

УДК 159.9:37

ВЗАИМОСВЯЗЬ СЧАСТЬЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ-ЗАОЧНИКОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ «ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ»

Т. И. Богачева, С. В. Сарычев

Курский государственный университет

Поступила в редакцию 1 марта 2024 г.

Аннотация: в статье представлены психологические основы изучения феномена счастья, проанализированы различные подходы в определении его содержания и структуры. Изложены результаты эмпирического исследования взаимосвязи счастья и психологических особенностей личности студентов-заочников педагогических направлений подготовки. Установлено, что переживание счастья у них положительно коррелирует с показателями их удовлетворенности жизнью, социабельности и диспозиционного оптимизма.

Ключевые слова: счастье, удовлетворенность жизнью, оптимизм, социабельность, студенты-заочники.

Abstract: the article presents the psychological foundations for studying the phenomenon of happiness and analyzes various approaches to determining its content and structure. The results of an empirical study of the relationship between happiness and the psychological characteristics of the personality of part-time students of pedagogical specialties are presented. It has been established that the experience of happiness among the study subjects is positively correlated with indicators of their life satisfaction, sociability and dispositional optimism.

Key words: happiness, life satisfaction, optimism, sociability, part-time students.

В условиях геополитической нестабильности и экономических трудностей российского общества особое внимание психологов-исследователей обращено к проблеме благополучия и счастья граждан. Такой интерес научного сообщества обусловлен, прежде всего, ее практической значимостью, так как от степени переживания человеком счастья зависит эффективность его профессиональной деятельности, межличностные отношения в семье и трудовом коллективе, качество жизни в целом.

Проблема счастья активно разрабатывалась и отечественными, и зарубежными исследователями (С. Л. Рубинштейн, И. А. Джидарьян, Е. П. Ильин, Р. М. Шамионов [1–4]; М. Аргайл, К. Изард, А. Маслоу, М. Селигман и др. [5–8 и др.]). На данный момент наиболее востребованной среди психологов считается теория счастья М. Аргайла. В его работах счастье понимается как переживание человеком состояния удовлетворенности жизнью и как общая оценка человеком сво-

ей жизни, когда ведущее значение имеет частота и интенсивность положительных эмоций. В структуру счастья М. Аргайл включил три компонента: удовлетворенность жизнью, положительные и негативные эмоции. По мнению автора, удовлетворенность жизнью в значительной степени зависит от состояния здоровья человека, характера социальных связей, степени удовлетворенности профессиональной деятельностью, личностных качеств, наличия свободного времени для хобби, а также частоты положительных эмоций. Как считает М. Аргайл, эмоции существенным образом влияют на переживание человеком счастья. Причем положительные эмоции, в большинстве случаев, возникают в процессе социальной деятельности и при выполнении физических упражнений [5 и др.].

М. Селигманом были выделены две теории счастья. Гедонистическая теория предполагает, что феномен счастья основан на стремлении человека переживать больше удовольствия и меньше боли. Эвдемонистическая теория получила большее признание у психологов, в ее рамках счастье – это результат реализованных челове-

ком стремлений, осуществления поставленных целей, способность самостоятельно решать задачи, приобретать новый жизненный опыт, личностно развиваться [2].

М. Селигман также является автором понятия «субъективное благополучие», которое он рассматривал как синоним счастья. По его мнению, благополучие – это многофакторный психологический феномен, индивидуальный для каждого человека. Сочетание факторов благополучия динамично, зачастую оно меняется в течение жизни человека [8].

К проблеме человеческого счастья в своих трудах обращался А. Маслоу, который считал, что обретение человеком счастья связано со степенью реализации его внутреннего потенциала и обусловлено стремлением к самоактуализации [7 и др.].

Появление отечественных психологических теорий счастья связано со взглядами С. Л. Рубинштейна. Он не выделял феномен счастья как отдельную проблему своих исследований, но некоторые аспекты, относящиеся к психологии счастья, были им раскрыты. Так, ученый считал, что поведение человека в большей мере обусловлено взаимосвязью между побуждением и результатом его деятельности, а не стремлением к получению удовольствия. Обозначенная взаимосвязь, по мнению автора, определяет переживание человеком счастья, сила которого зависит от системы его ценностей [1].

Достаточно часто российские психологи рассматривают счастье в тесной связи с субъективным благополучием личности. Так, Р. М. Шамионов на основе глубокого анализа этой проблемы пришел к выводу о том, что субъективное благополучие – это «эмоционально-оценочное отношение человека к своей жизни, своей личности, взаимоотношениям с другими и процессам, имеющим важное для него значение с точки зрения усвоенных нормативно-ценностных и смысловых представлений о “благополучной” внешней и внутренней среде, выражающееся в удовлетворенности ею, ощущении счастья» [4, с. 77].

В Большом психологическом словаре под редакцией Б. Г. Мещерякова и В. П. Зинченко счастье рассматривается как удовлетворенность, т.е. субъективная оценка человеком качеств различных объектов, условий жизнедеятельности и жизни в целом, а также отношений с людьми и с самим собой. Счастье в таком понимании – это высокая степень удовлетворенности жизнью [9]. Эта точка зрения получила широкое признание у психологов.

Несмотря на достаточно большое число исследований, касающихся феномена счастья, на данный момент не в полной мере изучен вопрос о связи психологических особенностей личности с переживанием ею счастья. С учетом сказанного цель настоящего исследования заключалась в изучении взаимосвязи счастья и психологических особенностей личности студентов-заочников педагогического направления подготовки.

В выборку исследования вошли студенты ФГБОУ ВО «Курский государственный университет» заочной формы обучения, обучающиеся на 1–3 курсах по направлению бакалавриата «Педагогическое образование». Общий объем выборки составил 112 человек, среди которых 22,3 % – представители мужского пола и 77,7 % – женского. В исследовании были использованы методика «Оксфордский опросник счастья» М. Аргайла, методика диагностики социабельности личности (Т. И. Богачева), тест «Индекс жизненной удовлетворенности» (адаптация Н. В. Паниной), тест диспозиционного оптимизма (адаптация Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева, Е. Н. Осина). Статистическая обработка эмпирических данных предполагала применение критерия ранговой корреляции r_s Спирмена и U-критерия Манна – Уитни. Для расчета критериев была использована компьютерная программа Statistica v. 23 фирмы Statsoft.

Сначала проанализируем результаты исследования уровня счастья студентов-заочников в зависимости от их пола. Они представлены в табл. 1.

Таблица 1

Распределение испытуемых в зависимости от их уровня счастья (в % от выборки)

Уровень счастья	Общие показатели	Представители женского пола	Представители мужского пола
Низкий	–	–	–
Пониженный	6,5	4,7	8,3
Средний	68,5	61,9	75,1
Высокий	25,0	33,4	16,6

Как следует из табл. 1, у большинства студентов-заочников (68,5 %) выявлен средний уровень счастья. При этом каждый четвертый (25,0 %) характеризуется высоким уровнем и лишь небольшое количество испытуемых (6,5 %) – пониженным. Немаловажно отметить, что среди студентов педагогических направлений подготовки не было выявлено лиц с низким уровнем счастья, что свидетельствует о том, что педагогической деятельностью не занимаются «несчастливые» люди.

Анализ полученных результатов с учетом пола студентов показывает, что доля респондентов со средним уровнем счастья доминирует как в женской (75,1 %), так и в мужской (61,9 %) группах. Такие результаты позволяют утверждать, что студенты-заочники педагогических направлений подготовки считают себя достаточно счастливыми, но в то же время определенные жизненные трудности вызывают у них негативные эмоции и переживание несчастья. Отметим также и тот факт, что среди студентов женского пола высокий уровень счастья имеет большую частоту представленности по сравнению с лицами мужского пола (33,4 и 16,6 % соответственно). Это может выступать свидетельством того, что педагогическая деятельность вызывает переживание полного счастья у большего числа респондентов-женщин, чем у мужчин.

Статистический анализ с применением U-критерия Манна – Уитни выявил наличие статистически значимых отличий в показателях счастья у студентов и студенток ($U = 4137$, $p \leq 0,01$). Это позволяет сделать вывод о том, что степень переживания счастья студентами-заочниками, обучающимися по направлению подготовки «Педагогическое образование», обусловлена их полом. Таким образом, согласно результатам исследования, студенты-заочники женского пола ощущают себя более счастливыми, чем студенты мужского пола, что можно связать с особенностями их профессиональной деятельности. По всей видимости, педагогическая деятельность способствует удовлетворению в большей мере потребностей женского пола.

Теперь рассмотрим результаты исследования психологических особенностей личности студентов-заочников, обучающихся по направлению подготовки «Педагогическое образование». В качестве эмпирических референтов выступили удовлетворенность жизнью, социабельность и уровень оптимизма. Обозначенные референты были выделены нами в качестве наиболее значимых для испытуемых, так как они в значительной мере влияют на систему их межличностных

отношений, а также на эффективность профессиональной деятельности, что, согласно гипотезе, находит отражение в уровне выраженности показателей счастья.

Результаты исследования дают основание констатировать, что среди респондентов доминирует средний уровень удовлетворенности жизнью (38,2 %). В то же время высокий ее уровень выявлен у 33,3 %, а низкий характерен почти для трети испытуемых (28,5 %). На основании этих данных можно заключить, что большинство студентов-заочников, принимавших участие в исследовании, положительно оценивают свою жизнь и ее результаты.

Вторым эмпирическим референтом выступила социабельность. Обратим внимание, что социабельность – это свойство личности, отражающее особенности ее взаимодействия с социальной средой и проявляющееся в эмоциональной устойчивости, способности адаптироваться к новым социальным условиям жизнедеятельности, а также способности адекватно понимать суждения и действия других людей [10]. Отметим, что у студентов-заочников, обучающихся по направлению подготовки «Педагогическое образование», преобладает высокий уровень развития социабельности (57,2 %). При этом уровень выше среднего свойствен 38,1 % опрошенных, а средний уровень имеют 4,7 %. Немаловажно, что низкий уровень анализируемого референта выявлен не был. В связи с этим можно утверждать, что респонденты не испытывают серьезных трудностей как в процессе социальной адаптации, так и в ходе межличностного взаимодействия.

Изучение диспозиционного оптимизма, который мы понимаем как личностную характеристику, отражающую позитивные ожидания человека в отношении своего будущего, свидетельствует о преобладании у испытуемых среднего его уровня (59,6 %). Достаточно широкую представленность в выборке имеет высокий уровень этого референта: им обладают 29,2 % обучающихся. Примечательно, что низкий уровень присущ лишь 11,2 % испытуемых. Как мы видим, большинство студентов-заочников, обучающихся по направлению подготовки «Педагогическое образование», обладают средним уровнем диспозиционного оптимизма, что дает основание заключить, что у них преобладают позитивные ожидания в отношении своего будущего.

Для установления связи между показателями счастья испытуемых и их психологическими особенностями нами был осуществлен корреляционный анализ. Его результаты отражены в табл. 2.

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа психологических особенностей и показателей счастья студентов-заочников педагогических направлений подготовки

Сопоставляемые эмпирические референты	Коэффициент корреляции Спирмена	Уровень значимости
Счастье – удовлетворенность жизнью	$r_s = 0,335$	$p \leq 0,05$
Счастье – социабельность	$r_s = 0,421$	$p \leq 0,01$
Счастье – диспозиционный оптимизм	$r_s = 0,288$	$p \leq 0,05$

Как видим, положительная связь выявлена между такими эмпирическими референтами, как уровень счастья и удовлетворенность жизнью. Это свидетельствует о том, что состояние удовлетворенности межличностными отношениями, достигнутыми жизненными целями и в целом позитивная оценка человеком различных сторон своей жизни находят отражение в высоких показателях счастья. Положительная корреляция установлена также между показателями счастья и социабельности студентов-заочников, обучающихся по направлению подготовки «Педагогическое образование». Эти результаты можно объяснить тем, что социабельность является значимой для профессии педагога личностной характеристикой, которая способствует эффективному осуществлению профессиональной деятельности и, следовательно, отражается на уровне счастья.

Результаты статистического анализа позволяют констатировать наличие связи между показателями счастья студентов и уровнем их диспозиционного оптимизма. В связи с этим можем заключить, что позитивный образ будущего у студентов-педагогов способствует переживанию счастья в настоящем.

Таким образом, результаты эмпирического исследования позволяют сформулировать следующие выводы:

1) к психологическим особенностям студентов-заочников, обучающихся по направлению подготовки «Педагогическое образование», можно отнести высокий уровень социабельности, средний уровень удовлетворенности жизнью и средний уровень диспозиционного оптимизма;

2) переживание счастья студентами-заочниками обусловлено их половой принадлежностью: у представительниц женского пола более высокие показатели счастья;

3) степень переживания счастья связана с личностными психологическими особенностями студентов, а именно: положительная корреляция установлена в отношении счастья и удовлетворенности жизнью, счастья и социабельности, счастья и диспозиционного оптимизма.

Результаты исследования могут быть использованы в деятельности практических психологов образования, работающих в школах, – в целях оказания помощи учителям в их личностном росте, а также психопрофилактики и коррекции трудностей в их профессиональной деятельности. Полученные результаты могут быть также востребованы психологической службой вуза – для работы со студентами, получающими профессию педагога, а именно при оптимизации их психологических состояний и эмоциональных переживаний, что можно рассматривать как профилактику тех сложностей, которые могут возникнуть в их будущей профессионально-педагогической деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Рубинштейн С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн // Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Москва : Педагогика, 1976. – С. 225–385.
2. Ильин Е. П. Психология надежды: оптимизм и пессимизм / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2015. – 288 с.
3. Джидарьян И. А. Психология счастья и оптимизма / И. А. Джидарьян. – Москва : Ин-т психологии РАН, 2013. – 268 с.
4. Шамянов Р. М. Этнокультурные факторы субъективного благополучия личности / Р. М. Шамянов // Психологический журнал. – 2014. – Т. 35, № 4. – С. 68–81.
5. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 183 с.
6. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. – Санкт-Петербург : Питер, 1999. – 464 с.
7. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – Москва : Смысл, 1999. – 425 с.
8. Селигман М. Новая позитивная психология: научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман. – Москва : София, 2006. – 368 с.
9. Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 672 с.
10. Богачева Т. И. Особенности поведения в конфликтных ситуациях студентов с разным уровнем социабельности / Т. И. Богачева, С. В. Сарычев // Вестник Воронежского государственного университета. Сер.: Проблемы высшего образования. – 2022. – № 3. – С. 23–26.

*Курский государственный университет
Богачева Т. И. – аспирант кафедры психоло-
гии
E-mail: logtat91@gmail.com*

*Сарычев С. В. – доктор психологических наук,
профессор, заведующий кафедрой психологии
E-mail: kursk-psychol@narod.ru*

*Kursk State University
Bogacheva T. I. – Postgraduate Student of the
Department of Psychology
E-mail: logtat91@gmail.com*

*Sarychev S. V. – Dr. Habil. in Psychology,
Professor, Head of the Department of Psychology
E-mail: kursk-psychol@narod.ru*