

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

PSYCHOLOGICAL STUDIES

DOI: 10.12731/2658-4034-2024-15-1-439

УДК 159.923.2



Научная статья |

Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ КАК ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ВУЗА: ТЕОРЕТИКО-ЭМПИРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Т.А. Бусыгина

***Цель.** В статье анализируется взаимосвязь экзистенциальных ценностей преподавателя вуза с проявлениями показателей эмоциональной сферы. В данном исследовании мы рассматриваем проблему психологического благополучия педагога с позиции экзистенциального подхода. Анализ научных источников по проблематике невротизации, эмоционального и профессионального выгорания педагогов, а также направлений преодоления стрессового состояния для достижения психологического благополучия, привел нас к выводу о том, что большинство исследователей видит выход исключительно через удовлетворение потребностей, регуляцию режима работы и отдыха, овладение методами саморегуляции. Мы согласны с тем, что подобные направления психологической работы помогают совладать со стрессом ситуативно, но вместе с тем, мы выявили пробел в изучении психологических свойств личности, ее ценностном поле, которое может быть опорой стабильного*

эмоционального состояния, удовлетворенности собой и профессиональной деятельностью, значительно снижая риски невротических симптомов. Мы предполагаем, что есть фундаментальный фактор, а именно экзистенциальные ценности, которые лежат в основе состояния психологического благополучия.

Методология проведения работы. В процессе исследования была осуществлена детальная теоретическая экспертиза различных литературных источников, а также сопоставление и оценка различных точек зрения, выраженных в рассматриваемых литературных работах. Эмпирическое исследование было проведено на выборке из 130 преподавателей российских вузов обоих полов, от 40 до 75 лет, со стажем более 18 лет с помощью психодиагностических методик. Количественная обработка результатов произведена на базе статистических программы STATISTICA 11.0.

Результаты. В результате эмпирического исследования мы получили обширный массив данных, доказывающий влияние развитых экзистенциальных ценностей на состояние психологического благополучия, а именно пришли к выводам: игнорирование экзистенциальных ценностей способствует проявлению таких невротических состояний как дезадаптация, чувство вины, непринятие себя, непринятие других, враждебность, истощение, деперсонализацию, внешний контроль, ведомость, эскапизм. Принятие экзистенциальных ценностей преподавателем влечет за собой формирование таких эмоциональных состояний, как адаптивность, интернальность, самопринятие, принятие других, эмоциональный комфорт. На основании эмпирических данных мы сформулировали дефиницию термина «экзистенциальное благополучие».

Область применения результатов. Результаты исследования помогут расширить возможности индивидуальной и групповой психологической работы с эмоционально-стрессовыми ситуациями для снижения рисков невротических проявлений и формирование адаптивных эмоциональных состояний в профессиональной деятельности преподавателя вуза на уровне принятия, осознания и раскрытия экзистенциальных ценностей личности.

Ключевые слова: экзистенциальные ценности; психологическое благополучие; самореализация; экзистенциальная исполненность; профессиональное самосознание; невротизация

Для цитирования. Бусыгина Т.А. Экзистенциальные ценности как основа психологического благополучия преподавателя вуза: теоретико-эмпирический анализ // *Russian Journal of Education and Psychology*. 2024. Т. 15, № 1. С. 170-208. DOI: 10.12731/2658-4034-2024-15-1-439

Original article |

Pedagogical Psychology, Psychodiagnostics of Digital Educational Environments

EXISTENTIAL VALUES AS THE BASIS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF A UNIVERSITY TEACHER: THEORETICAL AND EMPIRICAL ANALYSIS

T.A. Busygina

Purpose. *The article analyzes the relationship between the existential values of a university teacher and the manifestations of indicators of the emotional sphere. In this study, we consider the problem of a teacher's psychological well-being from the perspective of an existential approach. An analysis of scientific sources on the issues of neuroticism, emotional and professional burnout of teachers, as well as directions for overcoming a stressful state to achieve psychological well-being, led us to the conclusion that most researchers see a way out exclusively through satisfying needs, regulating work and rest schedules, and mastering self-regulation methods. We agree that such areas of psychological work help to cope with situational stress, but at the same time, we have identified a gap in the study of the psychological properties of the individual, his value field, which can be the support of a stable emotional state, self-satisfaction and professional activity, significantly reducing risks of neurotic symptoms. We propose that there is a fundamental factor, namely existential values, that underlies the state of psychological well-being.*

Methodology of the research. *During the research process, a detailed theoretical examination of various literary sources was carried*

out, as well as a comparison and assessment of various points of view expressed in the literary works under consideration. An empirical study was conducted on a sample of 130 Russian university teachers of both sexes, from 40 to 75 years old, with more than 18 years of experience, using psychodiagnostic techniques. Quantitative processing of the results was carried out on the basis of the statistical program STATISTICA 6.0.

Results. *As a result of empirical research, we received an extensive array of data proving the influence of developed existential values on the state of psychological well-being, namely, we came to such conclusions as: ignoring existential values contributes to the manifestation of such neurotic states as maladaptation, guilt, non-acceptance of oneself, non-acceptance of others, hostility, exhaustion, depersonalization, external control, control, escapism. The acceptance of existential values by a teacher entails the formation of such emotional states as adaptability, internality, self-acceptance, acceptance of others, and emotional comfort. Based on empirical data, we formulated a definition of the term “existential well-being”.*

Scope of the results. *The results of the study will help expand the possibilities of individual and group psychological work with emotionally stressful situations to reduce the risks of neurotic manifestations and the formation of adaptive emotional states in the professional activities of a university teacher at the level of acceptance, awareness and disclosure of the individual’s existential values.*

Keywords: *existential values; psychological well-being; self-realization; existential fulfillment; professional self-awareness; neuroticism*

For citation. *Busygina T.A. Existential Values as the Basis of Psychological Well-Being of a University Teacher: Theoretical and Empirical Analysis. Russian Journal of Education and Psychology, 2024, vol. 15, no. 1, pp. 170-208. DOI: 10.12731/2658-4034-2024-15-1-439*

Введение

Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами

Многочисленные психологические исследования профессиональной деятельности преподавателя доказывают высокие риски невро-

тизации и проявлении таких состояний как тревожность, чувство вины, враждебность, непринятие себя и других, ведомость, эскапизм, деперсонализация и др. По мере увеличения стажа работы комплексное влияние негативных эмоциональных состояний может усиливаться и приводить к эмоциональному и профессиональному выгоранию (В.В. Бойко, М.В. Борисова, Н.Е. Водопьянова, М.А. Воробьева, Н.В. Гришина, Л.М. Митина, В. Е. Орёл, Т. И. Ронгинская, Е.С. Старченкова, Т.В. Форманюк и др.). В этой связи встает вопрос о том, какие психологические факторы могут стать опорой преподавателю вуза для поддержания состояния психологического благополучия в профессии долгие годы, снижать риски невротизации, выгорания, какие характеристики являются определяющими.

Рассмотрим концепции понятия «психологическое благополучие» через призму зарубежных и отечественных исследований. Американский социолог Норман Э. Брэдберн стоял у истоков понятия «психологического благополучия». В своей научной работе «Структура психологического благополучия» автор определил его как состояние равновесия между позитивными и негативными комплексами эмоций. Если человек переживает больше положительных эмоций, чем отрицательных то можно утверждать, что он имеет высокий уровень психологического благополучия. Однако если происходит обратное то это указывает на наличие проблем с психологическим благополучием. Таким образом, Брэдберн внес значительный вклад в область изучения психологического благополучия, помогая нам понять то факт, что поддержание баланса между позитивными и негативными эмоциями является ключом к достижению психологического благополучия [19].

Эд Динер выдвинул оригинальную трехфазную модель субъективного благополучия, дополнив формулу разработанную Э. Бредберном. Она состоит из отдельных взаимосвязанных компонентов частого положительного эмоционального состояния, редкого негативного эмоционального состояния и когнитивных оценок, таких как удовлетворенность жизнью. Автор считает, что субъективное благополучие тождественно переживанию счастья [20, с. 1; 29, с. 52].

Таким образом, данные авторы представляют гедонистический подход к понятию благополучия, раскрывая субъективное благополучие как результат или возможность удовлетворения потребностей, что приводит в свою очередь к удовольствию.

Существует и другой подход к пониманию психологического благополучия – эвдемонистический, согласно которому ученые К. Рифф и А. Уотерман считают, что личностный рост и способность противостоять желаниям и преодолевать трудности для получения благ в будущем являются необходимыми аспектами благополучия [28, с. 678].

Они предлагают, что понятие «психологического благополучия», связано не только с субъективным благополучием, но и с восприятием своего участия в решении экзистенциальных жизненных проблем. К. Рифф разработала шестифакторную модель психологического благополучия, включающую следующие элементы: самопринятие, позитивные отношения, компетентность, жизненные цели, личностный рост и автономность. По мнению ученых, эти аспекты являются необходимыми для личностного роста и способности противостоять желаниям и преодолевать трудности для получения благ в будущем. Согласно автору, для достижения полного психологического благополучия и противодействия негативным последствиям психотравмирующих ситуаций необходимо уделять больше внимания укреплению компонентов, включенных в шестифакторную модель психологического благополучия, чем лечению отрицательных симптомов [25, с. 1069; 26, с. 719].

Основоположник «позитивной психологии» М.В.Селигман также утверждает, что работа над собой приводит к раскрытию своего потенциала, способностей и большей удовлетворенности жизнью [16].

Значимые представители гуманистического направления А. Маслоу, К. Роджерс связывают состояние счастья с самоактуализацией, самосовершенствованием, отождествляя внутреннюю свободу с психологическим благополучием.

В научное понимание психологического благополучия отечественными учеными входит понятие удовлетворенности, которая

зависит от реализации личностных предпочтений и интересов и не обязательно отвечает объективным условиям [12].

Так А. В. Воронина разработала модель, которая охватывает четыре уровня психологического благополучия. Первый уровень связан с психосоматическим здоровьем. Второй уровень отражает баланс между личностью и социальной средой и называется социальной адаптированностью. Третий уровень выражает внутреннюю гармонию, зрелость и согласие с самим собой и окружающей средой и называется психическим здоровьем. Четвертый уровень связан с нахождением смысла жизни и называется психологическим благополучием. Эта модель подчеркивает важность каждого из этих аспектов для достижения психологического благополучия [4].

В работе П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленковой психологическое благополучие определяется как целостная характеристика способности человека к достижению положительного функционирования, субъективно переживаемая как удовлетворенность собой и своей жизнью. П. П. Фесенко указывает, что субъективное благополучие может быть детерминировано реализацией личностных потенциалов [18].

А.Кроник считает, что эвдемонические установки формируются из-за отношения человека к возможностям получения удовольствия. Гедонизм связан с наслаждениями и аскетический отменой их в пользу духовных принципов или моральной практики. Автор называет счастье полнотой бытия, которая возникает в результате превращения мотиваций человека в бесконечно большие величины. Психология счастья — это способ самореализации человека, направленный на повышение его значимости в мире или на усиление своих способностей [10].

Н.А. Батурин, С.А. Башкатов, Н.В. Гафарова разработали структурно - уровневую модель личностного благополучия, основанную на факторах четырех уровней: внеличностные факторы, психологические факторы, межличностные и субъективно личностные. Авторы пишут о том, что «психологическое благополучие обеспечивается за счет синергичного взаимодействия темперамента, ба-

зовых структур личности и позитивных черт характера, при этом свойства темперамента и личности оказывают непосредственное влияние на проявление характерологической позитивности и опосредованно через нее на уровень субъективного благополучия» [1, 13]. Исследователи обосновывают возможность «...функционирования модели личностного благополучия в соответствии с принципами целостности, иерархичности строения, структуризации системного подхода...» [1, с. 14].

Анализ модели приводит к вопросу о возможности испытывать состояние благополучия людей со слабым типом нервной системы, когда свойства темперамента могут вступать в противоречивое взаимодействие с субъективным восприятием жизни, препятствовать характерологической позитивности. В этой связи одним из выходов мы видим в опоре на жизненные смыслы, которые в свою очередь могут обеспечить чувство экзистенциальной исполненности и удовлетворенности жизнью на уровне высших ценностей.

В этой связи созвучным целям нашего исследования является научная работа коллектива авторов Т.Г. Дулинец, О.А. Беньковой, Т.Г. Савельевой, А.А. Машанова, О.Н. Догадаева, изучающих достижения благополучия в философском плане и факторов, влияющих на него, в том числе связи экзистенциальной наполненности (фундаментальных экзистенциальных мотиваций) с различными положительными сторонами функционирования личности, составляющими благополучие: автономией, компетентностью, личностным ростом, позитивными отношениями, самопринятием, жизненными целями [2, с. 75].

Особого внимания заслуживает позиция одного из корифеев отечественной психологии В.М. Русалова, который пишет о том, что наиболее значимый аспект зрелости человека характеризует достижение наивысшей (акмеологической) ступени своего психического развития: «...достигнув определенной вершины, акмеологическая зрелость не останавливается на этом уровне, а продолжает все время постепенно расти, добываясь новых показателей эффективности, новых пиков...» [14, с. 83].

Акмеологическая зрелость также тесно связана с экзистенциальными ценностями преподавателя, что отражено в исследовании М.В. Плугиной. В результате экспериментального исследования автором были получены данные, согласно которым: «...существует устойчивая связь между совершенствованием профессионализма деятельности и личности преподавателей высшей школы... между готовностью преподавателей принимать новое и способностью преломлять полученное в различные сферы практической жизни; компетентностью между профессиональной и такими ее видами, как психологическая и акмеологическая компетентность; - между тенденцией к согласованию общего представления о природе человека и ростом познавательных потребностей; между направленностью на самоактуализацию в профессиональной деятельности и потребностью в самосовершенствовании; между общей зрелостью и потребностью в развитии собственного творческого потенциала, личной ответственности, чувства гражданского долга и т.д.» [13, с. 392].

В отечественной психологии экзистенциально-психологический подход применен Д. А. Леонтьевым для изучения структуры и изменчивости смысловой реальности, а также потенциала личности. Согласно концепции Д.А. Леонтьева: «...смысловая реальность проявляет себя во множестве разнообразных форм (в том числе превращенных форм), связанных сложными отношениями и взаимопереходами, и включенных в общую динамику к психологии личности, творящей и изменяющей себя и свой жизненный мир...» [11, с. 444]. Гедонистический стиль жизни не способствует поиску и реализации смысла жизни и благополучия, благополучие зависит от смысла жизни, который по мнению автора важно искать на всем протяжении жизни «...То, что придает жизни смысл, может лежать и в будущем (цели), и в настоящем (чувство полноты и насыщенности жизни), и в прошлом (удовлетворенность итогами прожитой жизни)...» [11, с. 248].

В исследовании известного отечественного психолога И.А. Джигарьян анализ результатов показывает, что в представлении о счастье абсолютный приоритет отдается ценностям любви («любить и

быть любимым»), семьи («благополучие семьи, взаимопонимание и душевные отношения между близкими») и радости жизни («умение радоваться жизни и наслаждаться тем, что имеешь»). Кроме этих трёх наиболее важных ценностей для счастья, есть еще четыре, которые связаны с самореализацией, удовлетворенностью жизнью и отношениями с другими людьми, персональным ростом и поиском смысла в жизни, которые обозначены как ценности «Ощущение полного существования», «Быть нужным кому-то и помогать другим», «Возможность самореализации и личностного роста, развитие всех своих способностей», «Видение смысла жизни и следование ему». Именно эти ценностные ориентации, согласно исследованию автора, образуют «ядро» или высший уровень структуры счастья, то есть «...чем полнее представлены и реализуются в жизни каждого человека его основные личностные ценности, тем больше оснований у него быть и чувствовать себя счастливым и удовлетворенным жизнью...» [6, с. 115].

Анализ подходов к понятию «психологическое благополучие», показывает, что часть исследователей во главу угла ставят состояние получения удовольствия, акцентируя внимание исключительно на субъективной эмоциональной оценке (Н. Бредберн и Э. Динер). Другая группа ученых В.Ю. Баскакова, Н.А. Батурина, А.А. Григорьева, И.А. Джидарьян, Т.Г. Дулинец, Е.Р. Калитеевская, А.А. Кроник, Д.А. Леонтьев, М.В. Плугина, В.М. Русалов, Е.А. Сапогова фокусируется на таких факторах, как смысложизненные ориентации, ценности, экзистенциальная исполненность, акмеологическая зрелость, духовные и нравственные детерминанты личностного развития.

Говоря об эмоциональном благополучии педагогов, стоит отметить исследование Л.В. Карапетян, Г.А. Глотовой. Проведя масштабное эмпирическое исследование, авторы подтверждают влияние адаптационных возможностей, профессионального выгорания и атрибутивного стиля на эмоционально-личностное благополучие / неблагополучия педагога. Задачам нашего исследования созвучен вывод коллег именно о способности к адаптации, самопрятию, принятию других, эмоциональном комфорте, интернальности (СПА),

признании и высокой оценке собственных профессиональных достижений как предикторов эмоционально-личностного благополучия [8, с. 115].

Мы солидарны с позицией тех ученых, которые приоритетными считают психологическое состояние человека и его субъективную оценку как благополучного, понимая под ним проживание осознаваемых жизненных смыслов. Социальные факторы, такие как понимание своего места в жизни, принятие своих социальных достижений, мы относим к ценностям, предполагая, что ценности, принятые человеком как экзистенциальные, приводят к эмоциональному благополучию.

Проанализировав в более ранних статьях проблему невротизации, эмоциональных дисфункций преподавателя с опорой на эмпирический материал, мы пришли к выводу, что именно экзистенциальные ценности преподавателя могут стать основой удовлетворенности жизнью. Они помогают преподавателю оставаться человеком, который уважает себя и своих студентов, работает в интересах всех субъектов психолого-педагогической деятельности. Важно помнить, что эти ценности не являются статичным образованием, они постоянно меняются и развиваются вместе с преподавателем. Поэтому проблема влияния состояния психологического благополучия педагога на развитие профессионального сознания может рассматриваться с позиции экзистенциального подхода.

В нашем исследовании следует отметить иерархическую структуру профессиональной самореализации А.А. Григорьевой, ориентированную на экзистенциальный подход педагога, близость к экзистенциальной исполненности и возможность достижения экзистенциальной мотивации на всех уровнях согласно концепции А. Лэнгле. Каждый уровень представляет собой определенный этап профессиональной самореализации и формирования специфических показателей, как профессиональных, так и личностных качеств. Первый этап связан с самоопределением, где большое значение имеет образовательная среда с включением предметных показателей и психологической безопасности, которые мотивируют педагога. Второй этап с само-

актуализацией, где важными факторами являются система взаимоотношений между участниками образовательного процесса, стиль и эффективность педагогической деятельности, коммуникативные навыки педагогов и система педагогических ценностей. Третий этап связан с самосовершенствованием, где важным является развитие профессионального сознания, рефлексии и формирование профессиональной позиции. И, наконец, четвертый уровень представляет процесс профессионализации, включающий формирование образа идеального педагога и достижение зрелости как личностных, так и профессиональных качеств. Таким образом, профессиональная самореализация педагога рассматривается как цель развития всей личности специалиста, проходящего этапы субъектной самореализации и уровни экзистенциальной исполненности. Автор отмечает, что «... актуальной является проблема стимулирования педагогов к самореализации и создания комплекса психологических мероприятий, позволяющих педагогу уйти от традиционных, стереотипных форм работы, актуализировать новые личностные ресурсы, способствовать развитию переживания экзистенциальной исполненности...» [5, с. 232]. А важнейшим условием профессиональной самореализации, самоактуализации педагога является «...безопасное образовательное пространство и образовательная среда, как субстанция, влияющая на ощущение защищенности, опоры, возможности профессионально функционировать...» [5, с. 235].

А.А. Ставцев разработал предиктивную модель психологического благополучия личности педагога в профессиональной деятельности, которая «...демонстрирует наличие профессионально-значимых позитивных качеств личности, обладающих наибольшим «мультипликационным эффектом полезности», для педагогов это: креативность, любовь к учению, любопытство, широта видения, критическое мышление, храбрость, энергичность, любовь, социальный интеллект, лидерство, благодарность, оптимизм, чувство юмора, духовность» [17, с. 131]. Также автор отмечает наличие «квартета» факторов психологической жизнестойкости, включающий любознательность, энергичность, благодарность и оптимизм, которые способствуют

повышению психического благополучия и развитию способности противостоять негативному влиянию внешних факторов.

О.И. Каяшева одним из приоритетных направлений изучения сложной профессиональной деятельности преподавателей вузов считает «...самопонимание, которое обеспечивает раскрытие всего многообразия качеств, свойств, потребностей и установок личности, позволяет выбирать наиболее приемлемые способы и приемы решения трудных ситуаций в образовательной среде... [9, с. 60]. Осознание своего «Я» играет важную роль в успешном выполнении профессиональных обязанностей, как и применение творческого подхода и занятия профессиональной деятельностью способны помочь преподавателям раскрыть свои скрытые способности и качества, а также продвинуть свободное выражение собственных идей и углубить осознание себя как личности [9].

Стоит отметить экзистенциальный аспект в изучении психологического благополучия преподавателей зарубежными исследователями S.P. Kumar, M. Paula, L.K. Jena, R.R. Ahmed, F.A. Soomro, Z.A. Channar, A.R. Hashem E., H.A. Soomro, M.H. Pahi, N.Z. Md Salleh, Li Yongzhan [22; 23; 24; 30].

Результаты исследования Yongzhan Li среди преподавателей китайских вузов показали, что и именно психологический капитал педагогов (настойчивость в достижении, эффективность, устойчивость, оптимизм – прим. авт.) положительно влияет на их смысл жизни. Также было выявлено, что смысл жизни имеет высокий удельный вес в плане временной перспективы и частично служит посредником между психологическим капиталом и благополучием преподавателей вузов [30].

Созвучное исследование о взаимосвязи между духовностью на рабочем месте и профессиональным благополучием учителей, а также посреднической ролью конструкта позитивного психологического капитала (ППК) между этими двумя показателями мы находим у M. Paula, L.K. Jena на основе материалов диагностики преподавателей, работающих в индийских вузах. Авторы считают, что «...психологически ясный и восприимчивый ум незаменим в процессе препода-

вания...», что «...внутренний источник духовности среди учителей может быть задействован для того, чтобы справляться с уровнями профессионального стресса, усиливая чувство благополучия» [23, с. 27].

Мы разделяем идеи логотерапии австрийского психолога-экзистенциалиста В. Франкла, который считал, что основная задача образования состоит не в том, чтобы довольствоваться передачей традиций и знаний, а в том, чтобы совершенствовать способность, которая дает человеку возможность находить уникальные смыслы. Этот подход созвучен постулату корифеев гуманистической педагогики К.Д. Ушинского, В.А. Сухомлинского, Ш.А. Амонашвили о том, что только личность может воспитать личность, что становится возможным при условии внутреннего благополучия самого преподавателя, эмоциональной стабильности и удовлетворенности.

Е.С. Иванченко обосновывает позицию, согласно которой фундаментом в выстраивании траектории самоактуализации преподавателя, должно быть философское направление, которое объединяет экзистенциальную и гуманистическую перспективы, несет в себе определенные установки, постулаты и ценности, которые оказывают влияние на развитие духовности преподавателя и его отношения к педагогической деятельности через актуализацию этических добродетелей, таких как уважение, доброта, справедливость, честь, достоинство и ответственность, на практике; приоритет профессиональной деятельности, основанный на общечеловеческих ценностях, прежде всего, на ценности человеческого бытия; наличие психологических качеств, связанных с гуманистическим подходом в общении: принятие себя и других людей, эмпатия, внимание, безусловно позитивное отношение и другие характеристики; способность самостоятельно выбирать нравственные ценности в условиях непредсказуемого и изменчивого мира, учитывая его сложности и нестабильность [7, с. 29].

При изучении экзистенциальных ценностей представители экзистенциального подхода обычно выделяют такие ценностно-онтологические единицы человеческого существования: свобода, исполненность, одиночество, изоляция, самоактуализация, трансцендентность, персональность, ответственность.

Обобщая результаты теоретического анализа по проблемам психологического благополучия личности, экзистенциальных опор, эмоциональных дисфункций, мы приходим к термину «экзистенциальное благополучие» понимаемое нами как состояние интериоризации жизненных смыслов исполненности, свободы, самореализации, способствующее комфортному эмоциональному состоянию и снижающему риски невротизации.

Поэтому целью эмпирического исследования является выявление связи экзистенциальных ценностей преподавателя вуза с проявлениями показателей эмоциональной сферы.

Мы намерены эмпирически доказать гипотезу о том, что экзистенциальные ценности, влияют на качество эмоциональных состояний, и являются основой психологического благополучия.

Выборка исследования была собрана из преподавателей обоих полов от 40 до 75 лет, со стажем профессиональной деятельности более восемнадцати лет. Общее количество респондентов составило 132 человека. Информированное согласие было получено от всех субъектов, участвовавших в исследовании.

Данное исследование является частью масштабного диссертационного исследования, сбор экспериментальных данных осуществлялся в период с декабря 2021 по январь 2022года.

Площадками исследования стали российские вузы: Самарский государственный социально-педагогический университет, Тольяттинский государственный университет, Самарский филиал Московского городского педагогического университета, Самарский государственный технический университет, Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова, Вольский военный институт материального обеспечения, Сахалинский государственный университет, Мурманский арктический государственный университет, Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского.

Исследование проводилось в удаленном формате, согласно инструкции, которая была разослана участникам исследования. Преподавателям было дано задание оценить себя по методикам: методика

диагностики социально-психологической адаптации Роджерса – Даймонда, методика диагностики агрессивности Басса-Дарки, диагностика тревожности Спилбергера –Ханина. Данные инструменты исследования были выбраны для оценки психологического благополучия опосредованно, изначально опираясь на задачу выявления факторов неблагополучия, проявления различных эмоциональных дисфункций.

Для изучения проявленности экзистенциальных ценностей мы использовали методики диагностики самоактуализации личности А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина и Шкала экзистенции А. Лэнгле и К. Орглер. Для опосредованного выявления состояния психологического благополучия мы использовали методики, диагностирующие противоположный полюс, то есть эмоциональное неблагополучие, невротизацию, а именно методики диагностики: агрессивности Басса-Дарки, тревожности Спилбергера-Ханина, социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонда, которая дает возможность изучить выраженность таких факторов, таких как непринятие себя и других, эмоциональный дискомфорт, экстернатальность, зависимость поведения, позицию в отношениях и др.

Полученные результаты были обработаны с помощью корреляционного анализа в программе STATISTICA 11.0.

Результаты

Изложение основного материала исследования с полным обоснованием полученных научных результатов.

В процессе обработки массива данных были получены следующие результаты, представленные в таблице 1.

Мы получили значительный массив статистических данных. Перед описанием содержания взаимосвязей считаем важным сделать уточнение. Отрицательные корреляционные связи экзистенциальных ценностей с показателями невротизации мы рассматриваем как проявления психологического неблагополучия, в то время как в положительных связях видим ресурс проявления эмоциональной удовлетворенности и комфорта.

Таблица 1.

**Корреляционные связи экзистенциальных ценностей
и эмоциональных состояний (фрагмент)**

Шкалы	Коэффициенты корреляции (статистически значимы при уровне значимости равном $p=0,05$)											
	Раздражение	Обида	Индекс враждебности	Личностная тревожность	Ситуативная тревожность	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Неврозизация	Адаптация	Самопринятие	Эмоциональный комфорт	Ингеральность
Шкала ориент. во врем.	-0,26	-0,36	-0,28	-0,35	-0,32	-0,33	-0,34	-0,46	0,49	0,37	0,49	0,38
Ценности	-0,37	-0,39	-0,39	-0,46	-0,26	-0,36	-0,44	-0,45	0,36	0,34	0,32	0,31
Взгляд на прир. человека	-0,36	-0,42	-0,33	-0,36	-0,20	-0,19	-0,30	-0,38	0,33	0,21	0,33	0,26
Потребность в позн.	-0,34	-0,33	-0,38	-0,39	-0,26	-0,49	-0,51	-0,36	0,45	0,31	0,48	0,37
Креативность	-0,10	-0,26	-0,20	-0,43	-0,35	-0,31	-0,31	-0,18	0,25	0,16	0,24	0,11
Автономность	-0,29	-0,17	-0,01	-0,43	-0,32	-0,32	-0,17	-0,25	0,24	0,17	0,29	0,25
Самопонимание	-0,28	-0,39	-0,41	-0,45	-0,25	-0,34	-0,45	-0,43	0,38	0,35	0,35	0,36
Аутосимпатия	-0,19	-0,17	-0,20	-0,48	-0,27	-0,23	-0,33	-0,37	0,29	0,24	0,42	0,15
Гибкость в общении	-0,37	-0,19	-0,15	-0,43	-0,43	-0,41	-0,31	-0,36	0,25	0,18	0,35	0,17
Самодистанцирование	-0,24	-0,26	-0,27	-0,32	-0,32	-0,21	-0,12	-0,27	0,10	0,21	0,28	0,46
Самотрансценденция	-0,27	-0,22	-0,32	-0,50	-0,47	-0,35	-0,44	-0,49	0,60	0,51	0,63	0,58
Свобода	-0,31	-0,33	-0,41	-0,49	-0,45	-0,30	-0,42	-0,44	0,38	0,45	0,47	0,41
Ответственность	-0,35	-0,48	-0,57	-0,51	-0,44	-0,35	-0,46	-0,56	0,40	0,53	0,08	0,59
Персональность	-0,33	-0,35	-0,44	-0,58	-0,49	-0,39	-0,46	-0,55	0,54	0,52	0,22	0,64
Экзистенциальность	-0,40	-0,51	-0,59	-0,57	-0,51	-0,38	-0,51	-0,57	0,51	0,60	0,67	0,63
Исполненность	-0,39	-0,46	-0,55	-0,60	-0,52	-0,40	-0,51	-0,59	0,55	0,59	0,69	0,67

Шкала ориентации во времени показывает, насколько человек живет настоящим, не откладывая свою жизнь «на потом» и не пытаясь найти убежище в прошлом. Мы получили результаты, когда данная шкала отрицательно связана с раздражением (-0,26), обидой (-0,36), отрицательным индексом враждебности (-0,28), ситуативной (-0,32) и личной (-0,35) тревожностью, эмоциональным истощением (-0,33), деперсонализацией (-0,34), уровнем невротизации Вассермана (-0,46), интегральным показателем адаптации (0,49), адаптивностью (0,36), дезадаптивностью (-0,43), непринятием себя (-0,46), непринятием других (-0,25), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,49), эмоциональным дискомфортом (-0,49), внешним контролем (-0,35) и эскапизмом (уходом от проблем) (-0,24). Стоит отметить положительную связь с интегральным показателем самопринятия (0,37), принятием себя (0,46), интегральным показателем принятия других (0,30), интегральным показателем интернальности (0,38).

Полученные взаимосвязи подтверждают тот факт, что неспособность жить здесь и сейчас – это маркер невротического состояния, подлинное же повседневное существование с принятием жизненных условий возможно, если личность принимает на себя ответственность за свою жизнь и принимает себя, других такими, как они есть.

Положительная связь фактора «Ценности» отмечается с такими показателями, как интегральным показателем адаптации (0,36), интегральным показателем самопринятия (0,34), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,39), интегральным показателем интернальности (0,31).

Предпочтение высших ценностей самоактуализирующейся личности, стремящейся к психологически гармоничным отношениям с людьми, целостности, красоте, самодостаточности, способствует развитому позитивному самоотношению, эмоциональной удовлетворенности, состоянию управления собой и своей жизнью, продуктивным взаимоотношениям в значимой социальной группе.

Шкала «Ценности» отрицательно связаны с физической агрессией (-0,29), раздражением (-0,37), обидой (-0,39), подозрительностью

(-0,31), чувством вины (-0,40), индексом враждебности (-0,39), ситуативной (-0,26) и личной (-0,46) тревожностью, эмоциональным истощением (-0,36), деперсонализацией (-0,44), уровнем невротизации Вассермана (-0,45), дезадаптивностью (-0,34), эмоциональным дискомфортом (-0,36), непринятием себя (-0,33), внешним контролем (-0,35). Чем выше отвержение ценностей самореализации, тем вероятнее риск проявления невротических состояний.

Шкала «Взгляд на природу человека» отрицательно связана с раздражением (-0,36), обидой (-0,42), чувством вины (-0,28), индексом враждебности (-0,33), личной тревожностью (-0,36), деперсонализацией (-0,30), уровнем невротизации Вассермана (-0,38), интегральным показателем адаптации (0,33), дезадаптивностью (-0,39), непринятием себя (-0,27), интегральным показателем принятия других (0,32), непринятием других (-0,34), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,33), эмоциональным дискомфортом (-0,37), интегральным показателем интернальности (0,26), внешним контролем (-0,34) и ведомостью (-0,28).

Положительная корреляционная связь шкалы «Взгляд на природу человека» отмечается с интегральным показателем адаптации (0,33), интегральным показателем принятия других (0,32), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,33), интегральным показателем интернальности (0,26).

Данный результат говорит о том, что установка видеть людей через тот или иной фильтр оценок связана с полюсом психологического состояния. Можем предположить, что преподаватели, априори настроенные на социальное окружение с негативными качествами, могут способствовать усилению невротизации. А преподаватели, фокусирующиеся на позитивном психологическом портрете учеников и коллег, психологически более эмоционально благополучны и менее подвержены тревоге, раздражению, потере контакта с группой.

Шкала «Потребность в познании» отрицательно связана с раздражением (-0,34), обидой (-0,33), подозрительностью (-0,36), индексом враждебности (-0,38), ситуативной (-0,26) и личной (-0,39) тревожностью, эмоциональным истощением (-0,49), деперсона-

лизацией (-0,51), уровнем невротизации Вассермана (-0,36), дезадаптивностью (-0,36), неприятием себя (-0,34), интегральным показателем принятия других (0,36), принятием других (0,27), неприятием других (-0,29), эмоциональным дискомфортом (-0,41) и внешним контролем (-0,32). Можем предположить, что чем ниже ценность познания, живой интерес к исследованию окружающего мира, тем вероятнее невротические проявления.

Шкала «Потребность в познании» положительно связана с интегральным показателем адаптации (0,45), адаптивностью (0,42), интегральным показателем самопринятия (0,31), принятием себя (0,42), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,48), интегральным показателем интернальности (0,37). Полученные данные говорят о том, что активная позиция по отношению к людям и самому себе дает возможность эвристически относиться к окружающему миру в динамике, не занимать пассивную роль, позволять людям себе раскрываться в новых аспектах.

Шкала «Креативность» отрицательно связана с обидой (-0,26), чувством вины (-0,25), ситуативной (-0,35) и личной (-0,43) тревожностью, эмоциональным истощением (-0,31), деперсонализацией (-0,31). Предположим, что низкая значимость ценности «Креативность», шаблонность и ригидность восприятия может усиливать обиду, вину, тревогу, отчуждение. Человек, не ценящий креативность, не ищет новых нестандартных решений, ограничивается стандартными алгоритмами, вновь может повторять травмирующую ситуацию.

Шкала «Креативность» имеет положительную корреляционную связь с адаптивностью (0,25), принятием себя (0,26), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,24), эмоциональным комфортом (0,34), интегральным показателем стремления к доминированию (0,24).

Творческая направленность личности, умение нестандартно посмотреть на образ жизненной ситуации, поступков человека способствует внутреннему согласию с происходящим, принятию себя и других как членов социальной группы и установлению комфортных отношений, эмоциональной удовлетворенности, состоянию спокойствия.

Шкала «Автономность» отрицательно связана с раздражением (-0,29), чувством вины (-0,30), дезадаптивностью (-0,25), ситуативной (-0,32) и личной (-0,43) тревожностью, уровнем невротизации Вассермана (-0,25), и ведомостью (-0,39). Чем выше автономность, тем ниже вероятность раздражение и чувство вины, тревоги, поскольку человек ориентируется на себя, избавлен от ожиданий.

Шкала «Автономность» позитивно связана с интегральным показателем адаптации (0,31), принятием себя (0,26), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,29), эмоциональным комфортом (0,33), интегральным показателем интернальности (0,25), интегральным показателем стремления к доминированию (0,39), доминированием (0,24).

Чем выше автономность личности как качество характера, стремление к саморегуляции и самодетерминации, раскрытию способности к самостоятельной деятельности и независимости, тем вероятнее успешность его адаптации, открытость слышать свои желания, расставлять приоритеты, управлять ресурсом внутренней энергии, с лидерским потенциалом.

Шкала «Самопонимание» связана со способностью осознавать и принимать свои эмоции, брать на себя ответственность за свои эмоциональные реакции, как взаимодействовать с окружающим миром, реалистичному представлению о своих возможностях и ограничениях, целостному принятию себя, постановке адекватных целей, что ведет к более эффективным стратегиям регуляции эмоций и адаптивному поведению.

Данная шкала «Самопонимание» положительно коррелирует с интегральным показателем адаптации (0,46), интегральным показателем самопринятия (0,35), принятием себя (0,42), интегральным показателем интернальности (0,36) и эмоциональной комфортности (0,51). А отрицательно связано с раздражением (-0,28), обидой (-0,39), подозрительностью (-0,37), чувством вины (-0,32), индексом враждебности (-0,41), ситуативной (-0,25) и личной (-0,45) тревожностью, эмоциональным истощением (-0,34), деперсонализацией (-0,45), уровнем невротизации Вассермана (-0,43), непринятием себя

(-0,33), дезадаптивностью (-0,41), эмоциональным дискомфортом (-0,48), и внешним контролем (-0,38).

Чем ниже уровень принятия себя, тем выше риски появления повышенной самокритичности, недовольства собой, обесценивания. Низкий уровень аутосимпатии приводит к тревоге, зависимости от других, дезадаптивности и сниженному эмоциональному фону.

Аутосимпатия отражает благосклонное отношение к себе, доверие к своим внутренним процессам, жизненным взглядам. Чем ниже удовлетворенность собой, тем выше вероятность подавленности, затруднения в выражении эмоций и чувств, сложности в самоидентификации и установлении контактов с окружающими, что и отражено в полученных результатах.

Шкала «Аутосимпатия» отрицательно связана с ситуативной (-0,27) и личной (-0,48) тревожностью, деперсонализацией (-0,33), уровнем невротизации Вассермана (-0,37), дезадаптивностью (-0,29), эмоциональным дискомфортом (-0,34) и ведомостью (-0,28).

Положительная корреляционная связь шкалы «Аутосимпатии» с интегральным показателем адаптации (0,33), интегральным показателем самопринятия (0,24), принятием себя (0,41), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,42), эмоциональным комфортом (0,42), интегральным показателем стремления к доминированию (0,38) отражает реализм в оценке своих качеств, способностей и возможностей, понимание и принятие выработанных ценностей и насущных потребностей, жизнь с самим собой в согласии, обеспечивает эмоциональную удовлетворенность, стремление влиять на процессы своей жизни и контакты в социальной группе.

Позитивная корреляционная связь по шкале «Контактность» была получена с такими показателями, как интегральный показатель самопринятия (0,26), принятие себя (0,28), интегральный показатель эмоциональной комфортности (0,32), а отрицательно связана с раздражением (-0,32), чувством вины (-0,25), ситуативной (-0,24) и личной (-0,39) тревожностью, интегральным показателем адаптации (0,31), дезадаптивностью (-0,26), эмоциональным дискомфортом (-0,27).

Стремление к установлению эмоциональных контактов, направленность на построение наполненных смыслом, близких отношений влияет на способность строить продуктивные отношения в социальных группах, на процессы отражения себя в значимом другом со стороны принятия. Напротив, чем ниже способность к психологическому взаимодействию с людьми, формированию доверительных отношений, тем выше проявления невротических тенденций в форме тревоги, нестабильности в поддержании социальных отношений и гибко приспосабливаться к изменяющимся условиям среды.

Шкала «Гибкость в общении» отрицательно связана с раздражением (-0,37), чувством вины (-0,33), ситуативной (-0,41) и личной (-0,43) тревожностью, эмоциональным истощением (-0,27), деперсонализацией (-0,31), уровнем невротизации Вассермана (-0,36) и эмоциональным дискомфортом (-0,28). Чем ниже проявление гибкости в общении, тем ярче проявление неготовности менять стиль коммуникации в зависимости от ситуации и личности собеседника, тем вероятнее проявление негативных эмоциональных состояний, непринятия себя, неудовлетворенности в коммуникации с группой.

Шкала «Гибкость в общении» проявляет положительную корреляционную связь с интегральным показателем адаптации (0,26), адаптивностью (0,25), принятием себя (0,28), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,35), эмоциональным комфортом (0,25). Чем шире репертуар коммуникативных стратегий, направленность на понимание других и особенностей контакта, способность с легкостью менять тему беседы, тем выше уровень удовлетворенность собой и общением внутри сообществ, состояние эмоциональной безопасности, доверия и принятия.

Шкалы «Самодистанцирование» отрицательно связана с раздражением (-0,24), обидой (-0,26), индексом враждебности (-0,27), личной тревожностью (-0,32), уровнем невротизации Вассермана (-0,27), дезадаптивностью (-0,46), непринятием себя (-0,31), непринятием других (-0,48), эмоциональным дискомфортом (-0,39), внешним контролем (-0,50), ведомостью (-0,36) и эскапизмом (-0,24). Чем ниже способность к самодистанцированию, заметнее фокусировка

на навязчивых желаниях, мыслях, чувствах, потеря ориентации в происходящем, тем вероятнее проявление невротических конфликтов, неприятия себя и других такими, какие есть, направленность на зависимость от внешних факторов и обвинения окружающих в своих неприятностях, подверженности чужому влиянию, избеганием решения и неудовлетворенным положением в социальных группах.

Шкала «Самодистанцирование» имеет положительную связь связана с интегральным показателем адаптации (0,39), интегральным показателем принятия других (0,46), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,28), интегральным показателем интернальности (0,46). Данная корреляционная связь напрямую подтверждает тот факт, что чем выше способность реалистично воспринимать ситуацию, без эмоциональной зависимости от своих желаний и намерений, тем выше удовлетворенность общением и принятием в группе, проявлением своих возможностей, проживание возникающих эмоций без осуждения, обесценивания, принуждения, состояние контроля своей психики и жизни.

Шкала «Самотрансценденция» отрицательно связана с раздражением (-0,27), подозрительностью (-0,33), чувством вины (-0,31), индексом враждебности (-0,32), ситуативной (-0,47) и личной (-0,50) тревожностями, эмоциональным истощением (-0,35), деперсонализацией (-0,44), уровнем невротизации Вассермана (-0,49), дезадаптивностью (-0,62), неприятием себя (-0,56), неприятием других (-0,52), и эмоциональным дискомфортом (-0,56), внешним контролем (-0,55), ведомостью (-0,39) и эскапизмом (уходом от проблем) (-0,36).

Чем ниже трансцендентность как включенность в ценностные основания мира, подчиненность жизни исключительно функциональным целям и действиям, тем выше вероятность склонности к невротизации, подавленности, неудовлетворенности общением в социальных группах, отчужденностью личности, недовольством собой, неприятием других людей, подчиненностью влиянию других, избеганием в решении задач и сложных ситуаций. Самотрансценденция будет затруднена при выраженных невротических состояниях.

Шкала «Самотрансценденция» (ST) корреляционно положительно связана с интегральным показателем стремления к доминированию (0,31), интегральным показателем адаптации (0,71), интегральным показателем самопринятия (0,51), интегральным показателем принятия других (0,60), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,63), интегральным показателем интернальности (0,58), внутренним контролем (0,24).

Самотрансценденция как способность выходить за пределы самонаблюдения, эмоциональную соотнесенность с глобальным смыслом жизни, осуществлении себя в служении делу или в любви к другому человеку, ощущение неразрывной связи со всем человечеством, осознание себя как часть природного и социального мира может влиять на стремление к продвижению своих идей, проявлению возможностей, удовлетворенности общением в социальных группах, установкой на самооценку и ценность мыслей, чувств и действий другого, эмоциональной безопасности и доверия, склонности объяснять свои достижения внутренними факторами, ответственности за свои решения. Состояние полноты бытия человека влияет на потенциал реализации возможностей через себя для других на фоне позитивного эмоционального состояния.

Экзистенциальная ценность шкалы «Свобода» отрицательно связана с раздражением (-0,31), обидой (-0,33), подозрительностью (-0,37), чувством вины (-0,36), индексом враждебности (-0,41), ситуативной тревожностью (-0,45) и личной тревожностью (-0,49), эмоциональным истощением (-0,30), деперсонализацией (-0,42), уровнем невротизации (-0,44), дезадаптивностью (-0,46), непринятием себя (-0,46), непринятием других (-0,35), эмоциональным дискомфортом (-0,50), внешним контролем (-0,44), и ведомостью (-0,28). Чем ниже способность находить возможности и приходиться к решению, неуверенность, тем вероятнее проявление невротических механизмов, тревоги, истощения, отчуждения, блоках в процессах взаимодействия субъекта с окружающей средой, нарушением баланса между требованиями среды и психической деятельностью, подчинением внешним условиям и состоянием эмоционального напряжения.

Шкала «Свобода» позитивно связана с интегральным показателем адаптации (0,49), адаптивностью (0,38), интегральным показателем принятия других (0,40), принятием других (0,32), интегральным показателем самопринятия (0,45), принятием себя (0,42), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,47), интегральным показателем интернальности (0,41), интегральным показателем стремления к доминированию (0,30).

Способность находить возможности для принятия и свободной реализации решения связана с возможностью удовлетворения социальных потребностей, способом принимающего взгляда на себя, свою жизнь, на других людей, без иллюзий, без самокритики. Именно это состояние связано с возможностью принимать хорошо обдуманное решение, адекватно реагировать на имеющиеся обстоятельства. Принимая решения, осознавая ответственность, опору на себя в управлении своей жизнью личность ощущает эмоциональную удовлетворенность, что в свою очередь дает уверенность и разрешением выступать с инициативой, влиять на мысли и чувства других.

Шкала «Ответственность» отрицательно связана с раздражением (-0,35), обидой (-0,48), подозрительностью (-0,51), чувством вины (-0,45), индексом агрессии (-0,24), индексом враждебности (-0,57), ситуативной (-0,44) и личной (-0,51) тревожностью, эмоциональным истощением (-0,35), деперсонализацией (-0,46), уровнем невротизации Вассермана (-0,56), дезадаптивностью (-0,68), непринятием себя (-0,58), непринятием других (-0,54), эмоциональным дискомфортом (-0,68), внешним контролем (-0,65), ведомостью (-0,41) и эскапизмом (уходом от проблем) (-0,43).

Страх перед усилиями, обязательствами, проблемами, обязательность ориентиров и гарантий может провоцировать защитные формы поведения такие как раздражение, вину, обидчивость, подозрительность, тревогу, низкую способность взаимодействия с группой, непринятие себя и других, склонность подчиняться внешнему контролю, избеганием и эмоциональной неудовлетворенностью.

Шкала «Ответственность» позитивно связана с интегральным показателем адаптации (0,67), адаптивностью (0,40), интегральным

показателем самопринятия (0,53), принятием себя (0,35), интегральным показателем принятия других (0,51), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,58), интегральным показателем интернальности (0,59), интегральным показателем стремления к доминированию (0,29).

Ценность ответственности в нашем обществе довольно высока, потому что оценивается как гарант безопасности, доверия и стабильности. Способность выполнять обязательства, доводить до конца принятые решения обеспечивает стабильно позитивную самооценку, чувство уверенности, гармоничных отношений в социуме, стремление управлять собой и своей жизнью.

Шкала «Персональность» отрицательно связана с раздражением (-0,33), обидой (-0,35), подозрительностью (-0,42), чувством вины (-0,31), индексом враждебности (-0,44), ситуативной тревожностью (-0,49) и личной тревожностью (-0,58), эмоциональным истощением (-0,39), деперсонализацией (-0,46), уровнем невротизации Вассермана (-0,55), дезадаптивностью (-0,69), непринятием себя (-0,60), непринятием других (-0,60), эмоциональным дискомфортом (-0,65), внешним контролем (-0,65), ведомостью (-0,43) и эскапизмом (уходом от проблем) (-0,34).

Понимая под персональностью уникальный идентификатор личности, включающий когнитивные особенности, эмоциональные реакции, индивидуальные черты и другие характеристики, можем отметить, какие негативные невротические показатели формируются при ее низкой проявленности. Чем ниже личность оценивает собственную уникальность, тем выше вероятность блокирования базовых индивидуальных потребностей и выше значения влияния разрушающих личность тенденций, выраженных в раздражении, обиде, подозрительности, чувстве вины, тревоге, отчуждении, непринятии своих мыслей и чувств, непринятии психологических особенностей других людей, эмоциональной подавленности, подчинением влиянию других и обстоятельств жизни, избеганием в решении проблем.

Шкала «Персональность» положительно связана с интегральным показателем самопринятия (0,52), принятием себя (0,41), интеграль-

ным показателем принятия других (0,65), интегральным показателем адаптации (0,73), адаптивностью (0,54), интегральным показателем интернальности (0,64), интегральным показателем стремления к доминированию (0,31), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,64).

Когнитивная и эмоциональная доступность для себя и для мира влияют на принимающее отношение к себе и другим, включенность и благополучие в участии в групповых процессах, ответственности за свои решения и свою жизнь, настойчивость, доминирование в группе, состояние позитивного восприятия, эмоциональной безопасности и доверия.

Шкала «Экзистенциальность» отрицательно связана с раздражением (-0,40), обидой (-0,51), подозрительностью (-0,53), чувством вины (-0,48), индексом агрессии (-0,25), индексом враждебности (-0,59), ситуативной (-0,51) и личной (-0,57) тревожностью, эмоциональным истощением (-0,38), деперсонализацией (-0,51), уровнем невротизации Вассермана (-0,57), дезадаптивностью (-0,72), непринятием себя (-0,64), непринятием других (-0,54), эмоциональным дискомфортом (-0,74), внешним контролем (-0,67), ведомостью (-0,46) и эскапизмом (уходом от проблем) (-0,43).

Предположим, что непонимание смысла своего существования в этом мире может находить выражение в невротических чувствах, гнев, тревоге, истощении, отчужденности и непонимании инструментов опоры личности, различных формах социально-психологической дезадаптации, выраженной в конфликтах с людьми, непонимании как своих истинных потребностей, мыслей, чувств, индивидуальных особенностей, так и других, подчинением внешнему влиянию, избеганию в решении проблем и состоянием беспокойства.

Шкала «Экзистенциальность» имеет положительную корреляционную связь с интегральным показателем адаптации (0,74), адаптивностью (0,51), интегральным показателем интернальности (0,63), интегральным показателем самопринятия (0,60), принятием себя (0,47), принятием других (0,31), интегральным показателем принятия других (0,57), интегральным показателем эмоциональ-

ной комфортности (0,67), интегральным показателем стремления к доминированию (0,38). Понимание своего места в жизни, смысла своего существования, включенность в жизнь связана со способностью достигать социальных целей, созданию гармоничных отношений с людьми, принятием себя и других с учетом многообразия психологических черт, убеждение и чувств, стремлением влиять своей позицией в социуме, состоянием эмоционального спокойствия и безопасности.

Шкала «Исполненность» отрицательно связана с раздражением (-0,39), обидой (-0,46), подозрительностью (-0,50), чувством вины (-0,43), индексом враждебности (-0,55), ситуативной тревожностью (-0,52) и личной тревожностью (-0,60), эмоциональным истощением (-0,40), деперсонализацией (-0,51), уровнем невротизации (-0,59), дезадаптивностью (-0,74), неприятием себя (-0,65), интегральным показателем принятия других (0,64), принятием других (0,36), неприятием других (-0,60), эмоциональным дискомфортом (-0,73), внешним контролем (-0,70), ведомостью (-0,47) и эскапизмом (-0,41). Полученные взаимосвязи говорят о том, что исполненность будет затруднена в тот момент жизни человека, когда он находится под влиянием дезадаптивных тенденций эмоциональной и личностной сфер. Предположим, что в свою очередь, нерешительность, тревога, неспособность к диалогу, низкая ответственность за свои решения, избегание проблем, стесненность в самовыражении снижают ощущения полноты жизни.

Шкала «Исполненность» осознанность, наполненность жизни смыслом, диалогический обмен с миром с ориентацией реализацию смыслов с опорой на своих потребности, цели, чувства положительно связана с интегральным показателем самопринятия (0,59), принятием себя (0,47), интегральным показателем эмоциональной комфортности (0,69), интегральным показателем интернальности (0,67) интегральным показателем стремления к доминированию (0,37), интегральным показателем адаптации (0,77), адаптивностью (0,55), что вполне может быть выражено в хорошем контакте со сферой позитивного самоотношения, принятием других таки-

ми, какие они есть, стремлением проявляться и влиять, балансом в сфере эмоций и чувств.

Интересные данные, достойные интерпретации были получены при анализе отрицательных корреляционных связей шкал «Ценности» и физической агрессии (-0,29). Казалось бы, развитое самосознание должно обеспечить контроль эмоций, но данные говорят о том, что вероятнее всего, агрессия, как древнейший механизм адаптации и реагирования на триггеры среды, не определяется ценностями и не обеспечивает контроля психики, имея в фокусе реакции внешний объект.

Шкала «Редукция профессиональных достижений» не показала ни одной корреляционной связи с экзистенциальными ценностями. Предположим, что индивидуальная природа с выходом на социальный уровень, это характеристика внутреннего мира человека. Ценности регулируют благополучие во внутренней смысловой сфере. При этом личностные смыслы настолько интериоризированы, что могут не влиять на социальные функции, в частности, на оценку профессиональных успехов.

Выводы

1. Современный научный подход позволяет нам обобщить взгляды на понятие «психологическое благополучие» как совокупность таких характеристик как: понимание своего места в жизни, принятие своих социальных достижений, проживание осознаваемых жизненных смыслов, личностные ценности, экзистенциальная исполненность, акмеологическая зрелость, духовные и нравственные детерминанты личностного развития, удовлетворенность собой и своей жизнью.

2. Исследования российских и зарубежных ученых подтверждают тот факт, что психологическое благополучие является профессионально определяющим состоянием для таких социально значимых профессий как педагог.

3. Наше исследование выявило целый ряд связей, которые подтверждают гипотезу о том, что экзистенциальные ценности «Исполненность», «Экзистенциальность», «Персональность», «От-

ветственность», «Свобода», «Самоотрансценденция», «Самодистанцирование», «Гибкость в общении», «Контактность», «Аутосимпатия», «Самопонимание», «Автономность», «Креативность», «Потребность в познании», «Взгляд на природу человека», «Ориентации во времени» влияют на качество эмоциональных состояний, и являются основой психологического благополучия преподавателя. Игнорирование экзистенциальных ценностей способствует проявлению невротических состояний как дезадаптация, чувство вины, принятие себя, непринятие других, враждебность, истощение, депersonализацию, внешний контроль, ведомость, эскапизм. Принятие экзистенциальных ценностей преподавателем влечет формирование состояний адаптивности, интернальности, самопринятия, принятия других, эмоционального комфорта и др.

4. Психологическое благополучие связано с проявленностью адаптивных эмоциональных состояний на основе социальных ценностей, принятых как экзистенциальные.

5. На основе эмпирического исследования мы доказали смысл введенного нами термина «экзистенциальное благополучие» понимаемое как состояние интериоризации жизненных смыслов исполненности, свободы, самореализации, способствующее комфортному эмоциональному состоянию, снижающему риски невротизации.

Список литературы

1. Батурин Н. А., Башкатов С. А., Гафарова Н. В. Теоретическая модель личностного благополучия // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. 2013. Т. 6, № 4. С. 4–14. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskaya-model-lichnostnogo-blagopoluchiya> (дата обращения: 07.12.2023).
2. Благополучие личности и экзистенциальная исполненность: теоретико-филос. аспект / Т. Г. Дулинец, О. А. Бенькова, Т. Г. Савельева, А. А. Машанов, О. Н. Догадаев // Философия и культура. 2022. № 10. С. 75–91. <https://doi.org/10.7256/2454-0757.2022.10.39033>
3. Вачков И. В., Храмова Т. К. Аутентичность и самореализация личности в период ранней взрослости. Текст: электронный // Психологическое благополучие личности в период ранней взрослости. М.: Психологическое благополучие личности в период ранней взрослости. 2023. С. 10–15.

- логия и право. 2021. Т. 11, № 4. С. 14–24. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2021110402>
4. Воронина А. В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.04. Томск, 2002. 220 с. URL: <https://viewer.rsl.ru/ru/rsl01002336295> (дата обращения: 07.12.2023).
 5. Григорьева А. А. Экзистенциальный потенциал профессиональной самореализации педагога // Ярославский педагогический вестник. Том 2, Психолого-педагогические науки. 2013. № 1. С. 232–236. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ekzistentsialnyy-potentsial-professionalnoy-samorealizatsii-pedagoga> (дата обращения: 07.12.2023).
 6. Джидарьян И. А. Психология счастья и оптимизма / Рос. акад. наук, Ин-т психологии. М.: Ин-т психологии и педагогики, 2013. 267 с.
 7. Иванченко Е. С. Экзистенциально-гуманистическое мировоззрение как основа самосовершенствования в труде преподавателя / Е. С. Иванченко, А. А. Тимофеева // Теория и практика приоритетных научных исследований: сборник научных трудов по материалам XI Международной научно-практической конференции, Смоленск, 17 февраля 2020 года. Смоленск: МНИЦ «НаукоСфера», 2020. С. 29-31.
 8. Карапетян Л.В., Глотова Г.А. Особенности эмоционально-личностного благополучия педагогов // Педагогическое образование в России. 2018. № 9. С. 44-51.
 9. Каяшева О. И. Самопонимание как фактор успешной профессиональной деятельности преподавателя вуза в контексте экзистенциального подхода // Высшее образование сегодня. 2020. № 4. С. 59-62.
 10. Кроник А. А., Ахмеров Р. А. Каузометрия: методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. М.: Смысл, 2003. 285 с.
 11. Леонтьев Д. А. Психология смысла. Природа, строение и динамика смысловой реальности: учеб. пособие для студентов высших учеб. заведений, обучающихся по направлению и специальностям психологии. 3-е изд., доп. М.: Смысл, 2007. 510 с. URL: <https://viewer.rsl.ru/ru/rsl01003116497> (дата обращения: 07.12.2023).

12. Матюшина М. Г. Основные подходы к раскрытию понятия «Субъективное благополучие» в отечественной и зарубежной психологии // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2016. № 182. С. 127–131. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-podhody-k-raskrytiyu-ponyatiya-subektivnoe-blagopoluchie-v-otechestvennoy-i-zarubezhnoy-psihologii> (дата обращения: 07.12.2023).
13. Плугина М. И. Акмеологическое сопровождение профессионального становления преподавателей высшей школы: монография. М.: ПКЦ Альтекс, 2008. 417 с.
14. Русалов В. М. Психологическая зрелость: единая или множественная характеристика? // Психологический журнал. 2006. Т. 27, № 5. С. 83–91.
15. Сапогова Е. Е. Психологическое благополучие современного педагога: экзистенциальный контекст // Современная психология образования: проблемы и перспективы: материалы Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции, Воронеж, 20–22 октября 2016 года / Воронежский государственный педагогический университет; Российское психологическое общество; Департамент образования, науки и молодежной политики Воронежской области. Воронеж: Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2016. С. 202-206.
16. Селигман Мартин Э. П. В поисках счастья: как получать удовольствие от жизни каждый день: пер. с англ. 2-е изд. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2011. 317 с.
17. Ставцев А. А. Позитивные качества личности как предиктор психологического благополучия педагогов в профессиональной деятельности (на модели VIA): диссертация ... кандидата психологических наук : 5.3.5. / Ставцев Алексей Андреевич; [Место защиты: ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет»]; Диссовет СПбГУ А5.3.5.23.200]. Санкт-Петербург, 2022. 292 с.
18. Шевеленкова Т. Д., Фесенко П. П. Психологическое благополучие личности: (обзор основных концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95–129.

19. Bradburn N. M. The structure of psychological well-being / With the assistance of C. Edward Noll. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. 320 p. URL: https://www.norc.org/content/dam/norc-org/pdfs/BradburnN_Struc_Psych_Well_Being.pdf (дата обращения: 07.12.2023).
20. Diener E. Subjective well-being: the science of happiness and a proposal for a national index // *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, no. 1. P. 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
21. Diener E., Chan M. Y. Happy people live longer: subjective well-being contributes to health and longevity // *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2011. Vol. 3, no. 1. P. 1–43. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045>
22. Kumar S.P. Workplace Spirituality as an Antecedent of University Teachers' Subjective Well-being: Mediating Role of Job Satisfaction and Job Performance // *Journal of Engineering Education Transformations*. 2020. Vol. 33. P. 137-146.
23. Paula M., Jena L.K. Workplace spirituality, teachers' professional well-being and mediating role of positive psychological capital: An empirical validation in the Indian context // *Int. J. Ethics Syst*. 2022. Vol. 38. P. 1–28.
24. Relationship between Different Dimensions of Workplace Spirituality and Psychological Well-Being: Measuring Mediation Analysis through Conditional Process Modeling / Ahmed R.R., Soomro F.A., Channar Z.A., Hashem E.A.R., Soomro H.A., Pahi M.H., Md Salleh N.Z. // *J. Environ. Res. Public Health*. 2022. Vol. 19, 11244. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811244>
25. Ryff C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 57, no. 6. P. 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
26. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being re-visited // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69, no. 4. P. 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
27. Waterman A. S. Reconsidering happiness: a eudaimonist's perspective // *The Journal of Positive Psychology*. 2008. Vol. 3, is. 4. P. 234–252. <https://doi.org/10.1080/17439760802303002>

28. Waterman A. S. Two conceptions of happiness: contrasts of personal ex-pressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1993. Vol. 64, no. 4. P. 678–691. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>
29. Wealth and happiness across the world: material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling / E. Diener, W. Ng, J. Harter, R. Arora // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2010. Vol. 99, no. 1. P. 52-61. <https://doi.org/10.1037/a0018066>
30. Yongzhan Li. Building well-being among university teachers: the roles of psychological capital and meaning in life // *European Journal of Work and Organizational Psychology*. 2018. Vol. 27. <https://doi.org/10.1080/1359432X.2018.1496909>

References

1. Baturin N. A., Bashkatov S. A., Gafarova N. V. Theoretical model of personal well-being // *Bulletin of SUSU. A., Gafarova N. V. Theoretical model of personal well-being. Vestnik YuUrGU. Seriya: Psikhologiya* [Bulletin of SUSU. Series: Psychology], 2013, vol. 6, no. 4, pp. 4-14. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskaya-model-lichnostnogo-blagopoluchiya> (accessed 07.12.2023).
2. Personal well-being and existential fulfillment: theoretical and philosophical aspect / T. G. Dulinet, O. A. Benkova, T. G. Savelyeva, A. A. Mashanov, O. N. Dogadaev. *Filosofiya i kul'tura* [Philosophy and Culture], 2022, no. 10, pp. 75-91. <https://doi.org/10.7256/2454-0757.2022.10.39033>
3. Vachkov I. V., Khramova T. K. Authenticity and self-realization of personality in the period of early adulthood. Text: electronic. *Psikhologiya i pravo* [Psychology and Law], 2021, vol. 11, no. 4, pp. 14-24. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2021110402>
4. Voronina A. V. *Evaluation of psychological well-being of schoolchildren in the system of preventive and corrective work of the psychological service*. Tomsk, 2002, 220 p. URL: <https://viewer.rsl.ru/ru/rsl01002336295> (accessed 07.12.2023).
5. Grigorieva A. A. Existential potential of professional self-realization of a teacher. *Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik. Tom 2, Psikhologo-pedagog-*

- icheskie nauki* [Yaroslavl Pedagogical Bulletin. Vol. 2, Psychologo-pedagogical sciences], 2013, no. 1, pp. 232-236. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ekzistentsialnyy-potentsial-professionalnoy-samorealizatsii-pedagoga> (accessed 07.12.2023).
6. Dzhidaryan I. A. *Psychology of happiness and optimism* / Russian Academy of Sciences, Institute of Psychology. Moscow: Institute of Psychology and Pedagogy, 2013, 267 p.
 7. Ivanchenko E. S. Existential-humanistic worldview as a basis for self-improvement in the work of a teacher / E. S. Ivanchenko, A. A. Timofeeva. *Theory and practice of priority scientific research: a collection of scientific papers on the materials of the XI International Scientific and Practical Conference, Smolensk, February 17, 2020*. Smolensk: MNIC “Naukosphere”, 2020, pp. 29-31.
 8. Karapetyan L.V., Glotova G.A. Features of emotional and personal well-being of teachers. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii* [Pedagogical Education in Russia], 2018, no. 9, pp. 44-51.
 9. Kayasheva O. I. Self-understanding as a factor of successful professional activity of a university teacher in the context of existential approach. *Vyshee obrazovanie segodnya* [Higher Education Today], 2020, no. 4, pp. 59-62.
 10. Kronik A. A., Akhmerov R. A. *Kauzometria: methods of self-knowledge, psychodiagnostics and psychotherapy in the psychology of life path*. Moscow: Sysl, 2003, 285 p.
 11. Leontiev D.A. *Psychology of sense. The nature, structure and dynamics of meaning reality: textbook for students of higher educational institutions studying in the direction and specialties of psychology*. M.: Smysl, 2007p 510 p. URL: <https://viewer.rsl.ru/ru/rsl01003116497> (accessed 07.12.2023).
 12. Matyushina M. G. Main approaches to the disclosure of the concept of “Subjective well-being” in Russian and foreign psychology. *Izvestiya Rossiyskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gertsena*, 2016, no. 182, pp. 127-131. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-podhody-k-raskrytiyu-ponyatiya-subektivnoe-blagopoluchie-v-otechestvennoy-i-zarubezhnoy-psihologii> (accessed 07.12.2023).

13. Plugina M. I. *Akmeological support of professional development of higher school teachers*: monograph. Moscow: PKC AI-tex, 2008, 417 p.
14. Rusalov B. M. Psychological maturity: single or multiple characteristic? *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 2006, vol. 27, no. 5, pp. 83-91.
15. Sapogova E. E. Psychological well-being of a modern teacher: existential context. *Modern psychology of education: problems and prospects: materials of the All-Russian (with international participation) scientific-practical conference, Voronezh, October 20-22, 2016* / Voronezh State Pedagogical University; Russian Psychological Society; Department of Education, Science and Youth Policy of the Voronezh region. Voronezh: Publishing and Printing Center “Scientific Book”, 2016, pp. 202-206.
16. Seligman Martin E. P. *In Search of Happiness: How to Enjoy Life Every Day*. Moscow: Mann, Ivanov and Ferber, 2011, 317 p.
17. Stavtsev A. A. Positive qualities of personality as a predictor of psychological well-being of teachers in professional activity (on the VIA model): dissertation ... Candidate of Psychological Sciences. St. Petersburg, 2022, 292 p.
18. Shevelenkova T. D., Fesenko P. P. Psychological well-being of personality: (review of the main concepts and research methodology). *Psikhologicheskaya diagnostika* [Psychological Diagnostics], 2005, no. 3, pp. 95-129.
19. Bradburn N. M. *The structure of psychological well-being* / With the assistance of C. Edward Noll. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969, 320 p. URL: https://www.norc.org/content/dam/norc-org/pdfs/BradburnN_Struc_Psych_Well_Being.pdf (accessed 07.12.2023).
20. Diener E. Subjective well-being: the science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 2000, vol. 55, no. 1, pp. 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
21. Diener E., Chan M. Y. Happy people live longer: subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2011, vol. 3, no. 1, pp. 1-43. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045>
22. Kumar S.P. Workplace Spirituality as an Antecedent of University Teachers’ Subjective Well-being: Mediating Role of Job Satisfaction and Job

- Performance. *Journal of Engineering Education Transformations*, 2020, vol. 33, pp. 137-146.
23. Paula M., Jena L.K. Workplace spirituality, teachers' professional well-being and mediating role of positive psychological capital: An empirical validation in the Indian context. *Int. J. Ethics Syst.*, 2022, vol. 38, pp. 1–28.
24. Relationship between Different Dimensions of Workplace Spirituality and Psychological Well-Being: Measuring Mediation Analysis through Conditional Process Modeling / Ahmed R.R., Soomro F.A., Channar Z.A., Hashem E A.R., Soomro H.A., Pahi M.H., Md Salleh N.Z. *J. Environ. Res. Public Health*, 2022, vol. 19, 11244. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811244>
25. Ryff C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989, vol. 57, no. 6, pp. 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
26. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being re-visited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995, vol. 69, no. 4, pp. 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
27. Waterman A. S. Reconsidering happiness: a eudaimonist's perspective. *The Journal of Positive Psychology*, 2008, vol. 3, is. 4, pp. 234–252. <https://doi.org/10.1080/17439760802303002>
28. Waterman A. S. Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1993, vol. 64, no. 4, pp. 678–691. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>
29. Wealth and happiness across the world: material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling / E. Diener, W. Ng, J. Harter, R. Arora. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2010, vol. 99, no. 1, pp. 52-61. <https://doi.org/10.1037/a0018066>
30. Yongzhan Li. Building well-being among university teachers: the roles of psychological capital and meaning in life. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 2018, vol. 27. <https://doi.org/10.1080/1359432X.2018.1496909>

ДАННЫЕ ОБ АВТОРЕ

Бусыгина Татьяна Александровна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики
ФГБОУ ВО «Самарский государственный социально-педагогический университет»
ул. Максима Горького, 65/67, г. Самара, 443090, Российская Федерация
psipraxis@mail.ru

DATA ABOUT THE AUTHOR

Tatyana A. Busygina, candidate of psychological sciences, associate professor of the department of psychology and pedagogy
Samara State University of Social Sciences and Education
65/67, Maxim Gorky Str., Samara, 443090, Russian Federation
psipraxis@mail.ru
SPIN-code: 4696-7306
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6595-3513>

Поступила 22.01.2024

После рецензирования 06.03.2024

Принята 10.03.2024

Received 22.01.2024

Revised 06.03.2024

Accepted 10.03.2024