resilience as a Mediator of Emotional Intelligence and Perceived Stress: A Cross-Country Study. *Frontiers in Psychology*. 2018;9:2653. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.02653
9. Islamov N.N.o. Formation of musical intelligence in schoolchildren in the process of implementing a cultural approach. *Science and Education*. 2024;5(2):309–314. Available at: <https://openscience.uz/index.php/sciedu/article/view/6709> (accessed: 02.10.2024). (in Russ).
10. Koroleva Y.A., Matasow Y.T. The Relationship of Socio-psychological Competence and Resilience in adolescents with intellectual disabilities. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta = Bulletin of the Chelyabinsk State Pedagogical University*. 2015;10:128–134. (in Russ).
11. Jiang G., He Y., Li T. et al. Association of psychological resilience and cognitive function in older adults: Based on the Ma' Anshan Healthy Aging Cohort Study. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. 2024;116: 105166. DOI: 10.1016/j.archger.2023.105166
12. Weng X., Tang R., Chen L. et al. Pathway from childhood trauma to nonsuicidal self-injury in adolescents with major depressive disorder: the chain-mediated role of psychological resilience and depressive severity. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*. 2024;274(7):1565–1573. 2024. DOI: 10.1007/s00406-023-01746-z
13. Liu R., Menhas R., Saqib Z.A. Does physical activity influence health behavior, mental health, and psychological resilience under the moderating role of quality of life? // *Frontiers in Psychology*. 2024;15: 1349880. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1349880
14. Sibbick E., Boat R., Sarkar M et al. Associations of physical activity and cardiorespiratory fitness with cognitive function, self-control, and resilience in young people with attention deficit hyperactivity disorder. *Advanced Exercise and Health Science*. 2024;1:51–58. DOI: 10.1016/j.aehs.2024.01.003
15. Pinto T.M., Noro Veiga V.M., Macedo E.C. Effectiveness of cognitive-behavioral therapy on resilience of adults: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral and Cognitive Therapy*. Vol. 2024;34(2): 100495. DOI: 10.1016/j.jbct.2024.100495
16. İme Y., Ümmet D. The effects of cognitive behavioral psychological group counseling program on the psychological resilience and emotional flexibility of adolescents. *Current Psychology*. 2024;43:8885–8895. DOI: 10.1007/s12144-023-05051-9
17. Xu X., Liu W., Pang W. Are Emotionally Intelligent People More Creative? A Meta-Analysis of the Emotional Intelligence-Creativity Link. *Sustainability*. 2019;11(21):6123 doi: 10.3390/su11216123
18. Sundquist D., Lubart T. Being Intelligent with Emotions to Benefit Creativity: Emotion across the Seven Cs of Creativity. *Journal of Intelligence*. 2022;10(4):106. DOI: 10.3390/jintelligence10040106
19. Mayer J.D. What Is Emotional Intelligence? *UNH Personality Lab*. 2004;8. Available at: https://scholars.unh.edu/personality_lab/8/ (accessed: 15.06.2024)

20. Jia X., Li W., Cao L. The Role of Metacognitive Components in Creative Thinking. *Frontiers in Psychology*. 2019;10:2404. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.02404
21. Wigtil C.J., Henriques G.R. The Relationship Between Intelligence and Psychological Well-Being in Incoming College Students. *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*. 2015;5:4. DOI: 10.1186/s13612-015-0029-8
22. D'Amico A., Geraci A. Beyond emotional intelligence: The new construct of meta-emotional intelligence. *Frontiers in Psychology*. 2023;14:1096663. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1096663
23. Tong D., Kang H., Li M., et al. The Impact of Emotional Intelligence on Domain-Specific Creativity: The Mediating Role of Resilience and the Moderating Effects of Gratitude. *Journal of Intelligence*. 2022;10(4):115. DOI: 10.3390/jintelligence10040115
24. Lyusin D.V. *Sovremennye predstavleniya ob emotsionalnom intellekte* [Modern concepts of emotional intelligence]. *Sotsialniy intellekt: teoriya, izmereniye, issledovaniye* [Social intelligence: theory, measurement, research]. Eds Lyusin D.V., Ushakov D.V. Moscow: Institute of Psychology RAS Publ. 2004:29–36. (in Russ).
25. Perikova E.I., Byzova V.M. Factor Structure of the Russian Version of the “Metacognitive Awareness Inventory”. *Kulturno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-Historical Psychology*. 2022;18(2)116–126. DOI: 10.17759/chp.2022180213. (in Russ).
26. Kornilova T.V., Razvaliaeva A.U. The Rationality and Intuition Scales in S. Epstein’s Questionnaire REI (Russian Approbation of the Full Version). *Psikhologicheskii zhurnal = Psychological Journal*. 2017;3(38):92–107. DOI: 10.7868/S0205959217030084. (in Russ).
27. Lee J.Y., et al. The Effects of Reflective Pauses on Performance in Simulation Training. *Simulation in Healthcare: The Journal of the Society for Simulation in Healthcare*. 2024;19:82–89. DOI: 10.1097/SIH.0000000000000729
28. Sánchez-Álvarez N., Berrios Martos M.P., Extremera N. A Meta-Analysis of the Relationship Between Emotional Intelligence and Academic Performance in Secondary Education: A Multi-Stream Comparison. *Frontiers in Psychology*. 2020;11:1517. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.01517
29. Petrides K.V., Mavroveli S. Theory and Applications of Trait Emotional Intelligence. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*. 2018;23(1):24–36. DOI: 10.12681/psy_hps.23016

Submitted 15.12.2024; approved after reviewing 23.01.2025; accepted for publication 03.02.2025.

About the authors

Mikhail A. Grachev, Postgraduate Student, Department of Management Psychology and Performance Management, South Ural State University (76 Lenin Avenue, Chelyabinsk, 454080, Russia), e-mail: mikhailgrachev1999@gmail.com

Elena A. Rylskaya, Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Management Psychology and Performance Management, South Ural State University (76 Lenin Avenue, Chelyabinsk, 454080, Russia), ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3075-5255>; e-mail: elena_rylskaya@mail.ru

Contribution of the authors

Grachev M.A. – theoretical framework of the study, data collection, text preparation.

Rylskaya E.A. – scientific supervision, text editing.

All authors have read and approved the final manuscript.