(cc) BY

Корсакова Екатерина Владимировна
магистрант
Научный руководитель
Худякова Татьяна Леонидовна
канд. психол. наук, доцент, заведущая кафедрой
ФГБОУ ВО «Воронежский государственный
педагогический университет»
г. Воронеж, Воронежская область

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ДЕТЕРМИНАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СТУДЕНТОВ

Аннотация*: описана проблема психологического благополучия студентов. Выявляется степень актуальности и разработанности темы с помощью теоретического анализа, включая все аспекты детерминации психологического благополучия студентов. Рассматриваются разные работы, труды авторов, работающих с данной темой.*

Ключевые слова*: детерминанты психологического благополучия, психологическое благополучие студентов, теоретический анализ, влияние пандемии, влияние военных действий.*

Одной из значимых детерминант психологического благополучия личности являются прежде всего гармоничные межличностные отношения. Опираясь на разные публикации, опишем проблему психологического благополучия студентов.

В публикации Е.И. Рассказовой [4] рассматривается психологическое благополучие в период пандемии. Опираясь на одну из наиболее влиятельных в мире концепций субъективного благополучия Эдварда Динера [6], которая нам показывает, что субъективное благополучие является стабильным и любые значимые, яркие события, происходящие в жизни, могут изменить его, но лишь ненадолго. Десятилетия были потрачены на то, чтобы наконец-то показать, что некоторые небольшие изменения могут стать стабильными [7]. Результаты

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

исследования этих авторов свидетельствуют скорее в пользу стабильности субъективного благополучия, по крайней мере, его когнитивного компонента и негативных эмоций. При этом выявлены результаты, свидетельствующие в пользу того, что уровень позитивных эмоций в настоящий момент ниже, чем в предыдущие годы. Мы можем предположить, что возможно, снижение было постепенным в последние два года, когда во всем мире была пандемия и много ограничений. Хочу обратить внимание на интересный, даже особенный результат, что тревога в ситуации пандемии практически не связана с общей удовлетворенностью жизнью и позитивными эмоциями. Ее связь с субъективным благополучием полностью объясняется связью с негативными эмоциями. Предположим, что возможно, уровень позитивных эмоций у людей в ситуации пандемии снизился, и не из-за тревоги, а по другим причинам, возможно из-за депрессивных переживаний, снижения уровня социальной активности, негативных мыслей по поводу дальнейшей жизни, страха заражения, смерти, прокручивания мыслей на этот счет и прочее. Выдвигается предположение, что негативные и позитивные эмоции в ситуации неопределенности – такой, как пандемия, военные действия становятся менее связаны друг с другом. Негативные эмоции определяются тревожно-депрессивными переживаниями в ситуации пандемии и военных действий. Эти эмоции отмечаются только при особых реакциях на ситуацию угрозы и именно поэтому средний их уровень стабилен, а позитивные эмоции определяются другими факторами.

В публикации Л.А. Осьмук, М.С. Мельникова [3] рассматривается психосоциальное благополучие студентов с ограниченными возможностями здоровья. Авторы делают аспект на то, что психосоциальное благополучие студентов с ограниченными возможностями здоровья коррелирует с образовательной, инклюзивной средой и пространством, а также связано с профессиональным самоопределением. Для оценки психосоциального благополучия студентов, обучающихся в инклюзивных группах в университетах Сибирского федерального округа Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов Новосибирского государственного технического университета был разработан

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

инструментарий и проведено исследование в 2018 г. Данный центр в качестве метода использовал анкетирование. Были выявлены существенные значения, ими оказались проблемы с отношениями с однокурсниками, проблемы недостаточной организованности досуговых мероприятий, а также проблемы отношений с преподавателями. В большинстве инклюзивных групп присутствует нормальный, позитивный социально-психологический климат. Тем не менее, обратим внимание, что нетипичность студентов с инвалидностью очевидна, и при отсутствии сопровождения рождает проблемы во взаимодействии внутри группы. Мы видим, что в этом исследовании психологическое благополучие студентов с инвалидностью отличается от обычных студентов.

В публикации М.В. Бучацкой [1] делается акцент на особенности структуры психологического благополучия учащихся и студентов различных направлений профессиональной подготовки. Автор рассматривает особенности структуры психологического благополучия учащихся в системе непрерывного образования на примере учащихся колледжей и техникумов, студентов младших курсов, обучающиеся по направлению подготовки «Государственное и муниципальное управление», студентов младших курсов, обучающиеся по направлению подготовки «Психология». Анализ результатов проведенного эмпирического исследования выявил, что учащиеся и студенты различных направлений подготовки имеют значимые отличия в структуре психологического благополучия как субъективного интегрального показателя. Для улучшения и оптимизации образовательных ресурсов в целях их содействия личностному развитию обучаемых предлагается разработать индивидуальные программы по улучшению психологического благополучия в зависимости от конкретного направления профессиональной подготовки.

В публикации А.А. Герасимовой [2] рассмотрены стратегии совладания, психологическое благополучие и проблемное использование интернета в период пандемии. Автором выделяются стратегии, способствующие и препятствующие поддержанию психологического благополучия и психического здоровья в период изоляции. Предполагается отвлечение, я бы сказала переключение людей

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

от самой ситуации через развлекательный контент, краткосрочное и долгосрочное планирование, структурирование дня, социальное взаимодействие и помощь другим, как бы такой временный уход от зацикливания на реальности. Все это положительно связано с психологическим благополучием и психическим здоровьем. Семейные коммуникации, связи, какие-то традиции могут выступать как в качестве поддержки, так и в качестве фактора-риска для психологического благополучия. Проблемное использование интернета, постоянное включение в стрессовую среду рассматривается в качестве неадаптивной стратегии совладания и проявляется в случае неблагополучия и наличия семейных конфликтов и добровольного социального дистанцирования.

В публикации Л.Э. Семенова [5] рассматривается психологическое благополучие студентов-психологов с разными личностными ресурсами профессионально значимых характеристик. Показатели психологического благополучия будущих психологов во многом оказываются обусловлены такими их личностными особенностями, как склонность к осознанному манипулированию другими людьми и степень выраженности толерантности к неопределенности. Исследование авторов позволило выявить некоторые особенности психологического благополучия студентов – будущих психологов в сравнении с учащимися других направлений подготовки и уже практикующими профессиональными психологами. Важно, что среди этих особенностей, менее выраженные позитивные ощущения по поводу себя, своих возможностей и собственной жизни в целом, причем это касается как многих базовых составляющих психологического благополучия, так и его общего уровня. Выявлено, что студенты-психологи обладают более низким самопринятием, считают свои отношения с другими менее позитивными, реже признают свою компетентность в плане контроля над окружающей средой и свои способности эффективно управлять жизненными обстоятельствами, а также дают более низким значением самооценки по параметру личностного роста. Авторы делают заключение, что студенты из числа поступивших на направление «Психология» сами нуждаются в психологической помощи. Скорее всего, молодые люди нуждаются в поддержке и даже, не исключено, в

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

психотерапии. Интересный факт приведен в работе, что абсолютное большинство студентов психологов можно отнести к категории макиавеллистов, то есть людей, которые осознанно манипулируют другими, осознанно стремясь и учась этому. Они решают свои задачи посредством использования окружающих и при этом уверены в том, что и все остальные поступают точно также. Макиавеллисты неплохо разбираются в людях, понимают их намерения, но используют эти знания в своих корыстных целях. Авторы отмечают и тот факт, что среди будущих психологов только примерно половина обладает такой профессионально важной характеристикой, как толерантность к неопределенности, в отличие от практикующих психологов, среди которых абсолютное большинство, напротив, обладают данной характеристикой. А это значит, что с точки зрения личностной готовности к профессиональной деятельности психолога некоторые студенты остаются пока некомпетентны.

Студенты-макиавеллисты на порядок выше оценивают свои возможности в управлении жизненными обстоятельствами и окружением, а студенты других направлений, не склонные к манипуляции, гораздо чаще признают у себя ресурсы личностного роста и демонстрируют более высокое самопринятие. Авторы приходят к выводу, что изначальная ориентация на профессиональное взаимодействие с совершенно разными людьми по заранее непредсказуемым проблемам в большей степени характерна для тех, кто имеет положительное отношение к неопределенным жизненным ситуациям.

Мной проведен теоретический анализ проблемы детерминации психологического благополучия студентов, который позволяет сделать вывод о степенности разработанности проблемы. Ознакомившись с разными публикациями, мы видим, что изучены поведенческие аспекты – межличностное взаимодействие между разными группами студентов. Недостаточно изучены детерминанты психологического благополучия – конфликтность, социально-психологические риски, самостоятельность, цифровизация учебной среды, защита благополучия близкого круга общения, влияние условий пандемии и другие аспекты. В силу последних событий могу предположить, что военные действия влияют на

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

психологическое благополучие, и в будущем это будет выделено в отдельный аспект, который будет изучаться.

Список литературы

1. Бучацкая М.В. Особенности структуры психологического благополучия учащихся и студентов различных направлений профессиональной подготовки / М.В. Бучацкая, М.В. Капранова // Психологическая наука и образование. – 2015. – Т. 20, №2. – С. 63–69.

2. Герасимова А.А. Стратегии совладания, психологическое благополучие и проблемное использование Интернета в период пандемии / А.А. Герасимова, А.Б. Холмогорова. // Психологическая наука и образование. – 2020. – Т. 25, №6. – С. 31–40 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberpsy.ru/ (дата обращения: 20.04.2022).

3. Осьмук Л.А. Психосоциальное благополучие студентов с ограниченными возможностями здоровья в системе высшей школы / Л.А. Осьмук, М.С. Мельникова // Психолого-педагогические исследования. – 2019. – Т. 11, №3. – С. 84–94.

4. Рассказова Е.И. Пандемия как вызов субъективному благополучию: тревога и совладание / Е.И. Рассказова, Д.А. Леонтьев, А.А. Лебедева // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Т. 28, №2. – С. 90–108.

5. Семенова Л.Э. Психологическое благополучие студентов-психологов с разными личностными ресурсами профессионально значимых характеристик / Л.Э. Семенова, Т.А. Серебрякова // Вестник Мининского университета. – 2018. – Т. 6, №3. – С. 10.

6. Diener E., Ryan K. Subjective well-being: a general overview // South African Journal of Psychology. 2009. Vol. 39 (4). P. 391–406.

7. Lyubomirsky S. The myths of happiness: What should make you happy, but doesn’t, what shouldn’t make you happy, but does. New York: Penguin Press, 2013. 298 p. 17. Pedersen S.S., Denollet J. Is Type D Personality Here to Stay? Emerging Evidence.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)