

**Е. И. Огарева, Д.А. Никитенко**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ В СВЯЗИ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ МОТИВАЦИЕЙ СТУДЕНТОВ (НА ПРИМЕРЕ  
СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ)**

**E. Ogareva, D. Nikitenko. Psychological well-being in connection with  
professional motivation of students (by the example of psychological students)**

**Аннотация.** Статья посвящена исследованию феномена психологического благополучия с опорой на концепцию К. Рифф. Представлены материалы эмпирического исследования, демонстрирующие, с одной стороны, наличный уровень психологического благополучия студентов-психологов, с другой – субъективные особенности восприятия самой категории благополучия в исследуемой группе. Также приведен анализ взаимосвязи психологического благополучия и профессиональной мотивации с учётом гендерной специфики.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие, студенты, субъективное восприятие, мотивация, гендерная специфика.

**Контактные данные:** 191119, Санкт-Петербург, ул. Черныховского 6/10;

Тел: +7-961-804-18-27,

Тел: +7-921-333-10-35,

e-mail: ogareva-ei@ranepa.ru,

e-mail: danya200015@gmail.com

**Abstract.** The article is devoted to the study of the well-being phenomenon, based on the concept of K. Riff. The materials of an empirical study are presented, demonstrating, on the one hand, the current level of psychological well-being of psychology students, and, on the other hand, the subjective features of the well-being perception in the study group. An analysis of the relationship between psychological well-being and professional motivation is also given, taking into account gender specifics.

**Keywords:** psychological well-being, students, subjective perception, motivation, gender specificity.

**Contact information:** 6/10, Chernyakhovsky, Saint-Petersburg, 191119;

tel: +7 (812)-961-804-18-27,

tel: +7 (812)-921-333-10-35,

e-mail: ogareva-ei@ranepa.ru,

e-mail: danya200015@gmail.com.

Сегодня все большую популярность в медиасреде набирает термин «Well-being». По данным анализа пользовательских запросов «Яндекс» только за период с 01.01.2021 по 31.12.2021 слово «благополучие» возникало в поисковой строке 3 миллионов раз [2]. А термин «психологическое благополучие» в аналогичный период более 82 тысяч раз соответственно [3]: Вероятно, повышенный интерес к проблеме благополучия вызван нарастающими напряженностью и стрессом, связанными с социально-экономическими, политическими факторами и эпидемиологической обстановкой в стране и мире. Действительно, если сравнить, например, график динамики популярности поисковых

---

**Огарева Екатерина Ивановна** – кандидат психологических наук, руководитель образовательных направлений «Психология», «Управление персоналом», доцент кафедры социальных технологий СЗИУ РАНХиГС.

**Никитенко Данил Андреевич** - выпускник образовательного направления «Психология» СЗИУ РАНХиГС. E. Ogareva - Candidate of Psychological Sciences, Head of the educational programs "Psychology", "Personnel Management", Associate Professor, Department of Social technologies, North-West Institute of Management, branch of RANEPa (Saint Petersburg).

D. Nikitenko - Graduate of the educational direction "Psychology" North-West Institute of Management, branch of RANEPa (Saint Petersburg).

© Огарева Е. И., Никитенко Д. А. 2022.

запросов по теме «благополучие» и график, отображающий волны распространения коронавирусной инфекции в России [4], мы обнаружим совпадение «пиков» в ноябре-декабре 2020 г. и 2021 г. и т.д.

Глобальный социальный запрос на «Well-being» («Благополучие»), сегодня переходит и в научное знание, требуя осмысления и всестороннего изучения, затрагивая вопросы поиска факторов внутреннего равновесия и резистентности личности к рискам неблагополучия, определения самой структуры благополучия и эмоционально-оценочных отношений, лежащих в его основе, а также поиска оптимальных путей оказания помощи личности в решении психологических проблем. За последние 15-20 лет опубликовано большое количество работ, посвященных разным аспектам психологического благополучия. Среди наиболее признанных западных авторов можно отметить Э. Динера (1984), Н. Бредберна (1969), К.Рифф (1996) и др. В России данная проблематика отражена в исследованиях Н. К. Бахарева (2004), М. В. Бучацкой (2006), А. В. Ворониной (2005), А. Е. Созонтова (2006), П. П. Фесенко (2005), Т. Д. Шевеленковой (2005) и др. Сегодня психологическое благополучие в основном рассматривается как многомерный конструкт, по-разному осмысляемый авторами-исследователями. В своей работе мы будем, прежде всего, опираться на концепцию К.Рифф, поскольку описанная ею структура, включающая шесть основных компонентов психологического благополучия: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономию, управление окружающей средой, цель в жизни и личностный рост, многократно апробирована и признана не только в исследовательском, но и психотерапевтическом поле [5, с. 719-727].

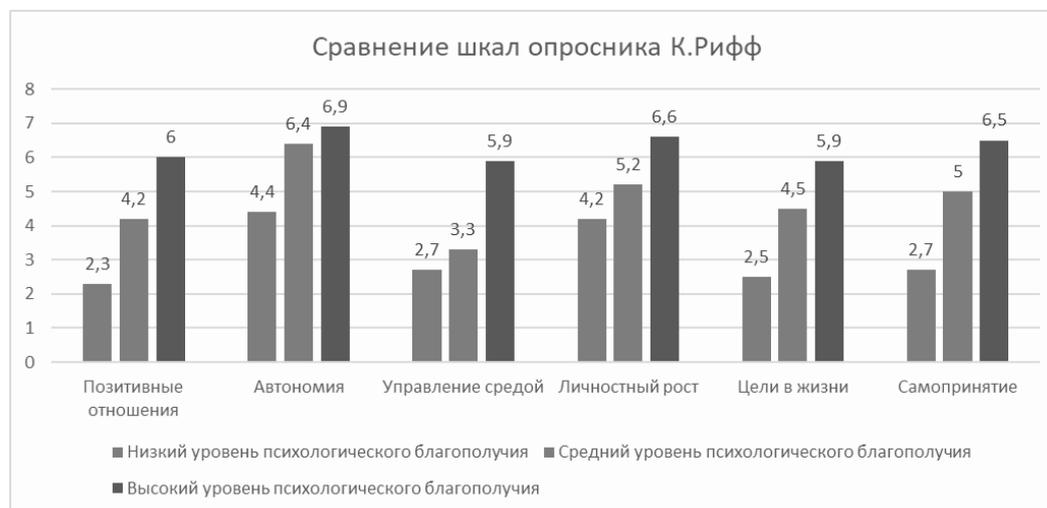
Представленное исследование посвящено изучению психологического благополучия как базового субъективного конструкта, отражающего восприятие и оценку своего функционирования с точки зрения вершины потенциальных возможностей человека [1]. Такой взгляд на феномен предполагает опору на высокую роль мотивационно-ценностных и смысловых ориентаций личности в определении собственного благополучия (или неблагополучия). Одной из основных целей исследования было выявить и проанализировать взаимосвязь психологического благополучия и профессиональной мотивации.

Нам видится, что особенно важной тематика психологического благополучия становится при профессиональной подготовке психологов. Поскольку для успешной работы специалист данного профиля должен научиться помогать не только клиенту, но и себе (быть в ресурсе для помощи другому), проработать свою удовлетворенность жизнью, научиться принимать и позитивно оценивать себя, ориентироваться на развитие и познание нового, быть независимым и автономным – в целом, психологически благополучным. Поэтому **объектом нашего исследования** выступили студенты 1-4 курса направления «Психология». Всего было опрошено 50 человек, студентов очного отделения направления «Психология». Выборка состояла из 37 девушек и 13 юношей. Средний возраст испытуемых - 20 лет. Минимальный возраст 18 лет, максимальный - 23 года.

В качестве конкретного **психодиагностического инструментария** использовались: Методика «Мотивация профессиональной деятельности» К. Замфир в модификации А. А. Реана, «Морфологический тест жизненных ценностей (МТЖЦ)» В. Ф. Сопова, Л. В. Карпушиной (сокращенный вариант), Опросник «Шкала психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко, а также проективная методика, направленная на выявление особенностей субъективного восприятия благополучия.

Согласно полученным данным, из всех опрошенных студентов **46% (23 человека)** имеют низкий уровень психологического благополучия, **20% (10 человек)** имеют средний уровень психологического благополучия и **34% (17 человек)** имеют высокий уровень психологического благополучия.

Такие результаты могут быть связаны с тем, что диагностика проводилась в апреле-мае 2022, то есть в то время, когда студенты готовились к летней сессии и писали курсовые и выпускные квалификационные работы. Так же стоит взять во внимание социально-политическую ситуацию в стране и мире, общую усталость и состояние студентов после пандемии Covid-19 и переходе на новое для них «гибридное» обучение.



**Рисунок 1.** Сравнение шкал опросника «Шкала психологического благополучия» К. Рифф среди студентов с разным уровнем психологического благополучия.

Как видно из приведенной диаграммы, студенты с высоким уровнем психологического благополучия предсказуемо имеют по всем шкалам более высокие результаты по сравнению с менее благополучными. Но в целом, опрошенные в трех выделенных группах демонстрируют сходный профиль психологического благополучия, статистически значимых различий по отдельным показателям не выявлено.

Обратимся к данным проективной методики, демонстрирующей субъективное восприятие психологического благополучия. Согласно инструкции требовалось назвать человека (знакомого, родственника, медийного персонажа и т. д.), которого респондент считает наиболее психологически благополучным (во втором варианте, напротив, психологически неблагополучным). Далее следовал развернутый ответ на вопрос, какими, по мнению респондента, отличительными характеристиками и качествами обладает каждая из обозначенных фигур?

Все полученные ответы мы разделили на три группы:

1. Ответы, где в качестве эталонной фигуры указан конкретный человек, с которым респондент находится в реальной коммуникации («Брат», «Лучший друг», «Отец», «Родственник», «Один из моих братьев», «Мой муж», «Родственник», «Преподаватель», «Мама», «Моя подруга Лера» и т.д.). Из студентов, назвавших конкретных лиц в качестве примера психологически благополучных людей было большинство 58% (14 человек) студентов, обнаруживающих высокий уровень психологического благополучия, 21% (5 человек) со средним уровнем и 21% (5 человек) с низким уровнем психологического благополучия.

Из назвавших конкретных лиц в качестве примера психологически неблагополучных людей было также большинство 46% (13 человек) студентов с высоким уровнем психологического благополучия, 14% (4 человека) со средним уровнем и 39% (11 человек) с низким уровнем психологического благополучия.

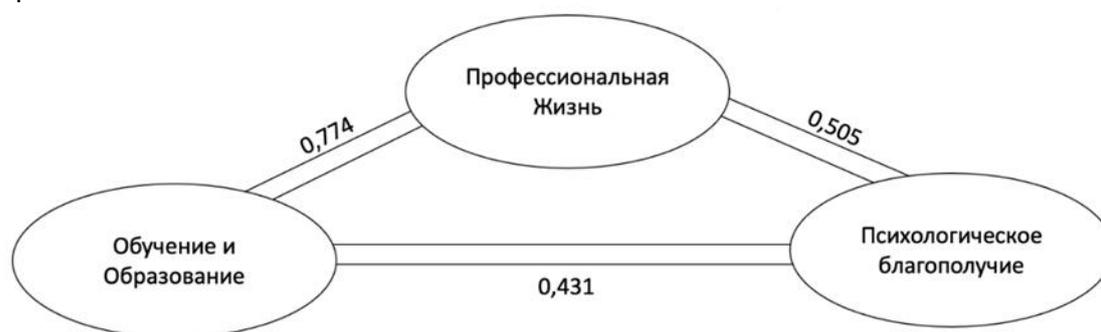
2. Ответы, где в качестве эталонной фигуры указаны медийные персонажи или художественные герои, то есть те, с кем коммуникации у респондента нет, либо быть не может («Тони Старк», «Фрэнк Галлагер из «Бесстыжих», «Билли Миллиган», «Печорин», «Политики с телека» и т.д.) - 17% (3 человека) студентов с высоким уровнем психологического благополучия, 17% (3 человека) со средним уровнем и 66% (12 человек) с низким уровнем психологического благополучия.

Из назвавших выдуманные фигуры в качестве примера психологически неблагополучных было 20% (4 человека) студентов с высоким уровнем психологического благополучия, 25% (5 человек) со средним уровнем и 55% (11 человек) с низким уровнем психологического благополучия.

3. Ответы, в которых респондент не смог обозначить эталонную фигуру. Из всей выборки 8 респондентов не смогли привести в пример психологически благополучного человека, 75% (6 из них) - с низким уровнем психологического благополучия и 25% (2 человека) со средним уровнем. По одному человеку с низким и средним уровнем психологического благополучия не смогли привести в пример психологически неблагополучного человека.

Таким образом, студенты с высоким уровнем психологического благополучия чаще имеют конкретные (почерпнутые из реальной жизни) представления о том, что значит быть психологически благополучным или неблагополучным. Они наблюдают и подмечают за людьми характерные особенности, демонстрируют понимание паттернов психологического благополучия. Соответственно, они могут перенимать положительные черты и тактики поведения и избегать негативных, деструктивных вариантов, ведущих к неблагополучию. А у студентов со средним и низким уровнем психологического благополучия уровень понимания данного феномена ниже, оно не обогащено конкретными примерами и ролевыми моделями, поэтому им сложнее интерпретировать себя как благополучных либо неблагополучных и определять собственный путь движения к положительному (благополучному) эталону.

Анализ описаний психологически благополучного человека позволил выделить следующие качества: «адекватная самооценка», «честность», «доброта», «открытость новому», «знание чего ты хочешь от этой жизни», «самообладание» и «отзывчивость». Психологически неблагополучным чаще всего приписывали такие характеристики как: «лживость», «алкоголизм», «обвинение других людей в своих проблемах», «потерянность по жизни», «стереотипность мышления», «жестокость», «неуравновешенность», «пессимизм» и «депрессия».



**Рисунок 1.** Взаимосвязь психологического благополучия и мотивационных факторов

Используемые обозначения:

====  $r > 0$   
 - - - -  $r < 0$

Корреляция значима при  $r > 0,279$ .

Исходя из полученных данных мы видим, что чем выше для человека значимость мотивационных сфер профессиональной деятельности и соответствующего образования, тем выше показатели психологического благополучия. Таким образом, благополучные в психологическом плане студенты склонны отдавать много времени своей работе и учебе, находя их важным содержанием жизни, стремиться к расширению кругозора и развитию своих профессиональных навыков.

Отметим при этом, что взаимосвязь мотивационных факторов и психологического благополучия в выборке девушек носит более сложный и опосредованный характер.



**Рисунок 3.** Взаимосвязь психологического благополучия и мотивационных факторов (выборка девушек)

Используемые обозначения:

====  $r > 0$   
 - - - -  $r < 0$

Корреляция значима при  $r > 0,325$

Здесь мы также наблюдаем связь психологического благополучия с мотивационными сферами «Обучения и образования» и «Профессиональной жизни». Однако, последняя отрицательно связана с внешней отрицательной мотивацией. Чем выше показатель внешней отрицательной мотивации, тем ниже показатель «Профессиональной жизни», и, соответственно, связанный с ней показатель психологического благополучия. Излишняя ориентация на избегание неудач, страх наказаний и порицания в работе (характерные в большей степени для девушек) снижает мотивацию профессионального роста и опосредованно отрицательно сказывается на психологическом благополучии.

Интересно, что для юношей оказалась характерной относительная независимость психологического благополучия от мотивационных факторов.



**Рисунок 4.** Взаимосвязь психологического благополучия и мотивационных факторов (выборка юношей)

Используемые обозначения:

====  $r > 0$   
 - - - -  $r < 0$

Корреляция значима при  $r > 0,553$

Можно наблюдать, что чем сильнее молодой человек ориентирован на профессиональную жизнь, тем более для него значим и мотив получения образования. Однако, профессиональная жизнь связана при этом с внешней отрицательной мотивацией. Возможно, выбор профессии осуществлен студентами-психологами под напором внешних обстоятельств, либо сама профессиональная жизнь ассоциируется у них со страхом осуждения и порицания или самой необходимостью работать по принуждению (без внутренней готовности). При этом психологическое благополучие в данной системе не имеет никакой связи с показателем профессиональной жизни, и, вероятно, опирается на иные сферы жизни. Такой результат, однако, может быть связан с недостаточной выборкой исследования (и нуждаться в проверке).

Таким образом, исследование демонстрирует наличие положительной связи между психологическим благополучием и профессиональной мотивацией студентов, которая имеет при этом гендерную специфику. Для юношей характерна относительная независимость психологического благополучия от сферы профессиональной самореализации и учебы. Отмечено, что чем выше уровень психологического благополучия студента, тем, вероятно, выше его уровень психологической компетентности и рефлексии. Студенты с высоким уровнем психологического благополучия чаще имеют конкретные (почерпнутые из реальной жизни, основанные на практике наблюдения и взаимодействия) представления о том, что значит быть психологически благополучным или неблагополучным человеком. Они могут перенимать положительные черты и усваивать эффективные ролевые модели, «пробовать» успешный опыт. А у респондентов со средним и низким уровнем психологического благополучия уровень понимания данного феномена ниже, основывается на отвлеченных и порой нерелевантных примерах, что затрудняет выработку эффективных поведенческих стратегий.

В целом, исследование демонстрирует необходимость регулярного мониторинга психологического благополучия студентов и указывает на важность работы по повышению их психологической компетентности в рамках образовательного процесса. Однако, для уточнения полученных данных планируется расширить выборку исследования и включить в нее представителей иных направлений подготовки.

#### Литература

1. Некрасов В.В., Сушков С.В. Основные подходы к изучению субъективного благополучия в отечественной и зарубежной литературе // Вестник ГУУ. 2014. №5. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-podhody-k-izucheniyu-subektivnogo-blagopoluchiya-v-otechestvennoy-i-zarubezhnoy-literature> (дата обращения: 24.11.2022).
2. Яндекс. История показов по фразе «благополучие»: [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://wordstat.yandex.ru/#!/history?words=%20благополучие> (дата обращения: 24.11.2022).
3. Яндекс. История показов по фразе «психологическое благополучие»: [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://wordstat.yandex.ru/#!/history?words=психологическое%20благополучие> (дата обращения: 24.11.2022).
4. Яндекс. Коронавирус: статистика: [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://yandex.ru/covid19/stat?ysclid=laur2987oa179039806> (дата обращения: 24.11.2022).
5. Ryff C.D. The structure of psychological well-being revisited / Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69. – 719-727 p.