

Тумашов Евгений Николаевич

магистрант

Бочанцева Людмила Ивановна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Государственный аграрный

университет Северного Зауралья»

г. Тюмень, Тюменская область

ОЦЕНКА СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ МАГИСТРАНТОВ АГРАРНОГО ВУЗА: ГЕНДЕРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ

Аннотация: проблема субъективного благополучия в последнее время становится анализом широко круга исследователей, заинтересованных в улучшении качества жизни личности и её удовлетворенности. В статье раскрыто понятие «субъективное благополучие», представлен анализ исследований последних лет по данной проблеме. Скрининговая диагностика «Шкала субъективного благополучия» позволила определить особенности эмоционального состояния, социального поведения и некоторые физические симптомы у студентов-магистрантов аграрного вуза. Установлены незначительные гендерные различия в оценке субъективного благополучия у студенческой молодежи.

Ключевые слова: субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью, студенты, гендерные различия.

Проблема субъективного благополучия в России стала изучаться сравнительно недавно. В зарубежной психологической науке данное понятие впервые появилось примерно в 1960 гг. Интерес ученых к изучению внутреннего психологического состояния человека и его удовлетворенности жизнью обусловлен необходимостью понимания данных аспектов для обеспечения его благополучия и счастья.

Анализ научных исследований показал, что при активном изучении проблемы субъективного благополучия в психологии всё же отсутствует единство в

определении данного феномена. Чаще всего оно синонимично понятию «счастье».

В работе М.А. Даниловой и Н.Т. Паниной представлено следующее определение: «субъективное благополучие – это целостное социально-психологическое образование, выражающее собственное отношение к личности, жизни и процессам, которое имеет огромное значение для человека с точки зрения усвоенных нормативных представлений о внешней и внутренней среде и характеризуется чувством удовлетворения» [4, с. 22].

Как отмечают В.Р. Манукян и А.А. Трубицина, «субъективное благополучие – это относительно устойчивое переживание, в котором слиты многие особенности отношения человека к себе и окружающему миру» [6, с. 4]. Субъективное благополучие – это некий конструкт, представляющий собой отношение человека к себе, своей жизни и тем процессам, которые происходят во внешней и внутренней среде и характеризуется общей внутренней удовлетворенностью.

Так, Н.М. Лифанова в своей работе ссылается на определение субъективного благополучия, предложенное Р.М. Шамионовым, который трактует это понятие как отношение человека к себе, своей личности, жизни и важным процессам с точки зрения внутренних и внешних нормативных представлений, характеризующихся ощущением удовлетворенности [5, с. 30].

Одни ученые рассматривают субъективное благополучие личности лишь по внешним показателям, по которым можно судить о системе сформированных у нее ценностей, которыми она руководствуется в своей жизнедеятельности. Другие исследователи убеждены, что субъективное благополучие – сугубо внутреннее или собственное ощущение удовлетворенностью своей жизнью в различных сферах (в трудовой деятельности, в личных отношениях, в общении и других сферах). К субъективному благополучию близко понятие счастья, выражающееся в преобладании положительных эмоций над негативными, отрицательными.

А.Б. Горячева [2] изучая студенческую молодежь, делает вывод об отсутствии значимых гендерных различий в ощущении субъективного благополучия.

В исследовании Ю.Б. Григоровой [3] представлена теоретическая модель структуры субъективного благополучия личности. Проведенный анализ исследований показывает, что в структуре субъективного благополучия личности выделяют следующие компоненты: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. Когнитивный компонент отражает представления человека о собственном благополучии, это оценка своей собственной жизни, т.е. удовлетворенность жизнью. Эмоциональный компонент субъективного благополучия личности характеризует эмоциональный тон, настроение, переживания и чувства, это ощущения счастья и удовлетворенность своей жизнью. Поведенческий компонент выражается в самопринятии, позитивном отношении к окружающим и пр. Ряд авторов упрощает структуру субъективного благополучия до первых двух компонентов – когнитивного и эмоционального. Другие ученые дополняют данную структуру рефлексивно-оценочным (анализ и оценивание собственного положения и жизненной ситуации) и волевым компонентами (позитивные стремления).

В рамках нашего исследования интерес вызывает студенческая молодежь как возрастная группа, которая находясь на пути профессионального и личностного развития сталкивается с различного рода трудностями. Исследовательский интерес сосредоточен на выяснении у студентов-магистрантов аграрного вуза степени их удовлетворенности от жизнедеятельности и на каком уровне их субъективное благополучие. Общая выборка нашего исследования составила 26 человек (из них 14 юношей и 12 девушек). Возрастной диапазон респондентов – 22–26 лет. Для достижения цели нашего исследования по определению субъективного благополучия студентов-магистрантов аграрного вуза, была использована скрининговая диагностика «Шкала субъективного благополучия». Её автор – французский психолог А. Перуэ-Бадю, русскоязычная адаптация методики была проведена М.В. Соколовой. В методике содержится 17 вопросов, которые позволяют определить следующие аспекты субъективного благополучия: напряженность и чувствительность, особенности психоэмоциональной симптоматики,

изменения настроения, значимость социального окружения, самооценка здоровья и степень удовлетворенности повседневной деятельностью. Представим описание полученных данных.

Таблица 1

Оценка субъективного благополучия у студентов-магистрантов

Группы	Уровни субъективного благополучия				
	высокий	выше среднего	средний	ниже среднего	низкий
Девушки (n=12)	1 (8,33%)	3 (25%)	6 (50%)	1 (8,33%)	1 (8,33%)
Юноши (n=14)	1 (7,2%)	3 (21,4%)	5 (35,7%)	3 (21,4%)	2 (14,3%)
Вся выборка (n=26)	2 (7,7%)	6 (23,1%)	11 (42,3%)	4 (15,4%)	3 (11,5%)

Из таблицы видно, что из всей выборки студентов лишь у 2 (7,7%) – 1 девушки (8,33%) и 1 (7,2%) юноши выявлено полное эмоциональное благополучие, т.е. отсутствие серьезных психологических проблем. Эти молодые люди обладают позитивной самооценкой, они отличаются оптимистичностью и общительностью, они демонстрируют уверенность в себе своих способностях, в условиях стресса они действуют уверенно, не проявляя при этом тревоги и не высказывают по этому поводу жалоб.

У 6 человек, что составляет 23,1% (у 3 юношей и 3 девушек), получены результаты, отклоняющиеся в сторону субъективного благополучия и свидетельствующие об умеренном эмоциональном комфорте этих респондентов. Это значит, что они не испытывают серьезных эмоциональных проблем, достаточно уверены в себе, активны, достаточно успешно взаимодействуют с окружающими, адекватно управляют своим поведением.

Средние оценки, свидетельствующие об умеренном субъективном благополучии, были выявлены у 11 студентов (42,3%) – 6 (50%) девушек и 5 (35,7%) юношей. Как правило, данные респонденты не отмечают у себя серьезных проблем. Тем не менее нельзя говорить о полном эмоциональном комфорте.

У 4 (15,4%) респондентов (у 1 девушки и у 3 юношей) получены оценки, отклоняющиеся в сторону субъективного неблагополучия (уровень ниже среднего). Часто у них отмечаются периоды депрессии и тревоги, они пессимистичны

и замкнуты, отмечается зависимость от окружающих. При таких обстоятельствах они плохо переносят любые стрессовые ситуации.

Крайне высокие оценки по шкале субъективного благополучия свидетельствуют о значительно выраженном эмоциональном дискомфорте – низкий уровень субъективного благополучия. У 3 (11,5%) студентов (1 (8,33%) девушка и 2 (14,3%) юношей) выявлена некоторая неудовлетворенность собой, своим настоящим положением. Они лишены доверия к окружающим и, к сожалению, отсутствует надежда на будущее. В связи с тем, что у них слабый самоконтроль эмоциональной сферы могут проявлять неуравновешенность. Обнаружены проявления постоянного беспокойства по поводу реальных и воображаемых неприятностей. Возможно, что это свидетельствует о наличии комплекса неполноценности. Важно понимать, что своевременное обнаружение «трудностей у студентов, определение способов их преодоления позволит повысить как успеваемость, так и качество знаний, их академическую активность» [1, с. 119].

Результаты нашего исследования показали, что практически большинство студентов обладают умеренным субъективным благополучием. Возможно, есть в настоящий момент некоторая неудовлетворенность, связанная с учебой или положением текущих дел в жизни. У незначительного числа респондентов уровень удовлетворенности жизнью оказался ниже среднего и низкий. Это говорит о том, малая часть студентов не чувствует удовлетворения от своей жизни и места в ней. Также стоит отметить, что значимых гендерных различий в оценке уровня субъективного благополучия не обнаружено. Уровни субъективного благополучия оказались практически одинаковы у девушек и лиц юношеского возраста.

Список литературы

1. Быстрова Н.В. Адаптация студентов-первокурсников к условиям вуза: из опыта работы / Н.В. Быстрова, О.В. Панфилова, Л.И. Бочанцева // XXIX Ершовские чтения. Педагогическое образование: вызовы времени: сборник научных статей (Ишим, 6 марта 2019 года) / отв. ред. С.А. Еланцева. – Ишим: Изд-во ИПИ им. П.П. Ершова (филиал) ТюмГУ, 2019. – С. 119–120. – EDN ZUQWUX.

2. Горячева А.Б. Гендерные различия в ощущении субъективного благополучия у студентов / А.Б. Горячева // Меридиан. – 2020. – №2 (36). – С. 402–404. – EDN DONMNU.

3. Григорова Ю.Б. Структура эмоционального благополучия / Ю.Б. Григорова // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2019. – Т. 8. №1 (26). – С. 331–334. – DOI 10.26140/anip-2019-0801-0082. – EDN ZAAJBR.

4. Данилова М.А. Теоретическое осмысление феномена «Психологическое благополучие» / М.А. Данилова, Н.Т. Панина // Тенденции развития науки и образования. – 2020. – №60–7. – С. 20–25. – DOI 10.18411/lj-04–2020–134. – EDN PEOASY.

5. Лифанова Н.М. Удовлетворенность жизнедеятельностью как показатель субъективного благополучия студентов колледжа / Н.М. Лифанова // Евразийский союз ученых. – 2015. – №4–12 (13). – С. 30–31. – EDN XDSXZR.

6. Манукян В.Р. Профессиональная идентичность и субъективное благополучие студентов старших курсов / В.Р. Манукян, А.А. Трубицина // Петербургский психологический журнал. – 2019. – №26. – С. 1–18. – EDN BAOALV.