

**Фролова Юлия Вадимовна**

аспирант

ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный  
лингвистический университет им. Н.А. Добролюбова»

г. Нижний Новгород, Нижегородская область

DOI 10.31483/r-166796

**СВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА, УСТАНОВКИ НА РОСТ  
И УДОВОЛЬСТВИЯ ОТ ИЗУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА  
С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ БЛАГОПОЛУЧИЕМ  
БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ-ЛИНГВИСТОВ**

***Аннотация:** в статье представлены результаты эмпирического анализа взаимосвязей психологического благополучия (модель PERMA) с профессионально значимыми личностными ресурсами у студентов-лингвистов педагогического вуза. На выборке 100 обучающихся 4 курса был проведен констатирующий срез. С применением непараметрической статистики ( $\rho$  Спирмена, U-критерий Манна-Уитни) подтверждено формирование «ресурсного кластера»: установка на рост и удовольствие от изучения языка демонстрируют высокую взаимную связь ( $\rho = 0,692$ ), а эмоциональный интеллект наиболее тесно связан с благополучием ( $\rho = 0,745$ ). Анализ крайних групп (25/75 перцентили) выявил значимое превосходство студентов с высоким уровнем PERMA по всем трем ресурсам ( $r = 0,45-0,61$ ). Обнаружена слабая незначимая связь вовлеченности с самоконтролем ( $\rho = 0,193$ ,  $p = 0,054$ ), что не противоречит теоретическим представлениям о вовлеченности как состоянии, возникающем из интереса, а не волевого контроля.*

***Ключевые слова:** психологическое благополучие, модель PERMA, эмоциональный интеллект, установка на рост, удовольствие от изучения иностранного языка, будущие педагоги-лингвисты.*

*Введение.*

Подготовка будущих учителей иностранных языков сегодня сопряжена с повышенными требованиями не только к предметной и методической подготовке, но и к эмоционально-личностной устойчивости. В российской педагогической психологии в последнее время наблюдается закономерный переход от «дефицитарной» логики (изучение выгорания, стресса, профессиональной дезадаптации) к ресурсно-ориентированному подходу, где психологическое благополучие рассматривается как базовое условие профессионального долголетия [1]. Для студентов-лингвистов этот вопрос приобретает особую остроту: их будущая деятельность предполагает интенсивное межкультурное взаимодействие, высокую эмоциональную вовлеченность и необходимость постоянной языковой саморегуляции, что делает этап вузовской подготовки критически важным для формирования устойчивого профессионального здоровья.

В международной литературе в качестве ключевых предикторов благополучия выделяются эмоциональный интеллект (K.V. Petrides [9]), установка на рост (C.S. Dweck [8]) и удовольствие от изучения иностранного языка (FLE; J.M. Dewaele, P.D. MacIntyre [7]). Однако в отечественных исследованиях эти конструкты, как правило, рассматриваются разрозненно, преимущественно в контексте школьной практики или общих педагогических выборок. Комплексные работы, проверяющие их совместное влияние на структуру благополучия именно у будущих педагогов-лингвистов, практически отсутствуют. Данный теоретический пробел осложняет разработку адресных программ психологического сопровождения на этапе профессионального становления.

Целью настоящего исследования выступило эмпирическое изучение характера и силы взаимосвязей психологического благополучия (модель PERMA) с эмоциональным интеллектом, установкой на рост и удовольствием от изучения иностранного языка у студентов педагогического лингвистического вуза. В соответствии с целью выдвинуты две рабочие гипотезы: во-первых, указанные личностные ресурсы значимо коррелируют между собой и с общим благополучием, формируя устойчивый интегративный кластер; во-вторых, обучающиеся с высоким уровнем благополучия демонстрируют статистически значимое

превосходство по всем трем ресурсам по сравнению со сверстниками с низким уровнем PERMA.

*Методы исследования.*

В исследовании приняли участие 100 студентов 4-го курса педагогического лингвистического направления (средний возраст  $20,5 \pm 1,1$  года; 86% женщин). На констатирующем этапе вся выборка ( $N=100$ ) рассматривалась как единая для корреляционного анализа. Для проверки второй гипотезы на основе интегрального показателя PERMA\_Total были выделены две подгруппы по 25-му и 75-му перцентилям («низкое благополучие»,  $n=25$ , и «высокое благополучие»,  $n=25$ ).

Для оценки исследуемых конструктов применялся комплекс методик:

– опросник PERMA-Profilер (J. Butler, M.L. Kern, 2016 [5]) в русскоязычной адаптации О.М. Исаевой и соавт. (2022 [2]) – для измерения пяти компонентов психологического благополучия и расчета интегрального индекса (PERMA\_Total);

– краткая версия опросника черт эмоционального интеллекта TEIQue-SF (K.V. Petrides, 2009 [9]) в адаптации Е.А. Крюковой и М.А. Шестовой (2020 [3]) – для оценки общего уровня эмоционального интеллекта;

– шкала удовольствия от изучения иностранного языка FLLES (S. Aydin et al., 2024 [4]) в авторской адаптации – для диагностики профессионально-специфического аффективного опыта;

– шкала установки на рост (Growth Mindset Scale) (H. Sigmundsson, M. Haga, 2024 [10]) в авторской адаптации – для измерения убежденности в развиваемости когнитивных способностей.

Анализ выполнен в программном пакете JASP (версия 0.18.0). На предварительном этапе проверялось соответствие распределения данных нормальному закону с использованием критерия Шапиро-Уилка, а также показателей асимметрии и эксцесса. Выявленное значимое отклонение от нормальности для шкал FLLES и установки на рост (что обусловлено профессиональной гомогенностью выборки и концентрацией значений в верхней части шкалы) обусловило выбор непараметрических методов статистики. Для выявления взаимосвязей между

переменными применялся коэффициент ранговой корреляции Спирмена ( $\rho$ ). Сравнительный анализ крайних групп проводился с использованием U-критерия Манна-Уитни для независимых выборок. Для проверки второй гипотезы на основе объединенной выборки ( $N = 100$ ) по интегральному показателю PERMA\_Total были выделены крайние группы (нижние и верхние 25% по перцентилям). Величина эффекта оценивалась с помощью рангового бисериального коэффициента корреляции ( $r$ ), интерпретируемого по общепринятым критериям. Уровень статистической значимости установлен на  $p < 0,05$ ;  $p < 0,01$ ;  $p < 0,001$ .

### *Результаты.*

На объединенной выборке ( $N=100$ ) общий показатель психологического благополучия (PERMA\_Total) составил  $M = 7,06 \pm 1,28$  (по 10-балльной шкале), что характеризует исходный уровень благополучия будущих педагогов-лингвистов как выше среднего.

Детальный анализ компонентной структуры выявил неравномерность развития отдельных аспектов благополучия и личностных ресурсов. Наиболее высокие значения зафиксированы по шкалам «Позитивные эмоции» ( $M = 7,23$ ) и «Достижения» ( $M = 7,04$ ). В то же время определены «зоны роста» – показатели, находящиеся на относительно более низком уровне: Вовлеченность (Engagement):  $M = 6,86 \pm 1,19$ ; Смысл (Meaning):  $M = 6,62 \pm 1,59$ ; Самоконтроль (компонент эмоционального интеллекта):  $M = 4,74 \pm 0,67$ ; Социальность (компонент эмоционального интеллекта):  $M = 4,86 \pm 0,80$ .

Профессионально-специфические ресурсы – удовольствие от изучения иностранного языка (FLLE) и установка на рост (Growth Mindset) – демонстрируют высокие значения (соответственно,  $M = 3,93 \pm 0,81$  и  $M = 4,03 \pm 0,74$  по 5-балльным шкалам), что, вероятно, обусловлено профессиональной гомогенностью выборки и эффектом «потолка» используемых методик.

Для проверки гипотезы о наличии положительных связей между психологическим благополучием и исследуемыми ресурсами был проведен корреляционный анализ с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена ( $\rho$ ). Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

*Корреляционные связи психологического благополучия  
с личностными ресурсами ( $\rho$  Спирмена,  $N=100$ )*

<i>Переменные</i>	<i><math>\rho</math></i>	<i>Уровень значимости</i>
PERMA_Total ↔ EI_Total	0,745	*** $p < 0,001$
PERMA_Total ↔ Growth Mindset	0,418	*** $p < 0,001$
PERMA_Total ↔ FLLE	0,348	*** $p < 0,001$
Growth Mindset ↔ FLLE	0,692	*** $p < 0,001$
EI_Total ↔ Growth Mindset	0,479	*** $p < 0,001$
EI_Total ↔ FLLE	0,265	** $p = 0,008$

Корреляционный анализ (табл. 1) показал, что все исследуемые переменные обнаруживают статистически значимые положительные корреляции. Наиболее сильная связь зафиксирована между общим благополучием и эмоциональным интеллектом ( $\rho = 0,745$ ), что позволяет рассматривать эмоциональный интеллект как системообразующий ресурс. Принципиально важным результатом является высокая корреляция между установкой на рост и удовольствием от изучения языка ( $\rho = 0,692$ ), эмпирически подтверждающая существование «единого ресурсного кластера».

Детальный анализ на уровне субшкал выявил специфический паттерн связей для компонента PERMA\_Engagement (вовлеченность). Вовлеченность значимо коррелирует с удовольствием от изучения языка ( $\rho = 0,370$ ;  $p < 0,001$ ); установкой на рост ( $\rho = 0,248$ ;  $p < 0,05$ ); позитивными эмоциями ( $\rho = 0,441$ ;  $p < 0,001$ ). При этом связь вовлеченности с фактором «Самоконтроль» оказалась статистически незначимой ( $\rho = 0,193$ ,  $p = 0,054$ ). Данный результат не противоречит теоретическим представлениям М. Чиксентмихайи [6] о том, что состояние глубокой поглощенности деятельностью возникает не только из волевого усилия, а из соответствия сложности задачи имеющимся навыкам и внутреннего интереса к деятельности. Для будущих педагогов-лингвистов это означает, что вовлеченность в профессионально значимую деятельность может служить механизмом, трансформирующим личностные ресурсы в устойчивый опыт благополучия.

Для прямой проверки второй гипотезы на основе интегрального показателя PERMA\_Total были выделены две подгруппы по 25-му и 75-му перцентилям:

группа с низким уровнем благополучия ( $n = 25$ , значения  $\leq 6,1$ ) и группа с высоким уровнем ( $n = 25$ , значения  $\geq 7,95$ ). Сравнение проводилось с помощью U-критерия Манна-Уитни с расчетом размера эффекта (ранговый бисериальный коэффициент  $r$ ).

Таблица 2

*Сравнение показателей личностных ресурсов в группах с высоким и низким уровнем психологического благополучия*

Показатель	Группа с высоким ПБ ( $M \pm SD$ )	Группа с низким ПБ ( $M \pm SD$ )	$U$	$p$	Размер эффекта ( $r$ )
EI_Total	$5,54 \pm 0,63$	$4,41 \pm 0,57$	72,0	$< 0,001$	0,61 (большой)
Growth Mindset	$4,38 \pm 0,52$	$3,71 \pm 0,68$	95,5	$< 0,001$	0,55 (большой)
FLLE	$4,21 \pm 0,61$	$3,55 \pm 0,73$	128,0	0,004	0,45 (средний)

Примечание: ПБ – психологическое благополучие.

Результаты полностью подтверждают вторую гипотезу: студенты с высоким уровнем благополучия статистически значимо превосходят студентов с низким уровнем по всем трем исследуемым ресурсам. Размер эффекта варьирует от среднего (для FLLE) до большого (для эмоционального интеллекта и установки на рост), что свидетельствует о практической значимости выявленных различий.

#### *Обсуждение.*

Полученные данные позволяют уточнить структуру личностных ресурсов, обеспечивающих позитивное функционирование будущих педагогов-лингвистов. Наиболее выраженная связь общего благополучия с эмоциональным интеллектом ( $\rho = 0,745$ ,  $p < 0,001$ ) согласуется с представлениями об эмоциональном интеллекте как базовом механизме адаптации в эмоционально напряженной среде. Важно подчеркнуть, что, несмотря на высокую корреляцию, использованный корреляционный дизайн не позволяет говорить о причинно-следственных связях, поэтому интерпретировать эмоциональный интеллект как «предиктор» допустимо лишь с оговоркой, что в полном смысле слова для утверждения о предсказании необходим регрессионный или лонгитюдный анализ.

Примечательным результатом стала тесная взаимозависимость установки на рост и удовольствия от изучения языка ( $\rho = 0,692$ ,  $p < 0,001$ ). Эмпирически

подтверждается, что когнитивная готовность воспринимать трудности как задачу для развития (C.S. Dweck [8]) и позитивный аффективный опыт языковой практики (J.M. Dewaele, P.D. MacIntyre [7]) функционируют не изолированно, а как единый когнитивно-аффективный блок. Студенты, верящие в пластичность своих способностей, чаще получают удовлетворение от учебного процесса, что, в свою очередь, укрепляет их мотивационную устойчивость. Отсюда вытекает практический вывод: тренинги, нацеленные исключительно на развитие «гибкого мышления» или только на снятие языковой тревожности, будут менее эффективны, чем комплексные интервенции, объединяющие оба конструкта.

В качестве ограничения исследования следует отметить, что использованный дизайн (констатирующий срез) не позволяет делать выводы о динамике изменений и причинно-следственных связях. Выявленные «зоны роста» (относительно сниженные показатели вовлеченности, смысла, самоконтроля и социальности) задают конкретные векторы для будущих формирующих экспериментов, однако их интерпретация в данной статье носит поисковый, описательный характер.

Самоотчетный характер методик, гендерная неоднородность выборки (86% женщин) и кросс-секционный дизайн корреляционного анализа, безусловно, требуют осторожности при экстраполяции результатов, однако не отменяют их содержательной ценности и указывают на необходимость лонгитюдных исследований с включением объективных критериев педагогической деятельности.

#### *Заключение.*

Проведенное исследование на констатирующем этапе подтвердило корреляционные связи между психологическим благополучием и выделенными ресурсами. Эмоциональный интеллект, установка на рост и удовольствие от изучения иностранного языка формируют устойчивый ресурсный кластер. Наиболее тесно с благополучием связан эмоциональный интеллект ( $\rho = 0,745$ ,  $p < 0,001$ ), тогда как высокая взаимосвязь установки на рост и FLE ( $\rho = 0,692$ ,  $p < 0,001$ ) свидетельствует об их синергетическом взаимодействии. Студенты с высоким уровнем благополучия статистически значимо превосходят сверстников с низким уровнем

по всем трем ресурсам ( $r = 0,45-0,61$ ). Выявленное отсутствие значимой связи вовлеченности от самоконтроля ( $p = 0,193$ ,  $p = 0,054$ ) эмпирически не противоречит теории потока в контексте профессиональной подготовки педагогов-лингвистов, однако для надежного подтверждения теории требуются дополнительные исследования с более чувствительными методиками.

Практическим итогом работы стало определение потенциальных «зон роста» (вовлеченность, смысл, самоконтроль, социальность), которые могут стать мишенями для будущих развивающих программ.

Полученные результаты вносят вклад в развитие педагогической психологии, предлагая эмпирически обоснованную модель взаимосвязей личностных ресурсов и психологического благополучия будущих учителей иностранных языков.

### *Список литературы*

1. Волкова Е.Н. Психологическое благополучие школьного учителя: предикторы и корреляты модели PERMA / Е.Н. Волкова // Психологическая наука и образование. – 2025. – Т. 30. №2. – С. 73–86. DOI 10.17759/pse.2025300206. EDN VOIYUQ
2. Исаева О.М. Опросник благополучия PERMA-Profilер: апробация русскоязычной версии / О.М. Исаева, А.Ю. Акимова, Е.Н. Волкова // Социальная психология и общество. – 2022. – Т. 13. №3. – С. 116–133. DOI 10.17759/sps.2022130308. EDN CCGDII
3. Крюкова Е.А. Эмоциональный интеллект в структуре интеллектуально-личностного потенциала человека: черта или способность? (адаптация краткой версии опросника TEIQue-SF) / Е.А. Крюкова, М.А. Шестова // Национальный психологический журнал. – 2020. – №4 (40). – С. 18–30. DOI 10.11621/npj.2020.0402. EDN RPGYEH
4. Aydın S. Construction and validation of the foreign language learning enjoyment scale / S. Aydın, I. Tekin, F. D. Akkaş // Psychology in the Schools. 2024. Vol. 61. №2. Pp. 657–670. DOI: 10.1002/pits.23045. EDN AOHQSW

5. Butler J. PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing / J. Butler, M. L. Kern // *International Journal of Wellbeing*. 2016. Vol. 6. №3. Pp. 1–48. DOI: 10.5502/ijw.v6i3.526.
6. Csikszentmihalyi M. *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row, 1990. 303 p.
7. Dewaele J.-M. Foreign language enjoyment and foreign language classroom anxiety: The right and left feet of the language learner / J.-M. Dewaele, P. D. MacIntyre // *Positive Psychology in SLA*. 2016. Pp. 215–236. DOI: 10.21832/9781783095360-014.
8. Dweck C.S. *Mindsets: A view from two eras* / C.S. Dweck, D.S. Yeager // *Perspectives on Psychological Science*. 2019. Vol. 14. №3. Pp. 481–496. DOI: 10.1177/1745691618804166.
9. Petrides K.V. Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies / K.V. Petrides, A. Furnham // *European Journal of Personality*. 2001. Vol. 15. №6. Pp. 425–448. – DOI: 10.1002/per.416.
10. Sigmundsson H. Growth mindset scale: Aspects of reliability and validity of a new 8-item scale assessing growth mindset / H. Sigmundsson, M. Haga // *New Ideas in Psychology*. 2024. Vol. 75. P. 101111. DOI: 10.1016/j.newideapsych.2024.101111. EDN UYLBSX