

МРНТИ 15.25.45

10.51889/2959-5967.2025.85.4.003

З.О. Унербаева\*<sup>1</sup> , О.К. Құлумбетова<sup>1</sup> , М.А. Оразбаева<sup>1</sup> , К.К. Альмуратова<sup>2</sup> ,  
Н.Б. Карабаева<sup>3</sup> 

<sup>1</sup>Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті,

<sup>2</sup>Қ.Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік университеті

<sup>3</sup>Х.Досмұхамедов атындағы Атырау университеті

## ӨЗІН-ӨЗІ АНЫҚТАУ ЭМОЦИОНАЛДЫ ИНТЕЛЛЕКТІҢ АЛҒЫШАРТЫ РЕТІНДЕ

### Аңдатпа

Әдебиеттердің кең көзі адамдардың эмоцияларды бақылау, өңдеу және реттеу дәрежесі бойынша ерекшеленетінін көрсетеді. Бұл зерттеу осы теорияларға негізделген. Өзін-өзі анықтау психологияда адамның өзін жеке тұлға ретінде түсініп, өмірлік жолын мақсаттарын, құндылықтарын, кәсібін, әлеуметтік рөлдерін саналы түрде түсіну үрдісі ретінде анықталады. Эмоционалды интеллект – бұл адамның өз эмоцияларын және басқа адамдардың эмоцияларын тану, түсіну, басқару және тиімді пайдалану қабілеті. Психологиялық әл-ауқат адамның өз өміріне қанағаттануы, өзінің эмоциялық, танымдық және әлеуметтік жағдайын оң қабылдауы, ішкі үйлесімділік пен өмірлік мәнді сезінуі. Зерттеудің мақсаты - өзін-өзі анықтау эмоционалды интеллект пен психологиялық әл-ауқат бойынша жеке айырмашылықтарды түсіндіреді деген болжамды тексеру. Зерттеуде «Жалпы мотивация шкаласы», «Эмоцияны бағалау шкаласы» және «Психологиялық әл-ауқат шкаласы» қолданылды. Бутстрап талдауды қолданған қарапайым және көп делдалды үлгі студенттер (n=83) мен жұмысшыларды (n=65) зерттеу арқылы осы байланыстарды тексерді. Нәтижелер екі зерттеуде де өзін-өзі анықтау мен психологиялық әл-ауқат арасындағы байланыста эмоционалды интеллектінің болжамды делдалдық рөлін дәлелдеді. ЭИ-ң өзара байланысқан аспектілері ажыратылғаннан кейін екі зерттеуде де «көңіл-күйді реттеу/оптимизм» және «әлеуметтік дағдылар» үшін және 2-зерттеуде теріс болса да «эмоцияларды қолдануға» қатысты жанама әсерлер анықталды. Біздің нәтижелер эмоционалды интеллект алғышарттары бойынша алдыңғы зерттеу жұмыстарын растады және кеңейтті және адамның әртүрлі жағдайлардағы іс-әрекеттерінде маңызды болып табылады.

**Түйін сөздер:** өзін-өзі анықтау, эмоционалды интеллект, психологиялық әл-ауқат.

Унербаева З.О.\*<sup>1</sup>, Құлумбетова О.К.<sup>1</sup>, Оразбаева М.А.<sup>1</sup>, Альмуратова К.К.<sup>2</sup>, Карабаева Н.Б.<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Казахский национальный педагогический университет имени Абая,

<sup>2</sup>Актюбинский региональный университет имени К.Жубанова

<sup>3</sup>Атырауский университет имени Х.Досмұхамедова

## САМООПРЕДЕЛЕНИЕ КАК ПРЕДПОСЫЛКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

### Аннотация

Обширный объем литературы указывает на то, что люди различаются по степени, в которой они контролируют эмоции, обрабатывают их и регулируют. Самоопределение является процессом, при котором человек осознанно выбирает свой жизненный путь, цели, ценности, поведение и социальную роль, исходя из внутренних убеждений. Эмоциональный интеллект определяется как способность человека распознавать, понимать, выражать, управлять своими эмоциями и распознавать эмоции других людей, а также использовать эту информацию для построения эффективных отношений и принятия решений. Психологическое благополучие – это комплексное состояние, характеризующееся субъективным удовлетворением человека своей жизнью, положительным восприятием своих эмоциональных, когнитивных и социальных аспектов, а также ощущением внутренней гармонии. Настоящее исследование было направлено

на то, чтобы развить эти знания, изучив может ли общее самоопределение объяснять индивидуальные различия в эмоциональном интеллекте и психологическом благополучии. В исследовании были использованы «Шкала общей мотивации», «Шкала оценки эмоции» и «Шкала психологического благополучия». Простая и множественная модель посредничества с использованием бутстрап-анализа проверила эти связи на выборке студентов (Исследование 1, n=83) и работников (Исследование 2, n=65). Результаты подтвердили предполагаемую посредническую роль эмоционального интеллекта в отношениях между самоопределением и психологическим благополучием в обоих исследованиях. Когда взаимосвязанные аспекты эмоционального интеллекта были тщательно разделены, косвенные эффекты проявились для «регуляции настроения/оптимизма» и «социальных навыков» в обоих исследованиях, а также «использования эмоций», хотя и отрицательно, в Исследовании 2. Наши результаты подтверждают и расширяют прошлые работы по предпосылкам ЭИ и имеют важные последствия для функционирования человека в различных условиях.

**Ключевые слова:** самоопределение, эмоционалды интеллект, психологическое благополучие.

Z. Unerbayeva\*<sup>1</sup>, O. Kulumbetova<sup>1</sup>, M. Orazbayeva<sup>1</sup>, K. Almuratova<sup>2</sup>, N. Karabayeva<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Kazakh National Pedagogical University named after Abai,

<sup>2</sup>Aktobe Regional University named after K. Zhubanov

<sup>3</sup>Atyrau University named after Kh. Dosmukhamedov

## SELF-DETERMINATION AS A PREREQUISITE FOR EMOTIONAL INTELLIGENCE

### Abstract

A wide range of literature suggests that people differ in the extent to which they control, process and regulate their emotions. Self-determination is a process in which a person consciously chooses his or her life path, goals, values, behavior and social role based on internal convictions. Emotional intelligence is defined as a person's ability to recognize, understand, express and manage their own emotions and recognize the emotions of others and to use this information to build effective relationships and make decisions. Psychological well-being is a complex state characterized by a person's subjective satisfaction with their life, a positive perception of their emotional, cognitive and social aspects, as well as a sense of inner harmony. This study builds on these theories. Self-concept explains individual differences in emotional intelligence and psychological well-being. The study used the General Motivation Scale, the Emotion Rating Scale and the Psychological Well-Being Scale. A simple and multi-mediator model using bootstrap analysis tested these relationships using a sample of students (Study 1, n=83) and workers (Study 2, n=65). Results confirmed the hypothesized mediating role of emotional intelligence in the relationship between self-concept and psychological well-being in both studies. After controlling for the interrelated aspects of EI, indirect effects were found for «mood regulation/optimism» and «social skills» in both studies and for «using emotions», even if negative, in study 2. Our results confirm and extend previous research on the antecedents of EI and have important implications for how people act in different situation.

**Keywords:** self-determination, emotional intelligence, psychological well-being.

**Кіріспе** Көптеген ғылыми мәліметтер адамдардың күнделікті өмірде эмоцияға қатысты ақпаратты пайдалану дәрежесі бойынша ерекшеленетінін көрсетеді. Майер, Саловой және Карузо бұл қабілетті эмоционалды интеллект деп атайды және оны «эмоцияларды қабылдау және білдіру, эмоцияларды ойға ассимиляциялау, эмоциялар арқылы түсіну және пайымдау, өзіндегі және басқалардағы эмоцияларды реттеу қабілеті» деп атайды [1, 396 б.]. Авторлар үшін ЭИ қабілеттер жиынтығы болып табылады және дәстүрлі интеллект тесттері сияқты максималды өнімділік көрсеткіштері арқылы бағалануы керек. Бұл тұжырымдама ЭИ табиғаты

бойынша аффективті және тұлғаның негізгі қасиеттерімен кейбір ортақ айырмашылықтарды бөлісетін өзін-өзі қабылдау, бейімділіктер және мотивациялар жиынтығы ретінде анықтайды. Қабілет үлгісінен айырмашылығы, ЭИ қасиеттер үлгісі адамның эмоционалды тәжірибесінің негізінде жатқан субъективтілікті қамтиды, сондықтан өзіне-өзі есеп беру көрсеткіштері арқылы бағалануы керек.

ЭИ көрсеткіштері бойынша жоғары ұпайға ие болғандар еңбекте және оқуда жақсы нәтижелер көрсетеді, олар үнемі позитивті қарым-қатынаста болады, физикалық денсаулықтары жақсы. Алайда, эмоционалды денсаулық пен әл-ауқатты жақсарту ЭИ ең үлкен әлеуеті болып табылады. Мысалы, ЭИ психопатологияның бірнеше көрсеткіштерімен, атап айтсақ, тұлғалық бұзылыстармен, мазасыздықпен, өзіне зиян келтірумен және жеткіншектердегі сыртқа бағытталған мінез-құлықпен теріс байланысады. Клиникалық емес үлгілерде ЭИ өмірге қанағаттану, бақыт, оптимизм, өзін-өзі бағалау және негативті эмоциялардың төмендеуі сияқты әл-ауқаттың көрсеткіштерімен оң корреляцияланады. Алайда, неліктен кейбір адамдар басқаларға қарағанда эмоцияларын оңай басқарады, өңдейді және реттейді? Басқаша айтқанда, ЭИ жеке айырмашылықтарының себептері неде? ЭИ қасиеттер үлгісіне сәйкес жоғары тұлға факторлары адамдардың аффективті өзіндік қабылдауын қалыптастырады деп болжанады. Мысалы, ЭИ қасиеті тұлғаның әр бес қасиеті мен психикалық денсаулық және әл-ауқатты өзіндік бағалау арасында байланыс орнатты. Басқа зерттеулерге сәйкес, ЭИ қасиеті зейін сапасындағы диспозициялық айырмашылықтардан туындауы мүмкін. Шутте және Малуфф саналы түсіну мен субъективті әл-ауқаттың әр түрлі көрсеткіштері арасындағы байланыс ЭИ қасиетімен жанамаланатындығын байқаған [2, 1116 б.]. ЭИ-ң көңіл-күйді реттеу сияқты ішкі компоненті үшін маңызды жанама әсерлер анықталған. Мысалы, Кампфе және Митте көңіл-күйді қалпына келтіру экстраверсия мен өмірге қанағаттанушылық, сондай-ақ экстраверсия мен бақыт арасындағы байланысты түсіндіретінін байқады. Басқа зерттеулерге сәйкес, эмоцияларды когнитивті қайта бағалау сенімді бауыр басу мен әл-ауқат арасындағы байланысты ішінара түсіндіретінін көрсетті [3, 291 б.]. Бұл нәтижелер адамның өз эмоцияларын қабылдау және басқару қабілеті саналы түсіну, тұлға және бауыр басу стилі сияқты тұрақты жеке ерекшеліктерге байланысты екенін көрсетеді. Бұл зерттеуде біз өзін-өзі анықтауды психологиялық әл-ауқатқа ықпал ететін ЭИ-ң ықтимал алғышарты ретінде қарастырдық.

Өзін-өзі анықтау теориясы ұйымшылдық пен үйлесімділікті арттыру сияқты интегративті қабілеттерге ие тұлғаның мотивациялық перспективасына негізделген. Бұл интеграция іс-әрекетті реттеудің негізінде жатқан өзін-өзі анықтау немесе қабылданған автономия дәрежесінен көрінеді. Мысалы, ішкі қызығушылық пен ляззат алу (ішкі реттеу) мақсатында туындаған мінез-құлық ең өзін-өзі анықтаған мінез-құлық ретінде қабылданады, оның артынан адамның ең терең құндылықтарына сәйкес әрекет ету себептері (интегралды реттеу), оның артынан өзін іс-әрекетпен жеке сәйкестендіру (сәйкестендірілген реттеу) жүріп отырады. Дегенмен, адам белгілі бір мінез-құлық қасиетін шынайы және еркін түрде таңдамайды, ол көбінесе сыртқы қысымның әсерінен, өзіндік қадір-қасиетін сақтап, қорғап қалу мақсатында (интроекциялық реттеу), сыртқы талаптарға сай болу мақсатында немесе ешқандай ниетсіз (амотивация) пайда болады. Мұндай мінез-құлық бақылаушы және мәжбүрлеуші мінез-құлық ретінде қабылданады, себебі негізгі «мен» бөлшектенген түрде әрекет етеді. Мінез-құлықты реттеудің аталған алты стилін бір индекске біріктіруге болады, ондағы жоғары ұпайлар дұрыс әрекет ету мен әл-ауқатқа қатысты өзін-өзі анықтауды білдіреді. Әрекеттерді бейімді және тиімді өзіндік реттеудің интегративті қабілеті адамның өзінің сәт сайынғы сезімдерін қалай қабылдайтындығынан да көрінеді. Ни және Ходгинстің айтуынша, жоғары өзін-өзі анықтау адамды қауіпті және қиын жағдайларға ашық болуына және қорғаныс күшін сарп етпеуіне мүмкіндік береді [4, 87 б.]. Мысалы, өзін-өзі анықтайтын адамның қашуға деген құлшынысы аз және сәтсіздікке жауап ретінде жаман ниетті атрибуцияларды азырақ пайдаланады. Автономияға бағытталған адамдар жарақаттайтын бейне материалды көргеннен кейін және жағымсыз өмірлік оқиғаларын ретроспективті еске түсіргеннен кейінгі негативті әсерлерді эмоционалды

тұрғыдан жақсы реттей алған. Дегенмен, эмоционалды әсерлі сезімдерді біртұтас «Менге» тиімді ассимиляциялайтын өзіндік анықтауды қолданатын дағдылар туралы мәлімет аз. Біз, бұл дағдылар ЭИ өзара байланысқан қабілеттеріне жатқызылады деп болжаймыз.

**Материалдар мен әдістер.** Біздің зерттеу жұмысымыздың мақсаты қоршаған ортаға мотивациялық бағдарланудың тұрақтылығын көрсететін диспозициялық немесе жалпы деңгейде бағаланған өзін-өзі анықтаудың анықтаушы рөлін зерттеу арқылы эмоционалды интеллекттің жеке вариацияларын зерттеу болды. Осы мақсатта өзара байланысқан ЭИ қабілеттері жалпы өзін-өзі анықтау мен психологиялық әл-ауқат арасындағы байланыста делдал болады деген болжам жасалды. Бұл байланыстар алдымен бакалавриат студенттерін зерттеу арқылы, кейін жұмыс жасайтын ересектерді зерттеу арқылы тексерілді.

**Зерттеу - 1.** 83 бакалавриат студенттерінен тұратын іріктеме алынды. Оның 66-ы әйел, 17-ерлер ( $M_{age} = 18,95$ ,  $SD_{age} = 1,75$ ). Өзін-өзі анықтау 18 тармақтан тұратын жалпы мотивация шкаласы (ЖМШ) арқылы бағаланды. Деси және Райан ұсынған мотивацияның алты кіші шкаласы үш тармақпен ұсынылған [5, 14 б.]. Респонденттер әрбір тармақты 1-ден 7-ге дейінгі шкала бойынша бағалады. Ішкі дәйектілікті бағалау кіші шкалалар бойынша 0,69-дан 0,83-ке дейін ауытқыды. Кіші шкалалар бойынша орташа ұпайлар өзін-өзі анықтау индексіні табу мақсатында біріктірілді және жоғары ұпайлар өзін-өзі анықтаудың жоғары көрсеткішін білдіреді: +3 (ішкі), +2 (интеграцияланған), +1 (сәйкестендірілген) 1 (интроецияланған) 2 (сыртқы) 3 (амотивация). Барлық шкала үшін альфа Кронбах 0,80. ЭИ эмоцияны бағалау шкаласының (ЭБШ) көмегімен өлшенді, жауаптар 1-ден 7-ге дейін Лайкерт шкаласы бойынша бағаланды. ЭИ құрылымына қатысты кейбіреулер бір ғана жаһандық ЭИ факторын ұсынса, басқалары төрт кіші факторды ұсынады. Осы қарама-қайшылықты мойындай отырып, ЭИ барлық 33 тармақ бойынша орташа ұпайды есептеу арқылы алынған жаһандық ЭИ факторымен, сондай-ақ, әр кіші шкаланың сәйкес тармақтары бойынша орташа ұпайды есептеу арқылы алынған төрт кіші фактормен ұсынылды. Кіші шкалалар Петридес және Фернхэмнің еңбектерінен алынған [6, 449 б.]. Ішкі дәйектілікті бағалау кіші шкалалар бойынша 0,71-ден 0,83-ке дейін ауытқыды (барлық шкала үшін  $\alpha = 0,90$ ). Психологиялық әл-ауқат оң психологиялық әрекет етудің алты түрлі аспектісін қамтитын Рифтің психологиялық әл-ауқат шкаласының (ПӘАШ) қысқаша нұсқасының көмегімен бағаланды [7, 1069 б.]. Жауаптар 1-ден 7-ге дейінгі шкала бойынша бағаланып, психологиялық әл-ауқат көрсеткішін анықтау үшін барлық 18 тармақ бойынша орташа мәні алынды ( $\alpha = 0,83$ ).

Сипаттамалық статистика 1-кестеде берілген. Болжағанымыздай, өзін-өзі анықтау, ЭИ және психологиялық әл-ауқат арасында оң байланыстар анықталды. Екі өлшемді деңгей бойынша жас ерекшелігі бойынша ешқандай айнымалымен өзара байланыс анықталмады. Дегенмен, ЭИ кейбір аспектілері үшін жыныстық айырмашылықтар анықталды, әйелдер ерлерге қарағанда «эмоцияны бағалау» және «әлеуметтік дағдылар» бойынша жоғары ұпай жинады.

Кесте 1 – 1-зерттеу және 2–зерттеу үшін сипаттамалы статистика

Құрылым	1	2	3	4	5	6	7	8	9
M	8,68	4,97	5,05	4,85	5,05	4,85	5,22	18,96	
SD	6,38	0,65	0,9	0,88	0,72	0,87	0,67	1,76	
Жалпы өзін-өзі анықтау (ЖӨА)	-	0,36**	0,43**	0,24**	0,29**	0,13*	0,36**	0,12	0,07
Жаһандық ЭИ (ЖЭИ)	0,32**	-	0,79**	0,86**	0,88**	0,57**	0,56**	0,02	0,2
Көңіл-күйді реттеу-оптимизм(КРО)	0,36**	0,77**	-	0,49**	0,55**	0,35**	0,60**	0,04	-0,08
Эмоцияны бағалау (ЭБ)	0,22**	0,82**	0,45**	-	0,69**	0,37**	0,40**	-0,05	0,19**

Әлеуметтік дағдылар (ӘД)	0,23**	0,89**	0,57**	0,63**	-	0,40**	0,47**	0,04	0,19**
Эмоцияны қолдану (ЭК)	0,12	0,57**	0,32**	0,28**	0,44**	-	0,18**	0,02	-0,04
Психологиялық әл-ауқат (ПӘА)	0,48**	0,48**	0,59**	0,38**	0,42**	0,03	-	0,02	0,02
Жасы	0,23**	-0,14*	0	-0,2	-0,17**	-	0,19**	0,10	-
Жынысы	0	0,18**	0,08	0,17**	0,22**	0,14**	-0,06	-	-
M	11,62	3,62	3,77	3,42	3,70	3,46	4,70	32,94	
SD	7,47	0,47	0,56	0,64	0,53	0,73	0,58	12,33	

**Ескертпе:** зерттеу - 1 сипаттамалық статистикасы диагональдан жоғары, зерттеу - 2 сипаттамалық статистикасы диагональдан төмен орналасқан

Өзін-өзі анықтау мен психологиялық әл-ауқат арасындағы байланыста ЭИ болжанған делдалдық рөлі SPSS INDIRECT макросы арқылы тексерілді [8, 879 б.]. Макрос бутстраппингтік қайта іріктеу әдісіне негізделген және жанама әсер мен сенімділік интервалдары (СИ) іріктемесін үлестіру үшін деректер жиынтығын k рет қайта іріктеу арқылы популяциядағы жанама әсерді бағалауды қамтамасыз ететін процедура. Егер оның 95% сенімділік интервалы нөлді қамтымаса, бағалау статистикалық мәнді болып есептеледі. Қарапайым делдалдық үлгіні тестілеу өзін-өзі анықтаудың психологиялық әл-ауқатқа тікелей әсерін ( $B=0,020$ ,  $p<0,001$ ), сондай-ақ, жаһандық ЭИ арқылы жанама әсерді (0,0178) анықтады, 95% сенімділік интервалы [0,0112, 0,0255]. Бұл жанама әсердің шамасы 0,172-ге тең жанама индексін көрсетті. Осылайша, өзін-өзі анықтауда әр 1 SD артқан сайын, психологиялық әл-ауқат жаһандық ЭИ арқылы 0,172 SD-ға артады. Әсер көлемі Карра2 (алынған бағаның жанама әсердің максималды мүмкін бағасына қатынасы) көмегімен бағаланды. Біздің жағдайымызда Карра2 0,19-ға тең. Жалпы, өзін-өзі анықтау психологиялық әл-ауқаттың 34% дисперсиясын тікелей және ЭИ арқылы жанама түрде түсіндірді,  $B=0,038$ ,  $p<0,001$ ,  $F(4,279)=34,87$ ,  $p<0,001$ . ЭИ қай аспектісі өзін-өзі анықтау мен психологиялық әл-ауқат арасындағы байланысты түсіндіретінін анықтау мақсатында ЭИ төрт кіші факторларының әрқайсысымен көптік жанама үлгісі зерттелді. Нәтижелер 2-кестеде көрсетілген. Жанама әсерлер «көңіл күйді реттеу - оптимизм» және «әлеуметтік дағдылар» шкалалары бойынша анықталды. Жұптық қарама-қайшылықтар «көңіл күйді реттеу - оптимизм» «әлеуметтік дағдылардан» үлкен екенін көрсетті. Әрбір жанама әсер бойынша жанама индексі өзін-өзі анықтау әр 1 SD артқан сайын, психологиялық әл-ауқат, сәйкесінше, «көңіл күйді реттеу - оптимизм» және «әлеуметтік дағдылар» арқылы 0,189 және 0,044 SD-ға артатынын көрсетті. Көптік жанама үлгісінде өзін-өзі анықтау психологиялық әл-ауқаттың 41% вариациясын тікелей де және ЭИ төрт қыры арқылы жанама түрде түсіндірді,  $F(7,276)=25,81$ ,  $p<0,001$ .

**Зерттеу 2.** Зерттеу іріктемесі 65 жұмыс істейтін ересектерден құралды, олардың 47% жеке кәсіпкерлер, қалған 53% мемлекеттік секторда жұмыс жасайды және көбісі әйел адамдар. Қатысушылар 18-58 жас аралығындағы әйелдер мен ерлер ( $M=32,93$ ,  $SD=12,32$ ). Қатысушылар көлденең зерттеуге өз еріктерімен қатысты және 1-зерттеудегі өзін-өзі бағалау көреткіштерінен тұратын сауалнаманы толтыру ұсынылды. Психологиялық әл-ауқатты зерттеу үшін әр факторы тоғыз тармақтан тұратын шкаланың орташа нұсқасы қолданылды (ЖМШ: кіші шкалалар бойынша альфа Кронбах 0,67 мен 0,85 аралығында ауытқыды, барлық шкала үшін альфа Кронбах 0,83-ті құрады; ЭБШ: кіші шкалалар бойынша альфа Кронбах 0,68 мен 0,82 аралығында ауытқыды, барлық шкала үшін альфа Кронбах 0,89-ға тең болды; ПӘАШ: барлық шкала үшін альфа Кронбах 0,93-ке тең болды).

Кесте 2 - 1-зерттеу және 2-зерттеу үшін өзін-өзі анықтаудың ЭИ арқылы психологиялық әл-ауқатқа жанама әсерлері

	Зерттеу – 1				Зерттеу-2			
	Коэффициенттер туындысы		Бутстраппинг ВСа 95% СИ		Коэффициенттер туындысы		Бутстраппинг ВСа 95% СИ	
	Нүктелі бағалау	SE	LL	UL	Нүктелі бағалау	SE	LL	UL
	Жанама әсерлер				Жанама әсерлер			
КРО	0,0196	0,0041	0,0126-0,0008	0,0283	0,0112	0,0026	0,0071	0,0172
ЭБ	0,0023	0,0018	0,0010	0,0062	0,0017	0,0011	0,0001	0,0042
ӘД	0,0046	0,0023	-0,0042	0,0098	0,0034	0,0016	0,0011	0,0069
ЭҚ	-0,0013	0,0011	0,0172	0,0002	-0,0025	0,0013	-0,0052	-0,0006
Жалпы	0,0251	0,0043		0,0339	0,0138	0,0028	0,0089	0,0194
	Қарама-қайшылық тар				Қарама-қайшылық тар			
КРО&ЭБ	0,0174	0,0043	0,0099	0,0266	0,0096	0,0028	0,0051	0,0156
КРО& ӘД	0,0151	0,0049	0,0066	0,0259	0,0080	0,0032	0,0024	0,0149
КРО& ЭҚ	0,0208	0,0043	0,0135	0,0302	0,0136	0,0030	0,0084	0,0198
ЭБ& ӘД	-0,0024	0,0034	-0,0093	0,0040	-0,0018	0,0021	-0,0062	0,0019
ЭБ& ЭҚ	0,0035	0,0022	-0,0002	0,0081	0,0041	0,0017	0,0015	0,0078
ӘД& ЭҚ	0,0058	0,0027	0,0015	0,0116	0,0058	0,0023	0,0022	0,0108

**Ескертпе:** ВСа, ығысулар түзетілген және жеделдетілген; СИ-сенімділік интервалы, LL-төменгі шегі, UL-жоғарғы шегі,  $k=5000$

Барлық құрылымдар арасындағы екі өлшемді байланыстар, өзін-өзі анықтаумен де ( $r=0,12$ ,  $p>0,05$ ), психологиялық әл-ауқатпен де ( $r=0,03$ ,  $p>0,05$ ) мәнді байланыс анықталған жоқ. Жас және жыныстық ерекшелік өзін-өзі анықтау мен ЭИ мәнді корреляттары болды. 1-зерттеудің нәтижелеріне сәйкес, әйелдердің ЭИ ұпайлары жаһандық фактор бойынша, сондай ақ «көңіл күйді реттеу - оптимизмнен» басқа ЭИ барлық аспектілері бойынша да ерлерге қарағанда жоғары болды. Жас және жыныстық ерекшелік келесі талдауларда бақыланды.

Қарапайым делдалдық үлгіні тексеру  $0,132$  ( $Каппа^2=0,15$ ) делдалдық индексіне ие жаһандық ЭИ факторы үшін  $0,0100$  нүктелі бағалау және  $95\%$  СИ  $[0,0066, 0,0145]$  ие тікелей ( $B=0,028$ ,  $p<0,001$ ) және жанама әсерді көрсетті. Өзін-өзі анықтау психологиялық әл-ауқат дисперсиясының  $36\%$  тікелей және жанама түрде ЭИ арқылы түсіндірді ( $B=0,038$ ,  $p<0,001$ ),  $F(4261)=37,60$ ,  $p<0,001$ . Келесі кезекте көп делдалды үлгі тескерілді, нәтижесі 2-кестеде берілген. Жанама әсерлер «эмоцияны бағалауды» қоспағанда ЭИ барлық аспектілерінде көрінді. Жұптық қарама-қайшылықтар «көңіл-күйді реттеу - оптимизм» арқылы ең жоғары жанама әсерге және одан кейін «әлеуметтік дағдылар», одан кейін «эмоцияларды қолдану» жоғары жанама әсерлерге ие болатындығы анықталды. Көрсетілген жанама әсерлердің жанама индексі өзін-өзі анықтау  $1$  SD артқан сайын психологиялық әл-ауқат, сәйкесінше, «көңіл-күйді реттеу-оптимизм» ( $Каппа^2=0,17$ ) және «әлеуметтік дағдылар» ( $Каппа^2=0,06$ ) арқылы  $0,147$  және  $0,044$  артатындығын көрсетті. Керісінше, өзін-өзі анықтау  $1$  SD артқан сайын психологиялық әл-ауқат «эмоцияларды қолдану» арқылы  $0,032$  SD кемитінін көрсетті ( $Каппа^2=0,05$ ). Жалпы алғанда, өзін-өзі анықтау төрт ЭИ факторы арқылы тікелей және жанама түрде психологиялық әл-ауқаттың  $47\%$  дисперсиясын түсіндірді,  $F(7,258)=33,21$ ,  $p<0,001$ .

**Нәтижелер және талқылау.** Адамдардың өз эмоцияларын тиімді және нәтижелі бақылап, өңдеп, басқаруы денсаулығы мен психологиялық әл-ауқатына маңызды ықпал етеді. Бұл қабілеттердің бір бөлігі тұлға сияқты құрылымдық факторларға жатқызылады [9, 470 б.]. Өзін-өзі анықтау теориясына сүйене отырып, біз, бұл қабілетті мотивациялық сипаттағы, үлкен құрылым мен бірлікке бағытталған негізгі «меннен» туындайды деп болжаймыз. Мінез-құлық деңгейінде бұл интегративті бейімділік адамды қоршаған ортасына ашық және сезімтал ететін жалпы өзін-өзі анықтау ретінде көрінеді. Бұл зерттеу эмоционалды интеллекттегі жеке айырмашылықтарды түсіндіре отырып, түрлі деңгейдегі психологиялық әл-ауқатқа қол жеткізуге мүмкіндік беретін өзін-өзі анықтаудың ықтимал делдалдық қызметін зерттеу арқылы осы болжамды тексеруге тырысты. Екі түрлі іріктемеден (студенттер мен қызметкерлер) алынған деректер осы болжамды байланыстарды дәлелдеді. Біріншіден біз, өзін-өзі анықтау мен психологиялық әл-ауқат арасындағы жаһандық эмоционалды интеллекттің делдалдық рөлін зерттедік. Үлгідегі барлық байланыстар екі зерттеуде де мәнді және оң болды, бұл жоғары өзін-өзі анықтау жоғары жаһандық ЭИ арқылы тікелей және жанама түрде жоғары психологиялық әл-ауқатпен байланысатындығын болжайды. Сондықтан, адамдар өздерінің күнделікті әрекеттерін неғұрлым ерікті және автономды түрде жүзеге асырса, соғұрлым олар күнделікті шешім қабылдау үрдістерінде эмоционалды ақпараттарға жауап қайтарып, оларды қолдануда шебер болады, бұл өз кезегінде жоғары психологиялық әл-ауқатқа алып келеді. ЭИ қасиеттерінің үлгісіне сәйкес, бұл нәтижелер оның өзгергіштігінің бір бөлігі мотивациялық табиғатқа ие екендігін білдіреді және сәйкесінше делдал ретінде қызмет атқара алады. Расында да, «эмоционалды құзыреттілік» оқу бағдарламасын аяқтағандар жұмысқа қабілеттіліктерін, субъективті әл-ауқатын және қарым-қатынастарының сапасын айтарлықтай жақсартты. Біздің нәтижелеріміз араласу әрекеттері адамдардың өзін-өзі анықтауға бағыттылығынан да пайдалы болуы мүмкін екенін көрсетеді. Мысалы, өзін-өзі анықтауға қатысты тұспалдарды (яғни таңдау, мүмкіндік, еркіндік) пайдалану арқылы дайындалған қатысушылар жағымсыз эмоцияларды тудыратын фильмді көргеннен кейін және ауыр өмірлік оқиғаларды еске түсіргеннен кейін жақсы эмоционалды интеграцияны көрсетті. Осылайша, «эмоционалды құзыреттілік» оқу бағдарламасын аяқтаған қатысушылар өзін-өзі анықтауға алдын-ала дайындалған болса артықшылықтарға ие болуы мүмкін еді.

Екіншіден, біз төрт өзара байланысты ЭИ қабілеттерінің қайсысы өзін-өзі анықтау мен психологиялық әл-ауқат арасындағы байланысты түсіндіретінін анықтауға тырыстық. «Көңіл-күйді реттеу-оптимизм» де, «әлеуметтік дағдылар» да мәнді байланыстырушылар болып табылды, бұл тиімді және бейімделгіш әрекетті реттеу «өзіне және басқа адамдарға қатысты» тиімді және бейімделгіш эмоцияларды реттеумен байланысты екенін көрсетеді. Екі зерттеуде де осындай нәтижелер анықталды және студенттер іріктемесінде көңіл - күйді реттеу-оптимизмді эмоционалды әл-ауқаттың ең күшті предикторы ретінде анықтаған Спенс, Оудс және Капутидің зерттеулерімен сәйкес келді [10, 449 б.]. Біздің талдауларымыз әрі қарай талқылауды қажет ететін қызығушылық тудыратын нәтиже берді. Күтілген нәтижелерге қарамастан, «эмоцияларды қолданудың» жанама әсері студенттер іріктемесінде емес, қызметкерлер іріктемесінде теріс әрі мәнді болды. Нақтырақ айтсақ, бұл нәтиже жоғары өзін-өзі анықтау жоғары «эмоцияларды қолданумен» және төмен психологиялық әл-ауқатпен байланысты екенін болжайды. Бұл нақты кіші шкала адамның идеяларды генерациялау мен мәселелерді шешу кезінде эмоционалды ақпаратты пайдалану деңгейін анықтау мақсатында әзірленген. Дегенмен, оның жеке тармақтарын ( $n=4$ ) мұқият зерделеу бейтарап және оң эмоцияларға қатысты қате пайымдауларды (мысалы, «Мен жақсы көңіл-күйде болсам, мәселелерді оңай шеше аламын») көрсетеді. Теориялық тұрғыдан, кең ауқымды, тіпті қиын эмоциялармен кезігуге және оларды қабылдауға қабілетті жоғары өзін-өзі анықтауға ие адамның ашық және қорғансыз табиғатына сәйкес келетін сияқты. Басқаша айтқанда, барлық эмоциялар (оң және теріс) жақсы интеграцияланған құндылықтарға негізделі отырып әрекет ететін адам үшін шешім қабылдауда ақпарат көздері болып табылады. Статистикалық тұрғыдан, «Эмоцияларды

колдану» үлгіде басушы ретінде әрекет етуі ықтимал. Біз өзін-өзі анықтауды ЭИ арқылы психологиялық әл-ауқатпен байланыстыратын қарапайым делдалдық үлгіні тексерген кезде медиатор статистикалық мәнді емес еді. Алайда, «эмоцияларды қолдануды» қамтитын бірнеше көптік делдалдық үлгіні тексерген кезде, оның жанама байланысы мәнді болды. Бұл қорытынды кіші шкаланың өзіне де тән болуы мүмкін, себебі басқа зерттеулер осыған ұқсас нәтижелерді көрсетті.

**ҚОРЫТЫНДЫ** Қорыта келе, зерттеу жұмысындағы бірнеше шектеулерді атап өткенді жөн көрдік. Біріншіден, жауаптар өзіне-өзі есеп беру деректерімен шектелді. Болашақта мотивациялық дайындық пен эмоционалды интеграция және әл-ауқаттың мінез-құлықтық дәлелдемелерін қолдана отырып, бұл байланыстарды зерттеуге болады. Екіншіден, 1 және 2 зерттеудегі кейбір өзін-өзі анықтаудың кіші шкалалары үшін альфа Кронбах төмен ( $<0,71$ ) болды. Дегенмен, өзін-өзі анықтау индексын құрастыру кезінде барлық шкала қолданылды, нәтижесінде сенімділік статистикасы сәйкесінше 0,82 мен 0,83 құрады. Үшіншіден, ЭБШ үшін Петридес және Фурнхэм құжаттаған төрт факторлы шешім біздің деректерде анықталған жоқ [11,1029 б.]. Біз әдебиеттерден алынған нәтижелерге сәйкес факторлық құрылымды сақтауға тырыстық, алайда кейбір тармақтар біздің іріктемемізде бірдей сәйкестілікке қол жеткізе алмады, бұл төрт факторлы шешімге қатысты ықтимал тұрақсыздықты көрсетеді. ЭБШ көмегімен ЭИ ішкі өлшемдерін зерттеу кезінде іріктемелер арасындағы айырмашылықтарды анықтау үшін қосымша зерттеулер қажет. Төртіншіден, 1- зерттеудің көлденең сипаты 1-кезеңде бағаланған өзін-өзі анықтау мен ЭИ басқа факторлар 2-кезеңде бағаланған психологиялық әл-ауқат көрсеткішіне әсер еткенін білдіреді. Болашақ зерттеулер осы байланыстың ковариацияларын (мысалы, тұлғалық факторлар) қамтуы керек. Аталған шектеулерге қарамастан, бұл зерттеудің нәтижелері ЭИ маңыздылығын ескере отырып, ЭИ қатысты зерттеулердің артуына ықпал етеді. ЭИ мотивациялық негізін зерттеуге бағытталған біздің нәтижелеріміз ЭИ арттыруға бағытталған бағдарламалар мен семинарларға қызығушылықтың артуын көрсетеді. Сонымен қатар, бұл зерттеу адам қажеттіліктері мен мотивациясының ең көп зерттелген құрылымы өзін-өзі анықтау теориясына негізделген. Біздің нәтижелеріміз мотивациялық бағдарды эмоционалды интеграцияны жақсарту арқылы және нәтижесінде психологиялық әл-ауқаттың жақсаруына ықпал ететін белгілі бір эмоционалды құзыреттіліктермен байланыстыру арқылы Ходжинс пен Нидің болжамдарын растайды [12, 827 б.]. Өзін-өзі анықтау жақсы бейімделуге әкелетін эмоционалды байланыстарды ашуды көздейтін болашақтың еншісіндегі зерттеу әртүрлі мотивациялық профильдерге ие адамдардың әртүрлі салалардағы (мысалы, мектепте, жұмыста, спортта) қиындықтарды қалай жеңетіндерін түсінуге мүмкіндік беретіні анық.

#### **Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:**

1. Mayer J., Salovey P., Caruso D. *Models of emotional intelligence. In R. Sternberg (Ed.), Handbook of intelligence. Cambridge, UK: Cambridge University Press. 2000.- pp. 396–420.*
2. Schutte N., Malouff J. *Emotional intelligence mediates the relationship between mindfulness and subjective well-being // Personality and Individual Differences. - 2011. - №50 (7). pp. 1116-1119. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2011.01.037>.*
3. Kämpfe N., Mitte K. *Tell me who you are, and I will tell you how you feel? // European Journal of Personality. – 2010 - №24(4). pp. 291–308. <http://dx.doi.org/10.1002/per.743>.*
4. Hodgins H., Knee C. *The integrating self and conscious experience. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.). Handbook of self-determination research Rochester. NY: University of Rochester Press. 2002. pp. 87–100.*
5. Deci E., Ryan R. *Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains // Canadian Psychology. - 2008.- №49. pp.14–23. <http://dx.doi.org/10.1037/0708-5591.49.1.14>*
6. Petrides K., Furnham A. *Gender differences in measured and selfestimated trait emotional intelligence // Sex Roles. -2000. - №42. pp. 449–461. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1007006523133>.*

7. Ryff C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // *Journal of Personality and Social Psychology*. - 1989. - №57. pp.1069–1081. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.57.6.1069>
8. Preacher K., Hayes A. Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models // *Behavior Research Methods*. 2008.- №40. pp.879–891. <http://dx.doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>.
9. Johnson S., Batey M., Holdsworth L. Personality and health: The mediating role of trait emotional intelligence and work locus of control // *Personality and Individual Differences*. 2009. №47. pp.470–475. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2009.04.025>.
10. Spence G., Oades L., Caputi P. Trait emotional intelligence and goal self- integration: Important predictors of emotional well-being? // *Personality and Individual Differences*. 2004. №37. pp. 449–461. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2003.09.001>.
11. Gignac G., Palmer B., Manocha R., Stough C. An examination of the factor structure of the Schutte Self-Report Emotional Intelligence (SSREI) scale via confirmatory factor analysis. // *Personality and Individual Differences*. 2005. №39(6). pp. 1029–1042. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2005.03.014>.
12. Kotsou I., Nelis D., Grégoire J., Mikolajczak M. Emotional plasticity: Conditions and effects of improving emotional competence in adulthood // *Journal of Applied Psychology*. 2011. №96. pp. 827–839. <http://dx.doi.org/10.1037/a0023047>.
13. Исаева О.М., Савинова С.Ю. Развитие эмоционального интеллекта: обзор исследований // *Journal of Modern Foreign Psychology*. 2021. vol.10, №2, pp.105-116. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100211>
14. Альгожина А.Р, Сабирова Р.Ш., Галятина В.Н. Жогары мектеп педагогтерінің эмоционалды интеллект пен стресске төзімділігінің байланыс ерекшеліктері // Қарағанды университетінің хабаршысы. «Педагогика сериясы» №1 (105). 2022, 18-23 бб. <https://doi.org/10.31489/2022Ped1/18-23>

### References

1. Mayer J., Salovey P., Caruso D. Models of emotional intelligence. In R. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence*. Cambridge, UK: Cambridge University Press. 2000.- pp. 396–420.
2. Schutte N., Malouff J. Emotional intelligence mediates the relationship between mindfulness and subjective well-being // *Personality and Individual Differences*. - 2011. - №50 (7). pp. 1116-1119. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2011.01.037>.
3. Kämpfe N., Mitte K. Tell me who you are, and I will tell you how you feel? // *European Journal of Personality*. – 2010 - №24(4). pp. 291–308. <http://dx.doi.org/10.1002/per.743>.
4. Hodgins H., Knee C. The integrating self and conscious experience. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.). *Handbook of self-determination research* Rochester. NY: University of Rochester Press. 2002. pp. 87–100.
5. Deci E., Ryan R. Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains // *Canadian Psychology*. - 2008.- №49. pp.14–23. <http://dx.doi.org/10.1037/0708-5591.49.1.14>
6. Petrides K., Furnham A. Gender differences in measured and selfestimated trait emotional intelligence // *Sex Roles*. -2000. - №42. pp. 449–461. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1007006523133>.
7. Ryff C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // *Journal of Personality and Social Psychology*. -1989.- №57. pp.1069–1081. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.57.6.1069>
8. Preacher K., Hayes A. Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models // *Behavior Research Methods*. 2008.- №40. pp.879–891. <http://dx.doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>.