

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

2024, Том 12, № 3 / 2024, Vol. 12, Iss. 3 <https://mir-nauki.com/issue-3-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/81PSMN324.pdf>

DOI: 10.15862/81PSMN324 (<https://doi.org/10.15862/81PSMN324>)

5.3.7. Возрастная психология (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Шутова, Н. В. Особенности ощущения счастья у студентов-психологов разных специальностей / Н. В. Шутова, А. И. Палеха // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 3. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/81PSMN324.pdf> DOI: 10.15862/81PSMN324

For citation:

Shutova N.V., Palekha A.I. Features of the feeling of happiness among psychology students of different specialties. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(3): 81PSMN324. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/81PSMN324.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.) DOI: 10.15862/81PSMN324

УДК 159.9

Шутова Наталья Вадимовна

ФГАОУ ВО «Нижегородский государственный университет имени Н.И. Лобачевского», Нижний Новгород, Россия
Профессор кафедры «Общей и социальной психологии»
Доктор психологических наук, профессор
E-mail: shutovanataliavadimovna@mail.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1686-1732>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=485083

Палеха Анастасия Игоревна

ФГАОУ ВО «Нижегородский государственный университет имени Н.И. Лобачевского», Нижний Новгород, Россия
E-mail: lesovaya-2001@mail.ru

Особенности ощущения счастья у студентов-психологов разных специальностей

Аннотация. Данная статья посвящена проблеме ощущения счастья современных студентов-психологов. Теоретическим и эмпирическим исследованиям в рамках феномена «счастье» в настоящее время уделяется большое внимание. Сегодня перед психологической наукой стоит вопрос не только в теоретическом изучении психологии счастья, но прежде всего практический вопрос — как ощущение счастья влияет на полноту жизни, постановку целей, отношение с окружающими, принятие себя и своих способностей. В статье представлена хронология исследования феномена «счастье» со времен первого упоминания в научной литературе. Рассмотрены основные подходы к его толкованию в рамках зарубежной психологии. Представлена эволюция данного понятия в отечественной психологии. В ходе теоретического анализа заключается, что на сегодняшний день в пространстве научных исследований нет единого подхода к понятию «счастье», а также его составляющих.

Статья содержит результаты эмпирического исследования относительно уровня ощущения счастья у современных студентов-психологов разных специальностей (психологов служебной деятельности и клинических психологов). В эмпирическом исследовании приняли участие 85 студентов обучающихся на втором курсе. В ходе исследования было выявлено, что большинство студентов оценивают свой уровень счастья как средний. В целом они удовлетворены своей жизнью. При этом больше четверти студентов — клинических психологов имеют пониженный уровень счастья. Данные студенты не ощущают себя позитивно. Полученные в ходе статистического анализа результаты свидетельствуют о

значимых различиях в уровнях ощущения счастья у студентов-психологов разных специальностей.

Ключевые слова: счастье; ощущение счастья; ценность; отношение; осмысленность; оптимизм; студенты

Введение

Среди основных человеческих ценностей счастье занимает особую роль, так как выражает отношение человека к миру. За последние десятилетия, прошедшие с тех пор, как внедрение позитивной психологии стимулировало более широкие междисциплинарные исследования, интерес к исследованию феномена счастья в академических кругах, средствах массовой информации и государственной политике значительно вырос.

Счастье обычно определяют как «состояние благополучия, характеризующееся относительным постоянством, преимущественно приятными эмоциями, варьирующимися по значению от простого удовлетворения до глубокой и интенсивной радости жизни, а также естественным желанием ее продолжения» [1]. В соответствии с этим определением психологические исследования феномена счастья акцентируют внимание на долгосрочном эмоциональном состоянии субъективного благополучия человека и положительной оценке своей жизни. Другими словами, счастливый человек — это человек, который большую часть времени испытывает положительные эмоции и в целом удовлетворен своей жизнью.

Вопросы поиска счастья, его точного определения, выявления основных признаков и качественных показателей в настоящее время приобретают особую значимость. Данное понятие имеет множество определений и, соответственно, эмпирических подходов. Рассмотрим некоторые из них.

Исторически ситуация развивалась таким образом, что исследования счастья в психологии началось с его негативного полюса. Начиная с З. Фрейда, на протяжении нескольких десятилетий в работах ученых акцентировалось внимание на анализе и изучении отрицательных состояний человека и негативных эмоций, которые лежат в основе внутриличностных конфликтов.

В результате многолетних исследований были разработаны и предложены разные способы и специальные методы, позволяющие лечить невротические расстройства, разрешать противоречия между различными запросами и возможностями их удовлетворения, реализовать ранее неудовлетворенные желания и т. д. Несмотря на это, в течение долгого времени психологи не выделяли радость и счастье как отдельный предмет исследования, также не были изучены вопросы позитивных переживаний и положительных проявлений психики индивида.

Такой дисбаланс счастья и несчастья в исследовательской психологии отражает общую картину, сложившуюся в философии и науке в такой период времени, когда в обществе доминирующую позицию занимали пессимистические чувства и отрицательные эмоциональные состояния. В целом следует отметить, что развитие понятий счастья и несчастья происходило непараллельно, потому что в психологической науке интерес привлекали их разные составляющие. Так, явление несчастья было характерно не только для философии, но и для литературы, поэзии и искусства с XVIII века и до первой половины XX века. Только во второй половине XX века в психологической науке при изучении человеческих сторон жизни акцент с ее негативных составляющих смещается на положительные благодаря влиянию работ таких психологов в гуманистическом направлении, как А. Маслоу, Г. Олпорт, Э. Эриксон, К.Р. Роджерс, В. Франкл и др.

М.Ю. Миание отмечает, что «Развитие гуманистического направления в психологии способствовало появлению в мировой науке новых эмпирических и теоретических исследований, в рамках которых проводилось изучение и проблемы субъективного благополучия человека. Обращение к этой, первоначально широко сформулированной проблеме, включающей в себя не только понятие счастья, удовлетворенности жизнью, но и позитивно окрашенного самочувствия, положительной аффективности, психологического здоровья, моральности в значении стойкости духа и т. д., было в известной мере «обратной реакцией» на психоаналитическую ориентированность мировой психологической науки, в которой преобладающее внимание уделялось изучению негативных аспектов психической жизни людей» [2].

Следует констатировать, что история эмпирического изучения феномена счастья весьма непродолжительна. Большой вклад в этот процесс внесли американские исследователи. Дж. Уотсон одним из первых создаёт анкету, позволяющую выявлять источники счастья для личности. Заслугой Э.Л. Торндайка является то, что он выделил основные факторы позволяющие оценить насколько человек удовлетворён собственной жизнью. Разработка диагностических критериев ощущения счастья позволила перейти исследователям к организации массовых исследований данного феномена. В целом, мы можем отметить, несмотря на то, что счастье как психологическое явление изучается более полувека, его единого понимания в зарубежной психологии нет.

Относительно отечественных исследований мы можем говорить о дефиците теоретических и прикладных работ по проблеме счастья. С.Л. Рубинштейн — один из первых отечественных психологов, который начал изучать феномен счастья в русле проблемы бытия субъекта. Одна из наиболее важных идей концепции личности С.Л. Рубинштейна связана с категорией «отношения человека к жизни», которая включает в себя переживания чего-то лично значимого для индивида [3]. Автор отмечает, что ощущение счастья у человека может быть выражено в соотношении побуждения и результата деятельности. То есть, глубина ощущения счастья для индивида соотносится тем, что имеет отношение к системе ценностей, которые определяют внутренний мир человека.

Д.А. Леонтьев определяет счастье как эмоциональное (или аффективное) состояние (переживание), характеризующееся максимальной выраженностью положительной окраски [4]. Именно им была разработана двухуровневая модель счастья, содержащая в себе активные и пассивные элементы.

А.А. Кроник понимает счастье как переживание полноты бытия, которое сопровождает самореализацию. По его мнению, для достижения счастья человеку необходимо работать над усилением собственных возможностей и усилением значимости мира для других [5].

М. Чекола считает счастьем коллекцию приятных моментов и гармоничное удовлетворение желаний и целей [6]. Ф. Фельдман отмечает: «Мы можем сказать, что счастливы, если довольны собой, находимся в хорошем расположении духа, хорошем настроении, имеем приятные моменты» [7]. Л. Хэйброн понимает под дефиницией «счастье» не хорошее настроение, а психическое процветание [8].

В. Татаркевич, исследовавший феномен счастья, определил его как сложное нравственно-психологическое состояние человека, включающее в себя как объективный контекст, состоящий из позитивных событий в жизни, так и субъективный, к которому относятся приятные переживания. Счастье он представляет не как обладание благами, а как положительный баланс жизни, проявляющийся в преобладании добра над злом. Также ученый замечает, что счастье заключается в ощущении динамики жизни и желании достичь поставленной цели, а не в состоянии непрерывной радости.

В. Татаркевич разделяет счастье на две категории:

1. Счастье идеальное, к которому человек стремится.
2. Счастье реальное, каким он обладает.

Рассматривая структурные составляющие счастья И.А. Джидарьян, отмечает, что счастье включает в себя различные жизненные интересы, духовно-нравственные ориентации и имеет определенные корреляты в сознании [9].

Р.М. Шамионов к основным компонентам счастья относит работу, брак, жизнь и удовлетворенность собой. Он также отмечает, что ощущение счастья связано с теми сферами жизни, которые наиболее значимы и важны для личности [10].

Как можно видеть, в последние годы в отечественной психологии данный феномен активно изучается. Следует отметить, что запрос на изучение ощущения счастья у современных студентов связан с тем, что это активный период развития, когда происходит определение жизненных смыслов, личных целей, формирование определённых ценностей их переоценка. Мироощущение студентов оказывает огромное влияние на их жизнедеятельность и профессиональное становление.

Изложение основного материала статьи

Цель настоящего исследования: выявить особенности ощущения счастья у студентов разных специальностей.

Исследование проводилось на базе факультета социальных наук, ННГУ имени Н.И. Лобачевского В исследовании приняло участие 85 человек, среди них: студенты 2 курса обучающиеся по специальности «Психология служебной деятельности» — 40 человек и специальности «Клиническая психология» — 45 человек.

В качестве диагностического инструментария был использован «Обновленный Оксфордский опросник счастья», автор М. Аргайл.

Обратимся к полученным результатам.

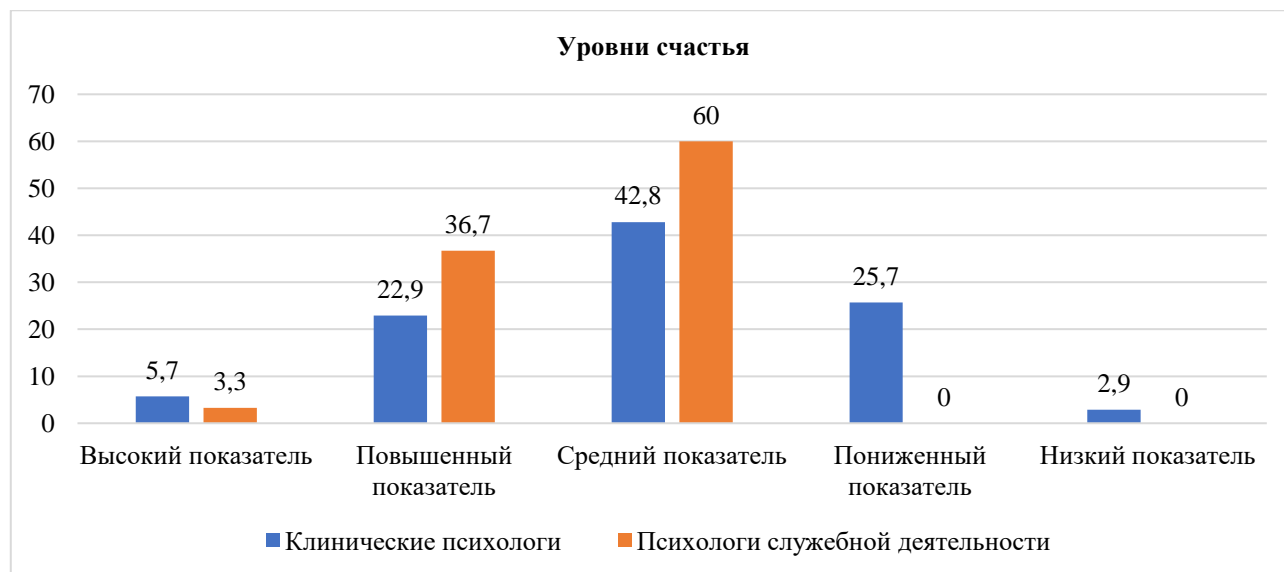


Рисунок 1. Особенности ощущения счастья у студентов разных специальностей (составлено автором)

Итак, мы видим, что 60 % студентов-психологов служебной деятельности и 42,8 % студентов-клинических психологов оценивают свой уровень счастья как средний. Данные студенты в целом удовлетворены своей жизнью. С их точки зрения их жизнь достаточно осмысленна, в ней преобладают положительные эмоции над отрицательными, они ощущают себя счастливыми, но не в полной мере. Для полноты этого ощущения им чего-то не хватает.

Повышенный уровень присущ 36,7 % студентам-психологам служебной деятельности и 22,9 % студентам-клиническим психологам. Вероятно, эти студенты в большей степени активны и жизнерадостны, стремятся воплотить свои цели на будущее.

Высоким уровнем обладают лишь 3,3 % студентов-психологов служебной деятельности и 5,7 % студентов-клинических психологов. Эти студенты испытывают состояние наивысшей удовлетворённости условиями своего существования, удовлетворены собой, позитивно относятся к окружающим и положительно оценивают себя и собственные способности.

Пониженный уровень был выявлен у четверти (25,7 %) студентов-клинических психологов, что может быть обусловлено неблагоприятными жизненными обстоятельствами, личностными особенностями, которые не дают индивиду в полной мере ощущать себя позитивно.

Среди студентов -клинических психологов (2,9 %) оценивают свой уровень счастья как низкий. Для данных студентов характерно негативное отношение к окружающим, отрицательное оценивание себя и своих способностей, пессимистическое прогнозирование жизни. Данный уровень у психологов служебной деятельности выявлен не был. Для проверки различий в уровнях счастья у студентов разных специальностей мы использовали t-критерий Стьюдента, расчеты которого проводились в программе SPSS Statistic. Данные представлены в таблице 1, составленной автором.

Таблица 1

Различия в ощущении счастья у студентов разных специальностей, N = 65

	Критерий равенства дисперсий Ливиня		t-критерий равенства средних						
	F	Знч.	t	ст. св.	Значимость (2-сторонняя)	Разность средних	Стд. ошибка разности	95 % доверительный интервал разности средних	
								нижняя граница	верхняя граница
Знач	1,811	0,189	-2,061	29	0,048	-13,0756	6,3456	-26,0539	-0,0973
			-2,150	27,418	0,041	-13,0756	6,0815	-25,5450	-0,6063

При проведении расчетов мы выявили, что фактическое значение t-критерия Стьюдента меньше критического значения ($p < 0,05$). Это говорит о том, что наша гипотеза о наличии различий в уровнях ощущения счастья подтвердилась.

Таким образом, в ходе эмпирического исследования были выявлены статистически значимые различия по уровням счастья у студентов — психологов разных специальностей.

Выводы

1. Счастье — это феномен, связанный с миром ценностных отношений и приоритетов, верований и представлений о высшем и желанном. Анализ проблемы счастья в отечественной психологии показывает, что единой точки зрения на трактовку понятия и его структуры в настоящее время не существует.

Счастье является индивидуальным для каждого. Для кого-то это удовлетворенность жизнью, положительные эмоции, наличие работы, отношений, достижение целей.

2. Ощущение счастья у современных студентов является осознаваемой составляющей психологического благополучия, образом своей жизни и места в ней. Высокий уровень субъективного благополучия выражает позитивное отношение человека к своей личности и к жизни, а также характеризуется самопринятием, ощущением удовлетворенности и счастья.

3. Результаты исследования показали, что студенты уже в начале своего профессионального пути, вне зависимости от направления подготовки, достаточно высоко оценивают свой уровень счастья. Они верят в свои силы, строят планы на жизнь и ставят себе цели на будущее. Их отличает ответственность, исполнительность, а также открытость к новому опыту.

4. Существует специфика показателей счастья у студентов разных специальностей. Так, студенты-психологи служебной деятельности, в отличие от студентов-клинических психологов не обладают пониженным и низким уровнем счастья, что выражается в более высокой степени их удовлетворенности жизнью и собой, осознанием целей своего развития.

5. Изучение феномена счастья у студентов-психологов разных специальностей представляет не только научный интерес, но и имеет большую практическую значимость для их будущей карьеры.

Своевременное выявление специфики субъективного благополучия студентов разных специальностей может способствовать планированию перспектив и составлению плана психолого-педагогического сопровождения на всех этапах их обучения с целью повышения уровня психологического благополучия в образовательной среде высших и средних специальных образовательных учреждений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Gove, P.B. Webster's Third New International Dictionary of the English Language. Unabridged Riverside Press, 1961. Available at: https://archive.org/details/webstersthirdnew0000phil_10b1/page/n11/mode/2up (Accessed 21.05.2024).
2. Миание, М.Ю. Счастье. // Миание М.Ю., Потемкина А.Г. — 2014 г., 236 с.
3. Рубинштейн, С.Л. Человек и мир // Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика. — 1976. — С. 225–385.
4. Леонтьев, Д.А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены — 2020 — № 1. С. 14–37.
5. Уланова, В.А. Подходы к пониманию счастья в философии и психологии // Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. — 2017. — № 4. — С. 86–92.
6. Chekola, M. "Happiness" and Economics. The Proceedings of the Twenty-First World Congress of Philosophy, 2007. Available at: <https://philpapers.org/rec/CHEHAE> (Accessed 20.05.2024).
7. Feldman, F. Whole Life Satisfaction Concepts of Happiness. University of Massachusetts at Amherst, 2006. Available at: <https://philpapers.org/rec/FELWLS> (Accessed 20.05.2024).

8. Haybron, D. Happiness, the Self and Human Flourishing. Cambridge University Press, 2008. Available at: <https://www.cambridge.org/core/journals/utilitas/article/abs/happiness-the-self-and-human-flourishing/99F92E05A17F18C00CAE412FC6ED12D1> (Accessed 17.05.2024).
9. Джидарьян, И.А. Психология счастья и оптимизма / И.А. Джидарьян. М: Институт психологии РАН, 2013. 268 с.
10. Шамионов, Р.М. Психология субъективного благополучия личности / Р.М. Шамионов. — Саратов.: Слово, 2004. — 308 с.
11. Булкина, Н.А. О феномене счастья: обзор зарубежных и отечественных исследований // Мир науки. Педагогика и психология- 2020-№ 5, URL: <https://mir-nauki.com/PDF/26PSMN520.pdf>.
12. Джидарьян И.А. Проблема счастья в русском менталитете / И.А. Джидарьян // Сознание личности в кризисном обществе / И.А. Джидарьян. — М., 1995. — С. 34–48.
13. Леонтьев Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // Сибирский психологический журнал. 2016b. № 4(62). С. 18–37.
14. Шамсетдинова А.П. Социальный образ счастья и проблема его идентификации в философских учениях древнего мира / А.П. Шамсетдинова // Философская мысль и философское образование в Республике Башкортостан: история и современность. Уфа: РИЦБашГУ, 2008 С. 137–143.
15. Шутова, Н.В. Психологическое благополучие как составляющая функциональной грамотности студентов — будущих педагогов / Н.В. Шутова, О.Р. Жерновая, М.В. Архипова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2021. — Т 9. — № 2. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/26PSMN221.pdf> (дата обращения: 27.05.2024).

Shutova Natalia Vadimovna

National Research Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod, Nizhny Novgorod, Russia
E-mail: shutovanataliavadimovna@mail.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1686-1732>
RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=485083

Palekha Anastasia Igorevna

National Research Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod, Nizhny Novgorod, Russia
E-mail: lesovaya-2001@mail.ru

Features of the feeling of happiness among psychology students of different specialties.

Abstract. This article is devoted to the problem of feeling of happiness in modern psychology students. The article analyzes the main approaches to the concept of «happiness» in foreign and domestic psychology. This phenomenon is considered as a value attitude of a person to the world. The conclusion is made concerning the insufficiency of development of this problem in theoretical and experimental research in domestic and foreign psychology. The article contains the results of the empirical research conducted by the authors concerning the level of feeling of happiness in modern students of service psychologists and students of clinical psychologists. To test the differences in the indicator of happiness in students of different specialties, the authors used Student's t-criterion, the calculations of which were carried out by means of statistical calculation with the help of the electronic program SPSS Statistic. The obtained results allow us to talk about the peculiarities of the feeling of happiness in students of different specialties. The presented information may be of interest to psychologists-practitioners of the sphere of education.

Theoretical significance. The results of the study expand the area of existing theoretical ideas about the subjective feeling of happiness in students of different specialties.

Practical significance. The obtained results can be used to study the psychological well-being of the student's personality by teachers and psychologists of general educational institutions, as well as in the preparation of scientific and methodological materials on working with students of different specialties, in the reading of relevant courses in higher and secondary educational institutions and at the departments of advanced training of workers from the field of education.

Keywords: happiness; feeling of happiness; value; attitude; meaningfulness; optimism; students