

УДК 159.923.2-057.875:17.023.34

DOI: 10.26565/2225-7756-2019-67-02

Особистісна зрілість та суб'єктивне благополуччя в студентів денної та заочної форм навчання в університеті

Гімасва Юлія Азгатівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології факультету психології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, майдан Свободи, 6, Харків, Україна, 61022.

Малофейкіна Катерина Олексіївна, магістр психології, м. Харків, Україна.

Гимасва Юлия Азгатовна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии факультета психологии Харьковского национального университета имени В. Н. Каразина, пл. Свободы, 6, Харьков, Украина, 61022.

Малофейкина Екатерина Алексеевна, магистр психологии, г. Харьков, Украина.

Gimayeva Yuliya Azgativna, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor, Department of General Psychology, V. N. Karazin Kharkiv National University, 6 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine, 61022.

Kateryna Malofeykina, Master of Psychology, Kharkiv, Ukraine.

ORCID - 0000-0002-4366-307X

yuliagimayeva@gmail.com

emalofeykina@gmail.com

Статтю присвячено питанню зв'язку між мірою особистісної зрілості та суб'єктивного благополуччя у студентів-психологів, що навчаються за денною та заочною формами навчання. Розуміння особистісної зрілості ґрунтується на концепціях О.С.Штепи та Ю.З.Гільбуха. Суб'єктивне благополуччя розглядається в рамках гедоністичного підходу Е.Дінера. У дослідженні брали участь студенти 2 курсу, оскільки цей період за весь час навчання є найбільш стабільним. З'ясовано, що більшість студентів-психологів мають прийнятний (сумарно дуже високий, високий чи задовільний за Ю.З.Гільбухом). Однак, серед студентів-заочників, що отримують першу вищу освіту, більше таких, що досягли дуже високого рівня, а серед студентів денної форми навчання – високого, до того в останніх рідше зустрічається низький рівень особистісної зрілості. За О.С.Штепою більшість студентів досягли необхідного рівня особистісної зрілості: переважна більшість студентів денної та три чверті студентів заочної форми навчання. Студенти відчують себе благополучними на емоційному і когнітивному рівнях середньою мірою та щасливими – на рівні вищому за середній. В студентів обох форм навчання особистісна зрілість в цілому значущо пов'язана з суб'єктивного благополуччя (його емоційним компонентом) і з задоволеністю життям (когнітивним компонентом суб'єктивного благополуччя). Також в студентів, що навчаються денно, є тенденція до утворення зв'язку особистісної зрілості з переживанням суб'єктивного щастя. Отримані кореляційні зв'язки між складовими особистісної зрілості та суб'єктивним благополуччям, специфічні для студентів, що навчаються денно та заочно. В студентів, що навчаються денно, різні аспекти суб'єктивного благополуччя ширше пов'язані з такими складовими особистісної зрілості як мотивація досягнення, самоприйняття і життєва філософія, а в студентів, що навчаються заочно, отримуючи першу вищу освіту, – контактність, толерантність і синергічність. Тобто студентам денної форми навчання, щоб відчувати емоційний комфорт і задоволення в житті, потрібні риси, що допомагають врегульовувати відносини із самим собою, а студентам-заочникам, що отримують першу вищу освіту, – риси, що затребуваними в спілкуванні і побудуванні стосунків з оточуючими.

Ключові слова: особистісна зрілість, суб'єктивне благополуччя, студент-другокурсник, денна форма навчання, заочна форма навчання, кореляція.

Статья посвящена вопросу связи между степенью личностной зрелости и субъективным благополучием студентов-психологов, которые учатся на дневной и заочной формах обучения. Понятие личностной зрелости рассматривается в рамках концепций Е.С.Штепы и Ю.З.Гильбуха, субъективное благополучие – в рамках гедонистического подхода Э.Динера. В исследовании участвовали студенты 2 курса, поскольку этот период за все время обучения можно считать наиболее стабильным. Выявлено, что у большинства студентов-психологов уровень личностной зрелости характеризуется как приемлемый (очень высокий, высокий или удовлетворительный по Ю.З.Гильбуху) или необходимый (по Е.С.Штепе). Студенты ощущают себя благополучными в эмоциональном и когнитивном отношении в средней степени, а счастливыми – на уровне выше среднего. У студентов обеих форм обучения личностная зрелость в целом значимо связана с субъективным благополучием (его эмоциональным компонентом) и с удовлетворенностью жизнью (когнитивным компонентом субъективного благополучия). Также у студентов, которые учатся на дневной форме обучения, выявлена тенденция

к образованию связи личностной зрелости с переживанием субъективного счастья. Получены корреляционные связи между составляющими личностной зрелости и субъективным благополучием, специфичные для студентов, которые обучаются на дневной и заочной форме обучения. У студентов, которые учатся на дневной форме обучения, разные аспекты субъективного благополучия шире связаны с такими составляющими личностной зрелости как мотивации достижения, самопринятие и жизненная философия, а у студентов, которые учатся заочно, получая первое высшее образование, – контактность, толерантность и синергичность.

Ключевые слова: личностная зрелость, субъективное благополучие, студент, дневная форма обучения, заочная форма обучения, корреляция.

The article contains the research of connections between personality maturity and subjective well-being in full-time and correspondence course psychology students. The concept of personality maturity is considered in terms of O.S.Shteppe's and Yu.Z.Hilbukh's approaches, the concept of subjective well-being is considered in terms of E. Diener's hedonistic approach. For empirical study there were used such methods as Personality Maturity Questionnaire Yu.Z. Hilbukh, Personality Maturity Questionnaire O.S.Shteppe, Subjective Well-being Scale A. Perrudet-Badoux in V.N.Sokolova adaptation, Satisfaction with Life Scale E. Diener in D.O.Leontiev adaptation, Subjective Happiness Scale S. Lyubomirsky. The subjects of the research were second year students since this period can be considered the most stable of whole studying time. It's revealed that the most psychology students have got acceptable level of personality maturity by Yu.Z.Hilbukh that is very high, high or satisfactory level. According to O.S.Shteppe the most of them have got required level of personality maturity. Students feel subjective well-being on emotional and cognitive level by average measure, they feel happy with their life by higher than average measure. Personality maturity in general is significantly correlates with subjective well-being in the emotional aspect and satisfaction with life as cognitive aspect of subjective well-being in students of both forms of studying. Also the tendency to form connection between personality maturity and feeling of happiness is revealed in full-time students. Correlations between components of personality maturity and subjective well-being were obtained for full-time and correspondence course students separately. In full-time student's different aspects of subjective well-being are more wildly connected with such components of personality maturity as motivation of achievement, self-acceptance and life philosophy.

In correspondence course students, aspects of subjective well-being are to more extent connected with components of personality maturity as contactability, tolerance and synergy. It can have argued that full-time students to feel emotionally comfortable need to have dispositions which regulate relations with themselves, but correspondence course students need to have dispositions which are demanded in communication and building of relationships.

The key words are: personality maturity, subjective well-being, full-time students, correspondence course students, correlation.

Найважливішою інтегральною властивістю сучасної людини вважається особистісна зрілість. Вона є суттєвим підґрунтям для становлення різних аспектів ідентичності особистості, компетентності, досягнення ефективності в діяльності та самоефективності. Крім того особистісна зрілість передбачає здатність та прагнення людини до безперервного саморозвитку.

Проте люди найчастіше усвідомлюють свої життєві наміри в термінах або досягнень, або щастя. Тож виникає питання, чи додає особистісна зрілість людині щастя? І якою мірою? І навпаки: щоб бути щасливим обов'язково бути особистісно зрілим?

Особистісна зрілість як інтегральна характеристика особистості потребує тривалого часу для свого формування. Дуже показовим в цьому сенсі є саме студентський вік: адже молода людина вже досягла такого рівня розвитку, що може усвідомлювати і його результат, і його процес, і здатна певною мірою його організувати.

Особливої значущості особистісна зрілість та суб'єктивне благополуччя набувають для майбутніх психологів, бо відомо, що здатність психологічно допомогти іншій людині обмежується наявністю власних емоційних утруднень. Тож актуальним видається з'ясувати, як пов'язані між собою особистісна зрілість та суб'єктивне благополуччя у студентів-психологів.

Виходячи з цього за мету було обрано вивчення зав'язків особистісної зрілості і її компонентів та суб'єктивного благополуччя у студентів-психологів різних форм навчання.

Традиція вивчення феномену зрілості особистості налічує в психології вже не одне десятиліття. Проте чим далі, тим більш різноманітними стають характеристики цього концепту: починаючи з простого переліку рис зрілої особистості, наданого Г. Олпортом, та закінчуючи сучасними спробами інтегровано визначити особистісну зрілість, як, наприклад, це пропонує О. С. Штепа. Вона пропонує розглядати особистісну зрілість як структуру, що є підґрунтям для самоприйняття та самовизначення, і, відповідно до цього, забезпечує людині можливість побудови концепції власного життя з урахуванням соціальних норм та уявлень про власну місію [8; 81]. Ми вважаємо концепцію О. С. Штепи найбільш розробленою на цей час і на неї ми надалі будемо спиратися.

Проблема особистісної зрілості у студентів, в тому числі, студентів-психологів, займає чільне місце серед досліджень останніх років. Так, А. І. Єгорова виявила розбіжності в особливостях особистісної зрілості у студентів різних ступенів навчання (бакалаврів і магістрів) [1].

Близьким до проблеми співвідношення особистісної зрілості та суб'єктивного благополуччя є дослідження Г. С. Кожухарь щодо особистісних детермінант переживання позитивних станів (суб'єктивний комфорт, оптимізм і т.д.) у студентів-психологів [3].

Взагалі в сучасній психології психологічне благополуччя вивчається в рамках гедоністичного та евдемоністичного підходів. Ми будемо спиратися на гедоністичний підхід Е. Дінера. Саме Е. Дінер ввів поняття суб'єктивного благополуччя, до якого входять емоційний компонент (відносна наявність позитивних емоцій при відносній відсутності негативних емоцій за Н. Бредберном) та когнітивний компонент (задоволеність життям, що додав сам Е. Дінер) [4, 11]. Він вважав, що суб'єктивне благополуччя є складовою психологічного благополуччя [5, 17], і як поняття є синонімом гедоністичного благополуччя [11]. Тому підхід і отримав назву гедоністичного.

Поряд із поняттям суб'єктивного благополуччя для глобальної оцінки свого життя в аспекті задоволення використовують термін щастя, який є близьким до суб'єктивного благополуччя і може певною мірою виражати його емоційний компонент [7]. В буттєвому сенсі поняття щастя, мабуть, є найбільш вдалим аналогом концепту суб'єктивного благополуччя, оскільки кожна людина більш-менш розуміє, що значить бути щасливою.

Сучасні дослідження здебільшого присвячені виявленню зовнішніх факторів суб'єктивного благополуччя, таких як здоров'я, матеріальна забезпеченість, сімейне становище тощо [5]. Проте в дослідженні Н. С. Терехіної та співавторів серед іншого виявлялися зв'язки суб'єктивного благополуччя з суб'єктивним віком і емоційним інтелектом [6]. Л. М. Яворовська та Г. С. Філоненко пропонують розглядати соціальний інтелект та часову перспективу, як важливі фактори психологічного благополуччя [9].

С. П. Єлшанський зі співавторами виявив, що студенти очного та очно-заочного відділення мають гірші показники суб'єктивного щастя, рівня депресії, задоволеності життям, ніж заочного [2].

О. Ф. Ященко показала, що показники суб'єктивного благополуччя у студентів негативно пов'язані з багатьма ознаками самоактуалізації [10].

Отже, існують досить суперечливі дані щодо зв'язку суб'єктивного благополуччя з деякими особистісними особливостями: це питання потребує більш подальшого розгляду.

В нашому дослідженні взяли участь студенти факультету психології ХНУ імені В. Н. Каразіна: 44 особи віком 18-22 років, що навчаються на 2 курсі за денною формою (д.ф.) та 38 осіб віком 18-23 років, що навчаються на 2 курсі за заочною формою та отримують першу вищу освіту (з.ф.(1 в/о)). До дослідження були залучені студенти саме 2 курсу, оскільки це найбільш стабільний період за весь цикл навчання: другокурсники вже певною мірою просунулися в опануванні професії і поряд з цим вийшли зі стану ейфорії, в якому перебувають першокурсники через те, що вони змогли вступити до університету, та ще не зазнали кризи середини навчання (що їх очікує на 3 курсі) і кризи професійної ідентичності 4 курсу.

Для емпіричного дослідження були використані такі методи: Опитувальник особистісної зрілості Ю. З. Гільбуха, Опитувальник особистісної зрілості О. С. Штепи, Шкала суб'єктивного благополуччя А. Перуе-Баду в адаптації В. Н. Соколової, Шкала задоволеності життям Е. Дінера в адаптації Д. О. Леонтєва, Шкала суб'єктивного щастя С. Любомирські в адаптації Д. О. Леонтєва.

Для статистичної обробки було використано кореляційний аналіз (ρ Спірмана) та критерій для двох незалежних вибірок (U Манна-Уїтні).

За результатами емпіричного дослідження рівня особистісної зрілості (табл. 1) та її складових (табл. 2, 3) були отримані такі дані.

Таблиця 1
Узагальнені дані за рівнями особистісної зрілості за опитувальниками Ю. З. Гільбуха та О. С. Штепи в студентів денної та заочної форм навчання (у %)

Рівень особистісної зрілості	д.ф.	з.ф.(1 в/о)
За Ю. З. Гільбухом		
Дуже високий	6,8%	12,8%
Високий	38,7%	25,65%
Задовільний	31,8%	35,9%
Незадовільний	22,7%	25,65%
За О. С. Штепою		
Високий	0%	0%
Необхідний	88,6%	75%
Критичний	11,4%	25%

За результатами опитувальника Ю. З. Гільбуха значна кількість студентів в обох групах мають загальний високий рівень особистісної зрілості: 38,7% серед студентів, що навчаються за денною формою (група д.ф.), 25,65% серед студентів-заочників, що отримують першу вищу освіту (група з.ф.(1 в/о)) (табл. 1).

Цікаво, хоча за високим рівнем особистісної зрілості відсоток студентів з денної форми навчання на третину більший, ніж із заочної, та менше студентів, що мають незадовільний рівень

особистісної зрілості (22,7% порівняно з 25,65%), проте серед заочників більше таких, що досягли дуже високого (12,8% порівняно з 6,8%) і задовільного (35,9% порівняно з 31,8%) рівнів. Тобто на фоні студентів-заочників студенти з денної форми виглядають більш зрілими навіть за умов, що майже чверть з них мають незадовільний загальний рівень особистісної зрілості (втім, як і серед заочників) та лише 6,8% – дуже високий. Але співвідношення високого і задовільного рівня особистісної зрілості є більш сприятливим саме в групі студентів, що навчаються за денною формою, – 38,7% до 31,8%, тобто приблизно 6:5 (4:3). В групі студентів, що навчаються за заочною формою, отримуючи 1 в/о, це співвідношення 25,65% до 35,9%, приблизно 5:7 (2:3).

Приємно зазначити, що у цілому за методикою Ю. З. Гільбуха прийнятний рівень особистісної зрілості (сумарно дуже високий, високий і задовільний) рівномірно притаманний практично трьом чвертям студентів-психологів (77,3% та 74,35% на денній та заочні формах навчання відповідно).

За опитувальником О. С. Штепи (табл. 1) більш сприятливою ситуація з загальним рівнем особистісної зрілості виявилася теж в студентів групи д.ф., 88,6% яких притаманний необхідний рівень і тільки 11,4% – критичний. Менш сприятливою – у студентів групи з.ф.(1 в/о), серед них в 75% рівень особистісної зрілості є необхідним, а в 25% – критичний.

Як що до окремих рис особистісної зрілості, то за методикою Ю. З. Гільбуха більшість показників виражені в обох групах на задовільному та низькому рівнях (табл. 2): показник Мотивації досягнення виражений на обох формах навчання на задовільному рівні, показники Ставлення до свого «Я», Почуття громадянського обов'язку та Здатності до психологічної близькості – на незадовільному. Показник Життєвої настанови в студентів групи д.ф. навчання виражений на задовільному рівні, а в студентів групи з.ф. (1 в/о) – на незадовільному.

Таблиця 2

Усереднені бали з вираження компонентів особистісної зрілості в студентів різних форм навчання за методикою Ю. З. Гільбуха

Назви шкал	д.ф.		з.ф.(1 в/о)	
	\bar{x}	рівень	\bar{x}	рівень
Мотивація досягнення	10,75	задовільний	10,38	задовільний
Ставлення до свого «Я»	13,55	незадовільний	11,36	незадовільний
Почуття громадянського обов'язку	3,36	незадовільний	2,65	незадовільний
Життєва настанова	11,05	задовільний	10,67	задовільний незадовільний
Здатність до близькості	4,43	незадовільний	4,15	незадовільний
Загальний показник зрілості	43,14	задовільний	39,36	задовільний

За методикою О. С. Штепи (табл. 3) більшість показників виражені на середньому (необхідному) рівні. Проте Децентрація, Життєва філософія, Автономність и Контактність сформовані дещо краще в студентів з групи д.ф., а Глибинність переживань, Толерантність, Самоприйняття, Креативність і Синергічність – дещо краще в студентів групи з.ф.(1 в/о). Ці розбіжності не є значущими. Можна припустити, що ці особливості залежать від форми навчання. Можливо, формат денної форми навчання приваблює більшою мірою людей нетерплячих, з внутрішніми суперечностями, більш формальним мисленням та невдоволених собою.

Таблиця 3

Усереднені бали з вираження компонентів особистісної зрілості в студентів різних форм навчання за методикою О. С. Штепи

Назви шкал	д.ф.		з.ф.(1 в/о)		р
	\bar{x}	рівень	\bar{x}	рівень	
Відповідальність	5,86	необхідний	5,90	необхідний	-
Децентрація	5,80	необхідний	5,50	необхідний	-
Глибинність переживань	6,39	необхідний	6,53	необхідний	-
Життєва філософія	7,30	необхідний	6,60	необхідний	-
Толерантність	4,55	необхідний	4,88	необхідний	-
Автономність	5,45	необхідний	5,00	необхідний	-
Контактність	5,48	необхідний	5,20	необхідний	-
Самоприйняття	5,09	необхідний	5,45	необхідний	-
Креативність	4,55	необхідний	4,93	необхідний	-
Синергічність	3,05	необхідний	3,47	необхідний	-

Результати дослідження суб'єктивного благополуччя подано в таблицях 4 і 5.

З таблиці 4 видно, що обидві групи досліджуваних на когнітивному рівні оцінюють власні життєві обставини як такі, що відповідають очікуванням середньою мірою, тобто вони середньо задоволені своїм життям (за Е. Дінером), та відчувають себе щасливими на рівні вищому за середній (за С. Любомирські). Нарешті суб'єктивно, в цілому на емоційному рівні, благополучними (за А. Перуе-Бадю) студенти груп д.ф. і з.ф.(1 в/о) відчувають себе середньою мірою.

Таблиця 4

Середні бали студентів різних форм навчання за результатами дослідження емоційного й когнітивного компонентів суб'єктивного благополуччя

Назви методик	д.ф.		з.ф.(1 в/о)		p
	\bar{x}	рівень	\bar{x}	рівень	
Загальний показник Шкали суб'єктивного благополуччя А. Перуе-Баду	59,30	середній	57,65	середній	-
Шкала задоволеності життям Е. Дінера	20,95	середній	19,45	середній	-
Шкала суб'єктивного щастя С. Любомирські	18,43	вище за середній	18,02	вище за середній	-

За складовими суб'єктивного благополуччя (за А. Перуе-Баду) картина досить одноманітна. Кластер Напруженості й чутливості, що відображує переживання тяжкості роботи, необхідності взаємодіяти з людьми, потребу в усамітненні, виражений в обох групах більш, ніж на половину (55,7%, 57,4%). Тобто всі студенти знають певного перевантаження у зв'язку з активним соціальним життям, що є цілком зрозумілим, зважаючи на інтенсивне навчання, що стосується студентів з денної форми, та поєднання трудової діяльності й навчання в студентів-заочників (хоча ці розбіжності не є значущими). Цікаво, що таке напруження є більш вираженим у студентів групи з.ф.(1 в/о), ймовірно через особливості періоду початку професійної кар'єри, коли молода людина ще не набула оптимальних способів виконання виробничих завдань, тому вимушена докладати додаткових зусиль.

Таблиця 5

Середні бали студентів різних форм навчання за результатами дослідження складових суб'єктивного благополуччя А. Перуе-Баду

Назви кластерів	д.ф.		з.ф.(1 в/о)		p
	\bar{x}	%*	\bar{x}	%	
Напруженість та чутливість	11,70	55,7	12,05	57,38	-
Ознаки, що супроводжують психіатричну симптоматику	15,50	55,4	15,05	53,75	-
Зміни настрою	5,57	39,8	5,38	38,4	-
Значущість соціального оточення	7,98	38,0	7,67	36,5	-
Самооцінка здоров'я	6,89	49,2	7,30	54,1	-
Степінь задоволеності повсякденною діяльністю	11,66	55,5	10,20	48,6	-

* – вираженість ознаки; відсоток від максимально можливого балу за шкалою.

За кластером Самооцінки здоров'я більше приводів для турбування відмічається в студентів також групи з.ф.(1 в/о), в яких цей кластер виражений більш, ніж на половину від максимально можливого (54,1% проти 49,2%). Зміни настрою в бік погіршення, зменшення оптимізму помірно характерні для студентів обох форм навчання (39,8% і 38,4%).

За кластером Значущості соціального оточення результати теж досить непогані: в більшості студенти відчувають наявність соціальної підтримки з боку друзів, мають теплі стосунки з сім'єю, переживання самотності притаманні опитуваним менш, ніж на половину (38% і 36,5%).

Нарешті, студенти групи з.ф.(1 в/о) мають дещо менше Ознак, що супроводжують психіатричну симптоматику, тобто в них менше погіршень сну, тривоги, надмірно гострих реакцій на деякі події (53,75% проти 55,4%), а також вони більше задоволені повсякденною діяльністю, рідше переживають нудьгу тощо, ніж студенти групи д.ф. (48,6% та 55,5%), хоч і не на статистично значимому рівні.

В результаті проведення кореляційного аналізу окремо для студентів різних груп було отримано низку результатів, що наведені в таблицях 6-7. В тексті ми зазначимо лише найбільш суттєві кореляції для розуміння взаємозв'язку досліджуваних явищ у студентів різних форм навчання.

Оскільки усі кластери Шкали суб'єктивного благополуччя є зворотними (високі бали означають суб'єктивне неблагополуччя), а шкали інших методик – прямими, то для зручності опису зв'язків ми змінили знак кореляцій за цією методикою на протилежний та високі показники Шкали суб'єктивного благополуччя розглядаємо як суб'єктивне благополуччя.

В обох групах виявлено значущу кореляцію ($p < 0,05$) показника особистісної зрілості за Ю. З. Гільбухом та суб'єктивного благополуччя (емоційного комфорту) за А. Перуе-Баду: з підвищенням рівня особистісної зрілості, ймовірно, зростатиме й рівень суб'єктивного благополуччя, емоційного комфорту. Також у студентів обох форм навчання наявна значуща кореляція ($p < 0,01$) між показником особистісної зрілості за Ю. З. Гільбухом та задоволеністю життям (когнітивним компонентом суб'єктивного благополуччя) за Е. Дінером. У студентів д.ф.н. є тенденція до утворення зв'язку ($p = 0,065$) між особистісною зрілістю за Ю. З. Гільбухом та суб'єктивним щастям за С. Любомирські. Отримані дані надають нам підґрунтя для впевненого ствердження, що, відповідно до окресленої в нашому дослідженні проблеми, зв'язок суб'єктивного благополуччя (як в емоційному, так

і в когнітивному плані) й особистісної зрілості існує! Тобто дійсно, чим більш особистісно розвинутою є людина, чим більш вона є особистісно зрілою, тим більше суб'єктивно благополучною вона себе відчуває!¹

Окрім зазначених кореляцій між загальними показниками особистісної зрілості та суб'єктивного благополуччя у всіх групах виявлено велику кількість значущих кореляцій між загальними показниками та їх складовими.

В групі д.ф. (табл. 6) відчуття щастя пов'язане з Мотивацією досягнень, Життєвою філософією та Самоприйняттям, тобто щаслива людина має чіткі життєві принципи, прагне високих результатів та вірить в себе. Кореляційна плеяда суб'єктивного благополуччя (емоційний компонент) утворена тими ж складовими особистісної зрілості, що й плеяда відчуття щастя, та доповнюється Ставленням до свого «Я» (розумінням своїх можливостей). Задоволеність життям як когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя пов'язана з складовими особистісної зрілості найбільш широко: і з Життєвою філософією, Мотивацією досягнення, Ставленням до свого «Я» й Самоприйняттям, а також з Толерантністю, Автономністю й Контактністю. Напевно, коли людина визначилася з життєвими цілями та принципами, приймає і адекватно оцінює себе, то не очікує від життя нездійсненого. А коли життя складається бажаним чином, поліпшується ставлення до оточуючих, людині простіше бути неупередженою ті щирою. Загальний показник особистісної зрілості за Ю.З.Гільбухом корелює з позитивною Самооцінкою здоров'я та зменшенням вираження Ознак, що супроводжують психіатричну симптоматику: особистісно розвинені люди відчувають себе більш здоровими!

Самооцінка здоров'я також пов'язана з Мотивацією досягнення, показник Ознак, що супроводжують психіатричну симптоматику – з Мотивацією досягнення та Ставленням до свого Я. Зміни настрою в сенсі його покращення корелюють з Самоприйняттям та Мотивацією досягнення, Степінь задоволення повсякденною діяльністю – з Самоприйняттям та Мотивацією досягнення (на рівні тенденції ($p=0,051$)), Значущість соціального оточення – з Самоприйняттям, Мотивацією досягнення та Життєвою філософією. Схоже, для молодшої людини оптимістичний настрій, можливість долати нудьгу повсякдення забезпечуються відчуттям своєї особистої перспективи та спрямуванням до неї. В свою чергу самодостатня, ініціативна й цілеспрямована особистість має краще підґрунтя для життєвого оптимізму.

Таблиця 6

Зв'язки між особистісною зрілістю та суб'єктивним благополуччям у студентів денної форми навчання (p , знак зв'язку (+/-))

	Показник ОЗ* (за Ю.З.Гільбухом)	Мотивація досягнення	Ставлення до свого «Я»	Життєва філософія	Толерантність	Автономність	Контактність	Самоприйняття
Напруженість та чутливість				<0,01 +				<0,05 +
Ознаки, що супроводжують психіатричну симптоматику	<0,05 +	<0,01 +	<0,01 +					
Зміни настрою		<0,05 +						<0,001 +
Значущість соціального оточення		<0,05 +		<0,05 +				<0,05 +
Самооцінка здоров'я	<0,05 +	<0,01 +	=0,056 + тенд.					
Степінь задоволеності повсякденною діяльністю		=0,051 + тенд.						<0,05 +
Шкала суб'єктивного благополуччя А. Перуе-Бадю	<0,05 +	<0,001 +	<0,05 +	<0,05 +				<0,05 +
Шкала задоволеності життям Е. Дінера	<0,01 +	<0,01 +	<0,05 +	<0,01 +	<0,01 +	<0,05 +	<0,01 +	<0,01 +
Шкала суб'єктивного щастя С. Любомирські	=0,065 + тенд.	<0,01 +		<0,05 +				<0,01 +

* – показник особистісної зрілості

Взагалі, Самоприйняття разом із Ставленням до свого «Я» в цій групі найбільш об'ємно пов'язані (утворює найбільше зв'язків) з параметрами суб'єктивного благополуччя: ймовірно, це зумовлене віком досліджуваних, більшість з яких знаходяться на межі юнацького віку, коли зростає

1 Цей результат не означає, що дитина, розвиток якої, звісно, не може відповідати критеріям особистісної зрілості, не може бути щасливою і суб'єктивно благополучною, ймовірно, він відображає специфіку зв'язку між цими феноменами в людей, які вже досягли певного рівня розвитку.

актуальність відносин з собою, а встановлення ідентичності є віковим завданням, тож його вирішення може впливати на суб'єктивне благополуччя студентів. Окрім Самоприйняття в групі студентів д.ф. багато кореляцій з різними параметрами суб'єктивного благополуччя мають Мотивація досягнення та дещо менше – Життєва філософія.

В групі з.ф.(1 в/о) (табл. 7) виявлено більше зв'язків між різними параметрами суб'єктивного благополуччя та особистісної зрілості, ніж в групі д.ф., тобто, в студентів з групи з.ф.(1 в/о) суб'єктивне благополуччя більш широко пов'язане із особистісної зрілістю.

Із суб'єктивним благополуччям (емоційний компонент), задоволеністю життям (когнітивний компонент), відчуття щастя однаково корелюють Мотивація досягнення, Життєва настанова, Життєва філософія, Толерантність (з відчуттям щастя – на рівні тенденції ($p=0,053$)), Автономність (виключаючи відчуття щастя), Контактність, Самоприйняття і Синергічність (виключаючи задоволеність життям). Зважаючи, що досліджувані – майбутні психологи, то риси, що обумовлюють емоційне врівноваження, здатність до саморозкриття, неупередженого ставлення до людей (суттєві для ефективного спілкування), а також здатність до внутрішньої єдності, віра в себе, визначена життєва позиція, ініціативність й цілеспрямованість є дуже важливими, щоб почувати себе бадьорими, оптимістичними, відчувати емоційний комфорт.

Зміни настрою пов'язані з Мотивацією досягнення, Життєвою настановою, Толерантністю, Самоприйняттям і Синергічністю. Степінь задоволеності повсякденною діяльністю прямо пов'язана з Толерантністю й Автономністю; Самооцінка здоров'я окрім Толерантності й Автономності додатково прямо корелює з Самоприйняттям і Снергічністю та зворотно – з Відповідальністю. Ознаки, що супроводжують психіатричну симптоматику, прямо корелюють із Снергічністю, а з Відповідальністю – зворотно. Тобто чим краще людина здатна долати внутрішні суперечності, сягати самодостатності й позитивного ставлення до себе, а з іншого боку чим спокійніше сприймає недовершеність світу, терплячіше ставиться до інших, тим краще вона відчувається, навіть суто функційно. А от відповідальність – навпаки, емоційні та функційні утруднення підсилює: зі збільшенням відповідальності відмічаються утруднення із здоров'ям, зростання тривоги й надто емоційних реакцій.

Значущість соціального оточення пов'язана з Мотивацією досягнення і Креативністю, Напруженість та чутливість на рівні тенденції ($p=0,052$) – з Життєвою настановою.

Також всі обговорювані складові суб'єктивного благополуччя в студентів групи з.ф. пов'язані з Контактністю.

Таблиця 7

Зв'язки між особистісною зрілістю та суб'єктивним благополуччям у студентів заочної форми навчання, які отримують першу вищу освіту)
(p , знак зв'язку (+/-))

	Показник ОЗ* (за Ю.З.Гільбухом)	Мотивація досягнення	Життєва настанова	Відповідальність	Життєва філософія	Толерантність	Автономність	Контактність	Самоприйняття	Креативність	Синергічність
Напруженість та чутливість					=0,052 + тенд.			<0,01 +			
Ознаки, що супроводжують психіатричну симптоматику				<0,001 -				<0,01 +			<0,01 +
Зміни настрою	=0,051 + тенд	<0,01 +	<0,01 +			<0,05 +		<0,01 +	<0,05 +		<+0,01
Значущість соціального оточення	=0,064 + тенд	<0,01 +						<0,001 +		<0,01+	=0,059 + тенд
Самооцінка здоров'я				<0,01 -		<0,01 +	<0,05 +	<0,05 +	<0,01 +		<0,01 +
Степінь задоволеності повсякденною діяльністю						<0,01 +	<0,05 +	<0,01 +			
Шкала суб'єктивного благополуччя А. Перуе-Баду	<0,05 +	<0,01 +	<0,05 +	<0,01 -	<0,05 +	<0,01 +	<0,05 +	<0,001 +	<0,05 +		<0,001 +
Шкала задоволеності життям Е. Дінера	<0,01 +	<0,05 +	<0,01 +		<0,05 +	<0,01 +	<0,05 +	<0,01 +	<0,001 +		
Шкала суб'єктивного щастя С. Любомирські		<0,05 +	<0,01 +		<0,01 +	=0,053+ тенд		<0,01 +	<0,01 +		<0,05 +

* – показник особистісної зрілості

Звертає увагу, яку кількість зв'язків із кластерами суб'єктивного благополуччя утворює Контактність: вона пов'язана з відсутністю неприємних переживань стосовно роботи й спілкування (Напруженість та чутливість), з відсутністю проявів типу безсоння, тривоги, розсіяності (Ознаки, що супроводжують психіатричну симптоматику), з гарним настроєм й оптимізмом (Змінами настрою), з відчуттям залучення і наявності підтримки з боку близьких (Значущістю соціального оточення), Степенем задоволеності повсякденною діяльністю, а також з суб'єктивним щастям та емоційним і когнітивним компонентами суб'єктивного благополуччя. Ймовірно, риса контактності як здатності до саморозкриття та змістовного спілкування є однією з найважливіших для суб'єктивного благополуччя студентів-заочників, що отримують першу вищу освіту: чим більш товариська й щира людина, тим більше емоційного комфорту в її житті!

Немало зв'язків з параметрами суб'єктивного благополуччя утворює Толерантність, також тісно споріднена зі сферою спілкування, дещо менше зв'язків зафіксовано з Синергічністю, Мотивацією досягнення і Самоприйняттям (табл. 7). Найбільш сильні зв'язки ($p < 0,001$) утворюють саме Контактність, Толерантність та Самоприйняття.

Варто звернути увагу на зворотний зв'язок Відповідальності та Самооцінки здоров'я і Ознак, що супроводжують психіатричну симптоматику. Він фіксує показовий в життєвому відношенні факт: визнання себе автором свого життя або будь-якої справи і взяття відповідальності за них призводять до напруження, яке викликає «симптоми» погіршення сну, тривоги, надто гострі емоційні реакції тощо. Кожній людині відомо з власного досвіду, що відповідальність може дуже обтяжувати і в певному сенсі щастя не додає. А от безтурботний «легкий» щасливий стан, який дорослому вдається пережити здебільшого епізодично, втілює існування, по-дитячому невимушене й позбавлене відповідальності.

Отже, суб'єктивне благополуччя та його компоненти переважно мають прямі зв'язки з особистісною зрілістю та її рисами незалежно від форми навчання. Проте існує специфіка цих зв'язків у студентів різних форм навчання. Так, в студентів з денної форми навчання суб'єктивне благополуччя і на емоційному, і на когнітивному рівні пов'язане з ініціативністю, самостійністю, прийняттям себе, адекватною самооцінкою і впевненістю у собі, здатністю самовизначитися. В студентів-заочників, що отримують 1 в/о, – зі здатністю змістовного спілкування зі значущими людьми, здатністю до неупередженого ставлення до явищ і людей, внутрішньою єдністю (останнє тільки в емоційному плані) й також прагненням високих результатів та прийняттям себе. Можна сказати, що студентам групи д.ф., щоб відчувати емоційний комфорт і задоволення в житті, необхідно мати риси, що врегульовують відносини із самим собою, студентам групи з.ф.(1 в/о) – риси, що затребуваними в спілкуванні та побудуванні стосунків.

Висновки

1. Більшість студентів-психологів мають прийнятний рівень особистісної зрілості: за Ю.З.Гільбухом три чверті студентів за кожною формою навчання досягли дуже високого, високого або задовільного рівня, за О.С.Штепою переважна більшість студентів денної та три чверті студентів заочної форми навчання демонструють необхідний рівень особистісної зрілості. Дуже високий рівень особистісної зрілості за Ю.З.Гільбухом частіше зустрічається в студентів-заочників, що отримують першу вищу освіту, але й незадовільний теж. При цьому серед студентів денної форми навчання майже половина досягли дуже високого й високого рівня особистісної зрілості, а серед студентів-заочників – тільки трохи більше третини. За О.С.Штепою критично низький рівень особистісної зрілості також частіше зустрічається в студентів-заочників, що отримують першу вищу освіту, – в чверті.

2. Окремі складові особистісної зрілості в середньому виражені подібним чином в студентів обох форм навчання. На задовільному рівні виражена мотивація досягнення, на незадовільному – ставлення до себе, здатність до психологічної близькості та почуття громадянського обов'язку. Життєва настанова в студентів, що навчаються денно, виражена на задовільному, а в заочників – на незадовільному рівні. Загальний рівень особистісної зрілості за Ю.З.Гільбухом за обома формами навчання є середнім.

Відповідальність, децентрація, глибинність переживань, життєва філософія, толерантність, автономність, контактність самоприйняття, креативність, синергічність виражені у всіх на необхідному рівні. Проте в студентів денної форми навчання дещо краще сформовані життєва філософія, автономність, а в студентів-заочників, що отримують першу вищу освіту, – синергічність.

3. Студенти, що навчаються за денною формою та за заочною формою, отримуючи першу вищу освіту, відчують себе на емоційному рівні суб'єктивно благополучними середньою мірою, на когнітивному рівні суб'єктивного благополуччя – середньою мірою задоволені власним життям. Студенти обох форм навчання відчують себе щасливими вище за середню міру.

4. Щодо складових суб'єктивного благополуччя, всі студенти відчують значну напругу стосовно роботи і взаємодії з іншими, середньою мірою стурбовані станом власного здоров'я. Зазначені складові виражені більш сприятливо в студентів, що навчаються денно. Настрій всіх студентів залишається доволі оптимістичним. Вірогідно, що підґрунтям для подолання песимізму є гарні стосунки з близькими й друзями, які є дещо більш теплими в студентів-заочників, що отримують першу вищу освіту. До того ж саме вони краще відчують себе в повсякденних обставинах і турботах і мають трохи менше ознак, що супроводжують психіатричну симптоматику.

5. В студентів обох форм навчання особистісна зрілість в цілому значущо пов'язана з суб'єктивного благополуччя (його емоційним компонентом) і з задоволеністю життям (когнітивним

компонентом суб'єктивного благополуччя). Також в студентів, що навчаються денно, є тенденція до утворення зв'язку особистісної зрілості з переживанням суб'єктивного щастя. Тобто особистісно зріла людина буде відчувати себе і благополучною, і вдоволеною своїм життям, і, скоріш за все, щасливою.

6. Поряд із зв'язками між інтегральними характеристиками у всіх студентів особистісна зрілість широко пов'язана з суб'єктивним благополуччям на рівні окремих складових. Це специфічно характеризує студентів з кожної форми навчання. На денній формі навчання найбільш суттєвими для відчуття суб'єктивного благополуччя є мотивація досягнення, самоприйняття і життєва філософія як визначеність життєвих позицій і настанов; на заочній формі навчання для студентів, що отримують першу вищу освіту, – контактність, толерантність і синергічність.

У підсумку треба зазначити, що отримані цікаві результати не повинні обмежувати дослідження з виявлення загальних закономірностей, а це потребує залучення інших професійних та вікових груп.

Література

1. Егорова, А. И. (2014). Эмпирическое исследование личностной зрелости в студенческом возрасте на разных уровнях высшего образования. *Актуальные проблемы психологического знания*, 1, 95–100. <https://elibrary.ru/item.asp?id=21344072>
2. Елшанский, С. П., Ануфриев, А. Ф., Камалетдинова, З. Ф., Сапарин, О. Е. & Семенов, Д. В. (2016). Особенности позитивных личностных качеств у студентов разных форм и курсов обучения. *Проблемы современного образования*, 3, 51–58. <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-pozitivnyh-lichnostnyh-kachestv-u-studentov-raznyh-form-i-kursov-obucheniya>
3. Кожухарь, Г. С. (2013). Личностные детерминанты переживания позитивных состояний и стресса у студентов-психологов. *Психологическая наука и образование psyedu.ru*, 2, 149–163. http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2013/n2/61336.shtml
4. Манукян, В. Р., Трошихина, Е. Г. (2016). Современные психологические концепции благополучия и зрелости личности: области сходства и различий. *Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология*, 2(26), 77–85. <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-psihologicheskie-kontseptsii-blagopoluchiya-i-zrelosti-lichnosti-oblasti-shodstva-i-razlichiy>
5. Орлова, Д. Г. (2015). Психологическое и субъективное благополучие: определение, структура, исследование (обзор современных источников). *Вестник ПГПУ. Серия № 1. Психологические и педагогические науки*, 1, 28–36. <http://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-i-subektivnoe-blagopoluchie-opredelenie-struktura-issledovaniya-obzor-sovremennyh-istochnikov>
6. Терехина, Н. С., Сергиенко, Е. А., Лекалов, А. А. & Звенигородский П. В. (2014). Взаимосвязь контроля поведения и субъективного благополучия людей различных профессий. *Экспериментальная психология*, 7(4), 52–65. <http://psyjournals.ru/exp/2014/n4/72908.shtml>
7. Шамионов, Р. М. (2008). Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Изд-во «Научная книга». <https://www.twirpx.com/file/2346842/>
8. Штепа, О. С. (2008). Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг. Монографія. Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка.
9. Яворовська, Л. М., Філоненко, Г. С. (2014). **Фактори становлення психологічного благополуччя особистості**. *Наука і освіта*, 12, 216–220. http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2014_12_44
10. Яценко, Е. Ф. (2012). Самоактуализация и субъективное благополучие как социально-психологические проблемы профессионального образования: студенты и преподаватели университета. *Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология*, 31, 56–63. <https://cyberleninka.ru/article/n/samoaktualizatsiya-i-subektivnoe-blagopoluchie-kak-sotsialno-psihologicheskie-problemy-professionalnogo-obrazovaniya-studenty-i>
11. Chen, F. F., Jing, Y., Hayes, A. & Lee, J. M. (2013). Two concepts or two approaches? A bifactor analysis of psychological and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(3), 1033–1068. <http://link.springer.com/article/10.1007/s10902-012-9367-x>

References

1. Egorova, A. I. (2014). Empiricheskoe issledovanie lichnostnoj zrelosti v studencheskom vozraste na raznyh urovnyah vysshego obrazovaniya. *Aktual'nye problemy psihologicheskogo znaniya*, 1, 95–100. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21344072>.
2. Yelshansky, S. P., Anufriev, A. F., Kamaletdinov, Z. F., Saparin, O. E. & Semenov D. V. (2016). Osobennosti pozitivnyh lichnostnyh kachestv u studentov raznyh form i kursov obucheniya. *Problemy sovremennogo obrazovaniya*, 3, 51–58. <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-pozitivnyh-lichnostnyh-kachestv-u-studentov-raznyh-form-i-kursov-obucheniya>
3. Kozhukhar, G. S. (2013). Lichnostnye determinanty perezhivaniya pozitivnyh sostoyanij i stressa u studentov-psihologov. *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie psyedu.ru*, 2, 149–163. http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2013/n2/61336.shtml
4. Manukyan, V. R., Troshikhina, E. G. (2016). Sovremennye psihologicheskie koncepcii blagopoluchiya i zrelosti lichnosti: oblasti skhodstva i razlichij. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psihologiya. Sociologiya*, 2(26), 77–85. <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-psihologicheskie-kontseptsii-blagopoluchiya-i-zrelosti-lichnosti-oblasti-shodstva-i-razlichiy>
5. Orlova, D. G. (2015). Psihologicheskoe i sub"ektivnoe blagopoluchie: opredelenie, struktura,

issledovaniya (obzor sovremennyh istochnikov). *Vestnik PGPU. Seriya № 1. Psichologicheskie i pedagogicheskie nauki*, 1, 28–36. <http://cyberleninka.ru/article/n/psichologicheskoe-i-subektivnoe-blagopoluchie-opredelenie-struktura-issledovaniya-obzor-sovremennyh-istochnikov>

6. Terekhina, N. S., Sergienko, E. A., Lekalov, A. A. & Zvenigorodsky P. V. (2014). Vzaimosvyaz' kontrolya povedeniya i sub"ektivnogo blagopoluchiya lyudej razlichnyh professij. *Eksperimental'naya psichologiya*, 7(4), 52–65. <http://psyjournals.ru/exp/2014/n4/72908.shtml>

7. Shamionov, R. M. (2008). *Sub"ektivnoe blagopoluchie lichnosti: psichologicheskaya kartina i faktory*. Izd-vo «Nauchnaya kniga». <https://www.twirpx.com/file/2346842/>

8. Shtepa, O. S. (2008). *Osobistisna zrilist': Model'. Orituval'nik. Trening*. Monografiya. Vidavnicij centr LNU im. I. Franka.

9. Yavorovska, L. M. & Filonenko, H. S. (2014). Faktori stanovlennya psichologichnogo blagopoluchchya osobistosti. *Nauka i osvita*, 12, 216–220. http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2014_12_44

10. Yashchenko, E. F. (2012). Samoaktualizaciya i sub"ektivnoe blagopoluchie kak social'no-psichologicheskie problemy professional'nogo obrazovaniya: studenty i prepodavateli universiteta. *Vestnik YUUrGU. Seriya: Psichologiya*, 31, 56–63. <https://cyberleninka.ru/article/n/samoaktualizatsiya-i-subektivnoe-blagopoluchie-kak-sotsialno-psichologicheskie-problemy-professionalnogo-obrazovaniya-studenty-i>

11. Chen, F. F., Jing, Y., Hayes, A. & Lee, J. M. (2013). Two concepts or two approaches? A bifactor analysis of psychological and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(3), 1033–1068. <http://link.springer.com/article/10.1007/s10902-012-9367-x>