

*Е. С. Макеева, И. И. Рифицкая*

Белорусский государственный экономический университет, Минск

*E. Makeeva, I. Rifitskaya*

Belarusian State Economic University, Minsk

УДК 159.9.072

## **КРИТЕРИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ЭКОНОМИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ**

### **CRITERIA OF PSYCHOLOGICAL HEALTH OF STUDENTS OF ECONOMICAL PROFILE**

*В статье рассмотрены теоретические подходы к определению феномена психологического здоровья, представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи уровней самоактуализации и субъективного контроля личности как критериев психологического здоровья студентов-экономистов. Психологическое благополучие отражает единство воспринимаемого уровня счастья и удовлетворенности жизнью, баланса положительных и отрицательных эмоций, осмысленности жизни, позитивных социальных отношений, мотивационной вовлеченности в собственную жизнедеятельность и позитивной самореализации личности.*

*Ключевые слова: психологическое здоровье; уровень самоактуализации; уровень субъективного контроля личности.*

*The article considers theoretical approaches to the definition of the phenomenon of psychological health, presents the results of an empirical study of the relationship between the level of self-actualization and the level of subjective control of the individual as criteria for the psychological health of students-economists. Psychological well-being reflects the unity of perceived level of happiness and satisfaction with life, the balance of positive and negative emotions, meaningfulness of life, positive social relations, motivational involvement in one's own life and positive self-realization of the individual.*

*Keywords: psychological health; the level of self-actualization; the level of subjective control of the individual.*

Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности. Оно также выступает в качестве основной детерминанты успешной социализации и личностно-профессионального становления субъектов непрерывного образования. В силу этого одной из основных задач психологической службы в образовательном учреждении является именно развитие и сохранение психологического здоровья студентов.

Впервые дифференцировку привычного для психологии понятия «психическое здоровье» с новым понятием «психологическое здоровье» предложила И. В. Дубровина [6]. Под психологическим здоровьем, по ее мнению, понимаются отдельные психологические компоненты психического благополучия, то есть те аспекты, которые определяют личность в целом. Со-

вокупность психических свойств и процессов личности человека, которая обеспечивает согласованность потребностей индивида и общества, и составляет суть психологического здоровья. Специфику психологического здоровья И. В. Дубровина описывает следующим образом: «Если термин “психическое здоровье” имеет отношение, с нашей точки зрения, прежде всего, к отдельным психическим процессам и механизмам, то термин “психологическое здоровье” относится к личности в целом, находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа и позволяет выделить собственно психологический аспект проблемы психического здоровья, в отличие от медицинского, социологического, философского и др. Психологическое здоровье делает личность самодостаточной. Мы вооружаем (вернее, должны вооружить) ребенка в соответствии с его возрастом средствами самопонимания, самопринятия и саморазвития в контексте взаимодействия с окружающими его людьми и в условиях культурных, социальных, экономических и экологических реальностей окружающего мира» [7].

В современной психологии активно развиваются представления о многоуровневости психологического здоровья (Ф. Е. Василюк, Е. Р. Калитевская, Д. А. Леонтьев). Основой такого подхода являются данные о том, что высший уровень психологического здоровья связан с адекватным личностным производством смысловых ориентаций, с определением общего смысла жизни, жизненных стратегий, отношений к другим, себе – всё это является психологическим новообразованием студенческого возраста (Ф. Е. Василюк, Л. Д. Демина, И. А. Ральникова, А. В. Либина).

О. В. Хухлаева выделяет три уровня психологического здоровья [14].

Высокий уровень – креативный – человек эффективно адаптируется к нестабильным средовым факторам, обладает ресурсами для преодоления стрессогенных ситуаций, активен и стремится творчески преобразить действительность, не нуждается в психологической помощи.

Средний уровень – адаптивный – человек в целом приспособлен к социуму, однако испытывает некоторые трудности социально-психологической адаптации, но преодолевает их посредством использования резервных возможностей совладания со стрессовыми ситуациями, переживая при этом значительное эмоционально-психологическое напряжение. В целях проведения с подобными людьми профилактически-развивающей работы, их можно включать в состав терапевтических групп.

Низкий уровень – дезадаптивный – человек не способен приспособиться к условиям окружающего мира без ущерба своих потребностей и возможностей или использует наступательную стратегию, сопряженную с бескомпромиссностью решений, поэтому переживает эмоционально-психические перегрузки, нуждается в системной индивидуальной психологической помощи.

Исходя из этого, психологическое здоровье определяется как такое состояние субъекта активности, которое позволяет ему полноценно развиваться, своевременно адаптироваться к меняющимся социальным условиям

и организовывать свое поведение (жизнедеятельность), удовлетворяя основные потребности в обществе в социально приемлемых формах с учетом интересов и деятельности других людей.

Наиболее четко, на наш взгляд, определили функцию психологического здоровья человека И. В. Боев, О. А. Ахвердова и Н. Н. Ерошенко: «позволяет человеку адекватно своему возрасту, полу, социальному положению познавать окружающую действительность, адаптироваться к ней и выполнять свои биологические и социальные функции в соответствии с возникающими личными и общественными интересами, потребностями, общепринятой моралью» [3]. Поэтому одним из главных компонентов психологического здоровья, наряду с интегральной индивидуальностью (Т. В. Тулупьева), когнитивным стилем (А. А. Алексапольский), локусом субъективного контроля (Т. Л. Крюкова), выступает защитно-совладающее поведение (И. М. Никольская), адаптивный характер которого способствует эффективному преодолению субъектом трудных жизненных ситуаций [5].

Среди характеристик психологического здоровья выделяют: адекватную самооценку и позитивное самоотношение, уверенность в себе и самостоятельность в принятии решений, адаптабельность и гибкость поведения, личностно-профессиональный рост, способность доброжелательно и доверительно относиться к другим людям и т. д. Таким образом, состояние психологического здоровья характеризуется общим душевным комфортом и эффективной саморегуляцией.

Целью нашего исследования было определить характер связи между уровнем самоактуализации и уровнем субъективного контроля личности студентов экономического профиля как критериев их психологического здоровья.

В исследовании приняли участие студенты второго курса специальностей «Управление персоналом» и «Менеджмент (инвестиционный)» факультета экономики и менеджмента УО «Белорусский государственный экономический университет». Общий объем выборки составил 50 человек. Из них 31 девушка (62,0 %) и 19 юношей (38,0 %), возраст респондентов – 18–19 лет.

Для определения уровня самоактуализации будущих экономистов использовался модифицированный опросник «Personal Orientation Inventory» («РОИ») Э. Шострем – методика «САМОАЛ», адаптированная Н. Ф. Калиной [11]; показатели и уровень субъективного контроля личности выявлялись посредством методики «Опросник уровня субъективного контроля» («УСК») Дж. Роттера в адаптации Е. Ф. Бажина, Е. А. Голынкиной и Л. М. Эткинда [13].

Результаты проведенного эмпирического исследования свидетельствуют о доминировании в анализируемой выборке, испытуемых со средним уровнем самоактуализации – 38 человек (76,0 %). Реже встречаются студенты с низким уровнем личностно-профессионального развития – 12 человек (24,0 %) и совсем отсутствуют в данной группе будущие экономисты с высоким уровнем самоактуализации (рис. 1).

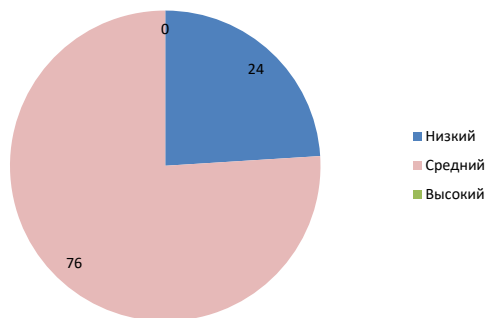


Рис. 1. Распределение студентов-экономистов по уровням самоактуализации (%)

Для доказательства значимости различий между группами «высокий», «средний» и «низкий» уровень личностно-профессионального развития нами применялся Хи-квадрат критерий Пирсона, показатель которого, полученный в исследовании ( $\chi^2 = 11,35$ ), позволил обнаружить достоверные различия в выборке студентов-экономистов на 1%-ом уровне значимости.

В выборке студентов экономического профиля обучения преобладают испытуемые с высокими процентными значениями по пяти шкалам «САМОАЛ» из 11: по «ориентации во времени» (32 чел. – 64,0 %), «креативности» (30 чел. – 60,0 %), «потребности в познании» (27 чел. – 54,0 %), «аутосимпатии» (25 чел. – 50,0 %) и «самопониманию» (25 чел. – 50,0 %) (рис. 2). Это говорит о наличии у большинства студентов-экономистов развитого чувства уверенности в себе, адекватного уровня притязаний, склонности к гармоническому восприятию окружающего мира и людей, стремления к приобретению знаний об окружающем мире и творческой направленности личности на созидательную деятельность, сензитивности к своим желаниям и потребностям.

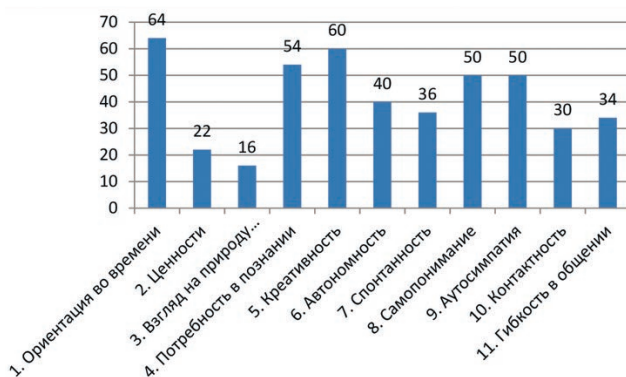


Рис. 2. Показатели по шкалам методики «САМОАЛ» студентов-экономистов (%)

Содержание выше перечисленных шкал раскрывает критерии психического здоровья личности, говорит о ее целостности, полноте, «зрелости» и аутентичности. В целом это свидетельствует об эффективном решении будущими специалистами центральных задач студенческого возраста, что находит свое отражение в наличии у большинства из них развитой системы мотивов самосовершенствования, самореализации и профессионального самоутверждения.

Значительно реже среди будущих экономистов встречаются испытуемые с выраженностью шкал: «автономность» (20 чел. – 40,0 %), «спонтанность» (18 чел. – 36,0 %), «гибкость в общении» (17 чел. – 34,0 %), «контактность» (15 чел. – 30,0 %), «ценности» (11 чел. – 22,0 %) и «взгляд на природу человека» (8 чел. – 16,0 %) (рис. 2). Другими словами, будущие специалисты экономического профиля испытывают потребность в свободе и независимости, способны к установлению прочных и доброжелательных отношений с окружающими людьми и адекватному самовыражению в общении; а также у них выражена потребность жить согласно принципам самосовершенствования.

Появление данных личностных характеристик, по нашему мнению, непосредственным образом связано со значением второго курса для профессионального становления будущих экономистов. В частности, с наступлением «кризиса профессионального самоопределения» [9; 12]. Он провоцирует возникновение у испытуемых сомнений в адекватности сделанного профессионального выбора и связанных с ними негативных переживаний. Кроме того, на втором курсе завершается базовая теоретическая подготовка, и студенты переходят к изучению дисциплин специализации. Это вызывает изменение их личностно-профессиональной мотивации, происходит глобальная переоценка сложившейся системы ценностных ориентаций, которая провоцирует «вторичное» осознание будущими экономистами сделанного профессионального выбора [12].

Анализ результатов исследования по методике «Опросник уровня субъективного контроля личности» говорит о доминировании в выборке студентов-экономистов испытуемых с интернальным локусом контроля (шкала «Общей интернальности») (34 чел. – 68,0 %). Экстернальный уровень субъективного контроля личности характерен для 16 студентов, что составляет 32,0 % от общей выборки (рис. 3).

Для доказательства значимости различий между группами «интернальный» и «экстернальный» локус контроля нами применялся Хи-квадрат критерий Пирсона, показатель которого, полученный в исследовании ( $\chi^2 = 7,82$ ), позволил обнаружить достоверные различия в выборке студентов-экономистов на 5%-ом уровне значимости.

Анализ отдельных показателей уровня субъективного контроля личности свидетельствует о том, что среди будущих экономистов чаще всего встречаются испытуемые с высокими значениями по шкалам «Интернальность в области достижений» (37 человек – 74,0 %), «Интернальность в об-

ласти производственных отношений» (35 человек – 70,0 %) и «Интернальность в области межличностных отношений» (32 человека – 64,0 %). Для них характерны: мотивационная ориентация на достижение жизненного успеха и поставленных целей, свои действия они рассматривают как важный фактор организации учебно-профессиональной деятельности и занимают активную позицию в построении межличностных отношений (рис. 4).

Менее распространены в анализируемой выборке студенты с высокими показателями по шкалам: «интернальность в области семейных отношений» (22 человека – 44,0 %), «интернальность в области неудач» (19 человек – 38,0 %) и «интернальность в области здоровья и болезни» (14 человек – 28,0 %). Это указывает на наличие у части будущих специалистов экономического профиля ответственного отношения к близким людям, излишней склонности к самообвинению в различных жизненных ситуациях и повышенного внимания к проблеме собственного здоровья (рис. 4).

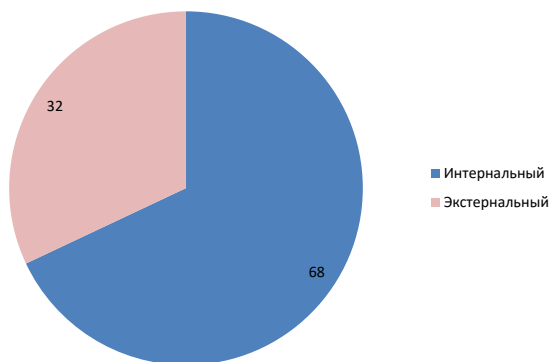


Рис. 3. Распределение студентов-экономистов по уровню субъективного контроля личности (%)

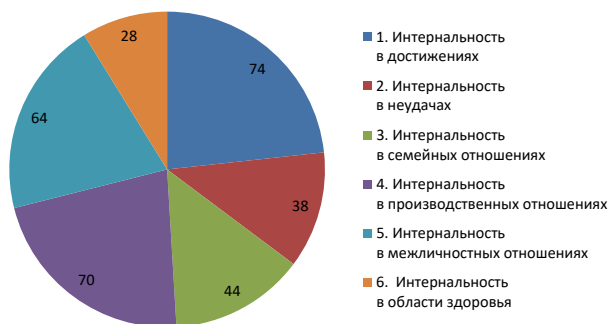


Рис. 4. Показатели по шкалам методики «УСК» студентов-экономистов (%)

Для доказательства гипотезы нашего исследования мы использовали корреляционный анализ Пирсона, который позволил установить наличие прямой положительной связи между: «средним уровнем самоактуализации» и «общей интернальностью» ( $r = 0,54, p \leq 0,05$ ), «средним уровнем самоактуализации» и «интернальностью в области достижений» ( $r = 0,47, p \leq 0,05$ ), «средним уровнем самоактуализации» и «интернальностью в области производственной сферы» ( $r = 0,44, p \leq 0,05$ ), «общей интернальностью» и «автономностью» ( $r = 0,56, p \leq 0,01$ ), «интернальностью в области межличностных отношений» и «контактностью» ( $r = 0,55, p \leq 0,01$ ); а также наличие обратной отрицательной связи между «средним уровнем самоактуализации» и «интернальностью в области неудач» ( $r = -0,41, p \leq 0,05$ ), «низким уровнем самоактуализации» и «самопониманием» ( $r = -0,50, p \leq 0,01$ ), «интернальностью в области неудач» и «креативностью» ( $r = -0,46, p \leq 0,05$ ). Наличие положительной корреляционной связи указывает на то, что будущие экономисты, имеющие средний уровень самоактуализации, ориентированы на личную ответственность в реализации собственных достижений, профессиональной деятельности, построении и поддержании доброжелательных и позитивных межличностных отношений, активны в повседневной жизни, обладают адекватной оценкой собственных возможностей. И наоборот, испытуемые с низким уровнем стремления к личностно-профессиональному развитию не уверены в себе, ригидны, ориентированы на избегание неудач, в общении зависимы от мнения окружающих, не способны к установлению доверительных отношений с другими людьми, пассивны, склонны приписывать ответственность сложившимся обстоятельствам. Таким образом, выдвинутая нами гипотеза нашла свое подтверждение на 5%-ом и 1%-ом уровнях статистической значимости.

В ходе проведенного нами исследования были получены следующие результаты:

- 1) в выборке студентов-экономистов чаще встречаются испытуемые со средним уровнем самоактуализации;
- 2) для большинства будущих экономистов характерен интернальный уровень субъективного контроля личности;
- 3) при определении существования статистической связи между уровнем самоактуализации и локусом контроля в анализируемой выборке было установлено, что существует прямая зависимость между ориентацией испытуемых на личностно-профессиональное развитие и их внутренней ответственностью за собственную активность.

#### **Список использованных источников**

1. *Бекузарова, А. Т.* Психологическое благополучие как предмет зарубежных и отечественных исследований / А. Т. Бекузарова // Актуальные проблемы психологического знания. – 2014. – № 2. – С. 16–25.
2. *Бессонова, Ю. В.* О структуре психологического благополучия / Ю. В. Бессонова // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве:

сб. науч. ст. сост. Ю. В. Братчикова. – Екатеринбург: Уральский гос. пед. ун-т, 2013. – С. 30–35.

3. *Боев, И. В.* Индивидуальные проблемы психологического консультирования психологической коррекции подростков, располагающихся в различных диапазонах конституционно-континуального пространства: учеб.-метод. пособие / И. В. Боев, О. А. Ахвердова, Н. Н. Ерошенко. – Ставрополь: Авек, 2002. – 25 с.

4. *Водяха, С. А.* Предикторы психологического благополучия студентов / С. А. Водяха // Педагогическое образование в России. – 2013. – № 1. – С. 70–74.

5. *Воронова, А. В.* Проблема психологического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа / А. В. Воронова // Сибирский психологический журнал. – 2015. – № 3. – С. 142–145.

6. *Дубровина, И. В.* Школьная психологическая служба / И. В. Дубровина. – М., 1997. – 186 с.

7. *Дубровина, И. В.* Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности / И. В. Дубровина // Вестник практической психологии образования. – 2009. – № 3(20). – С. 17–21.

8. *Зеер, Э. Ф.* Кризисы профессионального становления личности / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк // Психологический журнал. – 1997. – № 6. – С. 35–44.

9. *Климов, Е. А.* Психология профессионала / Е. А. Климов. – М.: Изд-во «Ин-т практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 400 с.

10. *Козьмина, Л. Б.* Динамика психологического благополучия личности студентов-психологов: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Л. Б. Козьмина. – Иркутск, 2014. – 234 с.

11. *Маслоу, А.* Психология бытия: пер. с англ. / А. Маслоу. – М.: «Рефл-бук»; К.: «Ваклер», 1997. – 304 с.

12. *Поваренков, Ю. Н.* Профессиональное становление личности: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07 / Ю. Н. Поваренков. – Ярославль, 1999. – 359 с.

13. *Реан, А. А.* Практическая психодиагностика личности: учеб. пособие / А. А. Реан. – СПб.: Изд-во Санкт-Петербург. ун-та, 2001. – 224 с.

14. *Хухлаева, О. Е.* Психологическое здоровье учащихся как цель работы школьной психологической службы [Электронный ресурс] / О. Е. Хухлаева. – Режим доступа: <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200701402>.

15. *Шевеленкова, Т. Д.* Психологическое благополучие личности (обзор концепций и методика исследования) / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–129.

16. *Ryff, C.* The structure of psychological well-being revisited / C. Ryff // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69. – P. 719–727.

(Дата подачи: 21.02.2022 г.)