

**Левшунова Елена Николаевна**

*старший преподаватель кафедры социальной психологии и виктимологии, факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск, Россия, elena\_levshynova@mail.ru*

**Клепикова Наталья Михайловна**

*кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии и виктимологии, факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, преподаватель кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, факультет социальной работы и клинической психологии, Новосибирский государственный медицинский университет, Новосибирск, Россия, nataliaklepikova@ya.ru, ORCID iD: 0000-0002-1398-8295*

## **ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЭМПАТИИ ЖЕНЩИН- И МУЖЧИН-ВОЛОНТЕРОВ**

*Аннотация.* В статье рассматриваются характеристики эмоционального интеллекта и эмпатии женщин и мужчин, включенных в волонтерскую деятельность. Анализируется волонтерство как один из видов просоциальной деятельности. Приводится статистика о вовлеченности людей разного возраста и пола в волонтерскую деятельность в Российской Федерации, делается вывод о большей вовлеченности женщин, а не мужчин. В эмпирическом исследовании проверяется предположение об обусловленности выявленной закономерности особенностями эмоционального интеллекта и эмпатии женщин- и мужчин-волонтеров (n=60). Делается вывод о том, что женщины- и мужчины-волонтеры различаются по уровню выраженности следующих способностей: сопереживание эмоциональному состоянию других людей (выражена у женщин), управление своими эмоциями (выражена у мужчин).

*Ключевые слова:* волонтерство, эмоциональный интеллект, эмпатия, половые различия.

**Levshunova Elena Nikolaevna**

*Senior Lecturer of the Department of Social Psychology and Victimology, Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, elena\_levshynova@mail.ru*

**Klepikova Natalya Mikhailovna**

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Social Psychology and Victimology, Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Lecturer of the Department of Psychiatry, Narcology, Psychotherapy and Clinical Psychology, Faculty of Social Work and Clinical Psychology, Novosibirsk State Medical University, Novosibirsk, Russia, nataliaklepikova@ya.ru, ORCID iD: 0000-0002-1398-8295*

## **FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND EMPATHIES OF WOMEN AND MEN VOLUNTEERS**

*Abstract.* This article examines the characteristics of the emotional intelligence and empathy of women and men involved in volunteering. Volunteering is analyzed as one



of the types of pro-social activity. Author present statistics on the involvement of people of different ages and sexes in volunteering in the Russian Federation, and it is concluded that women are more involved than men. An empirical research verifies the assumption that the revealed pattern is conditioned by the peculiarities of the emotional intelligence and empathy of female and male volunteers ( $n = 60$ ). It is concluded that women and men volunteers differ in the level of severity of the following abilities: empathy for the emotional state of other people (expressed in women), managing their emotions (expressed in men).

*Keywords:* *volunteering*, emotional intelligence, empathy, gender differences.

Сегодня люди живут в экстремальных условиях, привыкают существовать в новом мире под влиянием тревоги и ожидания. Пандемия изменила мир, привычный ход событий и кардинально повлияла на образ жизни всего населения нашей планеты. Страх за близких людей, за себя, за будущее в целом становится одним из ключевых переживаний современного человека. Люди в разных странах научились жить и работать дистанционно, освоили новые компетенции и понимают, что это только начало. В этих условиях актуальным становится вопрос о взаимопомощи, сопереживании, взаимоподдержке, о развитии эмоционального интеллекта и эмпатийных способностей, которые должны стать основой отношений. С социальной точки зрения, эмоциональный интеллект и эмпатия могут способствовать актуализации потребности помогать людям, оказавшимся в трудных жизненных условиях, которая удовлетворяется в волонтерской деятельности. Д. Бэтсон, например, описывает особый тип эмпатии («эмпатия-альтруизм»), которая лежит в основе альтруистической мотивации просоциального поведения [16]. Волонтерство представляет собой вариант просоциального поведения, направленного на оказание адресной помощи незащищенным слоям населения: пожилым людям, детям, нуждающимся семьям [1]. Отличительными особенностями волонтерской деятельности Е. Л. Корнеева называет безвозмездность, ограниченность помощи, обусловленную ролью, объемом, содержанием, временем, частотой [7].

В настоящее время в России наблюдается активный рост волонтерской деятельности в различных социальных сферах. По данным портала dobro.ru в 2020 г. средний возраст волонтеров – 28 лет, 69 % от общего числа участников составляют люди до 44 лет [6]. В сравнении с 2019 и 2018 гг. увеличился процент людей с 25 до 44 лет, которые включаются в волонтерские проекты (табл. 1).

Таблица 1

**Динамика вовлеченности в волонтерскую деятельность  
представителей различных возрастных групп**

Возраст волонтеров, лет	2018 г., %	2019 г., %	2020 г., %
<18	18,23	40,62	19,26
18–24	52,82	37,55	31,01
25–34	14,86	8,6	20,94
35–44	8,17	5,81	17,07
45–54	3,53	3,7	8,22
55–64	1,49	2,39	2,73
65<	0,91	1,33	0,77

В 2020 г. значительно выросло количество проектов и волонтерских мероприятий, направленных на помощь детям, пожилым людям, семьям, нуждающимся



в адресной помощи. Количество реализуемых проектов в 2020 г. выросло на 5000, по сравнению с 2019 г. Этот рост во многом связан со вспышкой пандемии COVID-19 и с ее социальными и экономическими последствиями, волонтерство и помощь, особенно нуждающимся людям, стали социальной необходимостью и осознанным выбором многих взрослых людей. Волонтерские движения организованы педагогами, медиками, психологами, общественными организациями, учебными заведениями, частными лицами и др. В каждом регионе реализуются программы доставки продуктов и лекарств пожилым людям, которые находятся в самоизоляции. Организованы адресные пункты сбора одежды, обуви, игрушек, продуктов питания малообеспеченным семьям. Добровольцы дежурят в больницах, оказывают помощь в организации работы колл-центров при станциях скорой помощи и поликлиниках, на личном транспорте обеспечивают трансфер врачей до пациентов.

По данным портала dobro.ru в волонтерской деятельности активнее принимают участие женщины [6]. Опираясь на данные аналитики, можно проследить гендерную специфику волонтерства. В 2017 г. в волонтерской деятельности приняли участие 80 % – женщин и 20 % – мужчин; в 2018 г. – 76 % – женщин и 24 % – мужчин; в 2019 г. – 77 % – женщин и 23 % – мужчин; в 2020 г. – 74 % – женщин, 26 % – мужчин [Там же]. Таким образом, прослеживается устойчивая гендерная тенденция, которая может отражать специфику эмоционального интеллекта и эмпатии. Данное предположение требует дополнительного исследования, но первоначально обозначим содержание интересующих нас конструкторов «эмоциональный интеллект» и «эмпатия». Анализ теоретических и экспериментальных работ свидетельствует об отсутствии на данном этапе развития науки единого представления об их сущности и структуре, а также о возможном соотношении.

Эмоциональный интеллект – это многомерная конструкция, «набор способностей или восприятий, касающихся того, как люди идентифицируют, проявляют, регулируют и интерпретируют эмоции» [12, с. 271]. Широко признанными в мире теоретическими рамками исследования эмоционального интеллекта являются модели способностей [22] и черт личности [15, 21, 25]. Согласно взглядам сторонников модели способностей, под эмоциональным интеллектом понимается набор относительно дискретных когнитивных способностей, связанных с переработкой эмоционально-значимой информации [22]. Сторонники модели личностных черт под эмоциональным интеллектом подразумевают наличие у человека набора эмоциональных черт, представлений о себе, о своих чувствах [24, 25, 26]. Самая известная в России авторская модель понимания своих эмоций, переживаний других людей и способности управлять эмоциональными проявлениями принадлежит Д. В. Люсиному [10]. Несмотря на некоторые расхождения в вопросе о лучшей модели эмоционального интеллекта, исследователи соглашаются с тем, что он находит выражение в способах, используемых во внутриличностном плане (регулирование настроения, управление стрессом и восприятие собственных эмоций) и в межличностных отношениях (социальные навыки, восприятие эмоций других) [10, 13, 21].

Эмпатия – это сложное многомерное понятие [18]. «Вероятно, существует почти столько же определений эмпатии, сколько людей, работающих над этой темой» [19, с. 435]. И. Б. Бовина насчитывает как минимум восемь моделей, объясняющих эмпатию, часть из которых демонстрирует, откуда «человек узнает о чувствах других людей», другая поясняет, «что побуждает человека чутко и заботливо реагировать на страдания другого» [2, с. 90].



На практике эмпатия концептуализируется как «двухкомпонентная модель, объединяющая как аффективное, так и когнитивное измерения» [17, с. 736]. Термин «эмпатия» используется для обозначения двух связанных, но различных человеческих способностей: когнитивного восприятия (когнитивная эмпатия) и косвенного обмена эмоциями (аффективная эмпатия) [14, с. 799]. «Эмпатия – сопереживание эмоциональному опыту другого человека (аффективный компонент), понимание опыта другого человека (когнитивный компонент)» [20, с. 73]. «Аффективная эмпатия – это степень, в которой человек чувствует то, что переживает другой человек, а когнитивная эмпатия – это степень, в которой человек делает вывод о мыслях, намерениях и чувствах другого человека» [23, с. 1093].

В отечественной психологии существует представление о трехуровневом строении эмпатии [9]. Первый уровень представлен когнитивной эмпатией – понимание чьего-либо внутреннего состояния с сохранением своего неизменным. Второй уровень – эмоциональная эмпатия. Она сочетает в себе когнитивные компоненты эмпатии и эмоциональную составляющую в форме сопереживания, эмпатического отреагирования. Данный уровень предполагает два сценария развития событий: простейшее сопереживание, имеющее отношение к личному благополучию, или сопереживание как потребность в улучшении состояния другого человека. Третий уровень – это сочетание эмоционального, когнитивного и поведенческого компонентов. Данный уровень предполагает не только сопереживание и сочувствие, но и реальные действия по оказанию поддержки партнеру по общению.

Эмпатия – категория психологии, обозначающая способность человека представлять себя на чьем-либо месте, понимать желания, стремления, чувства, действия. Проявить эмпатию означает увидеть ситуацию с точки зрения другого, почувствовать его эмоциональное состояние [4]. Установлено, что «важной стороной эмпатии является способность примерять на себя роль другого человека, что позволяет понимать чувства других людей, как реальных, так существующих в художественных произведениях» [11, с. 121]. Развитость эмпатии коррелирует с жизненным опытом, т. е. имеет накопительный эффект [8].

Эмоциональный интеллект и эмпатия – взаимосвязанные, но разные конструкции. В ключевых объяснительных концепциях, в которых мы находим некоторое сходство, К. Petrides и А. Furnham «определяют эмоциональное управление другими, восприятие эмоций, навыки взаимоотношений, социальную компетентность и эмпатию в качестве ключевых компонентов эмоционального интеллекта» [24, с. 50]. Е. Austin отмечает, что «эмпатия пересекается с межличностным эмоциональным интеллектом и охватывает способность осознавать и понимать чувства другого человека» [13, с. 405].

J. D. Mayer и P. Salovey считают, что люди с развитым эмоциональным интеллектом могут не только лучше воспринимать, понимать и управлять своими эмоциями, но также более квалифицированы в экстраполяции этих способностей восприятия, понимания и управления на эмоции других [22]. К. Petrides, А. Furnham, S. Mavroveli заявили, что большинство моделей черт эмоционального интеллекта используют аспекты связанного с аффектами функционирования, такие как осознание эмоций, эмпатия и навыки взаимоотношений для оценки эмоционального интеллекта [25].

Целью статьи не является прояснение соотношения эмпатии и эмоционального интеллекта, нас интересует, более ли эмпатичны женщины, выбравшие просоциальную деятельность, чем мужчины, и более ли развиты у них другие черты эмоционального интеллекта. Подчеркнем, что большая часть литературы поддерживает



вывод о большем сочувствии у женщин, чем у мужчин [3, 18, 21], проверим это предположение. Основной экспериментальной выборки стали мужчины и женщины в возрасте от 23 до 38 лет, занимающиеся волонтерской деятельностью (30 мужчин и 30 женщин). Использовались «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла [5] и «Тест эмпатийного потенциала личности» И. М. Юсупова [11]. Диагностика проводилась в онлайн-формате. Результаты обработаны с использованием Statistica 10.0. Для групп волонтеров (женской и мужской) рассчитаны частота встречаемости уровней эмпатии (в процентах), средние значения характеристик эмоционального интеллекта, также осуществлена оценка различий выраженности эмпатии и эмоционального интеллекта (критерий Манна-Уитни).

В исследовании эмоционального интеллекта («Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла) получены следующие результаты для мужчин и женщин, занимающихся волонтерской деятельностью (средние значения на рис. 1).

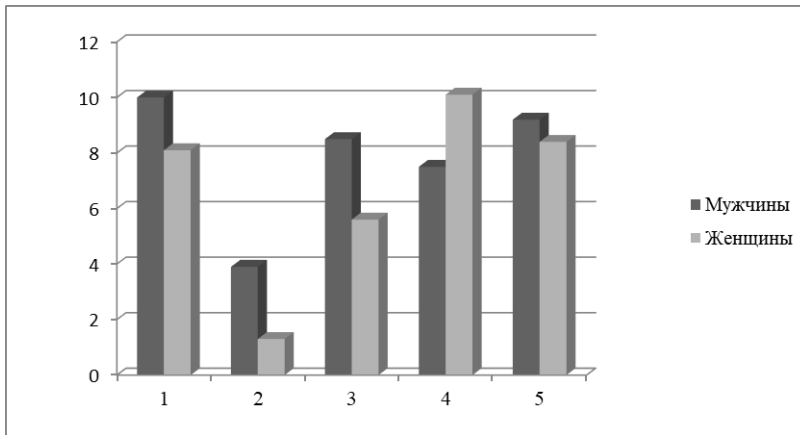


Рис. 1. Средние значения по «Диагностике эмоционального интеллекта» (Н. Холл) у мужчин и женщин, занимающихся волонтерской деятельностью

Условные обозначения:

- 1 – эмоциональная осведомленность;
- 2 – управление своими эмоциями;
- 3 – самомотивация;
- 4 – эмпатия;
- 5 – распознавание эмоций других людей.

Все характеристики эмоционального интеллекта, за исключением управления своими эмоциями (в обеих группах респондентов) и самомотивации (в группе женщин), выражены на среднем уровне: «эмоциональная осведомленность» – 10 баллов (мужчины) и 8,1 балла (женщины); «управление своими эмоциями» – 3,9 балла (мужчины) и 1,3 балла (женщины); «самомотивация» – 8,5 балла (мужчины) и 5,6 балла (женщины); «эмпатия» – 7,5 балла (мужчины) и 10,1 балла (женщины); «распознавание эмоций других людей» – 9,2 балла (мужчины) и 8,4 балла (женщины). По шкале «Управление своими эмоциями» фиксируются низкие баллы, следовательно, и женщины, и мужчины испытывают сложности с произвольным управлением эмоций, демонстрируют эмоциональную ригидность. Также женщины хуже управляют своим поведением на основе управления эмоциями.



Сравнивая группы волонтеров, отметим, что у женщин в меньшей степени, чем у мужчин, развита эмоциональная осведомленность, они испытывают сложности в понимании себя, своих эмоций и переживаний других людей, предвидении их поведения. Женщины порой не могут в достаточной мере управлять собственными эмоциями, соблюдая при этом социальные нормы. Самомотивация находится на недостаточно высоком уровне, по сравнению с мужчинами. Женщины способны в достаточной степени осознавать и понимать чувства, потребности других людей, способны быть эмоционально отзывчивыми к переживаниям других людей.

Мужчины обладают развитым словарем эмоций, они владеют знанием о том, какие бывают переживания, что может испытывать другой человек, т. е. они более эмоционально образованы. Представители мужского пола способны понимать себя, свои эмоции и эмоции других людей, предугадывать их поведение. Мужчинам порой трудно справиться с собственными эмоциями, импульсивными проявлениями, им бывает сложно найти золотую середину между эмоциональными нормами общества и реальными переживаниями. Стремительно меняющиеся внешние обстоятельства становятся ограничителем гибкости и мобильности эмоций, что может проявляться в блокировке ярких проявлений своих чувств. Самомотивация у мужчин развита на более высоком уровне, чему способствует осознанное желание быстрее достичь результатов и реализовать намеченные цели, используя внутренний потенциал творческих способностей. Однако эмпатические способности у мужчин развиты в меньшей степени, чем у женщин. Они в меньшей степени способны понимать чувства и эмоционально отзываться на переживания других людей. Мужчины и женщины одинаково способны понимать эмоционально-выразительные движения экспрессивного выражения эмоций, мимические и пантомимические проявления.

После диагностики эмпатии с использованием методики И. М. Юсупова рассчитана частота встречаемости ее выраженности в группах волонтеров (рис. 2).

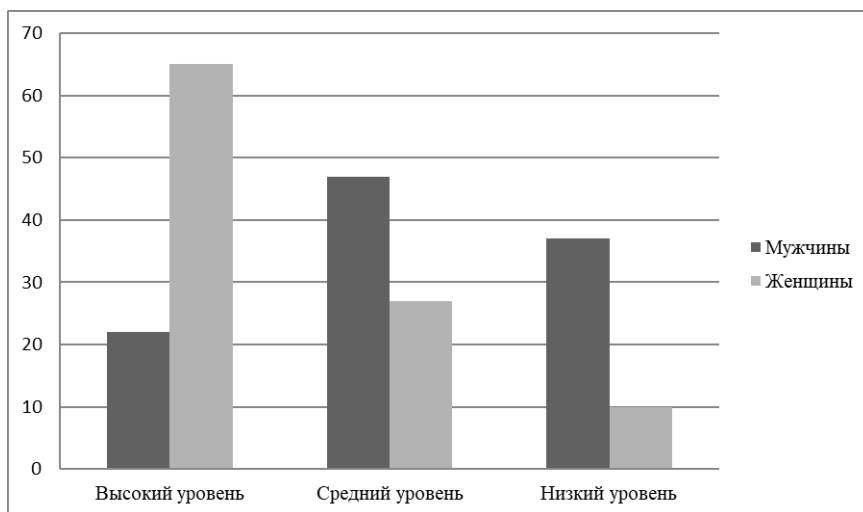


Рис. 2. Частота встречаемости уровней выраженности эмпатии по методике «Тест эмпатийного потенциала личности» (И. М. Юсупов) у мужчин и женщин, занимающихся волонтерской деятельностью



Для женщин наиболее характерен высокий уровень эмпатии, их эмоциональный радар тонко улавливает колебания чувств окружающих. Женщины более восприимчивы к переживаниям других людей, к их потребностям и нуждам. Они эмоционально настроены на других, способны быстро устанавливать контакты, находить общий язык с людьми. Склонны к поиску компромиссных выходов при решении сложных вопросов. При принятии решений и оценке событий больше опираются на интуицию, чем на логику. Предпочитают взаимодействовать с людьми в процессе деятельности, нежели в одиночку. Остро нуждаются в социальном одобрении своих действий. Они впечатлительны, склонны к импульсивным реакциям.

Средний уровень эмпатии характерен для 27 % женщин и 47 % мужчин. Мужчины сдержаны в проявлении эмоций, стремятся держать их под контролем. Склонны к анализу поступков других людей, внимательны по отношению к собеседнику, но яркое проявление эмоций окружающими может вызвать неодобрение и недовольство. В процессе построения отношений опираются на анализ поступков людей, их действия, на основе которого формируют мнение об этом человеке.

Низкий уровень эмпатии зафиксирован у 10 % женщин и 37 % мужчин. Мужчины, имеющие высокие баллы по данной шкале, испытывают трудности в установлении контактов с людьми, предпочитают уединение шумной компании. Понимание эмоций других людей – трудная задача, которая требует значительных усилий.

Достоверность различий в выраженности характеристик эмоционального интеллекта и эмпатии между женщинами и мужчинами, занимающимися волонтерской деятельностью, оценивалась посредством критерия U-Манна-Уитни (табл. 2).

Таблица 2

**Достоверные различия в выраженности характеристик эмоционального интеллекта между женщинами и мужчинами, занимающимися волонтерской деятельностью**

Характеристики эмоционального интеллекта	Среднее значение (женщины-волонтеры)	Среднее значение (мужчины-волонтеры)	Статистика U Манна-Уитни	Уровень значимости
Эмпатия	10,1	7,5	117	0,0001
Управление своими эмоциями	1,3	3,9	252	0,003

Зафиксированы значимые различия по двум параметрам, с вероятностью ошибки менее 1 %: «эмпатия», «управление своими эмоциями». Оба параметра отражают способности, включенные в структуру эмоционального интеллекта. Женщины менее эмоционально устойчивы, чем мужчины ( $U=252$ , при  $p=0,003$ ). Они лучше управляют своим настроением, эмоциями, находят им более адекватное объяснение и социально приемлемое выражение. Подчеркнем, что эта тенденция отмечается относительно женщин, вовлеченных в волонтерскую деятельность. В целом у волонтеров сформированность этой способности низкая. Женщины более способны распознавать чужие эмоции, сопереживать, готовы оказывать поддержку ( $U=117$ , при  $p=0,001$ ).

По другим характеристикам, относящимся к эмоциональному интеллекту: эмоциональной осведомленности, самомотивации, распознаванию эмоций других людей, – различий не выявлено, сформированы на среднем уровне. Также не выявлено различий в выраженности эмпатийных тенденций по методике И. М. Юсупова: женщины и мужчины, вовлеченные в волонтерскую деятельность, не различаются по предрасположенности к вчувствованию, проникновению в окружающие объекты социальной природы.



Таким образом, характеризуя особенности эмоционально интеллекта и эмпатии женщин и мужчин, вовлеченных в волонтерскую деятельность, отметим следующее:

1. Эмоциональная осведомленность, распознавание эмоций других людей, эмпатия (характеристики эмоционального интеллекта) выражены на среднем уровне (достоверных различий между женщинами и мужчинами не выявлено).

2. Самомотивация (характеристика эмоционального интеллекта) снижена у женщин, выражена на среднем уровне у мужчин (достоверных различий не выявлено).

3. Управление своими эмоциями (характеристика эмоционального интеллекта) выражено на низком уровне (достоверные различия между женщинами и мужчинами выявлены).

4. Эмпатийные тенденции имеют средний уровень выраженности (достоверных различий между женщинами и мужчинами не выявлено).

5. Выявлены различия по двум характеристикам эмоционального интеллекта: управление своими эмоциями, эмпатия. Мужчины-волонтеры испытывают меньше проблем с управлением своими эмоциями. Женщины-волонтеры демонстрируют большую готовность оказывать поддержку, сопереживать эмоциональному состоянию другого человека.

Результаты исследования могут быть использованы при обучении студентов психологических и педагогических специальностей, в процессе организации работы волонтерских студенческих объединений. Полученные данные могут стать основой для дальнейшего исследования гендерной специфики эмоционального интеллекта. Также перспективным представляется вопрос о специфике эмпатии, эмоционального интеллекта мужчин и женщин, вовлеченных и не вовлеченных в волонтерскую деятельность.

### Список литературы

1. Белановский Ю. С., Ширинова И. В. Мир социального волонтерства. М.: ГБУ г. Москвы «Мосволонтер», 2018. 96 с.

2. Бовина И. Б. Исследование эмпатии: критический анализ и новые перспективы // Культурно-историческая психология. 2020. Т. 16. № 1. С. 88–95. DOI: <https://doi.org/10.17759/chp.2020160109>

3. Богачёва О. А. Половые различия в проявлении эмпатии у медицинских работников // Ярославский педагогический вестник. 2012. Т. II. № 2. С. 263–267.

4. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении. М.: Просвещение, 2006. 75 с.

5. Диагностика «эмоционального интеллекта» (Н. Холл) // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Ин-т Психотерапии, 2002. С. 57–59.

6. Добро. Портал проектов [Электронный ресурс]. URL: <https://dobro.ru/> (дата обращения: 21.09.2020).

7. Корнеева Е. Л. Основные направления исследования волонтерской деятельности [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2015. Т. 7. № 1. URL: <http://psyedu.ru/journal/2015/n1/Korneeva.shtml> (дата обращения: 20.09.2020).

8. Левишнуова Е. Н. Алекситимические корреляты эмоциональных состояний личности [Электронный ресурс] // Мир науки, культуры, образования. 2009. № 4 (16). С. 150–154. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=13050356> (дата обращения: 21.09.2020).

9. Обозов Н. Н. Психология межличностных отношений. Киев: Лыбидь, 1990. 192 с.

10. Робертс Р. Д., Мэттьюс Д., Зайднер М., Люсин Д. В. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике [Электронный ресурс] //





Психология. Журнал ВШЭ. 2004. № 4. С. 3–26. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyu-intellekt-problemy-teorii-izmereniya-i-primeniya-na-praktike> (дата обращения: 22.09.2020).

11. Юсунов И. М. Психология эмпатии (Теоретические и прикладные аспекты): дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 1995. 255 с.

12. Andrei F., Siegling A. B., Aloe A. M. [etc.] The incremental validity of the trait emotional intelligence questionnaire (TEIQue): a systematic review and meta-analysis. *J. Pers. Assess.* 2016. № 98. P. 261–276. DOI: <https://doi.org/10.1080/00223891.2015.1084630>

13. Austin E. Emotional intelligence and emotional information processing // *Personality and Individual Differences.* 2005. № 39. P. 403–414.

14. Barlińska J., Szuster A., Winiewski M. Cyberbullying Among Adolescent Bystanders: Role of Affective Versus Cognitive Empathy in Increasing Prosocial Cyberbystander Behavior // *Frontiers in Psychology.* 2018. № 9. P. 799.

15. Bar-On R. How important is it to educate people to be emotionally and socially intelligent, and can it be done? // *Perspectives in Education.* 2003. № 21 (4). P. 3–13.

16. Batson C. D., Ahmad N., Lishner D. A. Empathy and altruism // *The Oxford Handbook of Prosocial Behavior.* Oxford: Oxford University Press, 2015. P. 259–281.

17. Braun S., Rosseel Y., Kampaers C. [etc.] Self-report of empathy: a shortened french adaptation of the interpersonal reactivity index (IRI) using two large belgian samples // *Psychol. Rep.* 2015. 117/ 735–753. DOI: <https://doi.org/10.2466/08.02.PR0.117c23z6>

18. Davis M. H. Empathy: negotiating the border between self and other // *The social life of emotions: Studies in emotion and social interaction.* New York: Cambridge University Press, 2004. P. 19–42.

19. de Vignemont F., Singer T. The empathic brain: How, when and why? // *Trends in cognitive sciences.* 2006. № 10. P. 435–441.

20. Decety J., Jackson P. L. The Functional Architecture of Human Empathy // *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews.* 2004. № 3. P. 71–100. DOI: <https://doi.org/10.1177/1534582304267187>

21. Hall J. A. Gender effects in decoding nonverbal cues // *Psychological Bulletin.* 1978. № 85. P. 845–857.

22. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT). Toronto, Canada: Multi-Health Systems, Inc. 2002. 21 p.

23. Olderbak S., Wilhelm O. Emotion perception and empathy: An individual differences test of relations // *Emotion.* 2017. № 17 (7). P. 1092–1106. DOI: <https://doi.org/10.1037/emo0000308>

24. Peters J. R., Smart L. M., Eisenlohr-Moul T. A. [etc.] Anger rumination as a mediator of the relationship between mindfulness and aggression: the utility of a multidimensional mindfulness model // *Clin. Psychol.* 2015. № 71. P. 871–884. DOI: <https://doi.org/10.1002/jclp.22189>

25. Petrides K., Furnham A., Mavroveli S. Trait emotional intelligence: Moving forward in the field of EI // *Series in affective science. The science of emotional intelligence: Knowns and unknowns.* 2007. P. 151–166.

26. Zeidner M., Matthews G., Roberts R. D. The emotional intelligence, health and well-being nexus: what have we learned and what have we missed? // *Appl. Psychol. Health Well Being.* 2012. № 4. P. 1–30. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2011.01062.x>

Дата поступления статьи 23.09.2020

