(cc) BY

Домрачева Светлана Алексеевна
канд. пед. наук, доцент, заместитель декана
ФГБОУ ВО «Марийский государственный университет»
г. Йошкар-Ола, Республика Марий Эл

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ И КОММУНИКАТИВНОЙ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация*: в статье рассмотрен феномен психологического благополучия личности в контексте смыслов жизни человека. Проанализировано понятие субъективного благополучия в рамках гедонистического, гуманистического и экзистенциального подходов. Представлены результаты исследования субъективного благополучия и коммуникативной социальной компетентности лиц юношеского возраста, выявлены особенности на начальном и завершающем этапах обучения.*

Ключевые слова*: психологическое благополучие, ощущение счастья, удовлетворенность жизнью, жизненные смыслы, личность, коммуникативная социальная компетентность, саморазвитие.*

Актуальность проблемы исследования психологического благополучия обусловлена тем, что в современном мире многие люди задумываются о том, насколько человек удовлетворен своей жизнью; что происходит вокруг и как он адаптируется к быстро меняющимся условиям; как складывается их судьба на фоне других; в чем смысл жизни; как достичь благополучия в личной жизни и в профессиональной деятельности. В психологии это состояние определяется феноменом счастья.

Проблемой исследования психологического благополучия занимались М. Аргайл, Е.Е. Бочарова, Е.Р. Бурханова [1; 3 4] и др. Их исследования показали, что субъективное благополучие соотносится с понятием удовлетворенности своей жизнью (гедонестический подход), ощущением счастья и характеризует-

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

ся позитивным эмоциональным состоянием, приподнятым настроением. М. Аргайл указывал на частоту и интенсивность позитивных эмоций.

Представления о счастье в различных социальных группах, отличающихся по возрастному составу, роду профессиональной деятельности неоднозначны. В исследовании Н.С. Аринушкиной отмечается частичная сбалансированность удовлетворенности потребностей и наличии достижений у представителей социономических профессий по сравнению с выборкой лиц технических профессий [2, с. 78]. Степень удовлетворенности жизнью выше у лиц, работающих в сфере «человек-человек», что объясняется их набором профессионально важных качеств, таких как коммуникабельность, устойчивость, саморегуляция.

Н. Брэдберн рассматривал психологическое благополучие как субъективное эмоциональное состояние, выраженное в балансе – разнице между положительными и негативными эмоциями. Э. Динер ввел понятие «субъективное благополучие», изучая причины, которые влияют на то, чтобы ощущать себя счастливым, испытывать удовлетворенность жизнью.

К. Роджерс, А. Маслоу, Э. Эриксон, Г. Олпорт, К.Г. Юнг, основатели гуманистической психологии, опираясь на теорию позитивного психологического функционирования личности. В числе базовых составляющих субъективного благополучия авторы выделяли тенденцию к саморазвитию и самореализации личности.

Анализ позиции экзистенциальных психологов показывает, что ощущение счастья соответствует фундаментальной человеческой потребности в нем. По мнению В. Франкла это ощущение связано с достижением желаемого результата. Следовательно, счастье связано с деятельностью и активностью личности. Когда человек стремится к достижению цели, проявляет в этом активность к ее достижению и обретает успех, он доволен собой, что свидетельствует о его субъективном благополучии.

В одних случаях понятие счастья и благополучия рассматривается в рамках удовлетворения только своих потребностей, в других случаях эти понятия соотносятся с близкими людьми, учетом потребностей окружающих.

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

Главной причиной субъективного благополучия является ощущение комфорта и удовлетворённости в различных сферах жизни человека. Внутреннее ощущение счастья – это очень эффективный элемент благополучия, который находится в зависимости от различных жизненных событий [3]. Как отмечает Е.Р. Бурханова, счастье несет в себе массу положительных эффектов, причиной неудовлетворенности жизнью может стать существенный разрыв между идеальными представлениями и реальностью [4].

Счастье, по мнению ученых, зависит от того, как сам человек понимает смысл и насколько этими смыслами наполнена его жизнь [5, с. 32]. Соглашаясь с Р.М. Шамионовом о том, что активность является важнейшим свойством субъекта [7] заметим, что активный человек испытывает большую удовлетворенность своей жизнью по сравнению с тем, кто не знает, чем заняться и не видит смысла в той или иной деятельности. Деятельность обогащает личность, раскрывает ее индивидуальность, мобилизует адаптационный потенциал личности.

В результате исследований, посвященных феномену счастья, соотнесения его с категориями саморазвития, самореализации, в практической психологии происходит смещение акцентов с рассмотрения проблем клиента невротического типа к здоровой личности, стремящейся к гармонии и счастью.

Приоритетным направлением системы высшего образования является вовлеченность молодежи в процессы развития общества, более эффективного использования человеческого потенциала, создание условий для самореализации.

В современном обществе важнейшей чертой человека-созидателя является коммуникативная социальная компетентность личности, обеспечивающая успешное взаимодействие с другими людьми и позволяющая реализовать себя, обрести смысл.

Цель данного исследования заключается в выявлении особенностей психологического благополучия и коммуникативной социальной компетентности у студентов на начальном и завершающем этапах обучения.

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

В нем участвовали студенты первых и выпускных курсов Марийского государственного университета, обучающиеся по направлениям подготовки «Психология» и «Психолого-педагогическое образование». Для анализа использованы средние значения показателей по шкалам.

У большинства студентов по методике «Диагностика субъективного благополучия» [6] выявлены следующие особенности: преобладают показатели по социально-нормативному благополучию, что свидетельствует о социальной согласованности, благополучии личности. Результаты схожие у студентов на начальном и завершающем этапах обучения.

На втором месте по значимости для студентов показатель гедонистического благополучия, хотя у студентов 4 курса среднее значение ниже по сравнению с первокурсниками. Незначительные различия можно объяснить тем, что с повышением социального статуса, обусловленного получением высшего образования, у студентов на завершающем этапе обучения повышаются требования к тому, что способствует удовлетворению базовых потребностей.

Получены средние значения по экзистенциально-деятельностному и эмоциональному благополучию личности. В большинстве случаев студенты видят смысл в учебной и профессиональной деятельности

Наряду с выраженной картиной психологического благополучия наблюдается недостаточная удовлетворенность собой, своим внешним видом, претензии к чертам характера, в частности недостаточной сформированности компонентов эмоционально-волевой сферы.

В исследовании наблюдается тенденция к сближению результатов коммуникативной социальной компетентности студентов младших и старших курсов. Наибольшая выраженность по факторам: нетерпимость к неопределенности; социально-коммуникативная неуклюжесть, что свидетельствует о том, что человек часто попадает в неприятные ситуации; ориентация на избегание неудач, что свидетельствует о достаточной открытости студентов и их чувствительности.

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

Ниже других показатели по факторам конформности (подверженности человека давлению группы) и стремлению к статусному росту.

Статистически значимых различий по психологическому благополучию и коммуникативной социальной компетентностью между студентами младших и старших курсов не выявлено. Среди особенностей можно отметить большую жизнерадостность и беззаботность у студентов младших курсов по сравнению со студентами 4 курса, это связано с объемом работы, с которой сталкиваются студенты 4 курса: необходимо писать диплом, готовиться к экзаменам.

У студентов на завершающем этапе обучения отмечается большая эмоциональная стабильность и стрессоустойчивость по сравнению с младшими студентами. Обусловлено тем, что более старшекурсники обладают более богатым опытом преодоления трудностей, поиска решений проблем.

Субъективное благополучие является одним из критериев функционирования гармоничной и полноценной личности. Оно характеризуется способностью к реализации ее внутренних резервов, определения и достижения смыслов жизни. На субъективное благополучие оказывает влияние множество факторов, среди которых немаловажное значение имеет удовлетворенность общением с членами референтной группы.

В результате исследования сделан вывод том, что для лиц юношеского возраста характерны следующие особенности: к завершающему этапу обучения уровень субъективного психологического благополучия у студентов понижается, уровень коммуникативной социальной компетентности повышается; статистически значимых различий между студентами первых и четвертых курсов не выявлено.

Список литературы

1. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл // Электронная библиотека RoyalLib.Com, 2010–2022. URL: https://royallib.com/read/argayl_maykl/psihologiya_schastya.html#0 (дата обращения 22.04.2022).

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

2. Аринушкина Н.С. Факторы удовлетворенности жизнью у разных типов профессий / Н.С. Аринушкина // Пензенский психологический вестник. – 2017. – №2 (7). - С. 75–93. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/faktory-udovletvorennostyu-zhiznyu-u-predstaviteley-raznyh-tipov-professiy/viewer (дата обращения 12.05.2022).

3. Бочарова Е.Е. К вопросу о внутренних детерминантах субъективного благополучия личности / Е.Е. Бочарова // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В. Г. Белинского. – 2008. – №10.

4. Бурханова Е.Р. Новый взгляд на счастье и благополучие в контексте позитивной психологии / Е.Р. Бурханова. URL: https://research-journal.org/psycology/novyj-vzglyad-na-schaste-i-blagopoluchie-v-kontekste-pozitivnoj-psixologii/ (дата обращения: 20.04.2022).

5. Туев В.А. Понимание счастья в контексте смысла жизни человека / В.А. Туев, А.А. Суслова // Вестник Бурятского государственного университета. – 2019. – Вып. 3. – С. 28–37.

6. Шамионов Р.М. Методика диагностики субъективного благополучия личности / Р.М. Шамионов, Т.В. Бескова // Психологические исследования. – 2018. – Т. 11, №60.

7. Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности как социального субъекта бытия / Р.М. Шамионов // Известия Саратовского университета. – 2014. – Т. 14, Вып. 1. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnoe-blagopoluchie-lichnosti-kak-subekta-sotsialnogo-bytiya/viewer (дата обращения 21.04.2022).

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