

Субъективное благополучие студентов ВУЗа в связи с характеристиками их целей.

Березов Сергей Алексеевич
E-mail: berezovsergei2008@rambler.ru

Изучение субъективного благополучия студентов представляется актуальным по ряду причин. Во-первых, традиционно актуальная для психологической науки проблема полноценного функционирования личности приобретает особую остроту в современных условиях социальной и экономической нестабильности. Во-вторых, субъективное благополучие российской молодежи выступает основанием для оптимистического прогноза развития нашего общества в политическом, социально-экономическом, культурном и духовном аспектах [1; 2]. Студенческие годы - время активного планирования будущего, и реализация этих планов способствует ощущению успешности и востребованности молодого человека. Вместе с тем субъективное благополучие студентов как особой социальной группы на сегодняшний день остается малоизученным. Наконец, процесс целеполагания может быть оптимизирован в условиях специально организованного обучения, что определяет практическую значимость результатов такого изучения.

Субъективное благополучие рассматривается как интегральный показатель направленности личности на реализацию основных компонентов позитивного функционирования, субъективно выражающийся в ощущении счастья, удовлетворённости собственной жизнью [6]. Являясь социально-психологической характеристикой личности, субъективное благополучие выражает эмоционально-оценочное отношение человека к самому себе и социальной действительности [5]. Феномен субъективного благополучия изучается через показатели социальной фрустрированности, социально-психологической адаптации и жизненной удовлетворенности. Социальная фрустрированность рассматривается как вид психической напряженности, которая обусловлена неудовлетворенностью личности собственными достижениями и положением в обществе, возникает при блокировании личностно-значимых потребностей, мотивов и ценностей и сопровождается снижением ее адаптационных возможностей [4]. Изучены характеристики целей, обуславливающие возможность выполнения ею ориентирующей, мотивирующей и оценочной функций в деятельности [3].

В соответствие с вышеизложенным, мы предположили, что субъективное благополучие студентов связано с характеристиками актуальных для них целей. Целью исследования выступило изучение взаимосвязи между субъективным благополучием и уровнем социальной фрустрированности студентов и характеристиками их целей. Объектом исследования выступили материалы анкетирования и тестирования 30 студентов (из них - 18 юношей и 12 девушек), обучающихся по программе магистратуры Южного федерального университета (специальности «Психология» и «Управление»). В работе использовались методы анкетирования, контент-анализа, психологического тестирования («Шкала психологического благополучия» К.Рифф версии Шевеленковой - Фесенко и методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И.Вассермана в модификации В.В.Бойко), математической статистики.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что ряд показателей психологического благополучия студентов связан с тем, как они ставят цели в самых разных сферах своей жизни, а также с оценкой ими результативности собственной активности по их достижению. Так, доверительные отношения с другими, составляющие важный компонент

субъективного благополучия, присутствуют в жизни студентов, демонстрирующих большую уверенность в достижимости актуальных для них целей ($r=0,47$; при $p<0,001$). Самоостоятельность в оценках и поведении, конструктивная автономия в защите собственных интересов свойственна студентам с положительным опытом достижений, более высоко оценивающим реализуемость своих целей в прошлом ($r=0,49$; при $p<0,001$). Респонденты, обладающие умением управлять обстоятельствами, используя их как возможность для реализации задуманного, характеризуются более выраженным «целевым оптимизмом» ($r=0,49$; при $p<0,001$), а студенты, воспринимающие себя самореализующейся личностью, - более высокими оценками реализуемости целей в прошлом ($r=0,60$; при $p<0,001$). Для студентов с высоким уровнем понимания и принятия себя характерна удовлетворенность, связанная с оценкой собственных достижений в прошлом ($r=0,54$; при $p<0,002$).

Результаты исследования также позволяют заключить, что уровень социальной фрустрированности студентов связан с особенностями их целеполагания. Выраженная фрустрированность в сферах семейных отношений, социального окружения и своего здоровья/работоспособности свойственны респондентам, неуверенным в достижимости своих целей ($r= -0,52$, $r= -0,56$ и $r= -0,44$ соответственно при $p<0,004$). Наибольшая неудовлетворенность своим социально-экономическим положением характерна для студентов, затрудняющихся сформулировать свои цели ($r= -0,60$; при $p<0,0001$). Интересно, что наибольшее число целей выявлено у респондентов с более высокими показателями фрустрированности в сфере семейных отношений ($r=0,37$; при $p<0,05$). Мы полагаем, что именно высокий уровень фрустрированности в такой значимой сфере побуждает студентов к продуцированию целей, достижение которых призвано изменить болезненную для них ситуацию.

Полученные результаты позволяют расширить имеющиеся в психологии представления о психологических условиях субъективного благополучия личности и могут быть востребованы в практике психологического консультирования по вопросам оптимизации планирования собственного будущего и усиления ресурса стрессоустойчивости личности в различных обстоятельствах ее жизни.

Источники и литература

- 1) Кокин А.Б. Студенчество как социальная группа, современные социально-психологические представления о студенчестве // Материалы II Всероссийской научно-практической (заочной) конференции. МО: СВИВТ, 2012. С. 129-135.
- 2) Люсова О.В. Субъективное благополучие: Структура, подходы, формирование // Достижения вузовской науки. 2013. №. 7. С. 178-183.
- 3) Современная практическая психология в обеспечении ресурсов самореализации личности: монография / Ю.В.Обухова, Е.В.Зинченко, Е.В.Белова, И.В.Афанасенко; Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2016. - 291 с.
- 4) Шадрин А.А. Взаимосвязь социальной фрустрированности и субъективного благополучия личности курсантов // Вестник Самар. ун-та. 2014. №. 9 (120). С. 237-244.
- 5) Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия личности. Саратов: Изд-во Саратов.ун-та, 2004.
- 6) Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. 2005. №. 3. С. 95-129.