

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2021, №2, Том 9 / 2021, No 2, Vol 9 <https://mir-nauki.com/issue-2-2021.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/26PSMN221.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Шутова Н.В., Жерновая О.Р., Архипова М.В. Психологическое благополучие как составляющая функциональной грамотности студентов – будущих педагогов // Мир науки. Педагогика и психология, 2021 №2, <https://mir-nauki.com/PDF/26PSMN221.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Shutova N.V., Zhernovaya O.R., Arkhipova M.V. (2021). Psychological well-being of future teachers. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 2(9). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/26PSMN221.pdf> (in Russian)

УДК 37.09

ГРНТИ 14.23

Шутова Наталья Вадимовна

ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского», Нижний Новгород, Россия

Профессор

Доктор психологических наук, профессор

E-mail: arhipovnn@yandex.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=485083

Жерновая Оксана Романовна

ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского», Нижний Новгород, Россия

Заведующая кафедрой «Иностранных языков и лингвокультурологии»

Кандидат филологических наук, доцент

E-mail: arhipovnn@yandex.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=321552

Архипова Мария Владимировна

ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный педагогический университет им. Козьмы Минина»,

Нижний Новгород, Россия

Доцент

Кандидат психологических наук

E-mail: arhipovnn@yandex.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6775-1413>

РИНЦ: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=802749

**Психологическое благополучие
как составляющая функциональной грамотности
студентов – будущих педагогов**

Аннотация. В данной статье представлен краткий обзор основных подходов к рассмотрению и изучению феномена психологического благополучия личности. В статье рассмотрена зарубежная шестифакторная модель психологического благополучия, условия, способствующие ощущению благополучия, а также условия, негативно влияющие на ощущение благополучия. Авторами приводятся понятия отечественных авторов к пониманию рассматриваемого термина. На основе изучения позиции зарубежных и отечественных авторов по данному вопросу, понятие психологическое благополучие личности рассматривается авторами как многокомпонентный феномен. В статье приведены результаты исследования особенностей психологического благополучия студентов – будущих педагогов. Цель настоящего исследования заключается в выявлении особенностей психологического

благополучия будущих педагогов. В исследование приняли участие 75 студентов, для выявления особенностей психологического благополучия которых использовалась методика, позволяющая измерить степень выраженности основных показателей психологического благополучия личности. В ходе исследования были проанализированы такие показатели психологического благополучия как позитивное отношение; автономность, компетентность, личностный рост, жизненные цели, самопринятие. Полученные результаты показали, что для большинства испытуемых характерными являются стремление к самосовершенствованию, ориентация на саморазвитие и реализацию своего потенциала. Для них характерны эмоциональная устойчивость, психологический комфорт, удовлетворенность жизненной ситуацией и своей ролью в ней. При этом можно констатировать, что часть испытуемых ориентирована на мнение других людей при принятии важных решений, обнаруживая неспособность противостоять социальному давлению, имеет низкий уровень жизненной удовлетворенности, свидетельствующий о наличии у них высокой напряженности, тревожности, неудовлетворенности собой и своей жизненной ситуацией.

Ключевые слова: психологическое благополучие; личностный рост; цель в жизни; самопринятие

Введение

В настоящее время проблема позитивного функционирования и благополучия личности приобретает всё большую актуальность. Позитивная психология, являясь одним из новых направлений в фундаментальной и прикладной психологии, исследует различные условия благополучия человека и вопросы функциональной грамотности, которые находят отражение в сферах позитивной психологии здоровья, образования, организации жизни человека.

С точки зрения А.А. Леонтьева: «Функционально грамотный человек – это человек, который способен использовать все постоянно приобретаемые в течение жизни знания, умения и навыки для решения максимально широкого диапазона жизненных задач в различных сферах человеческой деятельности, общения и социальных отношений» [1, с. 35]. В данной статье мы рассмотрим психологическое благополучие как составляющую функциональной грамотности студентов-будущих педагогов. Проблема психологического благополучия в настоящий момент вызывает достаточно сильный интерес, как у отечественных, так и у зарубежных авторов. Особенную актуальность данный вопрос приобретает в сфере образования [2; 3].

Западная психология благополучие отражается широким термином «wellbeing», которое не имеет эквивалента в русском языке, и который дословно переводится от слов «well» как «хорошо» и «being» как «бытие». Под данным понятием подразумевается взаимосвязь физиологических, психологических, социально-экономических, культурных факторов, из которых человек составляет собственную систему социальных связей и межличностных отношений, наполненных позитивными переживаниями [4].

Шестифакторная модель психологического благополучия включает в себя ключевые элементы, оценивающие общее чувство удовлетворенности и счастья человека, к которым относятся: самопринятие, личностный рост, жизненная цель, независимость, контроль над окружающей средой, положительные отношения с окружающими [5–7]. К факторам, способствующим ощущению благополучия, относят различные жизненные ситуации, такие как, счастливый брак, работа, приносящая моральное удовлетворение и достаточный заработок, здоровый оптимизм, помогающий справиться с различными стрессовыми ситуациями. К факторам, негативно влияющим на ощущение благополучия, относят отсутствие близких отношений, невыполнение профессиональных обязанностей в силу различных причин,

психологические травмы в детском и подростковом возрастах, общественные стереотипы (Taylor & Brown, 1988).

Ключевым фактором психологического благополучия является чувство удовлетворенности жизнью, которое способствует позитивному восприятию окружающего, ведущего к ощущению счастья (Andrew, McKennell, 1980; Bryant, Veroff, 1982; Campbell, Converse, Rodgers, 1976, Seligman and Csikszentmihalyi, 2011). Также можно найти описание конкретных условий психологического благополучия, таких как, оптимальный баланс между работой и личной жизнью, уровень материального дохода, социальное окружение и взаимоотношения, наличие хобби, дружеских отношений, здоровье, образование, события повседневной жизни, удовлетворённость различными сферами своей жизни [8; 9]. Субъективное благополучие (subjective well-being) выделяется различными учеными как часть психологического благополучия, которое представляет собой взаимосвязь двух элементов: (1) жизненная оценка (life evaluation) – рефлексивная оценка жизни человека или какого-то конкретного ее аспекта; (2) аффект (affect) – чувства и эмоциональные состояния человека, измеряемые с привязкой к определенному моменту времени [9; 10].

К факторам высокого уровня субъективного благополучия относят: (1) преобладание положительных эмоций; (2) относительное отсутствие отрицательных эмоций; (3) высокая оценка человеком глобальной удовлетворенности жизнью и субъективного уровня счастья [11].

Среди различных подходов к пониманию психологического благополучия в зарубежной и отечественной психологии выделяются два основных – гедонистический (от греч. Hedone – «наслаждение») и эвдемонистический (от греч. счастье, блаженство). Преимуществом данных подходов является конкретное критериальное различие, при котором гедонистическое направление, изучающееся в контексте когнитивной и поведенческой психологии, рассматривает адаптивное социальное поведение как основное условие субъективного благополучия и эвдемонистическое направление, ориентированное на гуманистическую и экзистенциальную традицию [12].

Отечественные ученые дифференцируют такие понятия как, «психологическое благополучие» (Л.В. Куликов, М.С. Дмитриева), «субъективное благополучие» (Е.Н. Панина), «эмоциональное благополучие» (О.И. Бадулина, О.А. Идобаева). Однако ученые сходны во мнении, что психологическое благополучие это субъективно переживаемое явление, которое зависит от системы внутренних ценностей.

Для большинства людей в благополучии заложена субъективная желательность, являющаяся социально и личностно одобряемым состоянием [13–15]. Являясь интегральным показателем, психологическое благополучие включает:

1. нацеленность личности на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (стремление к личностному росту, самопринятию, управлению средой, автономии, достижению целей, позитивным отношениям с окружающими);
2. степень реализации данной направленности, которая выражается в субъективном ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью.

В результате анализа можем сделать вывод, что психологическое благополучие характеризует состояния и переживания, свойственные здоровой личности. Оно влияет на деятельность людей, на их душевное самочувствие, на межличностные отношения, самопринятие [16; 17]. Цель настоящего исследования – выявить особенности психологического благополучия будущих педагогов.

Материалы и методы

Исследование проводилось на базе Мининского университета (г. Нижний Новгород), в котором приняло участие 75 студентов-будущих педагогов в возрасте 19–20 лет. Для выявления особенностей психологического благополучия 75 студентов-будущих педагогов мы использовали опросник «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф; адаптация Л.В. Жуковской, Е.Г. Трошихиной 2011 г.). Данная методика позволяет измерить степень выраженности основных показателей психологического благополучия личности такие как: позитивные отношения; автономность; компетентность; личностный рост; жизненные цели; самопринятие.

Результаты исследования

Результаты исследования особенностей психологического благополучия 75 студентов-будущих педагогов представлены на рисунке 1.

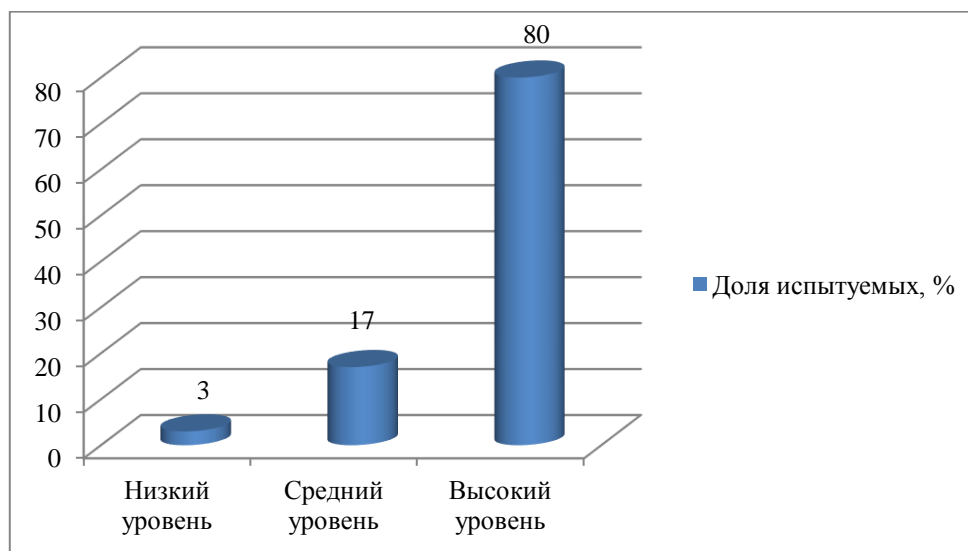


Рисунок 1. Распределение испытуемых по уровням психологического благополучия, % (составлено авторами по результатам исследования на основе опросника «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф; адаптация Л.В. Жуковской, Е.Г. Трошихиной, 2011))

Как видно из рисунка 1 основная часть испытуемых (80 %) имеет высокий уровень психологического благополучия. Для них характерно желание быть компетентными, показывать результаты в личностном росте, иметь жизненные цели, также они имеют высокие показатели в самопринятии. У 17 % испытуемых был выявлен средний уровень психологического благополучия. Для них характерна недостаточная автономность, т. е. присутствие чужого влияния. Среди изучаемой выборки 3 % испытуемых, имеют низкий уровень психологического благополучия. У данных испытуемых отсутствует позитивное отношение к себе, им свойственна зависимость от мнений и оценок окружающих людей, ощущение собственной некомпетентности.

Более детально рассмотрим проявления основных показателей психологического благополучия студентов, таких как: (1) позитивные отношения; (2) автономность; (3) компетентность; (4) личностный рост; (5) жизненные цели; (6) самопринятие. Результаты анализа представлены на рисунке 2.

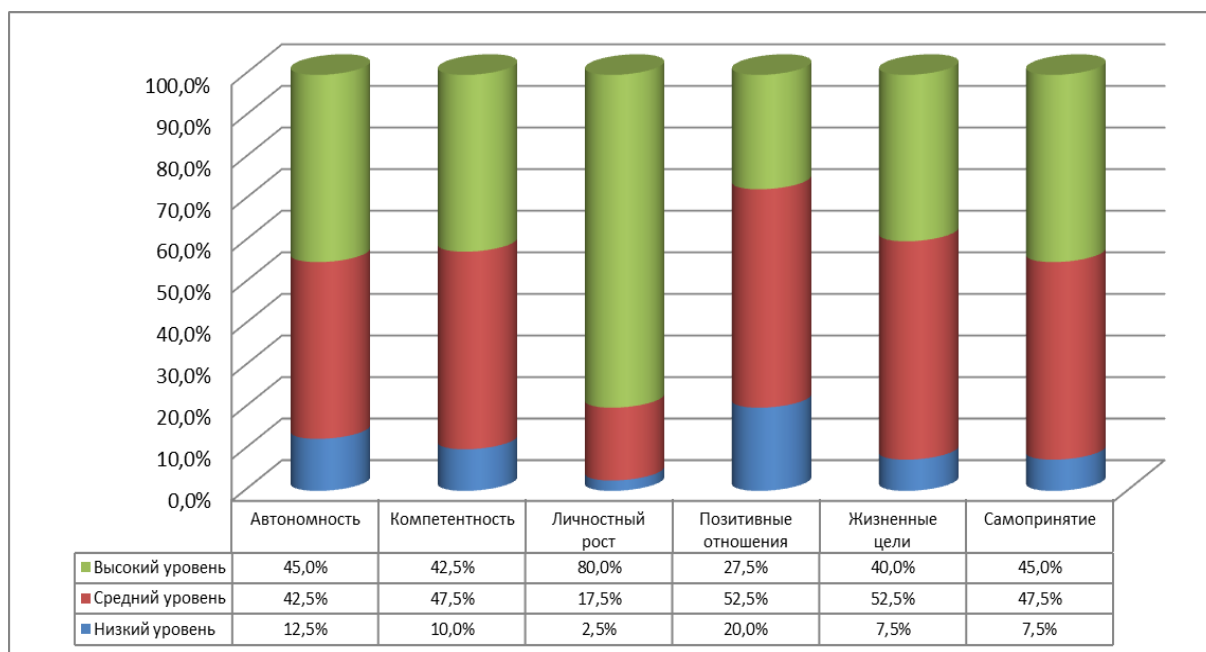


Рисунок 2. Распределение испытуемых по выраженности основных показателей психологического благополучия, % (составлено авторами по результатам исследования на основе опросника «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф; адаптация Л.В. Жуковской, Е.Г. Трошихиной, 2011))

Данные, представленные на рисунке 2, свидетельствуют, что по шкале «Автономность» 87,5 % испытуемых имеют средний и высокий уровни выраженности рассматриваемого показателя. Высокий уровень шкалы «Автономность» указывает на чувство независимости, отсутствие озабоченности ожиданиями и оценками со стороны, способность отстаивать свою позицию, несмотря на социальное давление, оценивание себя исходя их системы собственных представлений человека о самом себе. Низкий уровень данной шкалы (12,5 % испытуемых) указывает на чувство неуверенности себе, ожидание оценки окружающих, зависимость от оценки и мнения окружающих, отсутствие самостоятельности при принятии решений, избегание ответственности.

90 % испытуемых по шкале «Компетентность» характерно чувство свободы выбора и условий, удовлетворяющих личностные потребности, и соответствующие собственным ценностям, также чувство эффективности и уверенности в успешной реализации выполнения заданий, способность гибко реагировать на изменяющиеся жизненные обстоятельства. 10 % испытуемых показали низкий уровень по данной шкале, что указывает на неспособность справляться с разнообразными видами деятельности и управлять окружающей средой.

По шкале «Личностный рост» 97,5 % испытуемых имеют высокий и средний уровни выраженности рассматриваемого показателя. Для них в большей или меньшей степени характерно чувство непрерывного саморазвития. Данная группа студентов отслеживает собственный личностный рост и ориентируется на максимальную, исходя из объективных возможностей, реализацию своего потенциала. 2,5 % испытуемых продемонстрировали низкий уровень по шкале, что указывает на отсутствие чувства личностного развития.

Высокий и средний уровни шкалы «Позитивные отношения» указывают на наличие искренних и доверительных отношений с окружающими. Данные испытуемые стремятся к проявлению заботы о людях, их характеризует эмпатийность, умение найти компромисс во взаимоотношениях. Низкий уровень по шкале характерен 20 % испытуемых, что указывает на

чувство одиночества, отсутствие доверия к окружающим, неспособность раскрыть свои чувства и установить взаимные доверительные отношения с окружающими.

По шкале «Жизненные цели» 92,5 % испытуемых имеют высокий и средний уровни выраженности рассматриваемого показателя. Для них характерно наличие чувства продуктивности определенного жизненного периода, в то время как низкий уровень говорит об отсутствии чувства осмысленности различных жизненных этапов.

Высокий и средний уровни шкалы «Самопринятие» определяет отношение к себе как позитивное в большей или меньшей степени. Испытуемые осознают хорошие и плохие качества как личностное многообразие, позитивно оценивают прошлый опыт. Низкий уровень данной шкалы, характерный для 7,5 %, свидетельствует об ощущении обеспокоенности некоторыми чертами личности вплоть до полного неприятия себя.

Таким образом, проведенное исследование выявило достаточно высокий процент студентов, характеризующихся как психологически благополучных. Студенты-будущие педагоги ставят жизненные цели, чувствуют осмысленность жизни, воспринимая прошлое и настоящее как имеющие смысл, оценивают себя как целеустремленную личность, имеющую перспективы. Социальное давление не меняет ориентиров. Следует также отметить, что для большинства испытуемых присутствует стремление к самосовершенствованию, т. е. они ориентированы на саморазвитие и реализацию своего потенциала.

Обсуждение

Полученные результаты позволили нам распределить испытуемых по уровням психологического благополучия.

1. Для большинства студентов-будущих педагогов, принявших участие в исследовании, характерно психологическое благополучие. Они имеют четкие жизненные цели, доверительные отношения с окружающим, находят компромиссы во взаимоотношениях, но при этом достаточно независимы для того, чтобы иметь возможность противостоять социальному давлению. Они стремятся к самосовершенствованию, ориентированы на саморазвитие и реализацию своего потенциала.

2. Вместе с тем, часть испытуемых недостаточно автономны, их мнение часто зависит от мнения окружающих людей, им свойственны низкая способность к принятию самостоятельных решений. Данные испытуемые имеют зависимость от социального давления. При этом у них отмечается низкий уровень доверительных отношений с близкими, отсутствие тесных межличностных отношений. Эти испытуемые при критичном отношении к себе, не стремятся к исправлению негативных личностных качеств и саморазвитию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Образовательная система «Школа 2100». Педагогика здравого смысла / под ред. А.А. Леонтьева. М.: Баласс, 2003.
2. Сорокин А.Н., Яковлева Е.И., Фильченкова И.Ф., Ширяева Ю.С., Краснопевцева Т.Ф. Концепции научно-образовательного центра: определение, перечень и структура // Вестник Мининского университета. – 2021. – Том 9, №1 <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/1182> (Дата обращения 30.03.2021).

3. Gruzdeva, M.L., Vaganova, O.I., Kaznacheeva, S.N., Bystrova, N.V., Chanchina, A.V. Modern Educational Technologies in Professional Education (2020). Lecture Notes in Network and Systems, 73, p. 1097–1103.
4. Бенко Е.В. Обзор зарубежных публикаций, посвященных исследованию психологического благополучия // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2015. Том 8. №2. С. 5–13.
5. Ryff, C.D.; Singer, B.H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*. 35(4): 1103–1119. doi: 10.1016/j.ssresearch.2006.01.002.
6. Ryff C.D. Psychological well-being // J.E. Birren (Ed.). *Encyclopedia of gerontology: age, aging, and the aged*. San Diego, CA: Academic Press, 1996. P. 365–369.
7. Ryff, C.D. and Keyes, C.L. M., 1995. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719–27.
8. Seligman, M.E.P. and Csikszentmihalyi, M., 2000. Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14. Seligman, M.E.P., 2002. *Authentic happiness: using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfilment*. New York: Free Press.
9. Diener, E., Oishi, S. and Lucas, R.E., 2003. Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425.
10. Veenhoven, R., 1994. Is happiness a trait? Tests of the theory that a better society does not make people any happier. *Social Indicators Research*, 32, 101–160.
11. Lucas, R.E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616–628.
12. Фомина О.О. Благополучие личности: проблемы и подходы к исследованию в отечественной психологии // Интернет-журнал «Мир науки» 2016, Том 4, номер 6 <http://mir-nauki.com/PDF/53PSMN616.pdf> (доступ свободный). (Дата обращения 30.03.2021).
13. Воронина А.В. Проблема психологического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа // Сибирский психологический журнал. 2005. №3. С. 142–145.
14. Смоловик О.В., Шутова Н.В. Особенности притязаний студентов в процессе изучения иностранного языка // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2018. Т. 9. №4. С. 64–75.
15. Шутова Н.В., Шутова В.В., Ходыкина О.А. Диагностика эмоциональных проявлений студентов-будущих учителей // Казанский педагогический журнал. 2015 №6–2(113). С. 406–410.
16. Джидарьян И.А. Счастье в представлениях обыденного сознания // Психологический журнал. 2000. Том 21. №2. С. 40–48.
17. Аргайл М. Психология счастья. СПб.: Питер, 2003. 271 с.

Shutova Natalya Vadimovna

Nizhny Novgorod state university named after N.I. Lobachevsky, Nizhny Novgorod, Russia
E-mail: arhipovnn@yandex.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=485083

Zhernovaya Oksana Romanovna

Nizhny Novgorod state university named after N.I. Lobachevsky, Nizhny Novgorod, Russia
E-mail: arhipovnn@yandex.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=321552

Arkipova Maria Vladimirovna

Minin Nizhny Novgorod state pedagogical university, Nizhny Novgorod, Russia
E-mail: arhipovnn@yandex.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6775-1413>
РИНЦ: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=802749

Psychological well-being of future teachers

Abstract. The article provides a brief overview of the main approaches to the study of psychological well-being. The article considers the six-factor model of psychological well-being, the conditions that contribute to the feeling of well-being, as well as the conditions that negatively affect the feeling. Based on the study of different researchers on this issue, the concept of psychological well-being of the individual is considered as a multicomponent phenomenon. The article presents the results of the study of the features of the psychological well-being of students-future teachers. The purpose of this study is to identify the features of the psychological well-being of future teachers. The study involved students-future teachers. To identify the features of psychological well-being the authors used a questionnaire measuring the main indicators of psychological well-being of the individual. The study analyzed such indicators of psychological well-being as positive attitude; autonomy; competence; personal growth; life goals; self-acceptance. The results showed that the majority of students are characterized by the desire for self-improvement, orientation to self-development and the realization of their potential. They are characterized by emotional stability, psychological comfort, satisfaction with the life situations and their role in it. At the same time, it can be stated that some students are focused on the opinions of other people when making important decisions, revealing their inability to resist social pressure, a low level of life satisfaction, indicating that they have high tension, anxiety, dissatisfaction with themselves and their life situation.

Keywords: psychological well-being; personal growth; goal in life; self-acceptance