

УДК 159.9.07

DOI: 10.18413/2313-8971-2021-7-4-0-7

Рынзина А.Г.* ,
Великанова А.С. 

Сравнительный анализ подходов к изучению психологического благополучия личности студентов

Белгородский государственный национальный исследовательский университет,
ул. Студенческая, 14, Белгород, 308007, Россия
rynzinaanna@mail.ru*

Статья поступила 26 июня 2021; принята 10 декабря 2021;
опубликована 30 декабря 2021

Аннотация. Внедрение современных информационных, в т.ч. дистанционных, технологий в образовательный процесс вуза требует от студентов постоянной готовности к изменению учебных целей, смыслов, перестройке способов взаимодействия с преподавателями и однокурсниками. В связи с этим возникает вопрос об адекватных методах диагностики психологического благополучия студентов как состояния, помогающего либо препятствующего их профессиональному и личностному развитию. *Цель статьи* – провести сравнительный анализ подходов к изучению психологического благополучия личности студентов и представить результаты апробации авторской теоретико-методологической позиции. *Методология и методы.* Авторы статьи предлагают рассматривать психологическое благополучие личности студентов как субъективное переживание (эмоциональное состояние) удовлетворенности различными сторонами своей жизнедеятельности, обусловленное уровнем самоактуализации личности, и использовать комплексный подход к его диагностике. Авторы выделяют два основных компонента психологического благополучия личности: эмоциональный и когнитивный. Для диагностики когнитивного компонента психологического благополучия личности студентов применялась методика «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко), для диагностики эмоционального компонента – методика диагностики субъективного благополучия Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой. Данная теоретико-методологическая позиция была апробирована в ходе пилотажного эмпирического исследования психологического благополучия личности студентов вуза, проведенного на базе факультета психологии педагогического института НИУ «БелГУ». В исследовании приняли участие магистранты первого года обучения в количестве 58 человек. *Результаты.* Показано, что в отечественной и зарубежной психологии практически не представлены концепции психологического благополучия личности студентов как единство теоретических положений и адекватных им методов диагностики. Раскрыты два основных подхода к решению проблемы: эвдемонистический подход К. Рифф и концепция субъективного благополучия Р.М. Шамионова. В ходе эмпирического исследования обнаружена внутренняя согласованность применяемых диагностических методик для выявления уровня компонентов эмоционального и когнитивного психологического благополучия личности, наблюдаемая в 72,5% случаев и подтвержденная статистически с применением ϕ -критерия в модификации Крамера. *Выводы и перспективы.* Проведенное теоретико-эмпирическое исследование показало состоятельность авторской

методологической позиции. Вместе с тем, оно представляет собой первый этап разработки проблемы. Полученный в нем фактический материал требует уточнения и проверки с привлечением значительно большей выборки, достаточной для строгого статистического анализа полученных данных. В дальнейшем планируется расширить предмет исследования путем выявления решающего фактора психологического благополучия личности студентов.

Ключевые слова: психологическое благополучие личности; субъективное благополучие личности; самоактуализация; личностное развитие; диагностика психологического благополучия студентов вуза.

Информация для цитирования: Рынзина А.Г., Великанова А.С. Сравнительный анализ подходов к изучению психологического благополучия личности студентов // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2021. Т.7. №4. С. 88-101. DOI: 10.18413/2313-8971-2021-7-4-0-7.

Anna G. Rynzina* ,

Aleksandra S. Velikanova 

**Comparative analysis of approaches to the study
of students' psychological well-being**

Belgorod State National Research University,
14 Studencheskaya Str., Belgorod, 308007, Russia,
rynzinaanna@mail.ru*

*Received on Juny 26, 2021; accepted on December 10, 2021;
published on December 30, 2021*

Abstract. The introduction of modern digital and distance technologies in the educational process of the university requires students to be constantly ready to change educational goals, meanings, restructure the ways of interacting with teachers and classmates. The psychological well-being of students is a condition that helps or hinders their professional and personal development. This raises the question of adequate methods for diagnosing the psychological well-being of students as a condition that helps or hinders their professional and personal development. *The objective* is to conduct a comparative analysis of approaches to the study of the psychological well-being of students and to present the results of approbation of the author's theoretical and methodological position. *Methodology and methods of research.* The authors of the article consider the psychological well-being of students as a subjective experience of satisfaction with various aspects of their life, due to the level of personal self-actualization, and to use an integrated approach to its diagnostics. Following L.V. Kulikov and R.M. Shamionov, the authors distinguish two main components of psychological well-being: emotional and cognitive. To diagnose the cognitive component of the students' psychological well-being, the authors used "The scale of psychological well-being" by K. Riff (adapted by T.D. Shevelenkova, P.P. Fesenko), to diagnose the emotional component – the method of diagnosing subjective well-being by R.M. Shamionov, T.V. Beskova. The author's theoretical and methodological position is presented and was tested in the pilot study of the psychological well-being of university students, conducted on the basis of the Faculty of Psychology of the Pedagogical Institute of the State National Research University "BelSU". 58 first-year undergraduates took part in the pilot study. *Results.* It is shown that in domestic

and foreign psychology, the concept of psychological well-being of students is practically not presented as a unity of theoretical provisions and adequate diagnostic methods. The theoretical analysis reveals two main approaches to solving the problem: the C. Riff's eudamonic approach and the R.M. Shamionov's concept of subjective well-being. The study revealed an internal conformity of the diagnostic methods used to identify the level of emotional and cognitive components of psychological well-being. The consistency of the components of the psychological well-being is observed in 72.5% of students, which is confirmed using the ϕ -criterion in the Cramer modification. *Conclusions and perspectives.* The conducted theoretical and empirical research has shown the consistency of the author's methodological position. However, it represents only the first stage in the development of the problem. The factual material obtained in the research requires clarification and verification by attracting a larger sample, sufficient for a rigorous statistical analysis of the data obtained. In the future, it is planned to expand the subject of research by identifying the decisive factor in the psychological well-being of the personality of students.

Keywords: students' psychological well-being; subjective well-being; self-actualization; personal growth; diagnostics of university students' psychological well-being

Information for citation: A.G. Rynzina, A.S. Velikanova (2021), "Comparative analysis of approaches to the study of students' psychological well-being", Research Result. Pedagogy and Psychology of Education, 7 (4), 88-101, DOI: 10.18413/2313-8971-2021-7-4-0-7.

Введение (Introduction). В условиях цифровой трансформации современного общества, стремительных изменений в системе высшей школы, применения дистанционных образовательных технологий возникает вопрос об адекватных диагностических методах оценки психологического благополучия студентов как состояния, показателя и предиктора адаптационного потенциала личности, их профессионального и личностного роста, результативности деятельности (Бенко, 2017; Борисов, 2020; Водошнянова, 2020; Водяха, 2013; Герасимова, Обознов, 2017; Григоренко, 2009; Карапетян, 2017; Шамянов, 2008; Ovsyanikova and others, 2018; и др.).

Проблема психологического благополучия личности студентов как будущих специалистов находится в центре внимания как отечественных, так и зарубежных ученых. Вместе с тем, приходится констатировать, что на данный момент отсутствует единство во взглядах на сущность данного феномена, его структуру, методы диагностики, а также на цели и способы психоло-

го-педагогического обеспечения в условиях высшей школы (Водошнянова, 2020; Водяха, 2013; Григоренко, 2009; Козьмина, 2014; Павлоцкая, 2016; Шамянов, 2008; и др.). При этом в научной литературе практически не представлены целостные концепции, которые отражали бы единство теоретических положений и методов изучения данного феномена. Исключение составляют: концепция психологического благополучия личности К. Рифф и субъективного благополучия Р.М. Шамянова.

Цель статьи – сравнить два вышеуказанных подхода к диагностике психологического благополучия личности, выработать собственную теоретико-методологическую позицию и представить результаты ее апробации.

Методология и методы (Methodology and methods). Вслед за Л.В. Куликовым (по Андросовой, Митрофановой, 2019) и Р.М. Шамяновым (Шамянов, 2008), мы выделяем два основных компонента психологического благополучия личности: эмоциональный и когнитивный. Эмоциональ-

ный компонент – суть эмоциональная оценка или непосредственное переживание личностью степени удовлетворенности различными сторонами своей жизнедеятельности и жизнью в целом. Когнитивный компонент представляет собой интеллектуальную оценку человеком степени развития личностных характеристик и их самореализации. Отсюда психологическое благополучие личности студентов предлагается рассматривать как субъективное переживание удовлетворенности различными сторонами своей жизнедеятельности, обусловленное уровнем самоактуализации личности, и использовать комплексный подход к его диагностике. Для оценки когнитивного компонента психологического благополучия личности студентов применялась методика «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко), для выявления эмоционального компонента – методика диагностики субъективного благополучия Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой. Данная теоретико-методологическая позиция легла в основу пилотажного эмпирического исследования психологического благополучия личности студентов вуза, проведенного на базе факультета психологии педагогического института НИУ «БелГУ». В исследовании приняли участие магистранты первого года обучения в количестве 58 человек.

Теоретические основы (The theoretical basis). Впервые термин «психологическое благополучие личности» появляется в 1969 году в работе Н. Брэдберна «Структура психологического благополучия», а активно начинает разрабатываться в конце XX века в связи с развитием позитивной психологии и интереса к позитивному функционированию личности и к профилактике ее психологических проблем. По мнению и в терминологии Э. Деси и Р. Райана (Deci, Ryan, 2008), в современной психологической науке утвердилось два основных направления в исследовании психологического благополучия человека: гедонистическое и эвдемонистическое. В рамках гедонистического подхода (М. Аргайл, Н. Брэдберн, Э. Динер) психо-

логическое (субъективное) благополучие характеризуется балансом негативных и позитивных аффектов (переживанием личности положительных и отрицательных эмоций). С точки зрения эвдемонистического направления (М.Е. Воронина, Я.И. Павлоцкая, К. Рифф, М. Селигман, П.П. Фесенко, М. Ягода и др.) психологическое благополучие рассматривается как феномен, напрямую не связанный с переживанием чувства удовольствия, однако важного для развития личности и достижения ее смысловых жизненных целей.

Основоположником данного подхода является американская ученая К. Рифф. Ей удалось на основе анализа теорий личности А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Олпорта, К.Г. Юнга, Э. Эриксона, Ш. Бюлер, Б. Ньюгартена и других вычленив основные критерии психологически благополучного человека и создать собственную концепцию. К. Рифф показала, что быть психологически благополучной личностью значит «быть самоактуализированным, индивидуализированным, полностью функционирующим и оптимально развитым» (Ryff, 2014:10), что «включает в себя процессы постановки и достижения целей, попытки реализовать свой потенциал, испытать глубокую связь с другими, управлять потребностями и возможностями окружающего мира, заниматься самоуправлением и вырабатывать позитивное самоуважение» (Ryff, 1996: 16). Таким образом, автор (Ryff, 1995) выделяет 6 компонентов психологического благополучия личности: позитивные отношения (качественные отношения с другими); автономия (чувство свободного волеизъявления); управление средой (способность эффективно управлять своей жизнью и окружающей средой); личностный рост (чувство постоянного роста и развития себя как личности); цели в жизни (вера в то, что жизнь каждого наполнена целями и значима); самопринятие (положительная оценка себя и своего прошлого).

Принципиально иной подход к решению данной проблемы сложился в отечественной психологии. Дискуссионным явля-

ется вопрос о трактовке «психологического благополучия», его тождественности или не тождественности понятию «субъективное благополучие». Л.В. Карапетян пишет: «У авторов нет согласия относительно операционализации понятий «субъективное благополучие» и «психологическое благополучие». Так, ряд ученых, среди которых Н.К. Бахарева, Л.В. Куликов, М.В. Соколова, Р.М. Шамионов, Г.Л. Пучкова, рассматривают психологическое благополучие как часть субъективного. Е.Б. Весна, О.С. Ширяева предлагают рассматривать субъективное благополучие в качестве одного из основных критериев психологического благополучия. В работах Е.Н. Паниной, Е.Е. Бочаровой можно найти трактовку этих понятий как синонимичных» (Карапетян, 2017: 136).

В современных исследованиях субъективного благополучия личности можно выделить подход Р.М. Шамионова. Автор определяет его как «эмоционально-оценочное отношение человека к своей жизни, своей личности, взаимоотношениям с другими и процессам, имеющим важное для него значение с точки зрения усвоенных нормативно-ценностных и смысловых представлений о «благополучной» внешней и внутренней среде, выражающееся в удовлетворенности ею, ощущении счастья» (Шамионов, Бескова, 2018: 8). Он описывает виды субъективного благополучия, выделенные при помощи теоретического анализа и подтвержденные эмпирически (Шамионов, 2008): эмоциональное (радость, оптимизм, счастье, хорошее расположение духа, воодушевление), экзистенциально-деятельностное (характеристики прилагаемых усилий для достижения благополучия и их результативность, а также событийно-смысловую насыщенность жизни), эго-благополучие (удовлетворенность собой, своим характером, внешностью, уверенность в себе и самосогласованность личности), гедонистическое (степень удовлетворения базовых потребностей) и социально-нормативное благополучие (осознание личных духовно-нравственных ценностей, по-

ведение в соответствии с ними). На наш взгляд, такая структура субъективного благополучия подразумевает и уровневую систему ее становления в онтогенезе. Другими словами, мы предполагаем, что уровень благополучия индивида определяется на разных ступенях развития соответствующими факторами или социальной ситуацией развития, характерной для данного возраста: 1) дошкольное детство и младший школьный возраст – определяющее значение будет иметь гедонистическое благополучие и отношения с референтными взрослыми; 2) подростковый возраст – эго-благополучие и позитивные отношения со сверстниками; 3) юношеский возраст – экзистенциально-деятельностное и социально-нормативное благополучие.

Таким образом, рассмотренные выше подходы отличаются не только терминологией, но также содержанием понятия «психологическое благополучие личности» и характеристикой его структурных компонентов. Так, для Р.М. Шамионова психологическое благополучие – состояние личности, которое складывается из удовлетворенности различными сторонами жизнедеятельности, тогда как для К. Рифф – это свойство личности (уровень ее самоактуализации), которое, в свою очередь, зависит от объективного набора личностных характеристик.

При сравнении структуры психологического (субъективного) благополучия личности по К. Рифф и Р.М. Шамионову, мы обнаружили соответствие компонентов, схематично изображенное на рис. 1.

Для диагностики психологического благополучия личности К. Рифф (Ryff, 1995) предлагает авторскую методику «Шкала психологического благополучия», включающую шкалы, названные соответственно структурным компонентам, выделенным автором. Опросник состоит из 84 утверждений, с которыми респонденту необходимо выразить степень своего согласия. В результате обработки данных получаем уровни развития компонентов психологического благополучия, выделенных К. Рифф. В России методика апробирована Т.Д. Шевелен-

ковой и П.П. Фесенко (Шевеленкова, Фесенко, 2005). В адаптированном опроснике с помощью факторного анализа авторами выделены дополнительные компоненты – баланс аффекта, осмысленность жизни и человек как открытая система. А также приведены нормативные значения для различных половозрастных групп.

Р.М. Шамионов и Т.В. Бескова (Шамионов, Бескова, 2018) разработали методи-

ку диагностики субъективного благополучия личности. Методика включает в себя 34 вопроса, с которыми респонденту необходимо выразить степень своего согласия или несогласия. В результате получаем средние баллы по каждой из шкал опросника, а также субъективного благополучия личности в целом, на основании которых можем судить о степени субъективного благополучия и его компонентах.

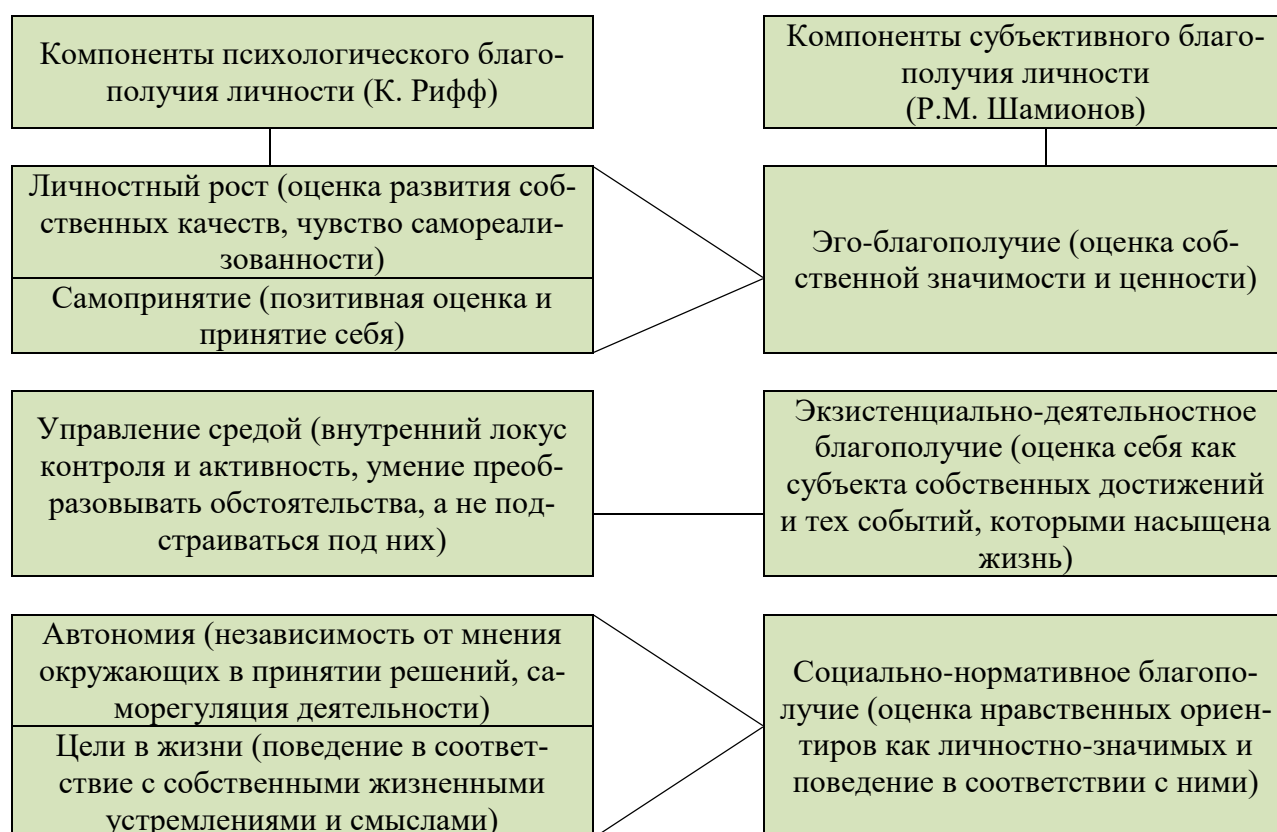


Рис. 1 Соответствие структурных компонентов психологического (субъективного) благополучия личности, выделенных К. Рифф и Р.М. Шамионовым

Fig. 1 Correspondence of the structural components of the psychological (subjective) well-being, identified by C. Riff and R.M. Shamionov

Сравнительный анализ диагностических методик представлен в табл. 1. Стоит подчеркнуть, что обе методики прошли процедуру стандартизации, которая подтвердила их валидность и надежность. Определенным ограничением для обеих опросных методик является отсутствие шкалы достоверности. Вместе с тем, методика К. Рифф по сравнению с методикой Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой содержит развернутую качественную интерпретацию

результатов и нормативные баллы для различных половозрастных групп.

Не уменьшая значимости представленных концепций и обобщая результаты их сравнительного анализа, можно говорить о том, что каждый подход имеет свои преимущества и ограничения, в связи с чем, могут быть использованы как взаимодополняющие для получения более объективных данных о психологическом благополучии личности.

Таблица 1

Сравнительный анализ методик диагностики психологического (субъективного) благополучия К. Рифф и Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой

Table 1

Comparative analysis of methods for diagnosing psychological (subjective) well-being by C. Riff and R.M. Shamionov, T.V. Beskova

| Параметры | «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко) | Методика диагностики субъективного благополучия Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой |
|---------------------------------------|--|---|
| Характеристика метода | Опросник | Опросник |
| Когда разработан | 1995 | 2018 |
| Возрастная группа | 18 и старше | 18-50 |
| Валидность и надежность | Проверка валидности, надежности и согласованности шкал русскоязычной версии была проведена как К. Рифф, так и авторами адаптированной методики (Шевеленкова-Фесенко) | Проверка надежности (ретестовой, по внутренней согласованности, частей опросника), очевидной, содержательной и конвергентной валидности |
| Шкала лжи | Нет | Нет |
| Стандартизация оценки | Да, в адаптации Шевеленковой-Фесенко, представлены нормативные значения для женщин и мужчин (20-35 и 35-55 лет) | Нет |
| Интерпретация | Качественная интерпретация для высоких и низких баллов по каждой из шкал опросника | Краткая интерпретация видов субъективного благополучия, призванная охарактеризовать шкалу в целом |
| Соответствие теоретическим положениям | Выделены компоненты на основе анализа теорий А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Олпорта, К.Г. Юнга, Э. Эриксона, Ш. Бюлер, Б. Ньюгартена и др., а затем подтверждены эмпирически с помощью факторного анализа. | Пятифакторная структура субъективного благополучия имеет не только эмпирическое, но и теоретическое основание. В теоретических работах (Л.В. Куликов, Р.М. Шамионов, А.А. Кроник, Р.А. Ахмеров и др.) среди структурных компонентов выделяются деятельный, экзистенциальный, удовлетворенность собой, социальный. |

Научные результаты и дискуссия (Research Results and Discussion). В нашем исследовании мы используем термин «психологическое благополучие личности» и понимаем под ним субъективное переживание (эмоциональное состояние) удовлетворенности различными сторонами своей жизнедеятельности (собой, отношениями, деятельностью, бытом, собственной духовно-нравственной позицией) и жизнью в це-

лом, обусловленное уровнем самоактуализации личности («воплощения себя»).

Вслед за Л.В. Куликовым (по Амбросовой, Митрофановой, 2019) и Р.М. Шамионовым (Шамионов, 2008), мы выделяем два основных компонента психологического благополучия личности: 1) эмоциональный (эмоциональная оценка или непосредственное переживание личностью степени удовлетворенности различными сторонами своей жизнедеятельности и

жизнью в целом) и 2) когнитивный (рациональная, интеллектуальная оценка человеком степенью своей самореализации и развития личностных характеристик), при доминирующей роли эмоционального компонента.

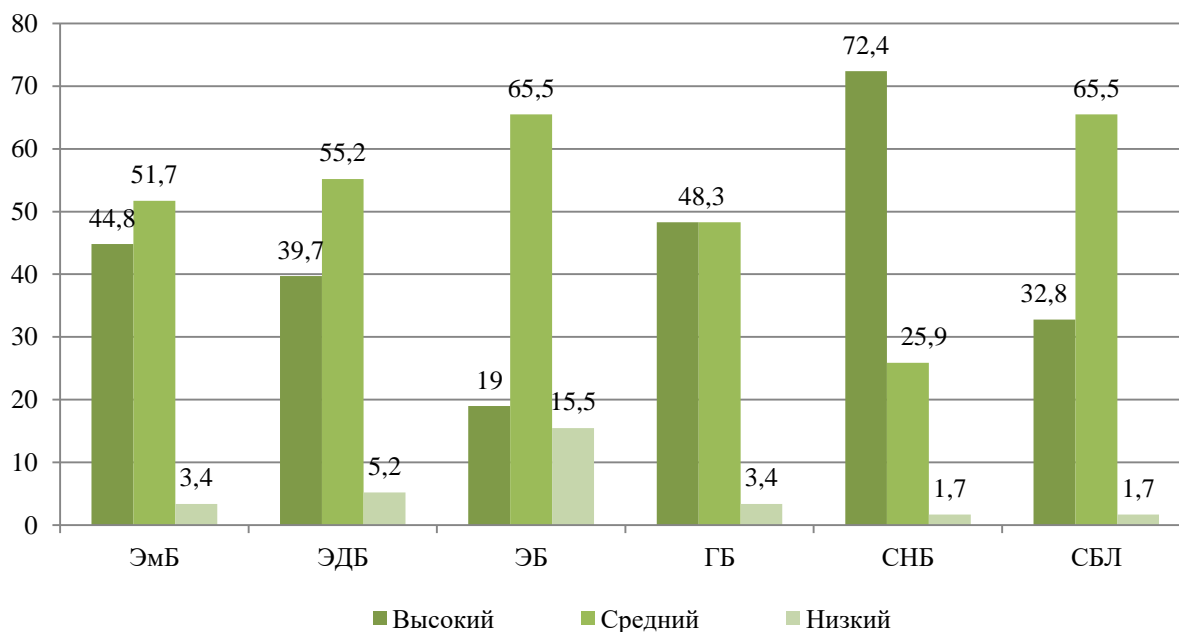
Для диагностики психологического благополучия личности студентов мы предлагаем использовать две диагностические методики: для выявления эмоционального компонента – методику диагностики субъективного благополучия Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой; для оценки когнитивного компонента – «Шкалу психологического благополучия» К. Рифф (в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко). Применение двух диагностических методик ставит задачу соотнесения полученных с их помощью результатов. В случае расхождения уровня эмоционального и когнитивного компонентов, для выведения итогового уровня психологического благополучия личности

студентов мы исходили из приоритета эмоционального его компонента.

Данная теоретико-методологическая позиция легла в основу пилотажного эмпирического исследования, проведенного нами на базе факультета психологии педагогического института НИУ «БелГУ». В исследовании участвовало 58 магистрантов первого курса заочной формы обучения в возрасте от 21 до 40 лет.

Перейдем к описанию и обсуждению результатов эмпирического исследования.

Первоначально рассмотрим распределение магистрантов по уровню эмоционального компонента психологического благополучия личности (или уровню отдельных компонентов и общему уровню субъективного благополучия личности по Р.М. Шамионову). Наглядно данные результаты представлены на рис. 2.



Условные обозначения:

ЭБ – Эмоциональное благополучие; ЭДБ – Экзистенциально-деятельностное благополучие; ЭБ – Эго-благополучие; ГБ – Гедонистическое благополучие; СНБ – Социально-нормативное благополучие; СБЛ – Субъективное благополучие личности.

Рис. 2. Распределение магистрантов 1 года обучения по уровню отдельных компонентов и общему показателю субъективного благополучия личности (по Р.М. Шамионову), %.

Fig. 2. Distribution of first year undergraduates by the level of components and the general indicator of subjective well-being (according to R.M. Shamionov), %

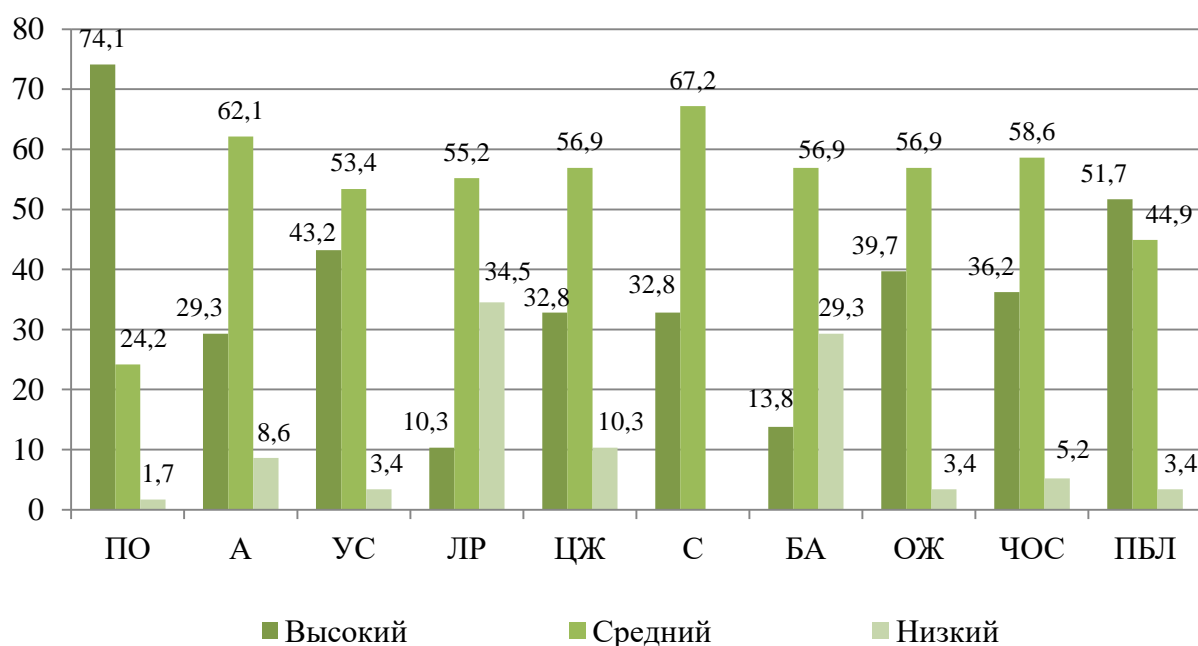
На рис. 2 хорошо видно, что большинство студентов (65,5%) демонстрируют средний уровень субъективного благополучия по Р.М. Шамионову. Это означает, что эмоциональный компонент психологического благополучия личности характеризуется определённой амбивалентностью или двойственностью переживаний: с одной стороны, обучающиеся довольны своей жизнью, а с другой стороны, какие-то стороны жизнедеятельности их не вполне устраивают. В то же время одна треть респондентов (32,8%) считает себя полностью удовлетворёнными тем, что имеют.

Наиболее благоприятная ситуация наблюдается в отношении такого показателя субъективного благополучия личности студентов как «Социально-нормативное благополучие» (72,4% респондентов с высоким уровнем по данному показателю). Это гово-

рит о том, что обучающиеся вуза довольны тем, что могут поступать и поступают в соответствии с собственными нравственными ориентирами. При этом почти половина респондентов (48,3%) считает, что полностью удовлетворяют свои базовые потребности.

Что же мешает, по мнению самих студентов, переживанию эмоционального подъёма или субъективного благополучия? Оказалось, что 15,5% обучающихся не удовлетворены собой (внешностью, характером), испытывают внутренние противоречия.

Далее представим распределение респондентов по уровню когнитивного компонента психологического благополучия личности (или уровню отдельных компонентов и общему показателю психологического благополучия личности по К. Рифф). Данные результаты представлены на рис. 3.



Условные обозначения:

ПО – Позитивные отношения; А – Автономия; УС – Управление средой; ЛР – Личностный рост; ЦЖ – Цели в жизни; С – Самопринятие; БА – Баланс аффекта; ОЖ – Осмысленность жизни; ЧОС – Человек как открытая система; ПБЛ – Психологическое благополучие личности.

Рис. 3. Распределение магистрантов 1 года обучения по уровню отдельных компонентов и общему показателю психологического благополучия личности (по К. Рифф), %.

Fig. 3. Distribution of first year undergraduates by the level of components and the general indicator of psychological well-being (according to C. Ryff), %

Для начала напомним, что когнитивный компонент психологического благополучия студентов или общий показатель психологического благополучия по К. Рифф представляет собой осознание студентами степени выраженности качеств, способствующих самореализации личности. Проанализируем полученные результаты с этой точки зрения.

Оказалось, что чуть больше половины респондентов (51,7%) высоко оценивают внутренние ресурсы самореализации. В то время как другая часть студентов (44,9%) настроена амбивалентно: какие-то качества их устраивают, а какими-то они недовольны.

Личностными детерминантами, способствующими психологическому благополучию, студенты считают «Позитивные отношения с окружающими» (74,1% респондентов с высоким уровнем) и «Самопринятие», где отсутствуют респонденты с низ-

ким уровнем. Другими словами, можно сказать, что опрошенные магистранты высоко оценивают свои взаимоотношения и не испытывают беспокойства в отношении личных качеств.

Тем не менее, студентов явно не устраивают возможности «Личностного роста» (максимальный процент опрошенных с низким уровнем – 34,5%) и отсутствие «Целей в жизни» (10,3% опрошенных с низким уровнем). На наш взгляд, это может свидетельствовать о том, что магистранты не вполне осознают связь между постановкой значимой цели и саморазвитием. Другими словами, в их сознании эти процессы идут параллельно и независимо друг от друга.

И наконец, представим распределение магистрантов по уровню психологического благополучия личности как единства эмоционального и когнитивного компонентов. Данные о согласованности уровней этих двух компонентов представлены в табл. 2-3.

Таблица 2

Таблица сопряженности показателей когнитивного и эмоционального компонентов психологического благополучия личности магистрантов 1 года обучения, %

Table 2

The table of the correlation of indicators of the cognitive and emotional components of the psychological well-being of first year undergraduates, %

| | | Эмоциональный компонент | | |
|-----------------------|-----------------|-------------------------|-----------------|----------------|
| | | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
| Когнитивный компонент | Высокий уровень | 31,1 | 20,7 | 0 |
| | Средний уровень | 1,7 | 41,4 | 1,7 |
| | Низкий уровень | 0 | 3,4 | 0 |

Таблица 3

Проверка достоверности статистических данных с применением ϕ -критерия в модификации Крамера

Table 3

Checking the reliability of statistical data using the ϕ -criterion in the Cramer modification

| | | Значение | Приблизительная значимость |
|--------------------------------|-----------|----------|----------------------------|
| Номинальная по номинальной | Φ | 0,481 | 0,001 |
| | V Крамера | 0,481 | 0,001 |
| Количество валидных наблюдений | | 58 | |

Для определения согласованности уровней эмоционального и когнитивного компонентов психологического благополучия личности студентов мы провели сравнительный анализ полученных нами данных с помощью таблиц сопряженности с проверкой достоверности полученных результатов с применением ϕ -критерия в модификации Крамера. Из таблицы 2 мы видим, что у 31,1% респондентов наблюдается высокий уровень развития как эмоционального, так и когнитивного компонентов, у 41,4% – средний. Расхождение в уровне компонентов психологического благополучия личности наблюдается в 27,5% случаев. Напомним, что в случае расхождения уровня эмоцио-

нального и когнитивного компонентов, для выведения итогового уровня психологического благополучия личности студентов мы исходили из приоритета эмоционального его компонента. К примеру, у одного и того же респондента мы выявили средний уровень эмоционального и высокий уровень когнитивного компонента психологического благополучия личности. Тогда итоговый уровень его психологического благополучия личности – средний.

Распределение магистрантов по уровню психологического благополучия личности как единства эмоционального и когнитивного компонентов наглядно представлено на рис.4.



Рис. 4. Распределение магистрантов 1 года обучения по уровню психологического благополучия личности, %

Fig. 4. Distribution of first year undergraduates by the level of psychological well-being, %

Отметим, что опрошенные магистранты показали в основном средний уровень психологического благополучия личности (65,5%), высокий уровень наблюдается у 32,8% респондентов, а низкий – у 1,7%. Полученные данные в целом совпадают с исследованиями современных ученых. Так, Н.Е. Водопьянова (Водопьянова, 2020) отмечает, что среди магистрантов высокий и средний уровень психологического благополучия личности наблюдается в 93% случаев. В статье Я.И. Павлоцкой (Павлоцкая, 2016) представлены близкие результаты о распределении студентов по уровню психологического благополучия: средний уровень психологического благополучия личности выявлен у 55% респондентов, высокий уровень наблюдается у 29% респондентов, а низкий – у 16%. В работе Л.Б. Козьминой

(Козьмина, 2014) говорится о положительной динамике показателей психологического благополучия личности студентов в зависимости от курса и этапа обучения в вузе, однако, автор отмечает среди студентов-психологов 1 курса низкие показатели по шкалам «Самопринятие» и «Позитивные отношения с окружающими», что не подтверждается нашим исследованием.

Заключение (Conclusions). Подведем итог проведенного сравнительного анализа подходов к изучению психологического благополучия личности студентов. Рассмотренные нами концепции (психологического благополучия К. Рифф и субъективного благополучия Р.М. Шамионова) различаются содержанием понятия и характеристикой его структурных компонентов: в концепции Р.М. Шамионова субъективное благополу-

чие – состояние личности, складывающееся из удовлетворенности различными сторонами жизнедеятельности; в концепции К. Рифф психологическое благополучие является свойством личности, зависящим от степени развития определенных личностных характеристик и их самореализации. Не уменьшая значимости представленных концепций и обобщая результаты их сравнительного анализа, можно говорить о том, что каждый подход имеет свои преимущества и ограничения, в связи с чем, могут быть использованы как взаимодополняющие для получения более объективных данных о психологическом благополучии личности.

В нашем исследовании мы используем термин «психологическое благополучие личности» и понимаем под ним субъективное переживание (эмоциональное состояние) удовлетворенности различными сторонами своей жизнедеятельности и жизнью в целом, обусловленное уровнем самоактуализации личности. В его структуре мы выделяем два основных компонента: 1) эмоциональный (эмоциональная оценка или непосредственное переживание личностью степени удовлетворенности различными сторонами своей жизнедеятельности и жизнью в целом) и 2) когнитивный (рациональная, интеллектуальная оценка человеком степени и их развития и самореализации личностных характеристик), при доминирующей роли эмоционального компонента. Для диагностики уровня психологического благополучия личности студентов мы предлагаем использовать: для выявления эмоционального компонента – методику диагностики субъективного благополучия Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой; для оценки когнитивного компонента – «Шкалу психологического благополучия» К. Рифф (в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко). В случае расхождения уровня эмоционального и когнитивного компонентов, для выведения итогового уровня психологического благополучия личности студентов мы исходили из приоритета эмоционального его компонента.

Авторская теоретико-методологическая позиция была апробирована при проведении пилотажного эмпирического исследования психологического благополучия личности студентов вуза и показала свою состоятельность.

Список литературы

Амбросова Д.Г., Митрофанова О.Г. Взаимосвязь ценностных ориентаций и психологического благополучия у белорусских студентов // Огарев-Online. 2019. №1. С. 1-5.

Бенко Е.И. Субъективное благополучие человека, переживающего нормативный кризис развития личности: Дис. канд. психол. наук. Челябинск, 2017. 183 с.

Борисов Г.И. Подходы к изучению психологического благополучия // Психология образования: современный вектор развития: монография / науч. ред. С.Б. Малых, Т.И. Тихомирова. Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та, 2020. С. 157-174.

Водопьянова Н.Е. Психологическое благополучие студентов с позиции субъектно-ресурсного подхода (на примере студентов-психологов) // Психология образования: современный вектор развития: монография/ науч. ред. С.Б. Малых, Т.И. Тихомирова. Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та, 2020. С. 175-198.

Водяха С.А. Предикторы психологического благополучия студентов // Педагогическое образование в России. 2013. №1. С. 70-74.

Герасимова А.С., Обознов А.А. Особенности психологического благополучия руководителей структурных подразделений вуза // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2019. №1. С. 70-85.

Григоренко Е.Ю. Психологическое благополучие студентов и определяющие его факторы // Проблемы развития территории. 2009. №48. С. 98-105.

Карапетян Л.В. Исследование благополучия в отечественной психологии // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. 2017. №1. С.132-137.

Козьмина Л.Б. Динамика психологического благополучия личности студентов-психологов: Дис. канд. психол. наук. Иркутск, 2014. 174 с.

Павлоцкая Я.И. Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности. Волгоград: Издательство Волгоградского института управления – филиала РАНХиГС, 2016. 167 с.

Шамионов Р.М., Бескова Т.В. Методика диагностики субъективного благополучия личности // Психологические исследования. 2018. № 60. С.8.

Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов: Научная книга, 2008. 296 с.

Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 97-130.

Deci E.L., Ryan R.M. Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction // Journal of happiness studies. 2008. Vol. 9. №1. P. 1-11.

Modern status of research on the problem of psychological well-being of the person in the domestic and world psychological science / E.A. Ovsyanikova, N.A. Mandibura, A.S. Gerasimova, M.Y. Hudayeva, N.S. Tkachenko, L.V. Godovnikova // Revista Publicando. 2018. Vol. 5(16). P.349-358.

Ryff C.D Psychological well-being revisited: advances in science and practice life // Psychother Psychosom. 2014. Vol. 83. №1. P. 10-28.

Ryff C.D, Singer B.H. Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research // Psychother Psychosom. 1996. Vol. 65. №1. P. 14-23.

Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69. №4. P. 719-727.

References

Ambrosova, D.G. and Mitrofanova, O.G. (2019), "The correlation between value orientations and psychological well-being among Belarusian students", *Ogarev-Online*, 1, 1-5. (In Russian).

Benko, E.I. (2017), "Subjective well-being of a person experiencing a normative crisis of personality development", Ph.D. dissertation, Chelyabinsk. (In Russian).

Borisov, G.I. (2020), "Approaches to the study of psychological well-being", *Psychology of education: modern vector of development*, 157-174. (In Russian).

Vodopyanova, N.E. (2020), "Psychological well-being of students from the perspective of the subject-resource approach (on the example of student psychologists)", *Psychology of education: modern vector of development*, 175-198. (In Russian).

Vodyakha, S.A. (2013), "Predictors of student psychological well-being", *Pedagogical education in Russia*, 1, 70-74. (In Russian).

Gerasimova, A.S. and Oboznov, A.A. (2019), "Features of the psychological well-being of the heads of the structural divisions of the university", *Scientific result. Pedagogy and psychology of education*, 1, 70-85. (In Russian).

Grigorenko, E.Yu. (2009), "Psychological well-being of students and its determinants", *Territory development problems*, 48, 98-105. (In Russian).

Karapetyan, L.V. (2017), "Research on well-being in domestic psychology", *Vestnik KGPU im. V.P. Astafeva*, 1, 132-137. (In Russian).

Kozmina, L.B. (2014), The dynamics of psychological well-being of psychology students, Ph.D. dissertation, Irkutsk, Russia.

Pavlotskaya, Ya.I. (2016), *Psikhologicheskoe blagopoluchie i sotsialno-psikhologicheskie kharakteristiki lichnosti* [Psychological well-being and socio-psychological characteristics of the individual], Izdatel'stvo Volgogradskogo instituta upravleniya, Volgograd, Russia.

Shamionov, R.M. and Beskova, T.V. (2018), "The method for diagnosing subjective well-being", *Psychological researches*, 60, 8. (In Russian).

Shamionov, R.M. (2008), *Subektivnoe blagopoluchie lichnosti: psikhologicheskaya kartina i faktory* [Subjective well-being: psychological picture and factors], Nauchnaya kniga, Saratov, Russia.

Shevelenkova, T.D. and Fesenko, P.P. (2005), "Psychological well-being (review of basic concepts and method for diagnosing)", *Psychological diagnostics*, 3, 97-130. (In Russian).

Deci, E.L. and Ryan, R.M. (2008), "Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction", *Journal of happiness studies*, 9 (1), 1-11.

Ovsyanikova, E.A., Mandibura, N.A., Gerasimova, A.S., Hudayeva, M.Y., Tkachenko, N.S. and Godovnikova, L.V. (2018), "Modern status of research on the problem of psychological well-being of the person in the domestic and world psychological science", *Revista Publicando*, 5(16), 349-358. (In UK).

Ryff, C.D (2014), "Psychological well-being revisited: advances in science and practice life", *Psychother Psychosom*, 83 (1), 10-28. (In UK).

Ryff, C.D, Singer, B.H. (1996), "Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research", *Psychother Psychosom*, 65 (1), 14-23. (In UK).

Ryff, C.D. and Keyes, C.L.M. (1995), "The structure of psychological well-being revisited",

Journal of Personality and Social Psychology, 69 (4), 719-727. (In UK).

Информация о конфликте интересов: автор не имеет конфликта интересов для декларации.

Conflicts of Interest: the authors have no conflict of interests to declare.

Данные авторов:

Рыanziна Анна Геннадьевна, аспирант кафедры возрастной и социальной психологии, Белгородский государственный национальный исследовательский университет.

Великанова Александра Сергеевна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры возрастной и социальной психологии, Белгородский государственный национальный исследовательский университет.

About the authors:

Anna G. Rynzina, Post-graduate Student, Department of Age and Social Psychology, Belgorod State National Research University.

Aleksandra S. Velikanova, Associate Professor, Department of Age and Social Psychology, PhD, Associate Professor, Belgorod State National Research University.