

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

2020, №4, Том 8 / 2020, No 4, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-4-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/45PSMN420.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Бородовицына Т.О. Особенности психологического благополучия студентов различных профилей подготовки // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №4, <https://mir-nauki.com/PDF/45PSMN420.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Borodovitsyna T.O. (2020). Features of psychological well-being of students of various training profiles. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 4(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/45PSMN420.pdf> (in Russian)

УДК 159.9

ГРНТИ 15.81

Бородовицына Татьяна Олеговна

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный педагогический университет», Воронеж, Россия
«Психолого-педагогический» факультет, кафедра «Практической психологии»

Аспирант

E-mail: tatyana.borodovitsyna2016@yandex.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3832-5922>

Особенности психологического благополучия студентов различных профилей подготовки

Аннотация. Для того, чтобы укрепить собственный саногенный потенциал, человеку особо важно переживать благополучие. При исчезновении чувства внутреннего удовлетворения наблюдается наличие напряжения, скованности, телесных зажимов, эмоциональных застреваний, появление несогласованности в действиях, снижение креативности и эффективности функционирования в нестандартных жизненных ситуациях. Происходит истощение компенсаторных возможностей и снижение организмических ресурсов, что приводит к возникновению тех или иных психосоматических расстройств. Одной из основных задач современной системы образования выступает создание условий для позитивного развития обучающихся в динамичном и непредсказуемом мире. Широко распространено явление дезадаптации студентов в связи с прохождением ими нового жизненного этапа – начала обучения в высшей школе. Увеличение информационных нагрузок и связанная с этим гиподинамия, освоение непривычных методов и форм обучения, усложнение системы межличностных отношений, резкая смена режима труда и отдыха вызывают длительное эмоциональное напряжение, чувство тревоги. В психологическом благополучии студентов выделяются два основных компонента:

- когнитивный – цели, смыслы, достигнутые результаты;
- эмоциональный – переживания, касающиеся реализации поставленных целей, а также собственного поведения.

Представлены результаты авторского эмпирического исследования уровня психологического благополучия студентов различных профилей подготовки. Выявлен более низкий уровень психологического благополучия у студентов-психологов 1 курса, что отражается в их критичном самовосприятии и неустойчивой самооценке. Указаны основные направления работы по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся. В повышении активности и заинтересованности студентов, развитии навыков их успешной

самоорганизации особо отмечена роль таких факторов, как личность преподавателя как пример для подражания, использование интерактивного метода case study, привлечение обучающихся к активной научно-исследовательской работе.

Ключевые слова: психологическое благополучие; удовлетворенность; позитивное функционирование; самореализация; профессиональное становление; самопринятие; психологическое здоровье

Актуальность исследования

Проблема психологического благополучия личности – фундаментальная проблема, изучаемая такими науками, как философия, медицина, психология. Каждая наука наполняет данное понятие особым содержанием. Говоря о философском смысле проблемы психологического благополучия, мы подразумеваем два этических направления – гедонизм и эвдемонизм. Медицина связывает психологическое благополучие с качеством жизни, психическим здоровьем и другими компонентами здоровья. В настоящее время данная проблема активно исследуется российскими и зарубежными психологами. Это связано с необходимостью понимания механизмов, лежащих в основе психологического благополучия; как они регулируют поведение человека и каким образом это влияет на отношения его отношения с другими людьми. О.А. Идобаева связывает проблему психологического благополучия с проблемой позитивного развития личности [1].

Отечественные ученые проявляют немалый интерес к данной проблеме, учитывая тенденции развития современного общества. Л.В. Куликов под психологическим благополучием понимает состояние душевного комфорта, слаженности психических процессов, внутренней гармонии; которое зависит от того, имеет ли человек ясные цели, а также ресурсы и условия для их достижения. Согласно мнению автора, проявления неблагополучия часто бывают в ситуациях фрустрации – социальной изоляции (депривации), напряженности в значимых взаимоотношениях [2; 3]. Согласно исследованиям, проведенным в Институте мозга человека РАН, трудности, касающиеся психического здоровья, имеют 15 % детей, 25 % подростков, 40 % призывников. Более 70 % граждан нашей страны испытывают затяжной психоэмоциональный стресс, приводящий к депрессиям, реактивным психозам [1].

По словам С.В. Васильевой, основная задача системы образования на сегодняшний день заключается в создании необходимых условий для того, чтобы обучающиеся могли приобретать навыки и умения, способствующие их позитивному развитию в динамичном, непредсказуемом, информационно насыщенном, противоречивом современном мире. Образовательная система в настоящее время активно перестраивается; многие вузы занимаются освоением новых моделей обучения. Это связано с тем, что учебные планы претерпевают изменения, вводятся новые курсы, педагогические технологии и образовательные программы [4].

Говоря о студенческом возрасте, следует отметить, что это период наибольшей активности, профессионального становления, формирования ценностных образований личности. Социальной ситуацией развития является выбор юношей жизненного пути, профессиональное и личностное самоопределение. Э. Эриксон рассматривает данный возраст как наиболее кризисный период социального становления человека. При сформированной к 21–25 годам психосоциальной идентичности можно говорить о личностной зрелости, способности решать взрослые задачи [5].

По мнению М.Г. Голубевой, наиболее яркие переживания и возникающая в связи с этим дезадаптация проявляются в учебно-профессиональной деятельности. Обучение в вузе является принципиально новым этапом по сравнению с жизнью ученика школы. Отмечается

увеличение информационных нагрузок, что ведет к аритмичности и гиподинамии. Происходит усложнение межличностных отношений; могут возникать проблемы оторванности от семьи (проживание в общежитии). В результате студенты испытывают длительное эмоциональное напряжение, чувство тревоги; ощущают психологическое неблагополучие [6].

Студенты первого курса, сдав выпускные экзамены в школе и пройдя вступительные испытания в вузе, оказываются в условиях специфических социальных отношений и условий деятельности. Они осваивают непривычные методы и формы обучения; происходит смена режима труда и отдыха. У студентов чаще, чем у их сверстников, принадлежащих к другим социальным группам, встречаются различные заболевания. Зачастую болезни, связанные с социальной дезадаптацией («столкновение с будущим»), появляются именно в начале вузовского обучения [7].

Также в учебно-воспитательной работе вузов имеют место случаи, когда приблизительно на третьем курсе обучения студенты изменяют свое отношение к выбранной профессии. Исследователи называют это отрицательным синдромом третьего года профессиональной подготовки: у обучающихся наступает разочарование в своем выборе профессии; иногда они задумываются о том, чтобы сменить учебное заведение и переменить специальность. При этом существенным показателем является то, что это происходит при довольно успешном обучении и прохождении практики.

Таким образом, описанные выше кризисы, связанные с профессиональным становлением, и условия учебной деятельности оказывают заметное влияние на профессиональное становление, адаптацию и здоровье студентов. Проведя анализ состояния данной проблемы на сегодняшний день, мы отмечаем, что в психологическом благополучии студентов можно выделить две составляющие: когнитивную (цели, смыслы, достигнутые результаты) и эмоциональную (переживания, касающиеся реализации поставленных целей, а также собственного поведения). Студенческий возраст является периодом профессионального становления, сопровождающийся различными кризисами (адаптация, сомнения в правильности выбранной профессии и т. д.) и ведущий к изменению или снижению уровня психологического благополучия студентов. В результате этого снижается эффективность учебной деятельности; возможно возникновение психосоматических расстройств.

Обзор литературы

Первое упоминание термина «психологическое благополучие» мы находим в классической работе Н. Бредберна (1969 г.). Исследуя данный феномен, ученый рассматривает его структуру в качестве своеобразного баланса постоянно взаимодействующих аффектов-позитивного и негативного. По его мнению, к позитивному аффекту относится переживание человеком положительных эмоций – радости, удовольствия, энтузиазма; тогда как огорчения, расстройства, приводящие к переживаниям, представляют собой негативный аффект. Разница, которая возникает между этими противоположными ощущениями (положительными и отрицательными) отражает психологическое благополучие личности и ее удовлетворенность жизнью в целом. В ситуации преобладания позитивного накопленного аффекта человек чувствует счастье и удовлетворенность, разумеется, при этом он имеет достаточно высокий уровень психологического благополучия. Когда же наблюдается превышение накопленных негативных переживаний, у человека наблюдается ощущение несчастья и неудовлетворенности, что свидетельствует о низком уровне его психологического благополучия.

Н. Бредберн, наряду с такими зарубежными исследователями, как М. Аргайл, Н. Шварц, Э. Динер, является сторонником *гедонистического подхода*. В нем принято считать, что

психологическое благополучие в значительной степени зависит от влияния окружающей среды и позитивных переживаний. В *эвдемонистическом подходе* (К. Рифф, Э. Дисси, Р. Райан, А. Вотермен) в центре внимания находится личность человека и ее развитие. Для достижения человеком высокого уровня психологического благополучия необходимо преобразование им самого себя и окружающего мира [8].

Согласно мнению А. Маслоу, В. Франкла и Э. Шострома, когда человек ощущает собственное внутреннее аутентичное «Я», социальные запросы и актуализирует их творческий синтез, это приводит его к психологическому благополучию.

Как считает К. Рифф, психологическое благополучие является интегративным показателем, который отражает направленность основных составляющих, связанных с позитивным функционированием человека. Она говорит о нескольких основных компонентах психологического благополучия: автономии (наличии самостоятельности и ответственности за принимаемые решения), самопринятии (позитивном отношении к себе и своей жизни), позитивных отношениях с окружающими (доброжелательности, доверии и эмпатии), наличии цели в жизни (индивидуальных ценностях и смыслах личности), личностном росте (саморазвитии и реализации своего потенциала), компетентности (способности к адекватному реагированию на вызовы повседневности). С помощью данных компонентов можно определять взаимосвязь психологического благополучия с другими критериями личности [8].

В отечественной психологии феномен психологического благополучия изучается такими авторами, как А.В. Воронина, Р.М. Шамионов, О.А. Идобаева, Л.В. Куликов, П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленкова, Я.И. Павлоцкая [1; 2; 8; 9; 11; 12; 13] и др. По мнению А.В. Ворониной, психологическое благополучие является системным качеством человека, которое приобретает им в процессе жизни на основе психофизиологической сохранности функций и переживается как содержательная наполненность, ощущение самореализации и ценности бытия. Ученым разработана модель психологического благополучия, состоящая из четырех иерархических уровней – психосоматического здоровья, социальной адаптации, психического здоровья и психологического здоровья. Автор предполагает, что человек, последовательно поднимаясь на каждый следующий описанный уровень, в процессе своего развития вырабатывает новый взгляд на себя и окружающий мир, свое место в мире; он становится более свободным в выборе адекватных поведенческих стратегий [9].

В современных исследованиях психического здоровья особо значимым компонентом является духовность человека, высшие проявления его духа. На наш взгляд, данная составляющая представляет особую значимость в изучении детерминант психологического благополучия. Б.С. Братусь говорит о личностно-смысловом уровне психического здоровья, включающем смысловые ориентации, понимание жизненного назначения, самоосуществление и отношение к окружающим людям в этом процессе [10].

Отечественным исследователем Р.М. Шамионовым рассматривается понятие «субъективное благополучие». Согласно утверждению ученого, оно является эмоционально-оценочным отношением личности к своей жизни, себе, взаимодействиям с другими людьми в соответствии с усвоенными нормативно-ценностными и смысловыми представлениями о том, какой должна быть «благополучная» внешняя и внутренняя среда. Основные компоненты субъективного благополучия-ощущение счастья, гармонии, согласованности эмоций, удовлетворенности, осмысленности жизни. Переживание человеком благополучия зависит от тех областей бытия («бытийных пространств»), которые представляют для него значимость [11].

О.А. Идобаева в контексте разработанной ею модели психологического благополучия отмечает наличие психологических условий общего характера, способствующих либо

препятствующих положительному личностному развитию. Конкретизируя данные условия, автор говорит об эмоциональном благополучии, индивидуально-типологических личностных особенностях, защитных механизмах. Содействуя позитивному развитию личности человека, необходимо учитывать возрастную-специфические условия, в которых проходит данный процесс. Согласно утверждению автора, психологическое благополучие в период юношеского возраста зависит от того, каким образом формируются возрастные образования-рефлексия, чувство собственной уникальности, мировоззрение, жизненные установки и планы. Уровень самоактуализации является определяющим в психологическом благополучии или неблагополучии студентов [1].

П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленкова говорят об актуальном и идеальном психологическом благополучии. Что касается актуального психологического благополучия, оно понимается как отношение человека к себе в данный момент (насколько отдельные компоненты позитивного функционирования реализуются в его деятельности). Иными словами, это ощущение своего благополучия либо неблагополучия «здесь и теперь» наряду с ретроспективной оценкой прошлого опыта и перспективными оценками будущего [12].

По словам Я.И. Павлоцкой, для того, чтобы построить целостную модель благополучия, необходимо, в первую очередь, брать во внимание социально-психологические характеристики личности и ее доминирующие отношения к себе, окружающим, миру в целом. Только в данном контексте, согласно мнению автора, следует рассматривать осуществление человека, реализацию его потенциала в полной мере. Именно юность представляет собой время максимального потенциала, когда происходит проявление ключевых отношений личности [13].

Цель и методы исследования

Цель работы: эмпирическое исследование уровня психологического благополучия студентов Воронежского государственного педагогического университета. С данной целью мы применили методику «Шкала психологического благополучия» К. Рифф в адаптации П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленковой, состоящую из 84 утверждений. Методика содержит следующие шкалы: «общее психологическое благополучие», «позитивные отношения с окружающими», «автономия», «управление средой», «личностный рост», «цели в жизни», «самопринятие». Контингент исследования составил 40 студентов ВГПУ в г. Воронеже, в том числе 20 студентов профиля «Психология образования» 1 курса психолого-педагогического факультета и 20 студентов педагогических профилей – «Психология и социальная педагогика», «Психология и педагогика дополнительного образования» 2 курса гуманитарного факультета. Для статистической обработки данных нами был использован U-критерий Манна-Уитни.

Результаты и обсуждение

Проанализировав полученные результаты, мы установили, что все испытуемые имеют средний уровень общего психологического благополучия; более высоким уровнем отличаются студенты – педагоги 2 курса. Как было выявлено нами ранее, на 2 курсе у студентов отмечаются такие тенденции, как улучшение отношения к себе и повышение самооценки, тогда как первокурсники переживают кризисный период, адаптируясь к новым условиям вузовского обучения [14]. Индексы психологического благополучия студентов представлены на рисунке 1.

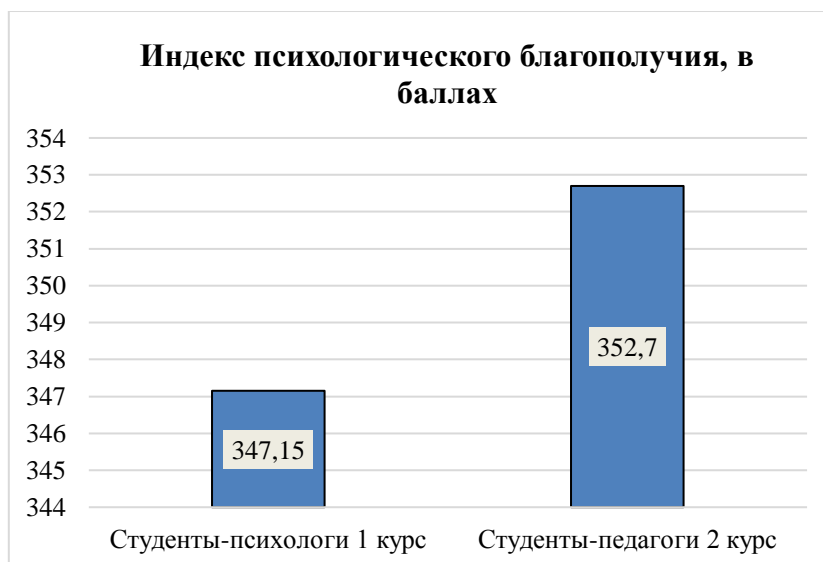


Рисунок 1. Индексы психологического благополучия студентов ВГПУ в г. Воронеже, в баллах (составлено автором)

По шкале «Позитивные отношения с окружающими» студенты-психологи и студенты-педагоги имеют практически равные показатели. Это свидетельствует о том, что они стремятся к доверительным отношениям с другими, проявляют к ним заботу и сопереживание, способны устанавливать по-настоящему близкие отношения. Мы можем говорить о соответствии их личностных качеств выбранной профессии, связанной с оказанием помощи и поддержки людям ($U = 199$).

По шкале «Автономия» более высокие значения имеют студенты-психологи, которые желают как можно скорее обрести самостоятельность и независимость. Они осуществляют самостоятельную регуляцию собственного поведения; в оценке себя отдают предпочтение личным критериям, а не общественному мнению ($U = 193,5$).

Согласно полученным результатам по шкале «Управление средой», студенты-психологи испытывают больше трудностей в том, чтобы эффективно распределять и организовывать свое время для достижения поставленных целей; они указывают, что зачастую не выполняют необходимую работу в срок. Это может быть связано со сложностями адаптации, с постоянно повышающимися требованиями к организации учебного процесса ($U = 194$), (табл. 1).

Таблица 1

Представления о психологическом благополучии студентов-психологов 1 курса и студентов-педагогов 2 курса ВГПУ в г. Воронеже (в баллах)

Шкалы	Студенты-психологи 1 курса	Студенты-педагоги 2 курса
1. Психологическое благополучие	347, 15	352, 7
2. Позитивные отношения с окружающими	59,9	60, 35
3. Автономия	57, 85	56, 75
4. Управление средой	54, 65	55, 65
5. Личностный рост	61, 35	63, 55
6. Цели в жизни	58, 45	60, 8
7. Самопринятие	54, 95	55, 6

По шкале «Личностный рост» более высокое значение принадлежит второкурсникам-педагогам. Они ощущают себя растущими и реализующими свой потенциал, открытыми новым познаниям и отмечают, что с годами становятся более зрелыми. У студентов-психологов также

выражено стремление к личностному росту и самоактуализации, но им в этом мешает чрезмерно критичное самовосприятие ($U = 172,5$).

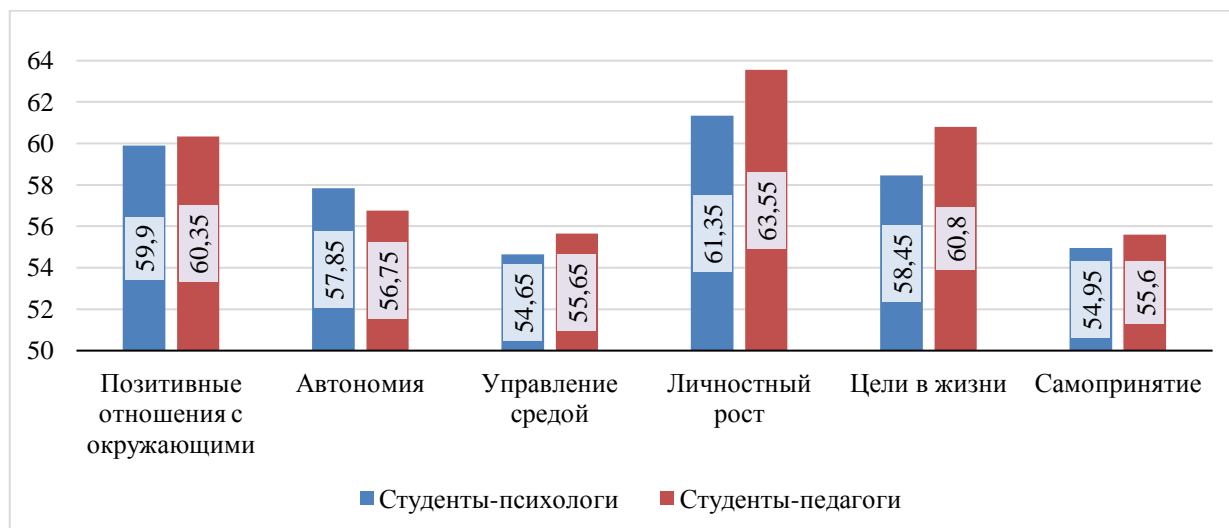


Рисунок 2. Показатели шкал психологического благополучия студентов ВГПУ в г. Воронеже, в баллах (составлено автором)

Что касается результатов по шкале «Цели в жизни», большинство испытуемых отмечают наличие четких жизненных ориентиров и намерений; они утверждают, что их жизнь имеет смысл ($U = 177,5$).

Шкала «Самопринятие» отражает более позитивное отношение к себе у студентов-педагогов. Они отличаются целостным самовосприятием, принятием достоинств и недостатков, положительной оценкой прошлого опыта. Студенты-психологи имеют склонность к самокопанию, их самооценка имеет черты неустойчивости (рис. 2), ($U = 199,5$).

Выводы и рекомендации

Таким образом, согласно проведенному исследованию, мы приходим к выводу, что студенты-психологи, обучающиеся на 1 курсе, имеют более низкий уровень психологического благополучия. Их самовосприятие характеризуется критичным отношением к себе; самооценка имеет черты неустойчивости. Также обучающиеся испытывают трудности в организации своей работы и общей деятельности. Соответственно, необходимо осуществление их психолого-педагогического сопровождения в рамках психологической службы вуза. Для этого, на наш взгляд, целесообразно оказывать психологическую помощь студентам, испытывающим эмоциональную дезадаптацию и психологический стресс; проводить профилактику эмоциональной дезадаптации; повышать у студентов уровень их стрессоустойчивости; формировать конструктивные навыки совладания со стрессом; повышать социальную компетентность студентов и развивать у них навыки и эффективного общения; оказывать помощь и поддержку студентам, находящимся в проблемной и кризисной жизненной ситуации. Безусловно, в повышении уровня психологического благополучия обучающихся большое значение имеет личность педагога высшей школы. Преподаватель, который знает и любит свою деятельность, увлечен своим предметом, вызывает искреннее уважение у студентов. Он способен формировать у них высокий уровень мотивации не только к познанию конкретной дисциплины, но и помогает изменить их самоотношение. Это реализуется как путем освоения учебного предмета, так и через симпатию, идентификацию студента с преподавателем, подражание ему.

Для повышения творческой активности и заинтересованности обучающихся возможно использование интерактивного метода case study, способствующего развитию коммуникативных навыков и проблемного мышления, умения прогнозировать различные ситуации, адекватного отношения к себе и другим людям. Несомненно, что одна из главных задач вузовского обучения – это научение студентов самостоятельному и креативному мышлению, которое в дальнейшем поможет решать нестандартные проблемы и находить выход из трудных профессиональных ситуаций.

Для развития навыков успешной самоорганизации студентов целесообразным является их активное привлечение к научно-исследовательской работе в процессе обучения. Основным фактором, обеспечивающим развитие науки в вузе, является наличие различных научных школ – открытых саморазвивающихся систем, неформальных сообществ студентов, молодых ученых, аспирантов, преподавателей, объединенных авторитетным научным руководителем и работающих над решением научных проблем. Научно-исследовательская деятельность реализуется в виде написания рефератов, курсовых и дипломных работ; участия в предметных олимпиадах, конкурсах и студенческих научных конференциях и семинарах; выступлений с докладами; выполнения нетиповых заданий научно-исследовательского характера в период производственных и учебных практик.

Практическая значимость нашего исследования заключается в том, что данные виды работы реализуются в процессе психолого-педагогического сопровождения студентов-психологов 1 курса Воронежского государственного педагогического университета в индивидуальной и групповой формах.

ЛИТЕРАТУРА

1. Идобаева О.А. К построению модели исследования психологического благополучия личности: психолого-развитийный и психолого-педагогический аспекты // Вестник Томского государственного университета. – 2011. – № 351.
2. Куликов Л.В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. СПб.: Питер, 2004.
3. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью [Электронный ресурс]. URL: <http://consult.pu.ru/content/view/101/55>.
4. Васильева С.В. Структурные и динамические особенности студенческого адаптационного синдрома: специальность 19.00.11 «Психология личности»: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Васильева Светлана Викторовна; Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена. – СПб, 2000.
5. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Прогресс, 2006.
6. Голубева М.Г. Психологические факторы преодоления кризисов профессионального становления юношей и девушек: специальность 19.00.13 «Психология развития, акмеология»: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Голубева Марина Герасимовна; Астраханский государственный университет. – Астрахань, 2006.
7. Григоренко Е.Ю. Психологическое благополучие студентов и определяющие его факторы // Проблемы развития территории. – 2009. – №4 (48).

8. Кабанченко Е.А., Холодкова О.Г. Психологическое благополучие в студенческом возрасте // Молодежный научный форум: Гуманитарные науки. Электронный сборник статей по материалам XLI студенческой международной заочной научно-практической конференции. – М.: «МЦНО», 2017. – № 1(40).
9. Воронина А.В. Проблема психического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа // Сибирский психологический журнал. – 2005. – № 3.
10. Братусь Б.С. Аномалии личности. – М.: Книга по Требованию, 2012.
11. Шамионов Р.М. Критерии субъективного благополучия личности: социокультурная детерминация // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2015. – Т.4. – № 3(15).
12. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3.
13. Павлоцкая Я.И. Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности: монография / Волгоград, Изд-во Волгоградского института управления-филиала РАНХиГС, 2016.
14. Худякова Т.Л., Клепач Ю.В., Бородовицына Т.О. Особенности развития Я-концепции студентов-психологов в процессе обучения в вузе // Вестник Воронежского государственного университета. – Серия: Проблемы высшего образования. – 2019. – № 3.

Borodovitsyna Tatyana Olegovna

Graduate student of the faculty of psychology and pedagogy, Voronezh, Russia

E-mail: tatyana.borodovitsyna2016@yandex.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3832-5922>

Features of psychological. well-being of students of various training profiles

Abstract. In order to strengthen one's own sanogenic potential, it is especially important for a person to experience well-being. With the disappearance of the feeling of internal satisfaction, there is tension, stiffness, body clamps, emotional stuck, the appearance of inconsistency in actions, a decrease in creativity and efficiency of functioning in non-standard life situations. There is a depletion of compensatory capabilities and a decrease in organismic resources, which leads to the emergence of certain psychosomatic disorders. One of the main tasks of the modern education system is to create conditions for the positive development of students in a dynamic and unpredictable world. The phenomenon of disadaptation of students is widespread in connection with the passage of a new life stage – the beginning of education in a higher school. The increase in information loads and the associated hypodynamia, the development of unusual methods and forms of training, the complication of the system of interpersonal relations, a sharp change in the regime of work and rest cause prolonged emotional stress, a feeling of anxiety. There are two main components in the psychological well-being of students:

- cognitive – goals, meanings, results achieved;
- emotional – experiences related to the implementation of goals, as well as their own behavior.

The results of the author's empirical study of the level of psychological well-being of students of various training profiles are presented. A lower level of psychological well-being was revealed among 1st year students-psychologists, which is reflected in their critical self-perception and unstable self-esteem. The main directions of work on psychological and pedagogical support of students are indicated. In increasing the activity and interest of students, the development of skills for their successful self-organization, the role of such factors as the personality of the teacher as an example to follow, the use of an interactive case study method, and the involvement of students in active research work was emphasized.

Keywords: psychological well-being; satisfaction; positive functioning; self-realization; professional development; self-acceptance; psychological health.