

УДК 159.922.8

## ВЗАИМОСВЯЗЬ ДОСТОИНСТВ ХАРАКТЕРА СТУДЕНТОВ С ПОКАЗАТЕЛЯМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

С. А. Водяха

*Уральский государственный педагогический университет (г. Екатеринбург)*

Поступила в редакцию 27 февраля 2014 г.

**Аннотация:** согласно результатам исследования основу психологического благополучия современных студентов составляют жизнерадостность и лидерство. Саморегуляция наименее связана с положительными эмоциями, позитивными отношениями и осмысленностью жизни, психологическим благополучием.

**Ключевые слова:** достоинства характера, психологическое благополучие.

**Abstract:** According to the research, cheerfulness as strengths of character and leadership are psychological well-being of modern students. Self-regulation is the least related to positive emotions, positive relationships and meaningful life, psychological well-being.

**Key words:** strengths of character, psychological well-being.

Интерес к удовлетворенности жизнью и полноценному функционированию возрастает, и поэтому исследование путей достижения и развития этих состояний имеет перспективу. В то же время предотвращение развития психологических расстройств является важным шагом к достижению благополучия. Проблема предотвращения важна в положительной психологии, следовательно, личностные достоинства могут выступить буфером против психического заболевания, а также помочь достичь большей эффективности.

К. Питерсон и М. Селигман определяют достоинства как психологические компоненты, т.е. процессы или механизмы, которые определяют нравственную оценку добродетелей [1]. А. Линли определяет достоинства как эволюционно адаптивные биологические предпосылки, проявляющиеся через нервные паттерны, присущие человеческому существу естественные ресурсы, обеспечивающие возможности психологического роста. В 2004 г. Питерсон и Селигман создали новую систему классификации психологических свойств личности: достоинств и добродетелей. Эта система не пытается полностью заменить систему классификации психических расстройств DSM-IV. Скорее всего, она лишь дополняет его. Объединение двух областей знания будет способствовать более точному пониманию человеческой сущности [2].

Классификация достоинств VIA, расширяющая понимание здоровой личности, является

антитезой системы DSM. Селигман и Питерсон обращают внимание на то, что мы имеем достаточно дифференцированную систему понятий относительно негативной стороны психологии, в то время как эквивалентной терминологии для описания личностных достоинств недостаточно: «Мы основываем новую психологию личностных качеств, распознаваемых как индивидуальные различия, которые стабильны и генерализованы, но в то же время создают условия для формирования индивидуальности и способности к изменениям» [1, р. 5].

Селигман и Питерсон пришли к выводу, что базовыми компонентами характера являются добродетели – основные характеристики личности, выделенные этиками, теологами и доминирующими в обыденном сознании моральными представлениями, а также достоинства характера – психологические процессы и механизмы, определяющие добродетели и ситуативные черты – специфические условия, в которых человек проявляет свои достоинства.

Селигман утверждал, что достоинства, которые идентифицируются в VIA-IS, являются довольно устойчивыми чертами, их можно совершенствовать и развивать. Это утверждение относится к дискуссиям о приоритете в формировании личности генотипа или фенотипа. Хотя большинство современных психологов и исследователей имеют тенденцию соглашаться, что и природа, и воспитание играют равнозначную роль в развитии личности, большинство исследований со-

средоточилось на роли природы и воспитания в психическом отклонении. Знание биологических основ не дает возможности выяснить, играет ли генотип существенную роль в развитии позитивного психологического здоровья.

Некоторые достоинства более связаны с психологическим благополучием, чем другие. Достоинства сердечности, такие как интерес, благодарность, надежда и любовь, сильнее связаны с удовлетворенностью жизнью, чем познавательные достоинства, такие как восприятие красоты, креативность, рассудительность или любовь учиться. Среди всех достоинств у скромности была самая слабая корреляция с психологическим благополучием [3]. В исследовании Д. Милькович и М. Риявец были получены сходные результаты. Надежда, живучесть, благодарность, юмор, любовь/близость и любопытство обнаружили наиболее достоверные корреляции с психологическим благополучием. В то время как самые низкие корреляции были найдены для благоразумия, скромности, критичности, справедливости и любви к учению [4].

Самые высокие корреляции были найдены с интересом, надеждой, благодарностью и любознательностью [там же].

Другие исследования показали подобные результаты. Например, Н. Парк обнаружил самые высокие корреляции между удовлетворенностью жизнью и достоинствами надежды, интереса, благодарности, любви и любознательности. Достоинствами, наиболее достоверно коррелирующими с удовлетворенностью жизни, в швейцарской выборке были интерес, надежда, любовь, любопытство и настойчивость; в американской выборке – интерес, надежда, любовь, благодарность и любознательность [3]. Можно предположить, что высокая корреляция между благодарностью и удовлетворенностью жизнью проистекает из удовлетворенности прошлым и приятными событиями жизни. Точно так же, но с различными временными перспективами, может быть объяснена положительная взаимосвязь надежды и удовлетворенности жизнью с ожиданиями положительных результатов в будущем.

Когда у человека проявляется физическое заболевание, удовлетворенность жизнью снижается в меньшей степени, если высоко выражены такие достоинства характера, как храбрость, доброта и чувство юмора [5]. Когда у человека наблюдаются психологические расстройства, проявляется меньшее снижение удовлетворенностью жизнью, если высоки оценки восприятия красоты и гармонии и любви к учению [1]. Достоинства «сердца» (например, любовь, благодарность) более тесно связаны с благополучием, чем достоинства «го-

ловы» (например, креативность, непредубежденность и восприятие красоты и гармонии) [4].

В исследовании принимали участие 98 студентов УрГПУ возрастом от 18 до 26 лет.

Для исследования достоинств характера личности использовался опросник личностных достоинств (ОЛД), а для исследования психологического благополучия – опросник психологического благополучия (ОПБ). ОЛД содержит 24 шкалы, по 7 пунктов на каждую. Общее количество утверждений, составляющих опросник, – 168. Испытуемый должен оценить степень своего согласия в соответствии с модифицированной шкалой Лайкерта. Модификация шкалы Лайкерта состоит в исключении варианта ответа «ни да, ни нет», ориентирующий респондента на неопределенные ответы, во избежание ответственности за право признания или отвержения у себя определенного поведенческого проявления. Модифицированная шкала Лайкерта представляет собой градуированную самооценку в диапазоне от «никогда» до «всегда». Предварительная стандартизация методики и вычисление надежности шкал осуществлялись на выборке 116 студентов института психологии УрГПУ в возрасте от 18 до 46 лет.

ОПБ разработан в 2013 г. на основе концепции «благополучия» М. Селигмана. Опросник содержит 5 шкал, по 12 пунктов на каждую. Общее количество утверждений, составляющих опросник, – 70. Испытуемый должен оценить степень своего согласия в соответствии с модифицированной шкалой Лайкерта. Предварительная стандартизация методики и вычисление надежности шкал осуществлялась на выборке 86 студентов института психологии УрГПУ в возрасте от 18 до 22 лет (таблица).

На основе анализа представленной таблицы можно заключить, что позитивные эмоции наиболее тесно связаны с любовью ( $r = 0,77$ ), лидерством ( $r = 0,76$ ), добротой ( $r = 0,74$ ), справедливостью ( $r = 0,69$ ), гражданственностью ( $r = 0,68$ ), жизнерадостностью ( $r = 0,67$ ), постоянством ( $r = 0,65$ ), надеждой ( $r = 0,64$ ) и креативностью ( $r = 0,62$ ). Также тесно коррелируют с положительными эмоциями милосердие ( $r = 0,55$ ), любознательность ( $r = 0,51$ ) и благодарность ( $r = 0,42$ ). Интересен тот факт, что такие достоинства, как мудрость, храбрость, смирение, благоразумие, саморегуляция и духовность мало связаны с позитивной эмоциональностью современных студентов.

Мотивационная вовлеченность наиболее тесно связана со следующими достоинствами личности: креативность ( $r = 0,61$ ), жизнерадостность ( $r = 0,54$ ), юмор ( $r = 0,52$ ) благодарность ( $r = 0,50$ ); и достаточно тесно: милосердие ( $r = 0,44$ ), непреду-

Корреляционные связи между показателями психологического благополучия и достоинствами характера студентов

| Достоинство        | Положительные эмоции | Вовлеченность | Позитивные отношения | Осмысленность жизни | Позитивные достижения |
|--------------------|----------------------|---------------|----------------------|---------------------|-----------------------|
| Креативность       | 0,62                 | 0,61          | 0,47                 | 0,54                | 0,37                  |
| Любознательность   | 0,51                 | 0,41          | 0,21                 | 0,47                | 0,34                  |
| Непредубежденность | 0,35                 | 0,44          | 0,22                 | 0,50                | 0,59                  |
| Любовь к учению    | 0,26                 | 0,41          | 0,12                 | 0,20                | 0,36                  |
| Мудрость           | 0,06                 | 0,22          | 0,03                 | 0,30                | 0,30                  |
| Храбрость          | 0,15                 | 0,27          | -0,09                | 0,16                | 0,28                  |
| Постоянство        | 0,65                 | 0,40          | 0,50                 | 0,47                | 0,60                  |
| Целостность        | 0,43                 | -0,03         | 0,49                 | 0,26                | 0,19                  |
| Жизнерадостность   | 0,67                 | 0,54          | 0,55                 | 0,53                | 0,61                  |
| Любовь             | 0,77                 | 0,27          | 0,66                 | 0,43                | 0,50                  |
| Доброта            | 0,74                 | 0,22          | 0,82                 | 0,34                | 0,20                  |
| Соц. интеллект     | 0,63                 | 0,21          | 0,61                 | 0,34                | 0,40                  |
| Гражданственность  | 0,68                 | 0,32          | 0,75                 | 0,39                | 0,32                  |
| Справедливость     | 0,69                 | 0,38          | 0,65                 | 0,61                | 0,51                  |
| Лидерство          | 0,76                 | 0,42          | 0,70                 | 0,59                | 0,45                  |
| Милосердие         | 0,55                 | 0,44          | 0,59                 | 0,45                | 0,25                  |
| Смирение           | 0,07                 | 0,25          | 0,05                 | -0,02               | -0,19                 |
| Благодарность      | 0,02                 | 0,25          | -0,05                | 0,18                | 0,20                  |
| Саморегуляция      | 0,08                 | 0,34          | 0,09                 | 0,24                | 0,11                  |
| Совершенство       | 0,36                 | 0,27          | 0,33                 | 0,17                | 0,32                  |
| Благодарность      | 0,42                 | 0,50          | 0,42                 | 0,40                | 0,34                  |
| Надежда            | 0,64                 | 0,36          | 0,49                 | 0,59                | 0,48                  |
| Юмор               | 0,31                 | 0,52          | 0,14                 | 0,50                | 0,37                  |
| Духовность         | 0,13                 | 0,19          | 0,17                 | 0,26                | 0,09                  |

бежденность ( $r = 0,44$ ), лидерство ( $r = 0,42$ ), любознательность ( $r = 0,41$ ), любовь к учению ( $r = 0,41$ ), постоянство ( $r = 0,40$ ).

Позитивные межличностные отношения имеют тесные связи с такими личностными достоинствами, как доброта ( $r = 0,82$ ), гражданственность ( $r = 0,75$ ), лидерство ( $r = 0,70$ ), любовь ( $r = 0,66$ ), справедливость ( $r = 0,65$ ), социальный интеллект ( $r = 0,65$ ); а положительно связаны: с милосердием ( $r = 0,59$ ), жизнерадостностью ( $r = 0,55$ ), постоянством ( $r = 0,50$ ), целостностью ( $r = 0,49$ ), надеждой ( $r = 0,49$ ), креативностью ( $r = 0,47$ ) и благодарностью ( $r = 0,47$ ). Интересным является тот факт, что единственным интеллектуальным фактором, связанным с тесными межличностными отношениями, является креативность.

Анализируя таблицу, можно сделать вывод, что уровень осмысленности жизни связан в первую очередь с верой в справедливость ( $r = 0,61$ ),

лидерством ( $r = 0,59$ ), надеждой на будущее ( $r = 0,59$ ), креативностью ( $r = 0,54$ ), жизнерадостностью ( $r = 0,53$ ), непредубежденностью ( $r = 0,50$ ) и юмором ( $r = 0,50$ ). Немаловажны для формирования смысловой сферы личности также любознательность ( $r = 0,47$ ), постоянство ( $r = 0,47$ ), милосердие ( $r = 0,45$ ), любовь ( $r = 0,43$ ) и благодарность ( $r = 0,43$ ).

Позитивная самореализация тесно связана с такими достоинствами личности, как жизнерадостность ( $r = 0,61$ ), постоянство ( $r = 0,60$ ), непредубежденность ( $r = 0,59$ ), справедливость ( $r = 0,59$ ), любовь ( $r = 0,50$ ), надежда ( $r = 0,48$ ), лидерство ( $r = 0,45$ ) и социальный интеллект ( $r = 0,40$ ).

Согласно результатам исследования, благодарность, смирение, духовность, мудрость, стремление к совершенству, саморегуляция и храбрость были меньше всего связаны с психологическим благополучием. Это же касается юношеского

возраста соответствует предыдущим исследованиям (Peterson, 2007). Благоразумие и саморегуляция обычно увеличиваются с возрастом, что приводит к повышению психологического благополучия, а респонденты были довольно молоды. В их возрасте быть благоразумным часто означает утрату интереса к ценности жизни. Преимущества благоразумия и духовности могут стать очевидными на более поздних этапах жизни.

Возможно, для того чтобы скромность была связана с психологическим благополучием, человек должен испытать некоторый опыт неудач или жизненных потерь. Так как участники исследования были довольно молоды, то скорее всего у них еще не происходило событий, которые могли способствовать такому отношению к жизни.

Взаимосвязь между любознательностью и положительными эмоциями может быть объяснена удовлетворением основных психологических потребностей. Врожденные потребности быть компетентным и автономным проявляются в любознательности и интересе. Удовлетворение этих потребностей связано с возрастанием благополучия.

Согласно Б. Брдр, П. Анич, и М. Риявец, интерес тесно связан с психологическим благополучием потому, что энтузиасты являются восторженными, жизнелюбивыми и полными энергии, поэтому трудно и предположить, чем они могут быть недовольны.

Сила любви проявляется в близких отношениях с другими. Наличие хороших, удовлетворяющих межличностных отношений – одна из основных переменных, которые дифференцируют счастливых и несчастных людей. Таким образом, неудиви-

тельно, что была обнаружена сильная корреляция между положительными эмоциями, позитивными отношениями, осмысленностью жизни, позитивными достижениями и достоинством любви.

На основании вышеизложенного можно сделать следующие выводы:

- 1) жизнерадостность является основой психологического благополучия;
- 2) лидерство положительно связано с положительными эмоциями, позитивными отношениями и осмысленностью жизни;
- 3) саморегуляция наименее обусловлена психологическим благополучием.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Peterson C. Character Strengths and Virtues : A Handbook and Classification / C. Peterson and M. Seligman. – N.Y. : Oxford University Press, 2004.
2. Snyder C. Positive Psychology : The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths / C. Snyder and S. Lopez. – Thousand Oaks. CA : Sage Publications, 2007.
3. Oishi S. Progressive Taxation and the subjective well-being of nations / S Oishi., U. Schimmack & E. Diener // Psychological Science. – 2012. – № 23. – P. 86–92.
4. Carr A. Positive Psychology : the Science of Happiness and Human Strengths / A. Carr. – Hove : 2004. Brunner-Routledge.
5. Park N. Peterson and M. Seligman. Strengths of character and wellbeing: a closer look at hope and modesty / N. Park, C. Peterson and M. Seligman. // Journal of Social and Clinical Psychology. – 2004. – № 23(5). – P. 628–634.

*Уральский государственный педагогический университет (г. Екатеринбург)*

*Водяха С. А., кандидат психологических наук,  
доцент кафедры психологии образования  
Тел.: 8 (343) 334-12-59*

*Ural State Pedagogical University (Ekaterinburg)*

*Vodyakha S. A., Candidate of Psychological Sciences,  
Associate Professor of the Psychology of Education Department  
Tel.: 8 (343) 334-12-59*