

на глобально завышенное представление о себе. Такая удовлетворенность собой по большей части носит ярко выраженный защитный характер. Это те случаи, когда человек «закрит», нечувствителен ни к своим ошибкам, ни к замечаниям и оценкам окружающих. В других случаях может выражать инфантилизм, самоудовлетворенность и др. однако более полно охарактеризовать данный вариант очень трудно.

Различные варианты взаимосвязи самооценки и уровня притязаний показывают неоднозначность и сложность таких личностных характеристик. Вместе с тем, данная методика полезна для получения оперативной информации, позволяющей выделять тех студентов, которым необходима помощь в коррекции самооценки и формировании адекватного притязания в различных личностных свойствах и качествах.

2.3 Эмоциональное благополучие студентов Белорусского государственного университета культуры и искусств

Алехнович Е. Ч.

Как объект научного осмысления феномен эмоционального благополучия личности привлек к себе интерес исследователей во второй половине XX века. Первоначально эту тему затронули в своих работах западные исследователи. Пик интереса к данному феномену в западной психологии пришелся на 80-е годы XX века. Как отмечают Д. Майерс и Э. Динер, количество упоминаний понятий «благополучие», «счастье» и «удовлетворенность жизнью» в журнале «Psychological Abstract» увеличилось в пять раз, до 780 статей ежегодно» [55]. В отечественной психологии рост интереса к данной проблеме приходится на последнее десятилетие XX века [49].

Несомненное влияние на интерес к этой теме оказали те психологические направления, которые как раз и ориентировались на такие категории как самоактуализация, гуманизм, внутренняя свобода и др. К их числу можно отнести гуманистическую, позитивную психологию и др. Представителями данных направлений, прежде всего можно назвать Дж. Бюдженталя, С. Джуларда, А. Маслоу, К. Роджерса, В. Франкла, Э. Фромма и др.

На сегодняшний день к числу исследователей наиболее активно занимающихся изучением этого явления можно отнести Э. Динера, К. Питерсена, Р. Райна и К. Шелдона. Среди российских исследователей эта проблема раскрывается в отдельных эмпирических исследованиях Н. К. Бахаревой, М. В. Бучацкой, А. В. Ворониной, О. Ю. Даниловой, А. Е. Созонтова, П. П. Фесенко, Т. Д. Шевеленковой и др.

В то же время, несмотря на повышенный интерес к этой теме, исследователи, например, К. Рифф, отмечают выраженную размытость понятия «эмоциональное благополучие», его неоднозначную интерпретацию. Пока не сформулирована общепризнанная его дефиниция. Рассмотрим наиболее популярные и интересные взгляды на эту проблему.

Так, например, феномен эмоционального благополучия интересно укладывается в теорию Э. Фромма об экзистенциальной дихотомии между стремлением «иметь» и стремлением «быть». «Иметь» – стремление приобретать внешне заданные ценности и оценка себя с точки зрения соответствия интернализированным стандартам. «Быть» – стремление к реализации собственной личности и стать тем, кем человек может стать.

Э. Фромм обнаружил, что люди, стремящиеся «быть», чаще оказываются более счастливыми. Это происходит, скорее всего, потому, что

они не страдают из-за несоответствия своего положения общепринятым стандартам и ориентируются на индивидуализированные ценности. Т. Кассер позже назвал это явление «высокой ценой материализма». Стремление приобретать как можно больше вынуждает современного человека вместо самоактуализации соответствовать искусственному образу «Я», что приводит к дефициту подлинных и тесных взаимоотношений. И в таком случае об эмоциональном благополучии речи и быть не может.

М. Аргайл (2003) связывает эмоциональное благополучие с социально-психологическими факторами – устойчивостью положения в обществе, уровнем самооценки и психологической напряженности в семье и т. д. Подобную точку зрения поддерживают и отечественные ученые, такие как Н. В. Дмитриева (2006), В. А. Труфакин (1994) и др., подчеркивая взаимозависимость социальных и психоэмоциональных проблем.

Психофизиологические представления об эмоциональном благополучии (В. М. Бехтерев (1991), К. Э. Изард (2000), П. В. Симонов (1970) и др.) отмечают тесную связь психического и физического здоровья человека. Психоаналитическая теория в лице М. Кляйн (1997), Э. Джекобсон (1996), М. Малер (1975), Д. Пайнз (1997) вскрывает причинно-следственную связь между эмоциональным благополучием, особенностями протекания раннего периода развития личности и соматическими патологиями.

Несмотря на такое разнообразие трактовок все же можно выделить два основных подхода – гедонистический (от греч. *hedone* - «наслаждение») и эвдемонистический (от греч. *eudaimonia* - «счастье, блаженство») [49].

В рамках гедонистического подхода психологическое благополучие определяется через достижение удовольствия и избегание неудовольствия, при этом удовольствие – это не только телесное удовольствие, но и

удовлетворение от достижения значимых целей. В качестве наиболее общего индикатора психологического благополучия сторонниками данного подхода принимается «переживание счастья» или «субъективное благополучие» человека.

Эвдемонистический подход разрабатывается преимущественно в рамках гуманистической психологии. Среди авторов, занимавшихся теоретической разработкой вопроса об основных «контурах» психологического благополучия, в рамках этого подхода, как уже отмечалось, Дж. Бюдженталь, А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм, Г. Оллпорт. С позиции данного подхода психологическое благополучие рассматривается как «полнота самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах, нахождение «творческого синтеза» между соответствием запросам социального окружения и развитием собственной индивидуальности» [49].

В рамках эвдемонистического подхода одной из первых предприняла попытку построения интегральной, многомерной модели психологического благополучия в 1950-х гг. М. Ягода. Она выделила шесть основных измерений психологического благополучия: самопринятие (высокая самооценка, выраженное чувство идентичности); личностный рост (мера самоактуализации); интегрированность (способность к совладанию со стрессовыми ситуациями); автономность (независимость от влияния социального окружения); точность восприятия реальности (социальная восприимчивость); компетентность в отношении окружающей социальной среды (способность к социальной адаптации и эффективному решению проблем).

В современной психологии эти идеи развила и дополнила до

многомерной модели психологического благополучия американская исследовательница К. Рифф. Ее модель, помимо идей М. Ягоды, опирается также на анализ концепций различных авторов (Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Оллпорта, К. Роджерса, Э. Эриксона, К. Юнга и других). В окончательном варианте эта модель психологического благополучия включает шесть основных составляющих:

- автономия,
- управление окружением,
- личностный рост,
- положительные отношения с другими
- наличие цели в жизни,
- самопринятие.

Под автономией понимается способность быть независимым, отсутствие боязни противопоставить своё мнение мнению большинства, способность к нестандартному мышлению и поведению. Отсутствие достаточного уровня автономии ведёт к конформизму, излишней зависимости от мнения окружающих. Управление окружающей средой подразумевает наличие качеств, которые обуславливают успешное овладение различными видами деятельности, способность добиваться желаемого, преодолевать трудности на пути реализации собственных целей; в случае недостатка этой характеристики наблюдается ощущение собственного бессилия, некомпетентности, присутствует неспособность что-то изменить или улучшить для того, чтобы добиться желаемого.

Личностный рост предусматривает стремление развиваться, учиться и воспринимать новое, а также наличие ощущения собственного прогресса. Если по каким-то причинам личностный рост невозможен, то следствием

этого становится чувство скуки, стагнации, отсутствие веры в свои способности к переменам, овладению новыми умениями и навыками, при этом уменьшается интерес к жизни.

Под позитивными отношениями с окружающими подразумевается умение сопереживать, способность быть открытым для общения, а также наличие навыков, помогающих устанавливать и поддерживать контакты с другими людьми, желания быть гибким во взаимодействии с окружающими, умение прийти к компромиссу. Отсутствие этого качества свидетельствует об одиночестве, о замкнутости, неспособности устанавливать и поддерживать доверительные отношения, нежелании искать компромиссы.

Самопринятие отражает позитивную самооценку себя в своей жизни в целом, осознание и принятие не только своих положительных качеств, но и недостатков. Противоположность самопринятия – чувство неудовлетворённости собой, выражающееся в неприятии определённых качеств своей личности, неудовлетворённости своим прошлым.

Наличие жизненных целей сопряжено с переживанием осмысленности своего существования, ощущением ценности того, что было в прошлом, происходит в настоящем и будет происходить в будущем. Отсутствие целей в жизни влечёт за собой ощущение бессмысленности, тоски, скуки [10]. В соответствии с данной моделью разработан инструментарий для проведения исследований, который получил широкое распространение за рубежом под названием «Шкалы психологического благополучия К. Рифф». На сегодняшний день данная шкала считается наиболее адекватным диагностическим инструментом этого свойства у человека. С ее помощью в своем исследовании мы изучали эмоциональное благополучие студентов БГУКИ.

Выбирая определения данного понятия для своего исследования, мы остановились на определении предложенном С. А. Водяха. Согласно этому автору данное понятие можно определить как устойчивое психическое свойство, состоящие в доминировании положительных эмоций, наличии тесных взаимоотношений, субъектной включенности в жизнедеятельность, осмысленности жизни и позитивной самомотивации [7].

Студенческий возраст (17 – 22 года) по своим психологическим параметрам является наиболее активным возрастом, в котором происходит профессиональное становление, формируются ценностные образования личности, определяющие жизненные цели и смыслы [6].

В то же время, нужно отметить, что режим дня студентов не отвечает гигиеническим требованиям; часто они сталкиваются с высокими учебными нагрузками, информационным перегрузом, что нередко приводит к развитию невротических состояний, что бесспорно, находит отражение на качестве усвоения ими знаний, формировании профессиональных компетенций.

Данный факт и обусловил цель нашего исследования – выявить уровень эмоционального благополучия (ЭБ) студентов БГУКИ. Как уже указывалось ранее диагностика данного качества студентов осуществлялась с помощью «Шкалы психологического благополучия К. Рифф». Данная шкала содержит 84 утверждения, которые испытуемый должен оценить по шестибальной системе с помощью следующих вариантов ответов: «абсолютно согласен», «скорее согласен», «кое в чем согласен», «кое в чем не согласен», «скорее не согласен», «абсолютно не согласен». Обработка результатов сводилась к подсчёту набранных баллов. Они суммировались по следующим шкалам: «Самопринятие», «Автономия», «Управление средой», «Личностный рост», «Позитивные отношения с окружающими», «Цели в

жизни». Кроме того, рассчитывался индекс общего психологического благополучия путём суммирования баллов, полученных по всем шести шкалам.

Согласно русскоязычному варианту данной методики, предложенной Н. Н. Лепешинским, полученные результаты можно разделить на три уровня – высокий – от 63 баллов до 80 и более, средний – от 48 до 62 и низкий – менее 47 баллов. В нашем исследовании приняли участие 172 студента Белорусского государственного университета культуры и искусств, в т. ч. 136 девушек и 36 юношей, обучающихся на факультетах ТБК и СИ, ФИДК, ФММ. Полученные данные представлены в Таблице 1.

Таблица 1.

Результаты диагностики уровня эмоционального благополучия студентов БГУКИ (в баллах)

<i>Показатели эмоционального благополучия</i>	<i>Факультеты</i>			
	<i>ФИДК</i>	<i>ФММ</i>	<i>ФТБК (хореография)</i>	<i>ФТБК (режиссура)</i>
<i>Позитивное отношение</i>	65	62	62	58
<i>Автономия</i>	57	56	56	53
<i>Управление средой</i>	51	59	60	57
<i>Личностный рост</i>	65	68	68	66
<i>Цели в жизни</i>	61	67	65	63
<i>Общий уровень эмоционального благополучия</i>	55	60	58	51

Как видно, по всем шкалам уровень ЭБ студентов БГУКИ всех факультетов находится на среднем уровне. Полученные данные не имеют статистически значимых отличий. Мы можем говорить лишь о некоторых тенденциях, которые, на наш взгляд, все же стоят некоторого осмысления.

Как видно из таблицы 1, самый высокий уровень ЭБ характерен для студентов ФММ, в то время как самый низкий показатель данного качества был зафиксирован у студентов ФТБК, обучающихся по специальности режиссура. Так как общий показатель в данном случае складывался из суммы промежуточных вариантов, есть смысл проанализировать эти промежуточные данные отдельно. Как видно, у студентов-режиссеров наблюдается некоторый «провал» по показателю автономия. Данный показатель, как уже указывалось, обозначает способность респондента оставаться независимым, сохранять свою устойчивость в условиях внешнего давления.

В силу специфики своей будущей профессиональной деятельности, ориентированной на запросы зрителя, а также существующие в обществе мнения, потребности, студенты этой специальности изначально должны быть более чуткими к подобным внешним тенденциям. Полагаем, в какой-то степени такая их социальная гибкость – залог успешности в деятельности. В то же время профессия студентов ФИДК наименее «социально чувствительна», что и отражают наши данные. У этих респондентов данный показатель самый высокий по сравнению с испытуемыми других специальностей. Кроме того, студенты-режиссеры имеют самые низкие показатели и по таким шкалам, как позитивное отношение к другим и самопринятие. На наш взгляд, эти данные заставляют задуматься. Вероятно, объяснить это можно значительным эмоциональным напряжением

респондентов, которое сопровождает их деятельность, необходимостью быть в постоянном эмоциональном тоне, продуцировать новые режиссерские идеи и точно доносить их до аудитории. Полагаем, в таких условиях планка их личных притязаний, требовательность к себе неизбежно возрастают, и как следствие это отражается на характере их отношений с другими людьми. Сразу оговоримся, что это предположение носит лишь гипотетический характер и нуждается в дополнительной проверке.

Если останавливаться на выборке, имеющей наиболее благоприятные результаты по показателям ЭБ, то, как видно из таблицы, это студенты факультета музыкального искусства. У этих испытуемых на высоком уровне оказались такие показатели, как управление средой – 59 баллов – то есть возможность эффективно контактировать с окружающим миром и достигать свои цели, показатели направленности на личностный рост – 68 баллов, а также уровень самопринятия – 60 баллов. Считаем, данный факт опять-таки объясняется родом деятельности данных респондентов. Возможность находиться в пространстве творчества, но при этом не стоять перед необходимостью постоянно продуцировать собственные идеи и зависеть от других людей создает благоприятные условия для формирования у них достаточно высокого уровня ЭБ.

Помимо сравнения показателей ЭБ между студентами разных факультетов университета культуры и искусств, мы выявляли также и гендерные различия, проявившиеся у них в данном случае. Полученные данные отражены в диаграмме 1.

Как видно, ЭБ девушек по всем параметрам, кроме шкалы автономии несколько выше, чем у юношей. Наиболее существенные преимущества у них по таким показателям, как управление средой, личностный рост и

самопринятие. Отметим, что данные результаты во многом схожи с результатами исследований П. П. Фесенко и Е. Ю. Григоренко, которые также выявили у девушек-студенток более выраженные показатели ЭБ.

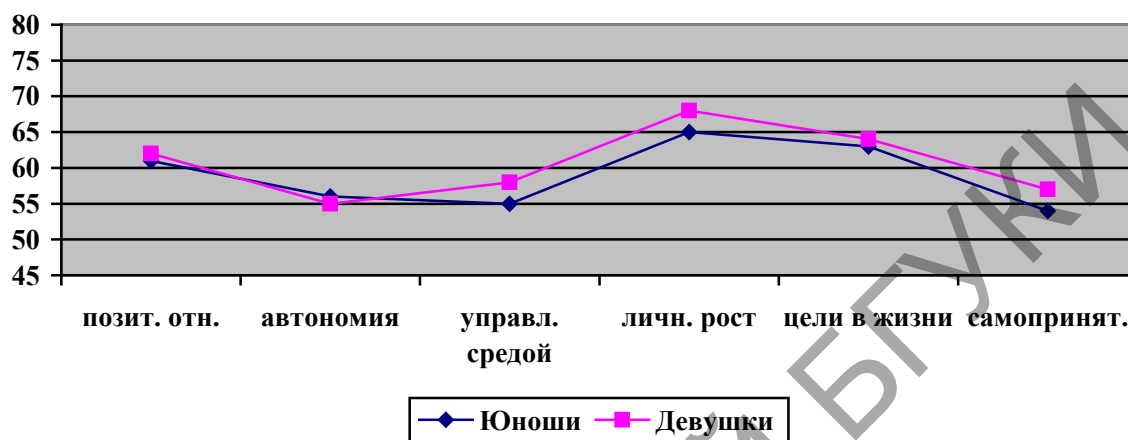


Рисунок 1. Гендерные различия в показателях ЭБ у студентов БГУКИ

Несмотря на то, что в целом полученные результаты по многим параметрам близки к уровню высокого эмоционального благополучия студентов, все же будет целесообразным рассмотреть возможные стратегии коррекции данной сферы испытуемых, т. к. описанная ситуация отражает показатель в среднем по факультетам. Однако в процессе анализа индивидуальных данных испытуемых встречались случаи, указывающие на необходимость коррекции у них данной сферы. Полагаем, основными способами коррекции могут быть более активное привлечение социально-психологической службы университета к процессу адаптации студентов к условиям обучения в вузе, а затем дальнейшего их сопровождения на протяжении всего периода обучения. Целесообразными могут оказаться и тематические мероприятия, связанные с проведением семинаров, мастер-классов, тренингов на соответствующую тематику.

Так, например, тренинг, являясь системой специально организованного интенсивного воздействия, может быть направлен в первую очередь на создание условий для развития самопознания и самопонимания, эмоциональной гибкости, рефлексии; изменения отношения к себе и другим, на выработку навыков саморегуляции, улучшение социальной адаптации участников, углубление опыта психологической интерпретации поведения других людей.

В процессе тренинга участники имеют возможность через механизмы эмпатии, идентификации и обратной связи с ведущим и группой, увидеть и осознать проблемные области своей личности, которые ранее не поддавались осознанию и вербализации в силу работы защитных механизмов, не позволяли раскрыть свой потенциал, ощущать позитивные эмоции, быть благополучным.

Тренинг, как форма групповой работы, выступает также в качестве тренажера, на котором в безопасной обстановке осваиваются и оттачиваются новые модели эффективного социального взаимодействия, преодолеваются комплексы, разрешаются интрапсихические конфликты и происходит избавление от стереотипов поведения и восприятия.

Опыт переживаний и сопереживания, полученный в процессе тренинговой работы группы, является значимым эмоциональным компонентом ряда таких эффектов, как децентрация, проявляющаяся в большей обращенности к партнерам по общению; развитие гуманистической установки в отношении партнеров; возрастание социально-психологической активности.

Таким образом, проведенное исследование выявило достаточно позитивную ситуацию в отношении показателей эмоционального

благополучия студентов университета культуры и искусств. Полагаем, во многом выявленные тенденции могут быть объяснены спецификой деятельности испытуемых, их выраженной ориентацией на творчество, которое, по мнению подавляющего большинства исследователей, обладает глубоким психотерапевтическим и стабилизирующим потенциалом. Кроме того, не исключено, что данный факт может быть объяснен и специфическими личностными особенностями студентов, которые бывают свойственны людям сферы искусства. Однако данное предположение носит лишь гипотетический характер и нуждается в дальнейшей проверке.

2.4 Ценностные мотивы овладения профессией

Еремеевкова Т.Н.

В современных условиях, когда общество вышло на новый уровень понимания и решения социально-культурных, политических, экономических проблем своего развития, возникает потребность в активных профессионалах, способных принимать самостоятельные решения и брать ответственность за их осуществление. Формирование новых представлений об активности человека требует изучения личностного потенциала субъекта деятельности, расшифровки внутренней мотивации его развития.

Деятельность специалиста направлена на социально-педагогическое, психолого-педагогическое, информационное, организационно-методическое содействие развитию личности в процессе производства, интерпретации, сохранения и распространения культурных ценностей.

Специалист обеспечивает полноценную реализацию функций социально-культурной деятельности, важнейшей из которых является культуuroохранная функция – изучение, сохранение, восстановление и