

Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена



**Герценовские чтения:
психологические исследования
в образовании**

Материалы III Международной научно-практической конференции
Санкт-Петербург, 1–2 октября 2020 г.

**The Herzen University Studies:
Psychology in Education**

Proceedings of the III International Scientific and Practical Conference
Saint Petersburg, 1–2 October 2020

Научное электронное издание
Выпуск 3
Issue 3

Санкт-Петербург, 2020

© Российский государственный педагогический университет
им. А. И. Герцена

Публикуется за счет средств Российского фонда фундаментальных исследований, проект № 20-013-22073.

Свидетельство о регистрации
ЭЛ № ФС 77 – 77075

Редакционная коллегия:

Главный редактор

Л. А. Цветкова (Санкт-Петербург, Россия)

Заместитель главного редактора

С. А. Безгодова (Санкт-Петербург, Россия)

Ответственный редактор

А. В. Микляева (Санкт-Петербург, Россия)

В. А. Аверин (Санкт-Петербург, Россия)

А. Н. Алехин (Санкт-Петербург, Россия)

М. А. Ассанович (Гродно, Беларусь)

И. А. Баева (Санкт-Петербург, Россия)

Т. Бугелова (Прешов, Словакия)

Е. Н. Волкова (Санкт-Петербург, Россия)

А. А. Грачев (Москва, Россия)

И. Димитров (София, Болгария)

С. Иванов (София, Болгария)

Е. Р. Исаева (Санкт-Петербург, Россия)

Г. Л. Исурина (Санкт-Петербург, Россия)

Т. Кавабата (Натори, Япония)

Г. А. Казарян (Ереван, Республика Армения)

А. Квятковска (Варшава, Польша)

Е. Б. Лактионова (Санкт-Петербург, Россия)

С. Б. Малых (Москва, Россия)

В. И. Панов (Москва, Россия)

А. А. Реан (Москва, Россия)

Л. А. Регуш (Санкт-Петербург, Россия)

А. Л. Семенов (Москва, Россия)

О. Ю. Щелкова (Санкт-Петербург, Россия)

В. А. Янчук (Минск, Республика Беларусь)

Рецензенты:

Е. Ю. Коржова (Санкт-Петербург, Россия)

С. В. Васильева (Санкт-Петербург, Россия)

Издательство РГПУ им. А. И. Герцена

191186, Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, 48

E-mail: izdat@herzen.spb.ru

Телефон: +7 (812) 312-17-41

Объем 88,7 Мб

Подписано к использованию 28.09.2020

Publication was funded by Russian Foundation for Basic Research (RFBR), project no. 20-013-22073.

Registration certificate
EL No. FS 77 – 77075

Editorial Board:

Editor-in-chief

Larisa A. Tsvetkova (Saint Petersburg, Russia)

Deputy Editor-in-chief

Svetlana A. Bezgodova (Saint Petersburg, Russia)

Executive Editor

Anastasia V. Miklyaeva (Saint Petersburg, Russia)

Vyacheslav A. Averin (Saint Petersburg, Russia)

Anatoly A. Alekhin (Saint Petersburg, Russia)

Marat A. Assanovich (Grodno, Belarus)

Irina A. Baeva (Saint Petersburg, Russia)

Tatiana Bugelova (Presov, Slovakia)

Elena N. Volkova (Saint Petersburg, Russia)

Aleksandr A. Grachev (Moscow, Russia)

Ivan Dimitrov (Sofia, Bulgaria)

Stoyko Ivanov (Sofia, Bulgaria)

Elena R. Isaeva (Saint Petersburg, Russia)

Galina L. Isurina (Saint Petersburg, Russia)

Takeyasu Kawabata (Natori, Japan)

Gayane A. Kazaryan (Yerevan, Armenia)

Anna Kwiatkowska (Warsaw, Poland)

Elena B. Laktionova (Saint Petersburg, Russia)

Sergey B. Malykh (Moscow, Russia)

Viktor I. Panov (Moscow, Russia)

Artur A. Rean (Moscow, Russia)

Lyudmila A. Regush (Saint Petersburg, Russia)

Alexei L. Semenov (Moscow, Russia)

Olga Yu. Shchelkova (Saint Petersburg, Russia)

Vladimir A. Yanchuk (Minsk, Belarus)

Reviewers:

Elena Yu. Korjova (Saint Petersburg, Russia)

Svetlana V. Vasileva (Saint Petersburg, Russia)

Publishing house of Herzen State Pedagogical University of Russia,

48 Moika River Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

E-mail: izdat@herzen.spb.ru

Phone: +7 (812) 312-17-41

Published at 28.09.2020

В издании представлены материалы докладов III Международной научно-практической конференции «Герценовские чтения: психологические исследования в образовании», прошедшей 1–2 октября 2020 г. в Санкт-Петербурге. В докладах отражены результаты теоретических и прикладных исследований, раскрывающих возможности психологии развития, психологии образования и медицинской психологии для решения проблем современного образования. Сборник предназначен для специалистов-психологов и педагогов, студентов и аспирантов.

Редакторы английского текста: М. В. Бумакова, О. В. Колотина, И. А. Наговицына, А. С. Самарский

Леванова Е. А., Пушкарева Т. В., Серякова С. Б. Проблема операционализации компонентов при создании теоретических и оперантных моделей муниципальных и локальных систем воспитания в мегаполисе	413
Лисовская Н. Б., Иконникова Г. Ю. Особенности конфликтов в педагогическом коллективе школы	421
Махмутова Е. Н. Психологические особенности индивидуального человеческого капитала в условиях профессиональной мобильности в цифровой среде	429
Маленова А. Ю., Федотова Е. Е. Взаимосвязь эмоционального самочувствия, счастья и удовлетворенности жизнью студенческой молодежи	435
Маркова Г. А., Гасанова Р. Р. Становление ювенальной педагогики как вид воспитательной работы по социализации подростков	445
Меньшикова Л. В., Лазюк И. В. Толерантность к неопределенности у студентов вуза и ее развитие в современной информационной среде	452
Миронова К. В. Психодидактическая подготовка учителей к проведению занятий, способствующих развитию у подростков понимания лирической поэзии	459
Москвитина О. А. Отношение старшеклассников к общественным ценностям и их культурное самоопределение	467
Москвитина О. А., Жамбеева З. З., Кабардов М. К. Особенности совладающего поведения младших подростков с разной выраженностью интернет-зависимости в трудной учебной ситуации	475
Некрасова Е. В. Особенности взаимосвязи стадий становления субъектности и способов выполнения учебных действий студентов разных курсов	484
Николаева Е. И., Брисберг Т. Л. Специфика исполнительных функций дошкольников с разными латеральными предпочтениями	492
Новик Н. Н. Возможности системы Crossfit Kids в развитии саморегуляции и когнитивных способностей дошкольников	501
Одинцова О. Ю., Крюкова Т. Л. Ожидание ребенка в изменяющемся социальном контексте: страх беременности и родов у мужчин и женщин	507
Озерина А. А., Тимофеев Н. Е. Визуальный образ города в представлении студентов (на примере города Волгограда)	516
Панфёров В. Н., Васильева С. В., Иванов А. С. Личностные предикторы согласованности самооценок проявлений собственной личности в профессиональной деятельности преподавателей (на примере медиалекции)	522
Панов В. И., Патраков Э. В. Интерференция цифровой и доцифровой сред как предмет психологического исследования	531
Парфенова Н. Б., Митицина Е. А., Акимова О. В. Исследование когнитивно-операциональной готовности будущих психологов к профессиональной деятельности	542

Взаимосвязь эмоционального самочувствия, счастья и удовлетворенности жизнью студенческой молодежи

А. Ю. Маленова¹, Е. Е. Федотова¹

¹ Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского
644077, Россия, г. Омск, пр. Мира, д. 55-А

Сведения об авторах:

Арина Юрьевна Маленова

e-mail: malyonova@mail.ru
ORCID: 0000-0001-5778-0739

Елизавета Евгеньевна Федотова

e-mail:
elizaveta.fedotovaaaaa@gmail.com
ORCID: 0000-0003-1082-3273

Финансирование: работа выполнена при финансовой поддержке Омского государственного университета им. Ф. М. Достоевского, проект № МУ-5/2020.

© Авторы (2020).
Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Проблема исследования заключается в потребности общества обеспечить условия для усиления психологического благополучия молодежи при недостаточности научных фактов о ключевых направлениях этой работы. Изучение взаимосвязи эмоционального самочувствия, счастья и удовлетворенности жизнью студентов с учетом их пола позволит оценить уровень и установить особенности структуры субъективного благополучия этой стратегически важной социальной группы. Выборка исследования: 310 студентов восьми высших учебных заведений г. Омска (190 девушек и 120 юношей в возрасте от 17 до 24 лет). Психодиагностический комплекс: Индекс оценки аффекта (AVI; J. L. Tsai, B. Knutson, H. H. Fung); Шкала взаимозависимого счастья (IHS; H. Hitokoto, Y. Uchida); Шкала удовлетворенности жизнью (SWLS; E. Diener, в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. Н. Осина); авторская анкета. Методы обработки данных: первичные описательные статистики, корреляционный и факторный анализ. Доказано, что студенческая молодежь имеет средний уровень субъективного

благополучия с тенденцией к высокому, центральная роль в его структуре принадлежит эмоциональному компоненту. Все компоненты субъективного благополучия студентов взаимосвязаны между собой (за исключением проявления отрицательных эмоций). В группе девушек связь удовлетворенности с переживанием положительных и отрицательных эмоциональных состояний более тесная, чем в группе юношей. Гендерная специфика взаимосвязи удовлетворенности и счастья с факторами в структуре эмоциональной сферы студентов касается количественного преобладания значимых связей в группе девушек на фоне качественного разнообразия взаимосвязанных эмоциональных групп с такими компонентами благополучия, как удовлетворенность и счастье. Полученные результаты могут выступать основой разработки необходимых мер для оказания эффективного содействия повышению уровня субъективного благополучия молодежи в особо значимый студенческий период. Приоритетным направлением работы с этой социальной группой выступает поиск механизмов контроля эмоционального самочувствия студентов (с учетом их гендерной принадлежности), опосредующего их уровень счастья и удовлетворенности жизнью.

Ключевые слова: субъективное благополучие, студенты, гендер, эмоциональные состояния, счастье, удовлетворенность жизнью.

Interrelation of students' emotional well-being, happiness and life satisfaction

A. Yu. Malenova¹, E. E. Fedotova¹

¹ Dostoevsky Omsk State University
55-A Mira Ave., Omsk 644077, Russia

Authors:

Arina Yu. Malenova

e-mail: malyonova@mail.ru

ORCID: 0000-0001-5778-0739

Elizaveta E. Fedotova

e-mail:

elizaveta.fedotovaaaaa@gmail.com

ORCID: 0000-0003-1082-3273

Funding: this publication was supported by Dostoevsky Omsk State University, grant no. YS-5/2020.

Copyright:

© The Authors (2020).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. Society needs to provide young people with conditions that improve their psychological well-being; however, there are no scientific data about main directions of this work. The study of the interrelation between emotional well-being, happiness and life satisfaction in students of different genders will make it possible to assess their subjective well-being and determine its structure characteristics. The study sample includes 310 students 17 to 24 years old from 8 universities in Omsk (190 girls and 120 boys). The following psychological assessment suite was used: Affect Valuation Index (AVI; Tsai J. L., Knutson B., Fung H. H.); Interdependent Happiness Scale (IHS; Hitokoto H., Uchida Y.); Satisfaction with Life-Scale (SWLS; Diener E., adapted by D. A. Leontiev and E. N. Osin); a questionnaire developed by the authors. Data processing methods used in the study include: basic descriptive statistics, correlation and factor analysis. It was confirmed that young students have a mid-high subjective well-being level; the emotional component plays a central role in their subjective well-being. All components of students' subjective well-being are interconnected (except for negative emotion manifestation).

The relationship between satisfaction and positive and negative emotional experience in girls is closer than in boys. Gender specificity of the relationship between satisfaction, happiness and the emotional sphere structure factors among students is reflected in the quantitative predominance of significant connections in girls and the qualitative diversity of emotional groups related with such well-being components as satisfaction and happiness. The research results can be used for developing tools to provide effective assistance to increase subjective well-being level of young people during their study at universities. The priority is the search for mechanisms to control students' emotional well-being (depending on their gender), thus influencing their of happiness level and life satisfaction.

Keywords: subjective well-being, students, gender, emotional states, happiness, satisfaction with life.

Введение

Многие из сторонников гедонистического направления указывают так или иначе на принадлежности к субъективному благополучию личности таких феноменов, как удовлетворенность жизнью, счастье и баланс эмоциональных состояний. На наш взгляд, именно эти психологические явления, а также связи между ними,

и образуют в совокупности трёхкомпонентную структуру субъективного благополучия.

Когнитивный компонент в структуре субъективного благополучия представлен удовлетворенностью жизнью. Это понятие обычно отражает субъективную оценку человеком объективных обстоятельств его жизни в зависимости от уровня притя-

заний (Беляева 2009). В отличие от показателей, основанных на эмоциональном восприятии, уровень удовлетворенности имеет большую устойчивость во времени и состоит из отношения людей к различным областям, которые охватывают в совокупности все стороны их жизни и формируют у них общую оценку (Schimmack 2008).

Эмоционально-когнитивный компонент благополучия представлен счастьем. Данный феномен выступает субъективным состоянием, сопровождаемым высокой интенсивностью переживания эмоциональных состояний положительной направленности (Леонтьев 2020). При этом как оценка, так и ощущение счастья находятся в зависимости от различных факторов, среди которых доминирующее влияние отведено особенностям социальных отношений (Андреевская 2010).

Эмоциональный компонент в структуре субъективного благополучия представлен эмоциональным самочувствием. Его влияние на уровень общего субъективного благополучия может зависеть от ряда характеристик, среди которых самой значимой является частота разных эмоциональных состояний (Ryff, Keyes 1995). При рассмотрении эмоциональных состояний в обобщенном виде следует сказать, что к показателям благополучия относится не только доминирование эмоций, положительных по знаку, но и баланс между переживанием и проявлением различных состояний (Ильин 2001). В ходе исследования взаимосвязи компонентов субъективного благополучия и эмоциональных состояний, как правило, авторы отмечают их тесную интеграцию, однако без конкретизации отдельных состояний (Трошихина, Манукян 2017).

На фоне общей значимости всех представленных компонентов субъективного благополучия особого внимания, на наш взгляд, требует эмоциональный, что актуализирует потребность в изучении взаимосвязи разнообразных эмоциональных состояний со счастьем или удовлетворен-

ностью, особенно у молодых людей в студенческий период жизни.

Материалы и методы

С целью изучения взаимосвязи счастья и удовлетворенности с эмоциональным самочувствием у молодежи студенческого возраста мы обследовали 310 студентов восьми высших учебных заведений г. Омска (120 юношей и 190 девушек 17–24 лет). Психодиагностический комплекс составили: Индекс оценки аффекта (AVI; Tsai, Knutson, Fung 2006); Шкала взаимозависимого счастья (IHS; Hitokoto, Uchida 2015); Шкала удовлетворенности жизнью (SWLS) E. Diener в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. Н. Осина (Леонтьев, Осин 2008); авторская анкета. Обработка данных включала первичные описательные статистики, факторный и корреляционный анализ.

Результаты и их обсуждение

По результатам корреляционного анализа между большинством компонентов субъективного благополучия у юношей и девушек мы предсказуемо определили значимую связь: прямую с положительно направленными состояниями и обратную с отрицательными. В структуре субъективного благополучия у юношей и девушек мы также выявили прямую значимую связь уровня счастья и удовлетворенности жизнью (см. рисунок 1).

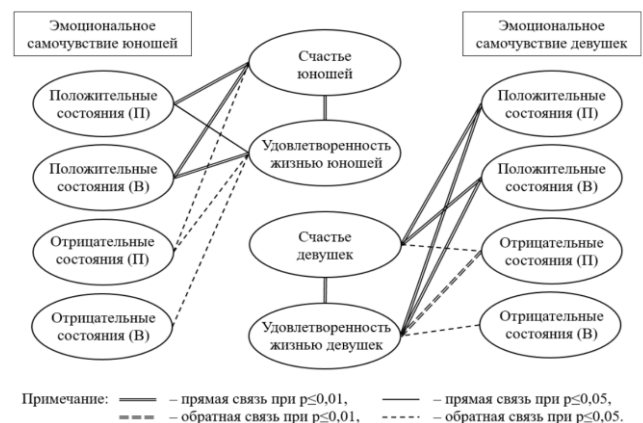


Рисунок 1. Взаимосвязь удовлетворенности жизнью и счастья с переживанием (П) и выражением (В) положительных и отрицательных эмоциональных состояний у юношей и девушек

Наличие взаимных связей, вероятно, свидетельствует о том, что когнитивная оценка разных жизненных событий, на основании которых складываются счастье и удовлетворенность молодого человека жизнью, сопровождается эмоциональными реакциями в виде переживания и выражения разных эмоций, а проявление своего отношения к объектам с помощью эмоций, как и возникновение их лишь на уровне переживаний, наоборот, учитывается в ходе оценки молодежью своей жизни, что отражается на ее удовлетворенности и счастье.

На основании структуры эмоциональной сферы юношей и девушек, выявленной с помощью факторного анализа, была установлена ее связь с уровнем счастья и удовлетворенности молодежи. У девушек на уровне переживания мы можем наблюдать прямую значимую связь между слагаемыми их субъективного благополучия и следующими факторами эмоционального самочувствия: «Гармония и позитивный настрой» (12,3 % от общей дисперсии), «Переживание неповторимости» (7,54 % от общей дисперсии), «Расслабленность» (4,69 % от общей дисперсии) (см. рисунок 2).

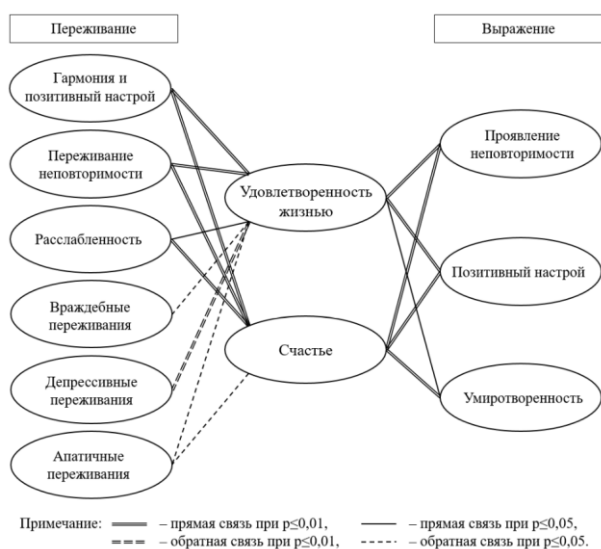


Рисунок 2. Взаимосвязь удовлетворенности жизнью и счастья с компонентами эмоционального самочувствия на уровне переживания и выражения у девушек

В состав фактора «Гармония и позитивный настрой» вошли разные положительные состояния: умиротворение, веселье, приподнятое настроение, спокойствие, уверенность в себе, эйфория, гордость и энтузиазм. Эти переживания значимо отличаются по своей интенсивности. Так, спокойствие и умиротворение не обладают выраженной силой, в то время как веселье, эйфория и энтузиазм, наоборот, всегда переживаются активно. Вероятно, базируясь на состояниях спокойствия и умиротворения, не связанных с внутренними противоречиями и конфликтами, девушкам может быть легче испытывать радостные эмоции, ценить себя, не сомневаться в своем выборе и демонстрировать уверенность в себе.

Фактор «Переживание неповторимости» состоит из уникальности, влюбленности и уважения. Данные состояния предположительно связаны с тем, что девушки, которые склонны испытывать симпатию, видят в объекте своих чувств прежде всего сильные стороны, значимо отличающие его от других и вызывающие чувство уважения к их ценности. Кроме того, если состояние влюбленности взаимно, они могут чувствовать свою ценность и уникальность в сравнительном контексте того, что партнер проявляет интерес именно к ним.

Фактор «Расслабленность» в структуре внутренних переживаний девушек представлен лишь одноименным состоянием, обозначающим сниженную активность в период отдыха, которая не связана с переживанием других эмоциональных состояний, однако положительно взаимосвязана со счастьем, ввиду долгожданного восполнения сил.

При этом отрицательную связь мы можем наблюдать между «Враждебными» (11,64 % от общей дисперсии), «Депрессивными» (10,03 % от общей дисперсии) и «Апатичными переживаниями» (7,15 % от общей дисперсии) и удовлетворенностью, а также между «Апатичными переживаниями» и уровнем счастья.

В состав фактора «Враждебные переживания» вошли переживания, имеющие

негативный знак: ненависть, враждебность, гнев и отвращение. Данные состояния могут возникнуть вследствие фрустрации потребностей и невозможности достигнуть девушками цели из-за вмешательства в их жизнь разных факторов, закономерно вызывающих антипатию и неприязнь. Переживание любого названного состояния может не только нарастать при многократном столкновении с эмоциональным раздражителем, но также провоцировать возникновение прочих переживаний в рамках фактора, суммируя их разрушительную силу.

Фактор «Депрессивные переживания» также включает отрицательные состояния: грусть, страх, тоску, волнение, депрессию. Страх и волнение девушки могут ощущать при ожидании различных неприятных ситуаций, влияние которых для них может означать утрату безопасности или, как минимум, устойчивого положения вещей. Грусть и тоска могут быть результатом недовольства собой или обстоятельствами, которые они не в силах изменить. Что касается депрессии, все названные состояния могут либо сопровождать ее, либо указывать на вероятность появления в дальнейшем.

Третий негативный фактор «Апатичные переживания» включает лень, сонливость, нервозность и скуку. Переживание лени и скуки характеризуется пассивным поведением и может приводить к сонному состоянию. При этом если лень ассоциируется с расслабленным и безучастным поведением, скуку сопровождает беспокойство, схожее с нервозностью, вызванное неудовлетворенностью каким-либо занятием. Сонливость, вызванная недосыпом, на наш взгляд, также может выступать не только следствием, но и причиной раздражительности и сниженной мотивации к работе.

При рассмотрении взаимосвязи удовлетворенности и счастья с факторами в структуре самочувствия у девушек, *на уровне внешнего проявления* стоит отметить у них достоверную прямую связь

с «Проявлением неповторимости» (9,9 % от общей дисперсии), «Позитивным настроением» (7,84 % от общей дисперсии) и «Умиротворенностью» (6,77 % от общей дисперсии).

Фактор «Проявление неповторимости» состоит из положительно направленных эмоциональных состояний – уважения, уникальности, благодарности, влюбленности и энтузиазма. Сопоставляя их с похожим фактором *на уровне переживания*, стоит отметить, что найденные различия касаются внешнего проявления энтузиазма с благодарностью. Присутствие двух данных состояний в рамках фактора можно объяснить тем, что те девушки, которые переживают уважение или влюбленность к людям, могут считать уместным демонстрировать свою признательность за проявление ими внимания или поддержки, а также проявлять активный интерес или предпринимать какие-либо действия, стремясь расположить их и произвести благоприятное впечатление.

Фактор «Позитивный настрой» образует проявление четырех положительно направленных переживаний, включающих приподнятое настроение, веселье, эйфорию и уверенность в себе. Мы склонны полагать, что у девушек внешнему проявлению радостных, беззаботных состояний может способствовать уверенность в себе, располагающая их к открытой демонстрации своих переживаний без страха спровоцировать непонимание или неодобрение других.

Фактор «Умиротворенность» включает проявление всех положительных эмоциональных состояний со слабо выраженной интенсивностью, а именно: спокойствия, умиротворения, расслабленности и безмятежности. Данные состояния свободны от необоснованного беспокойства, переживаемого, как правило, при ожидании важных или пугающих событий. На этом основании можно предположить, что сохранение внешне спокойного, уравновешенного состояния случается либо из-за того, что в жизни девушек определенные события

не кажутся значимыми для них, либо в условиях определенности по отношению к благоприятным перспективам.

В соответствии с данными корреляционного анализа у юношей на уровне переживания мы можем констатировать прямую связь счастья и удовлетворенности с такими факторами как «Позитивный настрой» (13,04 % от общей дисперсии) и «Оценка достоинств» (8,5 % от общей дисперсии), а также связь обратного характера с таким фактором как «Апатия» (9,01 % от общей дисперсии) (см. рисунок 3).

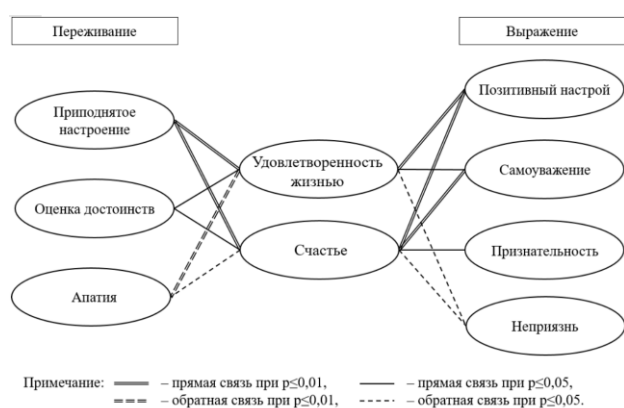


Рисунок 3. Взаимосвязь удовлетворенности жизнью и счастья с компонентами эмоционального самочувствия на уровне переживания и выражения у юношей

Результатом объединения приподнятого настроения, веселья, уверенности, умиротворения, спокойствия и расслабленности выступил фактор «Позитивный настрой». Связь может обозначать, что юноши, часто переживающие веселое настроение, имеют склонность к оптимизму и в меньшей степени предрасположены к эмоциональному накручиванию, ввиду чего они могут также часто переживать уравновешенные состояния спокойствия, связанные с отсутствием часто надуманных тревог.

Фактор «Оценка достоинств» включает положительно направленные состояния: уважение, уникальность, гордость и благодарность. Это может означать, что юноши, часто испытывающие уважение и благо-

дарность, вследствие рефлексии могут положительно оценивать свои переживания и чувствовать свою личную ценность, в том числе при сравнении с другими.

Фактор «Апатия», состоящий из лени, сонливости и безмятежности, скорее, говорит о том, что юношам, испытывающим безмятежность, не свойственно часто тревожиться о будущих последствиях, из-за чего они чаще ведут себя расслабленно, пассивно. Данная связь также может обозначать, что безмятежность и сонливость в жизни юношей следуют вместе с ленью.

На уровне внешнего проявления эмоциональных состояний юношей с компонентами благополучия напрямую связаны такие факторы как «Позитивный компонент субъективного благополучия настрой» (9,89 % от общей дисперсии), «Самоуважение» (8,43 % от общей дисперсии) и «Признательность» (6,56 % от общей дисперсии), а также в обратной связи с фактором «Неприязнь» (11,27 % от общей дисперсии).

Фактор «Позитивный настрой» состоит из веселья, приподнятого настроения и уверенности в себе. На наш взгляд, общая удовлетворенность юношами миром и собой, находит отражение в переживании и проявлении приподнятого настроения и веселья, приводя к тому, что они, испытывая внутренний комфорт на фоне безопасной ситуации, чаще показывают окружающим уверенность в себе и своих силах.

Состав фактора «Самоуважение» представлен сочетанием трех положительных эмоциональных состояний – гордости, эйфории, уникальности. Источником открытой демонстрации данных переживаний может выступать успех при достижении юношами желанных целей, который провоцирует у них кратковременный, но сильный радостный подъем, а также формирует высокую оценку собственных способностей.

Фактор «Признательность» включает уважение и благодарность. Данные состояния показывают проявление юношами доброжелательного отношения к другим,

в котором признается их личностное достоинство, а также ценность совершенных ими действий. Юноши, переживающие счастье, чаще показывают уважение и благодарность в ходе общения с другими, оценивая высоко все позитивные аспекты своей жизни и воздавая должное тем, кто причастен к их возникновению. Мы также допускаем, что юноши, которые активно демонстрируют признательность, наоборот, становятся счастливее за счет того, что чаще акцентируют внимание на позитиве, чувствуя приятное внимание в ответ со стороны людей, с которыми они были добры и вежливы.

Наконец фактор «Неприязнь» содержит состояния, имеющие негативный знак – гнев, скуку, ненависть, враждебность, нервозность и отвращение. Заметим, что взаимосвязь внешнего проявления большинства состояний, на наш взгляд, может являться следствием схожих причин для их возникновения, связанных главным образом с неодобрением и неприятием каких-либо объектов. В этом контексте проявление значимо выделяющейся из общего смыслового ряда скуки, как мы считаем, также может означать потерю интереса по причине отрицательной оценки юношами определенного объекта.

Предполагая, что в выявленной взаимосвязи компонентов субъективного благополучия и разных групп эмоциональных состояний, первичным выступает счастье (или удовлетворенность), стоит сказать, что девушки, которые его (ее) переживают, не только часто ощущают положительные состояния, но и редко испытывают многие из отрицательных – от депрессивных до враждебных.

В это же время эмоциональная экспрессия всех отрицательных состояний у девушек никак не связана со счастьем (или удовлетворенностью), ввиду чего наличие или отсутствие у них внешнего проявления гнева, печали или скуки не может говорить о счастье и о том, довольны ли девушки жизнью. На наш взгляд, это объясняется их склонностью притворно демон-

стрировать или скрывать многие отрицательные состояния, вопреки важности их проявления для поддержания взаимопонимания между людьми.

Что же касается положительных эмоциональных состояний, взаимосвязанные с удовлетворенностью и счастьем факторы, а также состояния, которые их образуют, схожи при их переживании и проявлении, за исключением того, что при переживании реакции у девушек не столь дифференцированы, как при проявлении: чем девушки более счастливы или довольны, тем чаще они внутреннее переживают состояния, объединенные в фактор «Гармония и позитивный настрой» и тем чаще они демонстрируют схожие состояния, объединенные в разные факторы – «Позитивный настрой» и «Умиротворенность», что, вероятно, объясняется уместностью строго определенных реакций в ответ на разные, ответственные за них стимулы.

Рассматривая корреляции, найденные у юношей, можно отметить схожую закономерность: чем они более счастливы, тем чаще признают ценность чего-либо, переживая состояния из фактора «Достойная оценка», а также чаще демонстрируя «Признательность» и «Самоуважение», в которых состояния обращены либо к другим людям, либо к себе, но не одновременно.

В это же время, юноши, лишенные счастья и удовлетворенности, чаще переживают состояния, объединенные в фактор «Апатия», однако внешне чаще демонстрируют разнообразные эмоции, которые принадлежат фактору «Неприязнь». Возможно, юноши, которым общество предписывает предприимчивость, активность и способность взять контроль над ситуацией, даже испытывая состояние несчастья, реже показывают безразличие и безучастность, желая утаить свое бессилие перед проблемой. При этом демонстрация такого фактора как «Неприязнь» у несчастливых юношей может быть связана с попыткой самоутвердиться с помощью объекта антипатии, либо (учитывая связь несчастья только с внешним проявлением

ненависти и прочих состояний) способом показать всем окружающим свое сравнительное превосходство или, как минимум, соответствие определенным ожиданиям и «норме», продемонстрировав решительность и силу.

В ходе сопоставления гендерных групп по содержанию выявленных взаимосвязей разных факторов со счастьем или удовлетворенностью, нам показались интересными следующие особенности: чем больше девушки довольны своей жизнью, тем реже они ощущают состояния, принадлежащие к факторам «Депрессивные» или «Враждебные переживания», в то время как у юношей счастье и удовлетворенность не взаимосвязаны с похожими по своему составу факторами в их эмоциональной сфере, что означает, что у молодых людей переживание печали или гнева не зависит от того, в какой мере они довольны своей жизнью, и от того, является их жизнь счастливой или нет. Кроме того, чем девушки более счастливы или довольны, тем чаще они проявляют «Умиротворенность», в отличие от юношей, не проявляющих в аналогичных состояниях пассивно-позитивные переживания. Интересно, что юноши по мере снижения уровня счастья могут все чаще проявлять переживания, имеющие негативный знак (и образующие фактор «Неприязнь»), тогда как у девушек аналогичная ситуация не сопровождается никакой отрицательной экспрессией, несмотря на более частое внутреннее переживание нескольких групп эмоциональных состояний, отрицательных по знаку.

Выводы

Центром структуры субъективного благополучия в студенческом возрасте выступает эмоциональный компонент. Все компоненты субъективного благополучия студентов взаимосвязаны между собой (за исключением проявления отрицательных эмоций). При этом в группе девушек связь удовлетворенности с переживанием эмоциональных состояний положительных и отрицательных по знаку более тесная, чем в группе юношей. Гендерная специфика взаимосвязи удовлетворенности и счастья с факторами в структуре эмоциональной сферы студентов (особенно на уровне переживаемых состояний), касается количественного преобладания значимых связей в группе девушек на фоне качественного разнообразия взаимосвязанных эмоциональных групп с такими компонентами благополучия как удовлетворенность и счастье. Полученные результаты могут выступать основой для разработки необходимых мер для оказания эффективного содействия повышению уровня субъективного благополучия молодежи в особо значимый студенческий период. Поскольку составляющие субъективного благополучия студентов тесно взаимосвязаны, для повышения его общего уровня следует делать акцент на контроле эмоционального самочувствия и повышении уровня счастья, предполагая одновременное изменение остальных компонентов в том же направлении.

Литература

- Андрееенкова, Н. В. (2010) Сравнительный анализ удовлетворенности жизнью и определяющих ее факторов. *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*, № 5 (99), с. 189–215.
- Беляева, Л. А. (2009) Уровень и качество жизни. Проблемы измерения и интерпретации. *Социологические исследования*, № 1, с. 33–42.
- Ильин, Е. П. (2013) *Эмоции и чувства*. СПб.: Питер, 784 с.
- Леонтьев, Д. А. (2020) Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля. *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*, № 1 (115), с. 14–37. DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.02.

- Осин, Е. Н., Леонтьев, Д. А. (2008) *Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия*. [Электронный ресурс]. URL: <https://psy.hse.ru/data/2013/03/30/1294447263/%D0%9E%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%9B%D0%B5%D0%BE%D0%BD%D1%82%D1%8C%D0%B5%D0%B2%202008.pdf> (дата обращения 01.10.2020).
- Трошихина, Е. Г., Манукян, В. Р. (2017) Тревожность и устойчивые эмоциональные состояния в структуре психоземotionalного благополучия. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, № 7 (3), с. 211–223. DOI: 10.21638/11701/spbu16.2017.302
- Hitokoto, H., Uchida, Y. (2015) Interdependent happiness: Theoretical importance and measurement validity. *Journal of Happiness Studies*, vol. 16 (1), pp. 211–239. DOI: 10.1007/s10902-014-9505-8
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M (1995) The Structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69(4), pp. 719–727. DOI: 10.1037/0022-3514.69.4.719
- Schimmack, U. (2008) The structure of subjective well-being. *The science of subjective well-being*, vol. 54, pp. 97–123.
- Tsai, J. L., Knutson, B., Fung, H. H. (2006) Cultural variation in affect valuation. *Journal of personality and social psychology*, vol. 90 (2), pp. 288–307. DOI: 10.1037/0022-3514.90.2.288

References

- Andreenkova, N. V. (2010) *Sravnitel'nyi analiz udovletvorennosti zhizn'yu i opredelyayushchikh ee faktorov* [Comparative analysis of life satisfaction and factors determining it]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ehkonomicheskie i sotsial'nye peremeny — Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, vol. 5 (99), pp. 189–215. (In Russian)
- Belyaeva, L. A. (2009) *Uroven' i kachestvo zhizni. Problemy izmereniya i interpretatsii* [Level and Quality of Life. Problems of Measurement and Interpretation]. *Sotsiologicheskie issledovaniya — Sociological Research*, vol. 1, pp. 33–42. (In Russian)
- Il'in E.P. (2013) *Ehmotsii i chuvstva* [Emotions and feelings]. Saint Petersburg: Piter Publ., 784 p. (In Russian)
- Hitokoto, H., Uchida, Y. (2015) Interdependent happiness: Theoretical importance and measurement validity. *Journal of Happiness Studies*, vol. 16 (1), pp. 211–239. DOI: 10.1007/s10902-014-9505-8 (In English)
- Leont'ev, D. A. (2020) *Schast'e i sub"ektivnoe blagopoluchie: k konstruirovaniyu ponyatiinogo polya* [Happiness and Well-Being: Toward the Construction of the Conceptual Field]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: Ehkonomicheskie i sotsial'nye peremeny — Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, vol. 1 (115). P.14-37. DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.02 (In Russian)
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M (1995) The Structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69 (4), pp. 719–727. DOI: 10.1037/0022-3514.69.4.719 (In English)
- Osin, E. N., Leont'ev, D. A. (2008) *Aprobatsiya russkoyazychnykh versii dvukh shkal ehkspress-otsenki sub"ektivnogo blagopoluchiya* [Approbation of Russian versions the two scales for express-assessment of subjective well-being]. [Online]. Available at: <https://psy.hse.ru/data/2013/03/30/1294447263/%D0%9E%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%9B%D0%B5%D0%BE%D0%BD%D1%82%D1%8C%D0%B5%D0%B2%202008.pdf> (accessed 01.10.2020). (In Russian)

- Schimmack U. (2008) The structure of subjective well-being. *The science of subjective well-being*, vol. 54, pp. 97–123. (In English)
- Troshikhina, E. G., Manukyan, V. R. (2017). Trevozhnost' i ustoichivye ehmtsional'nye sostoyaniya v strukture psikhoehmtsional'nogo blagopoluchiya [Anxiety and stable emotional states in the structure of psycho-emotional wellbeing]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Psikhologiya — Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, vol. 7 (3), pp. 211–223. DOI: 10.21638/11701/spbu16.2017.302 (In Russian)
- Tsai, J. L., Knutson, B., Fung, H. H. (2006) Cultural variation in affect valuation. *Journal of personality and social psychology*, vol. 90 (2), pp. 288–307. DOI: 10.1037/0022-3514.90.2.288 (In English)