

На основе анализа акцентуаций возможно разрабатывать профилактические программы, которые помогут минимизировать риск развития негативных последствий.

Таким образом, исследование акцентуации характера в юношеском возрасте подчеркивает не только значимость изучения этих особенностей, но и необходимость их учета в образовательной и воспитательной среде. Глубокое понимание акцентуаций помогает разрабатывать более эффективные методы поддержки, направленные на их гармоничное личностное развитие, успешную социализацию и подготовку к взрослой жизни.

Список цитируемых источников

1. *Пешкина, О. Н.* Акцентуации характера у подростков / О. Н. Пешкина. — ЦППМСП, 2021. — 57с.
2. *Панкратова Е.П.* Особенности акцентуаций характера в подростковом возрасте / Е. П. Панкратова, Т. С. Левашова // Science Forum. — 2022. — 100 с.
3. *Бячкова, Н. Б.* Изучение уровня эмоционального интеллекта у лиц юношеского возраста с акцентуациями характера / Н. Б. Бячкова, А. С. Панькова. — Пермь : Пермский гос. нац. исследовательский ун-т, 2021. — 25 с.
4. *Габдрахманова, К. Р.* Особенности механизмов психологической защиты и акцентуаций характера в юношеском возрасте / К. Р. Габдрахманова. — Оренбург : Оренбургский гос.мед. ун-т, 2019. — 120 с.

УДК: 159.9

С. В. Хребина, С. Н. Павленко

Пятигорский государственный университет, Пятигорск, Россия

ФЕНОМЕН БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ

В статье рассматривается феномен благополучия личности с точки зрения психолого-педагогических исследований. Акцент делается на актуальности изучения этого феномена в современном российском обществе. Описываются проблемы и сложности в определении благополучия, систематизируются подходы к его пониманию. Цель теоретического исследования состояла в анализе феномена и выявлении компонентов и факторов, влияющих на благополучие. Результаты исследования могут служить основой для разработки программ и стратегий, направленных на развитие личности, укрепление психологического здоровья и повышение общего уровня

благополучия на разных этапах образования. Исследование подчеркивает важность междисциплинарного подхода и комплексного решения проблем, связанных с благополучием личности.

Ключевые слова: личностное развитие; образовательный процесс; психологическое благополучие; психолого-педагогические исследования; психологическое здоровье; субъективное благополучие.

Библиогр.: 6 назв.

S. V. Hrebina, S. N. Pavlenko
Pyatigorsk State University, Pyatigorsk, Russia

THE PHENOMENON OF PERSONAL WELL-BEING IN PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL RESEARCH

The article examines the phenomenon of personal well-being from the point of view of psychological and pedagogical research. The emphasis is on the relevance of studying this phenomenon in modern Russian society. The problems and difficulties in defining well-being are described, and approaches to understanding it are systematized. The purpose of the theoretical study was to analyze the phenomenon and identify the components and factors affecting well-being. The results of the study can serve as a basis for the development of programs and strategies aimed at personal development, strengthening psychological health and improving overall well-being at different stages of education. The study highlights the importance of an interdisciplinary approach and a comprehensive solution to problems related to personal well-being.

Key words: personal development; educational process; psychological well-being; psychological and pedagogical research; psychological health; subjective well-being.

Ref.: 6 titles.

Введение. Благополучие личности является важным аспектом психологического и педагогического исследования. Оно представляет собой комплексное понятие, включающее в себя различные аспекты жизни человека. В данном исследовании будут представлены основные выводы по исследованию феномена благополучия личности на основе психолого-педагогических научных работ, раскрыты основные компоненты и факторы, влияющие на его формирование и развитие.

Актуальность исследования. Статья подчеркивает высокую актуальность изучения благополучия личности в современном российском обществе. Отмечаются сложные и неоднозначные условия в экономике, социальной сфере, образовании, которые влияют на личностное развитие и психологическое благополучие. Акцент делается на необходимости создания условий для позитивного развития личности, способной к самоактуализации и адаптации к меняющимся требованиям общества.

Проблематика:

1. Несмотря на важность, феномен благополучия личности остается недостаточно изученным, особенно в отечественной системе образования.

2. Существуют различные подходы к определению благополучия: акцент на внешних факторах, внутренних факторах или их взаимодействии.

3. Необходимо выявить источники внутреннего равновесия личности, компоненты формирования благополучия и их влияние на поведение.

4. Проблема воспитания психологической культуры личности как условия укрепления психологического здоровья и благополучия.

Степень изученности проблемы: в статье упоминаются исследования 20 века, фокусировавшиеся на удовлетворенности жизнью и качестве жизни. Отмечаются современные исследования, связывающие благополучие с личностными чертами и факторами, влияющими на поведение. Приводятся различные определения благополучия, представленные в работах зарубежных (Э. Динер, К. Рифф, В. Франкл, Э. Е. Эгер, М. Селигман) и отечественных ученых (Л. В. Куликова, А. В. Воронина).

Основная часть. Цель исследования: представить анализ феномена благополучия личности на основе психолого-педагогических научных работ и раскрыть основные компоненты и факторы, влияющие на его формирование и развитие.

Методология и методы исследования: обзор и анализ психолого-педагогической литературы по теме благополучия личности; сравнительный анализ различных определений и концепций благополучия; выделение основных компонентов и факторов, влияющих на формирование и развитие благополучия.

Научная новизна: систематизация различных подходов к пониманию благополучия личности в психолого-педагогических исследованиях.

Практическая значимость:

– выделение компонентов психологического благополучия, которые могут быть использованы при разработке программ и методик развития личности;

– определение психологических и социальных компетенций, необходимых для успешной адаптации к современным социальным вызовам;

– подчеркивание важности воспитания психологической культуры личности для укрепления психологического здоровья и благополучия обучающихся;

– данные, представленные в статье, могут быть использованы педагогами, психологами, родителями и другими специалистами, работающими с детьми и молодежью.

Результаты исследования и их обсуждение. Современный этап развития российского социума характеризуется сложной и неоднозначной обстановкой во всех областях жизни: экономике, промышленности, сельском хозяйстве, науке, культуре, здравоохранении и образовании. Это не может не оказывать воздействия на личностное становление человека, его здоровье, нравственные принципы и психологическое благополучие [1].

Жизнь требует от индивида, особенно от представителя молодого поколения, умения ориентироваться в сложных жизненных обстоятельствах, находить конструктивные способы разрешения проблем. Данные требования находят своё отражение в обновлённой образовательной парадигме и новых образовательных стандартах, которые отражают изменяющиеся запросы общества к содержанию и качеству образования.

В связи с этим для отечественной системы образования особую актуальность приобретает проблема создания условий для позитивного развития личности, способной к самоактуализации, творческому восприятию мира и социально значимой деятельности, направленной на развитие общества. Большое значение при этом имеет состояние психологического благополучия личности [1]. В то же время, как показывают исследования отечественных и зарубежных авторов, этот феномен остается еще недостаточно изученным.

Если обратиться к научным трудам XX века, то можно заметить, что в них благополучие зачастую рассматривалось через призму таких концепций, как удовлетворённость жизнью и качество жизни [2; 3].

В современных исследованиях эти концепции уже связаны с изучением индивидуальных особенностей человека и факторов, влияющих на его поведение и состояние. Психологическое благополучие рассматривается как ключевой элемент формирования здоровой самооценки и восприятия окружающего мира.

В последние десятилетия учёные проявляют значительный интерес к изучению феномена субъективного благополучия человека [2]. Вопрос становится всё более актуальным в научном сообществе, поскольку он остаётся открытым и вызывает множество дискуссий.

Исследователи стремятся понять, как формируется субъективное благополучие, какие факторы на него влияют и как эмоционально-оценочные отношения воздействуют на поведение человека [3]. Цель этих исследований — разработать методы и подходы, которые помогут людям достичь высокого уровня субъективного благополучия.

В психолого-педагогических исследованиях благополучие личности рассматривается с разных точек зрения. Одни авторы делают акцент на внешних факторах, таких как материальное положение, образование, занятость, здоровье, другие — на внутренних факторах, таких как самооценка, уверенность в себе, эмоциональная устойчивость. Третьи рассматривают благополучие как результат взаимодействия внешних и внутренних факторов [1; 3].

Рассмотрим некоторые определения благополучия, представленные в научных исследованиях.

В работах Э. Динера, было эмпирически доказано, что благополучие связано с удовлетворённостью жизнью и периодическими переживаниями не только позитивных, но и негативных чувств, тем самым это разграничивает, что человек, обладающий данной способностью, умеет контролировать свои переживания и чувства для сохранения психологического постоянства [1].

В исследованиях Э. Динера было установлено и доказано, что благополучие связано с удовлетворённостью жизнью и способностью человека переживать как позитивные, так и негативные эмоции. Данные исследования подчеркнули важность эмоциональной гибкости и умения контролировать свои чувства для поддержания психологического равновесия.

В исследовании К. Риффа основной мыслью является то, что человек имеет свободу воли и выбора, соответственно он может достигать психологического благополучия в независимости от окружающих обстоятельств. Данное понимание проблемы прослеживается и в работах В. Франкла и Э. Е. Эгер, где основой человеческого счастья и благополучия лежит собственный выбор и устойчивый смысл жизни [4].

В контексте позитивной психологии, в частности работах М. Селигмана, психологическое благополучие определяется как осознанный выбор деятельности, приносящей человеку радость и удовлетворение. Согласно этой концепции, человек должен испытывать положительные эмоции и осознавать важность того, что он делает [3]. Кроме того, психологическое благополучие включает в себя такие важные компоненты как личностные достижения и усилия направленные на развитие общества.

В работах отечественных исследователей, таких как Л. В. Куликова, психологическое благополучие рассматривается как состояние душевного комфорта, в котором человек ощущает свою востребованность обществом, удовлетворён межличностными отношениями и общением [1].

А. В. Воронина разработала концепцию, в которой психологическое благополучие представлено как многоуровневая система, включающая в себя психологическое, психическое и психосоматическое здоровье. На каждом жизненном этапе личности необходимо успешно адаптироваться к обществу [1].

В процессе своего развития, под воздействием воспитания и социальных факторов, человек непрерывно познаёт новое, переосмысливает свою роль в социуме и в жизни. Это побуждает его к активным действиям, направленным на достижение актуальных задач и целей.

В результате глубокого анализа обширного массива исследований, проведённых в области психологии, современные учёные пришли к выводу, что психологическое благополучие представляет собой сложную структуру, включающую в себя три ключевых компонента: эмоциональный-оценочный, мотивационно-поведенческий и когнитивный [1; 5]. Каждый из этих элементов играет свою уникальную роль в формировании общего состояния психологического благополучия.

Эмоционально-оценочный аспект выступает в качестве инструмента, позволяющего управлять своим поведением и адаптироваться к разнообразным ситуациям.

Когнитивный аспект, в свою очередь, предоставляет возможность предсказывать события и действия окружающих, что способствует готовности человека к различным ситуациям.

Мотивационно-поведенческий аспект включает в себя контроль над обстоятельствами и наличие жизненной цели, что способствует развитию личности и формированию её индивидуальности.

Эти три компонента взаимодействуют между собой, создавая сложную сеть взаимосвязей, которая влияет на общее психологическое благополучие. Например, высокий уровень эмоциональной стабильности способствует улучшению когнитивных функций и повышению мотивации, что, в свою очередь, способствует улучшению эмоционального состояния. Исследования показывают, что психологическое благополучие является важным предиктором физического здоровья, социального благополучия и общего качества жизни. Таким образом, понимание и поддержка всех трёх компонентов психологического

благополучия может способствовать улучшению общего состояния человека и повышению его устойчивости к стрессу, что в свою очередь влияет на общее состояние благополучия.

В научных изысканиях специалистов в области педагогической психологии акцентируется внимание на том, что восприятие психологического благополучия может претерпевать значительные изменения в зависимости от возрастных особенностей индивида, уровня его развития и степени сформированности психологической культуры [5].

Взрослые, будь то биологические родители или приёмные, а также воспитатели, несут ответственность за психологическое благополучие ребёнка. Они обязаны создавать социокультурные предпосылки для формирования, развития и нравственного обогащения основных и новых потребностей ребёнка. Эти предпосылки включают в себя уровень личностного развития самих взрослых, их культурный, мировоззренческий и социальный кругозор [5]. Кроме того, необходимо осуществлять постоянный анализ и, при необходимости, коррекцию не только окружающей среды, но и собственного характера, поведения, способов коммуникации, отношений и т.д.

Соответственно можно сделать вывод о том, что развитие в целом личности в образовательном процессе может быть основано на компонентах психологического благополучия, но только тогда, когда создаются определённые условия, окружающие школьника, где важным является и сам процесс коммуникации с педагогом.

В научных исследованиях, посвящённых психологии и педагогике, значительное внимание уделяется развитию психологической культуры личности [6]. Этот аспект рассматривается как ключевой фактор, способствующий укреплению психологического здоровья и достижению психологического благополучия.

Психологическая культура представляет собой комплекс знаний, навыков и установок, направленных на гармоничное взаимодействие с окружающим миром, включая природу, социум и культуру, а также на самопознание и саморазвитие.

В случае если в процессе дошкольного и школьного образования не были сформированы представления о собственных интересах, способностях, характере, а также не развиты коммуникативные навыки и доверие к окружающим, это может привести к трудностям в общении, адаптации к социуму и культуре, а также к проблемам с самооценкой [5].

В результате индивид может столкнуться с неудачами в учёбе, профессиональной деятельности и трудностями в межличностных отношениях, что, в свою очередь, может стать причиной возникновения психологических проблем.

Для того, чтобы развивать перечисленные навыки у обучающихся необходимо выделить основные компоненты психологического благополучия, которые могут быть включены в любую учебную программу и отдельные психологические занятия для их развития.

В контексте нашего теоретического исследования можно выделить несколько ключевых аспектов определения психологического благополучия, которые мы рассмотрим подробнее [4; 5].

Во-первых, это самостоятельность и ответственность за свои действия и мысли. Индивид, обладающий психологическим благополучием, способен принимать решения и нести ответственность за их последствия.

Во-вторых, это положительное восприятие себя и принятие своей личности. Человек, ощущающий психологическое благополучие, ценит и уважает себя, принимает свои достоинства и недостатки.

В-третьих, это хорошие отношения с окружающими и позитивное восприятие общества. Личность способна устанавливать гармоничные отношения с другими людьми и видеть в обществе положительные стороны для собственного развития и преобразования окружающего мира.

В-четвёртых, это наличие цели в жизни. Человек, стремящийся к психологическому благополучию, имеет чёткое представление о своих целях и стремится к их достижению.

В-пятых, это личные ценности и смыслы, которые определяют поведение и жизненные установки. Индивид имеет систему ценностей, которая помогает ему принимать решения и действовать в соответствии с ними.

В-шестых, это саморазвитие и реализация потенциала. Человек, стремящийся к психологическому благополучию, постоянно работает над собой, развивает свои способности и реализует свой потенциал.

В-седьмых, это способность адекватно реагировать на повседневные вызовы. Человек, обладающий психологическим благополучием, способен справляться с трудностями и адаптироваться к изменяющимся условиям.

Например, одной из важнейших компетенций является эмоциональная устойчивость, которая позволяет справляться с уровнем стресса и повышенной тревожностью, возникающими в результате

неопределенности. Развитие креативности и инновационности позволяет достичь результатов в любой актуальной сфере деятельности. Формирование навыков эффективного общения и сотрудничества являются основой для построения крепких социальных связей, как в образовательной среде, так и вне её. Эти социальные навыки должны сопровождаться критическим мышлением и умением адаптироваться к изменениям, что в целом способствует успешной интеграции в современное общество [4].

Приведенные примеры психологических и социальных компетенций отражают важность личностного развития, которое позволяет учащимся на всех уровнях образования не только успешно справляться с академическими задачами, но и более успешно адаптироваться к современным социальным вызовам.

Заключение. Проведенное исследование представляет собой обзорную работу, анализирующую различные подходы к пониманию феномена благополучия личности в психолого-педагогических исследованиях. Была выделена актуальность и практическая значимость данной проблемы, а также предложены направления для дальнейших исследований.

Таким образом, открываются большие возможности изучения феномена психологического благополучия в русле психологических и педагогических наук, направленные на изучение данных, которые могут помочь при создании условий для развития благоприятной психологической обстановки образовательной среды, а также при внедрении программ психологической поддержки, позволяющих обучающимся справляться с эмоциональными и психологическими трудностями при обучении, приобретать профессиональные качества, с учетом актуальных вызовов современности.

Список цитируемых источников

1. *Хребина, С. В.* Психосоциальное благополучие как фактор развития общества / С. В. Хребина, С. Н. Павленко // Университетские чтения — 2024 : Материалы Всерос. конференции с междунар. участием, Пятигорск, 11—12 янв. 2024 года. — Пятигорск : Пятигорский гос. ун-т, 2024. — С. 126—131.
2. *Баева, И. А.* Детерминанты субъективного благополучия молодежи в условиях социальной нестабильности / И. А. Баева, И. В. Кондакова, Ю. Н. Селиков // Психология человека в образовании. — 2024. — Т. 6, № 1. — С. 33—47.
3. *Чумак, К. С.* Понятие и сущность эмоционального благополучия в современных психолого-педагогических исследованиях / К. С. Чумак // International Journal of Medicine and Psychology. — 2024. — Т. 7, № 7. — С. 138—143.

4. Павленко, С. Н. Личностные ресурсы как основа поддержания психологического благополучия личности в ситуации неопределенности / С. Н. Павленко, А. С. Ходжашова, Л. Б. Воронкина // Современная психология личности в поликультурной среде : Материалы Междунар. науч.-практич. конференции, Пятигорск, 27—29 окт. 2022 года. — Пятигорск : Пятигорский гос. ун-т, 2022. — С. 163—168.

5. Дубровина, И. В. Психологическое благополучие личности как феномен / И. В. Дубровина // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. — 2019. — № 2. — С. 166—175.

6. Логутова, Е. В. Психолого-педагогическое сопровождение формирования психологической культуры обучающихся / Е. В. Логутова // Стратегические направления развития образования в Оренбургской области : Науч.-практич. конференция с международ. участием, Оренбург, 29 сент. 2017 года. — Оренбург : Оренбургский гос. ун-т, 2017. — С. 686—690.

УДК 159.9

А. Б. Цымбалова, И. Л. Кишея

Барановичский государственный университет, Барановичи, Беларусь

ПОЛОВАЯ СПЕЦИФИКА СТРЕССОВЫХ РЕАКЦИЙ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

В статье рассматриваются различия в стрессовых реакциях в юношеском возрасте. В этот период происходят физиологические и социальные изменения, вызывающие высокий уровень стресса. Юноши чаще используют проблемно-ориентированные копинг-стратегии, такие как активное решение проблем и преодоление препятствий. Девушки склонны к эмоционально-ориентированному совладанию, включая поиск социальной поддержки. Исследование выявило, что юноши чаще избегают трудностей, но при этом проявляют готовность к их преодолению. Предлагаются рекомендации по развитию стрессоустойчивости у молодежи с учетом половых различий.

Ключевые слова: адаптация; копинг-стратегии; половые различия; стресс, юность.

Библиогр.: 8 назв.

A. B. Tsymbalova, I. L. Kisheya

Baranovich State University, Baranovich, Belarus

GENDER SPECIFICITY OF STRESS REACTIONS IN ADOLESCENCE

The article explores gender differences in stress responses during adolescence. This period involves physiological and social changes, leading to high stress levels. Young men more often use problem-oriented coping strategies, such as actively solving problems and