

<https://doi.org/10.52387/1811-5470.2025.3.11>
 CZU: 159.9/.922.8:373=161.1

ХАРАКТЕРИСТИКА ЛИЧНОСТИ ЮНОШЕЙ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПЕРЕЖИВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Татьяна КОЗМАН,
 докторанд, ассистент лектора,
 Кишиневский Государственный Педагогический
 Университет им. Иона Крянгэ, Кишинэу, РМ
 ORCID: 0000-0003-0284-2968
 E-mail: kozmantatiana@gmail.com

Резюме. Статья содержит описание результатов экспериментального исследования психологического благополучия и характеристик личности (стиль жизни, ценностных ориентаций) юношей. Теоретические взгляды на психологическое благополучие отражены в описании гедонистического и эвдемонистического направлений в изучении данного феномена. В констатирующий эксперимент были включены 195 юношей – ученики 10–12 классов. На всей выборке были проведены следующие методики: Шкала психологического благополучия (С. Ryff), Методика выявления стиля жизни у подростков и юношей (В. Руженков, В. Руженкова), Методика «Иерархия жизненных ценностей» (Г. Резапкина), Опросник «Антивита́льность и жизнестойкость» (О. Сагалакова, Д. Труевцев), Методика «Замаскированные фигуры» (К. Готтшальдт). В статье даётся описание психологических особенностей юношей старшеклассников с низким и высоким уровнями психологического благополучия, которых оказалось во всей выборке поровну (по 11%). Основанием для разделения выборки на группы с разным уровнем субъективного переживания психологического благополучия стали результаты интегрального показателя психологического благополучия по методике К. Рифф. Юноши с низким уровнем субъективного переживания психологического благополучия характеризуются высокими показателями антивита́льности (страхом социальной оценки, дисморфофобией, демонстративностью, беспомощностью, дисфункциональными отношениями с семьёй), низкими показателями жизнестойкости (потребность в социально-психологической поддержке), ценностью отдыха, полезависимостью и т.д. В группе юношей с высоким уровнем переживания психологического благополучия отмечается ценность семьи, наличие социально-психологической поддержки, тенденция к полнезависимости, отсутствие тревожности, беспомощности, руминаций; стремление к личностному росту в этой группе основано на желании справиться со своим нежелательным поведением и негативными отношениями с окружающими. Данные характеристики влияют на компоненты психологического благополучия: самопринятие, цели жизни, отношения с окружающими, управление средой, личностный рост. Итоги статистического анализа (с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмена) показали взаимосвязи показателей шкал психологического благополучия и шкал стилей жизни, ценностных ориентаций, антивита́льности и жизнестойкости и когнитивного стиля.

Ключевые слова: психологическое благополучие, стиль жизни, ценностные ориентации, когнитивный стиль, юноши.

CARACTERISTICILE PERSONALITĂȚII ADOLESCENȚILOR CU DIFERITE NIVELE ALE STĂRII PSIHOLOGICE DE BINE

Rezumat. Articolul descrie rezultatele unei cercetări experimentale privind bunăstarea psihologică și caracteristicile personalității (stilul de viață, orientările valorice) ale tinerilor. Abordările teoretice ale bunăstării psihologice sunt reflectate în modelele hedoniste și eudaimoniste. În cadrul experimentului de constatare au fost incluși 195 de adolescenți (elevi ai claselor a X-a și a XII-a). Pe întreg lotul de adolescenți au fost aplicate următoarele teste: Scala stării de bine (C. Ryff), Testul de evidențiere a stilului de viață la preadolescenți și adolescenți (V. Rujencov și V. Rujencova), Testul – ierarhia valorilor (G. Rezapkina), Chestionarul pentru examinarea antivitalității și rezilienței (O. Sagalakova) și Testul figurilor mascate (K. Godstald). Ca rezultat al administrării Scalei stării de bine (C. Ryff), menționăm că au fost identificate particularitățile psihologice ale adolescenților cu nivel redus (11%) și ridicat al stării de bine (11%). Adolescenții cu un nivel redus al stării de bine se caracterizează prin indici înalți de antivitalitate (frica de evaluare socială, dismorfofobie, demonstrativitate, neajutorare, relații disfuncționale cu familia). Totodată, la aceiași adolescenți se evidențiază un nivel scăzut de reziliență (nevoia de sprijin psihosocial), valorizarea odihnei,

dependență de câmp etc. La adolescenții cu un nivel ridicat al stării de bine, este importantă familia, existența suportului psihosocial, tendința spre independență de câmp, lipsa anxietății, neajutorării și rumațiilor, precum și dorința de a crește și a se dezvolta personal. Acești adolescenți manifestă dorința de a-și controla comportamentul nedorit și relațiile negative cu ceilalți. Starea de bine este influențată de componente precum: acceptarea de sine, scopurile în viață, relațiile cu ceilalți, gestionarea mediului și creșterea personală. Studiul corelației (cu aplicarea coeficientului de corelație Spearman) evidențiază asocieri între starea de bine și stilul de viață, orientările valorice, antivitalitate, reziliență și stilul cognitiv.

Cuvinte-cheie: stare de bine, stilul de viață, valori, stilul cognitiv, adolescenți.

PERSONALITY CHARACTERISTICS OF ADOLESCENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Summary. *The article presents a description of an experimental study aimed at assessing subjective well-being and personality characteristic (life style and value orientation) in adolescents. In our research we included 195 adolescents, pupils in grades 10 to 12. To investigate well-being and personality we administered on the whole adolescents the following instruments: the Psychological Well-being Scale (C. Ryff), the Lifestyle Assessment Test for Preadolescents and Adolescents V. Rujencov and V. Rujencova), the Value Hierarchy Test (G. Rezapkina), the Questionnaire for Assessing Antivitality and Resilience (O. Sagalakova) and the Embedded Figures Test (K. Godstald). As results, we identified and described in detail the interrelations between subjective well-being, lifestyle patterns, value orientations, antivitality, resilience and cognitive style in adolescence. The same number of adolescents have the low and the high level of well-being (11%). For the adolescent with low level of well-being are characterized by high indicators of antivitality (fear of social evaluation, dysmorphophobia, demonstrativeness, helplessness, dysfunctional family relationship) and low level of indicators of resilience (need for psychosocial support), a high-level value placed on leisure, field-dependence. Adolescents with high average on psychological well-being, the value of family and the presence of psychosocial supported are noted, along with a tendency field-independence, absence of anxiety, helpless, and ruminations. The desire for personal growth in this group is based on the wish to cope with undesirable behavior and negative relationship with other. This characteristic influence the components of psychological well-being well-being: self-acceptance, purpose in life, relationships with others, environmental mastery, and personal growth.*

The results of the statistical analysis (using Spearman's rank correlation coefficient) showed interrelationships between the scales of psychological well-being and the scales of lifestyles, value orientations, antivitality, resilience, and cognitive style.

Keywords: psychological well-being, life style, value orientations, cognitive style, adolescents.

Введение. Важность и необходимость изучения психологического благополучия учащихся: становление, поддержание, укрепление, - неоспоримы и становятся актуальным предметом современных психологических исследований. Психологическое благополучие всех субъектов учебной деятельности выступает одновременно и основой, и целью воспитательного и образовательного процессов. Современные учащиеся всё чаще обращаются за психологической помощью и поддержкой в связи с вопросами психического здоровья, поэтому возрастает необходимость поиска научных опор для формирования комплексного подхода к данному феномену [1, 2, 5, 6].

В имеющихся исследованиях психологического благополучия можно выделить 2 основных взгляда: *гедонистический* (эмоциональное переживание удовольствия и оценка выраженности положительных эмоций, получение поло-

жительных эмоций и позитивное реагирование на жизненные события – основные предметы исследования в гедонистической парадигме (N. Bradburn, E. Diener, E. Deci. и др.) и *эвдемонистический* (сосредоточен на смысле и высших целях жизни, на полноте самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах, нахождение «творческого синтеза» между запросом социального окружения и развитием собственной индивидуальности (J. Bugental, A. Maslow, C. Rogers, M. Jahoda и др.). Оба вида благополучия не исключают друг друга, а являются составными частями общего личностного благополучия, их наличие является необходимым для эффективного функционирования личности в современных условиях [1, 2, 5].

Психологическое благополучие как конструкт впервые стало рассматриваться и изучаться С. Ryff, которая предложила 6 структурных компонентов благополучия: *самопринятие*

(позитивное отношение к себе, признание и принятие множественных аспектов своего Я, принятие своих негативных аспектов и слабостей), *позитивные отношения с другими* (способность создавать доверительные и близкие отношения с другими людьми), *автономия* (самодетерминация, независимость и личностный контроль над текущими ситуациями, способность действовать, противостоя социальному давлению), *управление средой* (способность справляться с привычными обычными делами, участвовать в трудовой и семейной жизни), *целенаправленность жизни* (наличие целей жизни), *личностный рост* (развитие и использование имеющихся навыков, талантов, способностей, возможностей для реализации собственного потенциала) [2, 5, 6].

К юношескому возрасту в ходе своего онтогенетического развития личность должна приходить с созревшими и сформированными предпосылками и параметрами психического здоровья: интеллектуальные процессы, компоненты самооценки, опыт социального взаимодействия, нравственные идеалы, ценностные ориентации, эмоциональная саморегуляция и др. Если перечисленные параметры развиты и проявлены на оптимальном уровне, то можно считать, что психологическое благополучие юноши развивается в благоприятном ключе. Но существует и вектор дисгармоничного развития психологического благополучия юноши, когда он полон тревог, не находит источников удовольствия в повседневной жизни, находится в конфликтных отношениях с окружающими, негативно относится к себе и др. [6].

Со стороны системы образования в число задач обучения и воспитания должны входить и действия по профилактике тревожных и депрессивных расстройств, эмоционального выгорания, зависимостей; по формированию навыков жизнестойкости; по развитию сильных сторон учеников, его положительных взаимоотношений с собой и с окружающими, мотивационной сферы и т.д. – по развитию благополучия.

Методология исследования. Для того, чтобы знать, что необходимо развивать и предупреждать, важно составить картину благоприятных и неблагоприятных проявлений психологического благополучия у учащихся старших классов лицея. На основе результатов нашего исследования, и, в частности, по итогам

определения взаимосвязи показателей психологического благополучия со стилями жизни, ценностными ориентациями, компонентами жизнестойкости и антивитаальности, а также когнитивным стилем, представляется возможным составить портрет психологически благополучного старшеклассника-юноши.

Выборка состояла из 195 старшеклассников 10-12 классов 3-х лицеев муниципия Кишинэу, в возрасте от 16 до 19 лет, из которых 91 – молодые люди (мальчики) и 104 девушки.

Использованный инструментарий: Шкала психологического благополучия (С. Ryff), Методика выявления стиля жизни у подростков и юношей (В. Руженков, В. Руженкова), Методика «Иерархия жизненных ценностей» (Г. Резапкина), Опросник «Антивитаальность и жизнестойкость» (О. Сагалакова, Д. Труевцев), Методика «Замаскированные фигуры» (К. Готтшальдт). Статистический метод анализа данных: коэффициент ранговой корреляции r -Спирмена, (Spearman's rank correlation coefficient) [3, 4].

Распределение выборки по уровням субъективного переживания психологического благополучия осуществлялось на основе показателя по шкале «интегральный показатель общего психологического благополучия». На рисунке 1 показано процентное соотношение учащихся с разным уровнем переживания психологического благополучия.

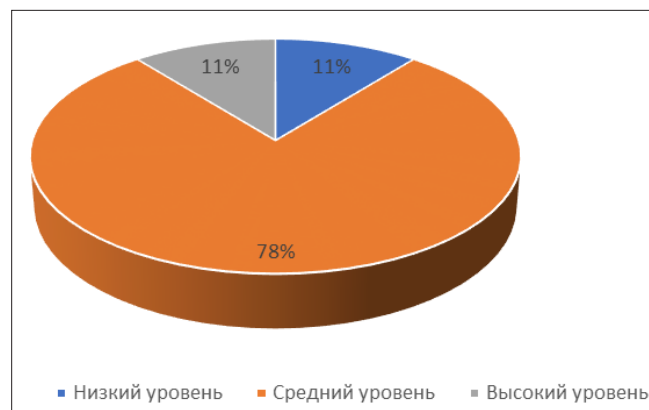


Рисунок 1. Процентное соотношение юношей с различным уровнем психологического благополучия

Большая процентная доля старшеклассников относится к группе со средним уровнем субъективного переживания психологического благополучия (153 учащихся – 78,5%). Низкий

и высокий уровни психологического благополучия переживаются одинаковым процентом учащихся (по 21 старшеклассник = по 10,8%).

Далее рассмотрим, как представлены стили жизни, ценностные ориентации, особенности жизнестойкости, когнитивные стили в группах старшеклассников с разным уровнем пережи-

вания психологического благополучия: низким, средним и высоким [3].

В группе юношей с **низким уровнем психологического благополучия (10,8%)** были отмечены следующие характеристики на основании корреляционного анализа показателей по всем шкалам.

Таблица 1. Статистические значения корреляции шкал психологического благополучия с остальными шкалами методик в группе с низким уровнем психологического благополучия

Шкалы	Показатель	Порог значимости
Самопринятие		
Демонстративность	0,648	P=0,002
Неопосредованность эмоций	-0,440	P=0,046
Функциональная семья	-0,459	P=0,036
Позитивный образ будущего	-0,510	P=0,018
Позитивные отношения		
Негативный образ настоящего и будущего	0,456*	P=0,038
Беспомощность	0,486*	P=0,026
Социально-психологическая поддержка	0,620**	P=0,003
Автономия		
Невротический стиль жизни	-0,50	P≤0,05
Страх негативной оценки	-0,600**	P=0,004
Дисморфофобия	-0,733**	P<0,001
Управление средой		
Антивитаальные переживания	-0,684**	P≤0,001
Негативный образ настоящего и будущего	-0,437*	P=0,047
Заброшенность	-0,578**	P=0,006
Беспомощность	-0,600**	P=0,004
Одиночество/недоверчивость	-0,548*	P=0,010
Функциональная семья	-0,445*	P=0,043
Позитивный образ будущего	-0,542**	P=0,011
Цели в жизни		
Психическая несостоятельность	0,50*	P≤0,05
Антивитаальные мысли	-0,456*	P=0,038
Тревожные руминации	0,507*	P=0,019
Удовлетворенность жизнью	0,489*	P=0,025
Личностный рост		
Ценность «отдых»	0,502*	P≤0,05
Импульсивность поведения	0,461*	P=0,036
Позитивный образ будущего	-0,486*	P=0,026

Пояснения к таблице: * - средняя интенсивность корреляции, ** - сильная интенсивность корреляции

На основании полученных показателей корреляции можно наблюдать следующие взаимосвязи:

- Шкала «самопринятие» напрямую коррелирует с «демонстративностью», обратно коррелирует с «неопосредованностью эмоций», «функциональной семьей» и «позитивным образом будущего».
- Шкала «позитивные отношения с окружа-

ющими» значимо коррелирует с такими показателями, как: «негативный образ настоящего и будущего», «беспомощность» и «социально-психологическая поддержка».

- Шкала «автономия» значимо обратно коррелирует с выбором «невротического стиля жизни», со «страхом негативной оценки» и «дисморфофобией».

- Шкала «управление средой» обратно коррелирует с «антивитальными переживаниями», «негативным образом настоящего и будущего», «заброшенностью», «беспомощностью», «одиночеством/недоверчивостью», «функциональной семьей» и «позитивным образом будущего».
- Шкала «цели в жизни» взаимосвязана с таким стилем жизни, как «психическая несостоятельность», отрицательно коррелирует с «антивитальными мыслями», положительно – с «тревожными руминациями» и «удовлетворенностью жизни».
- Шкала «личностный рост» значимо напрямую связана с ценностью «отдых», с «импульсивностью поведения» и обратной корреляцией – с «позитивным образом будущего».
- Средние значения в данной группе старшеклассников по когнитивному стилю указывают на то, что он характеризуется как полезависимый.

Таким образом, для юношей-старшеклассников с низким уровнем субъективного переживания психологического благополучия характерно получение ощущения принятия и самопринятия в случае, если они получают внимание к своему демонстративному поведению, находятся в конфликтных отношениях с семьей и окружающими, в случае, когда будущее представляется мрачным и неблагоприятным. Строят отношения с другими людьми на базе ощущения собственной ненужности или брошенности (негативных образов настоящего и будущего), демонстрации своей беспомощности и потребности в социально-психологической поддержке

от окружающих. Чем выше страх социальной оценки, в частности, страх отрицательной оценки своей внешности, тем ниже переживание чувства автономности и слабее действия по созданию независимости от мнения окружающих. Переживание себя как одинокого, брошенного, беспомощного, отсутствие представлений о возможностях самореализации в будущем, отсутствие ощущения поддержки семьи снижает способность управлять средой, ежедневными задачами, собственными целями. Отсутствие целей делает старшеклассника приверженцем стиля жизни, при котором он инфантильно воспринимает реальность, переживает дефицит информации и критической ее обработки – приверженцем стиля психологической несостоятельности. Старшеклассники, у которых отмечаются сложности с постановкой целей жизни, могут заметить за собой постоянное «застревание» на негативных мыслях, но, в то же время, оценивать качество своей учебной, социальной и личной жизни как удовлетворительная. Личностный рост ассоциируется у старшеклассников с низким уровнем психологического благополучия с отдыхом и спонтанностью/импульсивностью поведения, отталкиваются от негативного образа в будущем, т.е. выбирают мотивацию «от», мотивацию избегания. Когнитивный стиль этой группы старшеклассников характеризуется полезависимостью, т.е. внешние обстоятельства определяют внутренние, игнорируя индивидуальные.

В группе с **высоким уровнем** субъективного переживания психологического благополучия (10,8%) можно выделить некоторые характерные черты.

Таблица 2. Статистические значения корреляции шкал психологического благополучия с остальными шкалами методик с высоким уровнем психологического благополучия

<i>Шкалы</i>	<i>Показатель</i>	<i>Порог значимости</i>
Самопринятие		
Беспомощность	-0,512*	P=0,018
Непосредованность эмоций	-0,476*	P=0,029
Социально-психологическая поддержка	0,669**	P≤0,001
Позитивные отношения		
Ценность «семья»	0,740**	P≤0,01
Неопосредованность эмоций	-0,440*	P=0,046
Тревожные руминации	-0,528*	P=0,014
Социально-психологическая поддержка	0,548*	P=0,010
Автономия		
Негативный образ настоящего и будущего	-0,473*	P=0,030
Дисморфофобия	-0,457*	P=0,037

Управление средой		
Невротический стиль жизни	-0,59*	P≤0,05
Антивитальные мысли	-0,483*	P=0,027
Заброшенность	-0,580**	P=0,006
Страх негативной оценки	-0,519*	P=0,016
Тревожные руминации	-0,523*	P=0,015
Цели в жизни		
Заброшенность	-0,437*	P=0,048
Конфликт в семье	-0,575**	P=0,006
Склонность к асоциальному поведению	-0,471*	P=0,031
Личностный рост		
Антивитальные действия как совладание с напряжением	0,520*	P=0,016
Заброшенность	0,498*	P=0,022
Склонность к асоциальному поведению	0,479*	P=0,028

Пояснения к таблице: * - средняя интенсивность корреляции, ** - сильная интенсивность корреляции.

На основании полученных показателей корреляции можно отметить наличие следующих взаимосвязей:

- Шкала «самопринятие» обратно коррелирует с «непосредственностью эмоций» и «беспомощностью», напрямую коррелирует с «социально-психологической поддержкой»,
- Шкала «позитивные отношения с окружающими» значимо напрямую коррелирует с такими показателями, как: ценность «семья» и «социально-психологическая поддержка», обратно - «неопосредованность эмоций», «тревожные руминации».
- Шкала «автономия» значимо обратно коррелирует с «негативным образом настоящего и будущего» и с «дисморфофобией».
- Шкала «управление средой» обратно коррелирует с «невротическим» стилем жизни, «антивитальными мыслями», «заброшенностью», «страхом негативной оценки» и с «тревожными руминациями».
- Шкала «цели в жизни» отрицательно коррелирует с «заброшенностью», «конфликтом в семье» и «склонностью к асоциальному поведению».
- Шкала «личностный рост» значимо напрямую связана с «антивитальными действиями как способ снятия напряжения», с «заброшенностью» и со «склонностью к асоциальному поведению».
- Индекс полезависимости указывает на проявление когнитивного стиля старшеклассников как формирующегося с тен-

денцией к независимости и самостоятельности мышления – к полнезависимости.

Характеристика юношей-старшеклассников с высоким уровнем психологического благополучия позволяет отметить, в целом, их мотивационный вектор «от», т.е. тенденцию избегать негативного поведения, негативной оценки со стороны общества, отрицательного отношения к себе и т.д. Такую картину подкрепляют приведённые ниже аргументы — показатели отрицательной взаимосвязи между самопринятием и чувством беспомощности, самопринятием и непосредственностью эмоциональных реакций, когда при высоком значении одного параметра снижается значение другого.

Позитивные отношения с окружающими они выстраивают тогда, когда справляются с тревожными руминациями и настраиваются на усиленный контроль своих эмоций. Автономию старшеклассники данной группы могут ощутить в том случае, если преодолеют негативное восприятие настоящего и будущего, а также негативное отношение к своей внешности со стороны других.

Ощущение возможности управлять средой и повседневными делами возникает тогда, когда снижается уровень негативных мыслей, направленных на саморазрушение и аутоагрессию, когда исчезает чувство эмоционального покинутости, тревожные руминации ослабевают, и исчезает страх негативной оценки со стороны окружающих.

Постановка жизненных целей также зависит от пониженного уровня конфликтности с окружающими и подавленных асоциальных тенденций. Личностный рост рассматривается юношами-старшеклассниками как работа над своими действиями, которые потенциально могут нанести вред себе и окружающим, но одновременно позволяют справиться с внутренним напряжением. Личностный рост важен для преодоления чувства социальной изоляции и отвержения, а также для борьбы со склонностью к асоциальному поведению.

Когнитивный стиль юношей данной группы характеризуется тенденцией к формированию полевой независимости, то есть ориентацией на внутренний мир и потребности, на познание собственной аутентичности, через призму которой воспринимается внешняя информация.

Важно отметить, что старшеклассники с высоким уровнем переживания психологического благополучия выстраивают позитивные взаимоотношения с окружающими, опираясь на ценность семьи и семейноподобных отношений, а также на потребность в социально-психологической поддержке.

Выводы:

В соответствии с результатами исследования, отмечаем следующее констатаций: мы выделили характерные черты юношей-старшеклассников с низким и с высоким уровнем переживания психологического благополучия. В обеих группах отмечаются основания для переживания благополучия с точки зрения негативных показателей поведения, социальных взаимоотношений, самоотношения и т.д.

Отличие одной группы от другой состоит в том, что в группе с низким показателем переживания психологического благополучия юноши, по большей части, склонны не сопротивляться негативным явлениям индивидуальной и социальной жизни, строятся отношения с окружающими на основании «жертвенной» позиции; а в группе с высоким уровнем переживания психологического благополучия юноши склонны сопротивляться и изменять содержание индивидуальной и социальной жизни от разрушительного к созидательному, строить отношения на основе социально-психологической поддержки.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ:

1. ДУБРОВИНА И. *Психологическое благополучие школьников: учебник для вузов*. Москва: Юрайт, 2025. 135 с. ISBN 978-5-534-17064-1.
2. КОЗМАН Т. *Обзор основных подходов к пониманию психологического благополучия в современной психологии*. В: *Conferința practico-științifică cu participarea internațională „Practica psihologică modernă”, 23-25 septembrie 2016 / com. șt.: Perjan Carolina [et al.]; com. org.: Kornienko Pavel [et al.]. Chișinău: S.n., 2017 (Tipogr. UPS „Ion Creangă”). 144 p. ISBN 978-9975-46-311-9.*
3. КОЗМАН Т. Психологическое благополучие и стиль жизни современных старшеклассников. В: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective. Psychological assistance in the contemporary stage: realities and perspectives. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția a 2-a, 22 octombrie 2021. ISBN 978-9975-50-269-6.*
4. КОЗМАН Т., НЕГУРЭ И. Психологическое благополучие и жизненные ценности современных старшеклассников. В: *Aspecte psiho-sociale ale securității psihologice și manifestările ei în plan social la copii. În: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău, 29 octombrie 2021. ISBN 978-9975-46-564-9.*
5. СЕЛИГМАН М. *Путь к процветанию. Новое понимание счастья и благополучия*. Манн, Иванов и Фербер. 2013. 440 с. ISBN 9785916576054.
6. СЕЛИГМАН М. *Ребенок оптимист. Проверенная программа формирования характера*. Москва: ММФ. 2007. 297 с. ISBN 978-5-91661-037-9.