

Секция «Психология»

**Социально-психологические аспекты благополучия выпускника вуза**

***Тихонова Евгения Валерьевна***

*Аспирант*

*Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка,*

*Социально-педагогических технологий, Минск, Беларусь*

*E-mail: jtsmile30@gmail.com*

Стремительный темп изменений в социально-экономической и духовно-нравственной сферах общества способствует повышению уровня психоэмоционального напряжения у молодежи и обуславливает актуальность изучения проблемы ее благополучия. Именно субъективное благополучие определяет качество жизнедеятельности человека и является тем компонентом, который влияет на его успешную адаптацию в условиях общественных перемен и полноценную самореализацию.

Благополучие – это многофакторный конструкт, представляющий сложную взаимосвязь культурных, социальных, психологических, физических, экономических и духовных факторов. Благополучие личности формируется в результате влияния генетической предрасположенности, среды, особенностей индивидуального развития и внешних обстоятельств [2].

В психологии благополучие изучается в рамках двух основных концепций: гедонистической и эвдемонистической. В первой используется дефиниция «субъективное благополучие», которое рассматривается как соотношение позитивного и негативного аффектов, оценка жизни с точки зрения удовлетворенности-неудовлетворенности, а также стремление к достижению удовольствия и избеганию боли. Во второй концепции употребляется термин «психологическое благополучие», которое включает в себя осмысленность жизни личности, полноту ее функционирования и самореализацию в целом. В настоящее время предпринимаются попытки интеграции этих двух концепций и изучения того, как каждый из конструктов связан друг с другом и влияет на общее благополучие личности [3].

Благополучие важно для любого человека, однако можно предположить, что наиболее значимо благополучие для тех, чья профессиональная деятельность предполагает непосредственное взаимодействие с другими людьми: психологи, врачи, педагоги, социальные работники и пр. Поскольку эти специалисты могут напрямую влиять на благополучие человека. Не будучи сами личностно благополучными людьми, смогут ли они эффективно способствовать достижению либо повышению уровня благополучия своих клиентов?

По мнению Е.Е. Сапоговой психологическая непроработанность личности самого психолога, способна привести к своеобразной деформации, которая находит отражение в отсутствии профессиональной ментальности, несформированности личностных смыслов профессии, утрате внутренней мотивации к осуществлению профессиональной деятельности, в неспособности решить собственные внутренние проблемы [1].

В проведенном нами пилотажном исследовании приняли участие 64 студента 5 курса дневного отделения, специальность «Социальная педагогика. Практическая психология». Средний возраст респондентов - 22 года. В качестве методического инструментария использовались «Экспресс-диагностика уровня психоэмоционального напря-

жения и его источников» (Копиной О. С., Суловой Е. А., Заикина Е. В.), «Шкала субъективного благополучия» (адаптация Соколовой М.В.), «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Лепешинского Н.Н.).

Для выявления взаимосвязи различных аспектов психоэмоционального напряжения, компонентов психологического благополучия и уровня субъективного благополучия выпускников использовался подсчет средних значений и соотнесение процентных показателей. Для определения статистически значимой связи между переменными применялся коэффициент корреляции Спирмена.

Анализ полученных результатов позволяет констатировать, что для большинства студентов в исследуемой выборке характерен умеренный и высокий уровни субъективного (42% и 45%) и психологического благополучия (57% и 35% соответственно). Уровень психосоциального стресса у большинства респондентов (69%) – низкий. Высокий уровень удовлетворенности жизнью в целом (78%), средний и высокий уровни удовлетворенности условиями жизни (54% и 46% соответственно). Удовлетворенность своих основных жизненных потребностей 36% респондентов оценивают как среднюю и 56% – как высокую. Свое здоровье большинство испытуемых считают удовлетворительным (54%) или хорошим (44%).

Значимые связи ( $p \leq 0,01$ ) были выявлены между следующими переменными: субъективное благополучие и все компоненты психологического благополучия, кроме автономности. Субъективное благополучие и такие шкалы как общее психологическое благополучие, положительные отношения с другими, управление окружением (компетентность) и самопринятие значимо связаны с самооценкой здоровья, уровнем психосоциального стресса, удовлетворенностью основных жизненных потребностей, условиями и жизнью в целом. Такой компонент психологического благополучия как автономность коррелирует только с удовлетворенностью условиями жизни. Стоит также отметить отсутствие значимых связей между такими переменными как личностный рост, цель в жизни и психосоциальный стресс. При этом эмпирические данные о наличии обратной направленной связи всех изучаемых признаков с переменной психосоциальный стресс подтверждают теоретические предположения о взаимосвязи стресса и благополучия личности.

Таким образом, результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод о том, что будущие педагоги-психологи в целом субъективно благополучны, достаточно уверены в себе, активны и способны эффективно взаимодействовать с окружающими. Можно предположить, что выпускники обладают достаточным потенциалом для успешной адаптации к профессионально-трудовой деятельности и последующей самореализации в ней.

## Литература

1. Сапогова, Е.Е. Возможности психологического сопровождения профессиональной карьеры провинциальных психологов / Е.Е. Сапогова // Психология в вузе. – 2007. – 3 – С. 5–18.
2. Massey, E.K. Self-generated goals and goal process appraisals: Relationships with sociodemographic factors and well-being / E.K. Massey [et al.] // Journal of Adolescence. – 2009. – Vol. 32, – P. 501-518.

3. Ryan, R. M. On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being / R. M. Ryan, E. L. Deci // Annual Reviews Psychology. 2001, Vol. 52. p. 141–166.