

DOI: 10.31862/2500-297X-2024-1-224-235

УДК 159.922.8/95

**Е.А. Сорокоумова, М.В. Ферাপонтова,
Ю.В. Суховершина, А.А. Игошина**Московский педагогический государственный университет,
119435 г. Москва, Российская Федерация

Когнитивные особенности лиц юношеского возраста с разным уровнем психологического благополучия

Статья посвящена изучению вопроса когнитивной составляющей при формировании психологического благополучия в юношеском возрасте. Авторы исходят из положения о том, что когнитивные особенности имеют отличия при различном уровне психологического благополучия в юношеском возрасте, а между изучаемыми показателями существуют взаимосвязи. В эмпирической части были выявлены статистически значимые связи психологического благополучия и таких когнитивных особенностей, как базисные убеждения и эмоциональный интеллект. Определены значимые отличия данных когнитивных особенностей при разном уровне психологического благополучия в рамках исследуемого возраста (критерий Краскела–Уоллиса). С высоким уровнем статистической значимости обнаружены различия в подгруппах для таких характеристик, как Образ Я ($H = 53,163$), убеждения о способности контролировать свою жизнь ($H = 32,256$), уверенность в доброжелательности ($H = 22,475$) и справедливости ($H = 11,545$) мира, вера в собственную удачу ($H = 22,372$), внутриличностный эмоциональный интеллект ($H = 35,804$), межличностный эмоциональный интеллект ($H = 7,867$). Анализ корреляционных взаимоотношений (критерий Спирмена) на уровне значимости ($p \leq 0,01$) показал, что при высоком уровне когнитивных особенностей показатели психологического благополучия также высокие. Так, для молодых людей с высоким уровнем психологического благополучия характерны: убежденность в справедливости и доброжелательности

© Сорокоумова Е.А., Ферাপонтова М.В., Суховершина Ю.В., Игошина А.А., 2024

Контент доступен по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International License
The content is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

внешнего мира, устойчивый и позитивный Я-образ, высокая вера в собственную удачу и способность оказывать влияние на свою судьбу, хорошо развитый навык понимания своих эмоций и эмоций окружающих людей, а также хорошо развитая способность к эмоциональной саморегуляции и управлению эмоциями других людей. Соответственно, противоположные характеристики у молодых людей с низким уровнем психологического благополучия. Проанализированы взаимосвязи и отличия, которые легли в основу рекомендаций, направленных на повышение уровня психологического благополучия путем воздействия на когнитивные особенности, актуальные для юношеского возраста.

Ключевые слова: психологическое благополучие личности, когнитивные особенности, эмоциональный интеллект, юношеский возраст

ССЫЛКА НА СТАТЬЮ: Когнитивные особенности лиц юношеского возраста с разным уровнем психологического благополучия / Сорокоумова Е.А., Ферапонтова М.В., Суховершина Ю.В., Игошина А.А. // Педагогика и психология образования. 2024. № 1. С. 224–235. DOI: 10.31862/2500-297X-2024-1-224-235

DOI: 10.31862/2500-297X-2024-1-224-235

**E.A. Sorokoumova, M.V. Ferapontova,
Yu.V. Sukhovershina, A.A. Igoshina**

Moscow Pedagogical State University,
Moscow, 119435, Russian Federation

Cognitive characteristics of adolescents with different levels of psychological well-being

The issue of the cognitive component in the formation of psychological well-being in adolescence has been studied. The authors suggest that cognitive characteristics differ at different levels of psychological well-being in adolescence, and there are relationships between the studied indicators. In the empirical part, statistically significant connections between psychological well-being and such cognitive characteristics as basic beliefs and emotional

intelligence were identified. Significant differences in these cognitions were determined at different levels of psychological well-being within the age group under study (Kruskal–Wallis criterion). Differences in subgroups were found with a high level of statistical significance for such characteristics as: Self-image ($H = 53.163$), beliefs about the ability to control one's life ($H = 32.256$), confidence in benevolence ($H = 22.475$) and fairness of the world ($H = 11.545$), belief in one's own luck ($H = 22.372$), intrapersonal emotional intelligence ($H = 35.804$), interpersonal emotional intelligence ($H = 7.867$). Analysis of correlation relationships (Spearman test) at the significance level ($p \leq 0.01$) showed that with a high level of cognitive characteristics, indicators of psychological well-being are also high. Thus, young people with a high level of psychological well-being are characterized by belief in the justice and benevolence of the outside world, a stable and positive self-image, high faith in their own luck and the ability to influence their destiny, a well-developed skill in understanding their emotions and the emotions of those around them, as well as a well-developed ability for emotional self-regulation and managing the emotions of other people. Accordingly, young people with low levels of psychological well-being have opposite characteristics. Analyzed relationships and differences formed the basis for writing recommendations aimed at increasing the level of psychological well-being by influencing cognitive characteristics that are relevant for adolescence.

Key words: psychological well-being of a person, cognitive characteristics, emotional intelligence, adolescence.

CITATION: Sorokoumova E.A., Ferapontova M.V., Sukhovershina Yu.V., Igoshina A.A. Cognitive characteristics of adolescents with different levels of psychological well-being. *Pedagogy and Psychology of Education*. 2024. No. 1. Pp. 224–235. (In Rus.). DOI: 10.31862/2500-297X-2024-1-224-235

Введение

Изучение феномена психологического благополучия является одним из актуальных вопросов психологической науки. Оно становится одним из важнейших показателей качества жизни современного человека, оказывая влияние на различные параметры психологического состояния человека, а значит – и на успешность его поведения, продуктивность деятельности.

Исследования, посвященные вопросу благополучия личности, имеют два подхода: гедонистический (от греч. «наслаждение») и эвдемонистический (от греч. «счастье, довольство»).

При этом статус наиболее общего критерия психологического благополучия эвдемонистического подхода приобрело «переживание счастья» или «субъективное благополучие личности». К гедонистическим же теориям отнесены те концепции, в которых благополучие описывается в терминах удовлетворенности – неудовлетворенности [1; 2; 6].

Обобщая идеи двух вышеобозначенных направлений, можно заключить, что психологическое благополучие представляет собой социально-психологический феномен, характеризующий позитивное функционирование личности в аспектах ощущения счастья и удовлетворенности жизнью, саморегуляции, осмысленности жизни и мотивации.

Отечественные психологи считают, что благополучие личности – интегральное образование и устойчивое переживание, имеющее определенную значимость для личности. Психологическое благополучие рассматривается через субъективные ценности и потребности человека; связывается с базовыми ценностями [8]. Р.М. Шамионов раскрывает зависимость психологического благополучия субъекта от социализации, ценностных ориентаций и мотивационной структуры [9].

В настоящее время психологическое благополучие и психологическое здоровье рассматриваются как рядоположные или связываются друг с другом, включая в свою структуру социальные и личностные компоненты [5].

Таким образом, можно сделать вывод, что феномен психологического благополучия представляет собой такое оптимальное функционирование психологических и физиологических систем, при котором человек способен к личностному развитию на протяжении всей жизни, а субъективно воспринимает свою жизнь как наполненную смыслом, насыщенную и удовлетворительную.

Психологическое благополучие является важным составляющим элементом оценки человеком окружающей действительности и позволяет трактовать ее в позитивном или негативном ключе, что оказывает влияние на многие аспекты жизни личности и служит основой ее гармоничного развития. В основе данной оценки лежит когнитивная сфера, влияющая на отношение индивида внешнему миру и самому себе.

Подвижность и развитие в течение всей жизни индивида конструктов психологического благополучия и когнитивных особенностей дает нам основание исследовать их взаимосвязь в рамках определенной возрастной группы.

В юношеском возрасте происходят качественные изменения когнитивной сферы. Формируется формально-логическое мышление, отвлеченное от конкретных обстоятельств, при которых решается та или

иная задача; развивается способность к рассуждению, размышлению и теоретизированию, а во временной перспективе появляется направленность на будущее и его осмысление, благодаря чему становится возможным целеполагание и дальнейшая самореализация индивида, формируются и закрепляются базовые убеждения, эмоциональный интеллект и др. [3].

В свою очередь, психологическое благополучие в юношеском возрасте базируется на актуальных для данного возраста новообразованиях – формировании мировоззрения и Образа Я личности [4; 5].

Методика исследования

На основании проведенного теоретического анализа нами было разработано и проведено исследование когнитивных особенностей лиц юношеского возраста с разным уровнем психологического благополучия. В нем приняли участие 86 респондентов в возрасте от 17 до 24 лет, среди которых 68 девушек и 18 юношей. Исследование проводилось с использованием Google-форм в 2023 г.

Применялись следующие психодиагностические методики: «Шкала психологического благополучия» К. Риффа, «Шкала базисных убеждений, WAS» в адаптации М.А. Падун и А.В. Котельниковой, «Тест эмоционального интеллекта» Д.В. Люсина.

Все данные, полученные в результате исследования когнитивных особенностей и психологического благополучия, были подвергнуты первичной математической и статистической обработке, при помощи программных пакетов Microsoft Excel 2010 и IBM SPSS statistics 23.

Результаты исследования

Результаты исследования уровня психологического благополучия испытуемых показали такой результат: низкий уровень – 43%, высокий – 37% и средний – 20% респондентов.

На основе полученных данных испытуемые были разделены на 3 группы по уровню психологического благополучия. Далее представлены результаты сравнения показателей когнитивных особенностей трех групп.

Интерпретация результатов исследования была проведена с помощью количественного анализа данных, для математического анализа был выбран статистический критерий Краскела–Уоллиса, результаты представлены в табл. 1 и 2.

**Различия когнитивных особенностей респондентов
с разным уровнем психологического благополучия
(по критерию Краскела–Уоллиса)**

	Доброжелательность мира	Справедливость	Образ Я	Удача	Убеждения о контроле	Межличностный эмоциональный интеллект	Внутриличностный эмоциональный интеллект
Хи-квадрат	22,475	11,545	53,163	22,372	32,256	7,867	35,804
Количество степеней свободы	2	2	2	2	2	2	2
Асимптотическое значение	0,000	0,003	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000

Примечание. Уровень значимости менее 0,05 свидетельствует о наличии статистически значимых различий между сравниваемыми группами респондентов. Уровень значимости более 0,05 говорит о том, что различия в рассматриваемых группах не достигают уровня статистической значимости.

Исходя из представленных в таблице данных видно, что для всех когнитивных особенностей различия у лиц юношеского возраста с разным уровнем психологического благополучия оказались статистически значимы.

По результатам математического анализа с использованием критерия Краскела–Уоллиса на высоком уровне статистической значимости обнаружены различия в подгруппах для таких характеристик, как Образ Я ($H = 53,163$), убеждения о способности контролировать свою жизнь ($H = 32,256$), уверенность в доброжелательности ($H = 22,475$) и справедливости ($H = 11,545$) мира, вера в собственную удачу ($H = 22,372$), внутриличностный эмоциональный интеллект ($H = 35,804$), межличностный эмоциональный интеллект ($H = 7,867$).

При низком уровне психологического благополучия все когнитивные особенности имеют низкие показатели.

С помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена нами была определена взаимосвязь психологического благополучия и когнитивных особенностей, полученные данные приведены в табл. 3.

Таблица 2

**Результаты статистического анализа
(по критерию Краскела–Уоллиса)**

Когнитивные особенности	Уровень психологического благополучия	N	Средний ранг
Доброжелательность мира	Низкий	37	29,76
	Средний	17	45,79
	Высокий	32	58,17
	Всего	86	
Справедливость	Низкий	37	34,61
	Средний	17	41,44
	Высокий	32	54,88
	Всего	86	
Образ Я	Низкий	37	23,01
	Средний	17	44,03
	Высокий	32	66,91
	Всего	86	
Удача	Низкий	37	30,99
	Средний	17	40,97
	Высокий	32	59,31
	Всего	86	
Убеждения о контроле	Низкий	37	26,80
	Средний	17	47,59
	Высокий	32	60,64
	Всего	86	
Межличностный эмоциональный интеллект	Низкий	37	35,12
	Средний	17	46,24
	Высокий	32	51,73
	Всего	86	
Внутриличностный эмоциональный интеллект	Низкий	37	25,55
	Средний	17	49,79
	Высокий	32	60,91
	Всего	86	

**Взаимосвязь уровня психологического благополучия
с когнитивными особенностями**

Когнитивные особенности		Доброжелательность мира	Справедливость	Образ Я	Удача	Убеждения о контроле	Межличностный эмоциональный интеллект	Внутриличностный эмоциональный интеллект
Уровень психологического благополучия	Коэффициент корреляции	0,635*	0,420*	0,817*	0,516*	0,660*	0,359*	0,654*
	Значимость (2-сторонняя)	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000
	N	86	86	86	86	86	86	86

* Корреляция значима на уровне 0,01 (двусторонняя).

Было установлено, что имеет место прямая связь между уровнем психологического благополучия и когнитивными особенностями, такими как доброжелательность мира ($r = 0,635$, $p \leq 0,01$), справедливость ($r = 0,420$, $p \leq 0,01$), Образ Я ($r = 0,817$, $p \leq 0,01$), удача ($r = 0,516$, $p \leq 0,01$), убеждение о контроле ($r = 0,660$, $p \leq 0,01$), межличностный эмоциональный интеллект ($r = 0,359$, $p \leq 0,01$), и внутриличностный эмоциональный интеллект ($r = 0,654$, $p \leq 0,01$), что свидетельствует, о том, что при высоком уровне когнитивных особенностей показатели психологического благополучия также высокие.

Выводы

На основе анализа полученных результатов, было выявлено, что существуют отличия когнитивных особенностей у лиц юношеского возраста с разным уровнем психологического благополучия.

Для представителей юношеского возраста с низким уровнем психологического благополучия характерно проявлять:

- в большей степени недоверие к миру, что означает настороженность к другим людям, преобладание убеждений о том, что мир – опасность, где нет места справедливости и добру;
- негативно воспринимать свою личность, что может проявляться в обесценивании собственных успехов, неспособности видеть позитивные стороны своего характера;

- стойкое восприятие невозможности контролировать свою жизнь, т.е. ощущение бессилия перед собственной судьбой;
- отсутствие веры в собственную удачу и в то, что внешние обстоятельства могут складываться самым благоприятным образом;
- низкий эмоциональный интеллект, т.е. слабо развитые навыки к пониманию своих эмоций и управлению ими, а также к пониманию эмоций окружающих и управлению ими.

Юноши и девушки со средним уровнем психологического благополучия в большей степени доверяют миру, более позитивно оценивают свои личностные качества, больше верят в способность управлять своей судьбой и в то, что им сопутствует удача, лучше понимают собственные эмоции и эмоции других людей, а также способны более эффективно справляться с ними.

В свою очередь, для молодых людей с высоким уровнем психологического благополучия характерны: убежденность в справедливости и доброжелательности внешнего мира, устойчивый и позитивный Образ Я, высокая вера в собственную удачу и способность оказывать влияние на свою судьбу, хорошо развитый навык понимания своих эмоций и эмоций окружающих людей, а также хорошо развитая способность к эмоциональной саморегуляции и управлению эмоциями других людей.

Таким образом, чем, выше показатели когнитивных особенностей личности, тем выше уровень психологического благополучия.

Различия в уровне психологического благополучия могут быть обусловлены разными факторами, такими как социальная среда, семейное воспитание, личностные и конституциональные особенности, прошлый опыт, а также наличие или отсутствие поддержки со стороны близких и общества в целом. Например, лица с низким уровнем благополучия могли испытывать травматические события в прошлом, не получать достаточной поддержки от окружающих или иметь негативный опыт взаимодействия с миром. Лица с высоким уровнем благополучия, возможно, имеют более благоприятные условия для развития, поддержку со стороны родителей или общества, а также позитивный опыт взаимодействия с окружающим миром.

Для повышения уровня психологического благополучия молодых людей особенно важно делать акцент на работе с самоотношением, создавать условия для самостоятельной переоценки человеком своих убеждений о враждебности мира, развивать его навыки понимания эмоций и эмоциональной саморегуляции, создавать условия для развития чувства компетентности и автономности, а также формировать новый позитивный опыт взаимодействия в контакте с другим – в лице психолога.

Полученные результаты легли в основу разработанных рекомендаций для психологов по работе с молодыми людьми, обладающими низким уровнем психологического благополучия.

Библиографический список / References

1. Водяха С.А. Современные концепции психологического благополучия личности // Дискуссия. 2012. № 2. С. 132–138. [Vodyakha S.A. Modern concepts of psychological well-being of the individual. *Discussion*. 2012. No. 2. Pp. 132–138. (In Rus.)]
2. Деменев А.Г. Эвдемонистические и гедонистические теории в современных исследованиях счастья // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 7: Философия. Социология и социальные технологии. 2016. № 4. С. 15–23. [Demenev A.G. Eudaimonic and hedonic theories in contemporary happiness research. *Science Journal of Volgograd State University. Philosophy. Sociology and Social Technologies*. 2016. № 4 (34). Pp. 7–15. (In Rus.)]
3. Когнитивная психология в образовании и управлении / Абрамишвили Р.Н., Ануфриев А.Ф., Бутовская Е.В. и др.; под ред. Е.Б. Пучковой. М., 2017. [Abramishvili R.N., Anufriev A.F., Butovskaya E.V. et al. *Kognitivnaya psikhologiya v obrazovanii i upravlenii* [Cognitive psychology in education and management], E.B. Puchkova (ed.). Moscow, 2017.]
4. Леоненко Н.О., Лобанова Ю.А. Психологическое благополучие в юношеском возрасте у лиц с разным опытом переживаний детства // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. 2021. Вып. 4. URL: <https://herzenpsyconf.ru/wp-content/uploads/2021/12/41-2021.-Leonenko-Lobanova.pdf> (дата обращения: 10.12.2022). [Leonenko N.O., Lobanova Yu.A. Psychological well-being in adolescence in individuals with different childhood experiences. *Gertsenovskie chteniya: psikhologicheskie issledovaniya v obrazovanii*. 2021. Vol. 4. URL: <https://herzenpsyconf.ru/wp-content/uploads/2021/12/41-2021.-Leonenko-Lobanova.pdf> (In Rus.)]
5. Понимание ситуации самоизоляции в период пандемии COVID-19 как фактор психологического благополучия специалиста / Сорокоумова Е.А., Чердымова Е.И., Пучкова Е.Б. и др. // Здоровоохранение Российской Федерации. 2020. Т. 64. № 6. С. 358–363. [Sorokoumova E.A., Cherdymova E.I., Puchkova E.B. et al. Understanding the situation of self-isolation during the COVID-19 pandemic as a factor in the psychological well-being of a specialist. *Health Care of the Russian Federation*. 2020. Vol. 64. No. 6. Pp. 358–363. (In Rus.)]
6. Рикель А.М., Туниянц А.А., Батырова Н. Понятие субъективного благополучия в гедонистическом и эвдемонистическом подходах // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2017. № 2. С. 64–82. [Rykel A.M., Tuniyants A.A., Batyrova N. The concept of subjective well-being in hedonic and eudaimonic approaches. *Moscow University Psychology Bulletin*. 2017. No. 2. Pp. 64–82. (In Rus.)]
7. Уилсон К.Г., Дюфрен Т. Осознанность терапевта и клиента в терапии принятия и ответственности / пер. с англ. А.А. Колесник. СПб., 2021.

[Kelli G.W., Dyufren T. Osoznannost terapevta i klienta v terapii prinyatiya i otvetstvennosti [Mindfulness for two: An acceptance and commitment therapy approach to mindfulness in psychotherapy]. Transl. from English A.A. Kolesnik. St. Petersburg, 2021.]

8. Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов, 2008. [Shamionov R.M. Subektivnoe blagopoluchie lichnosti: psikhologicheskaya kartina i factory [Subjective well-being of an individual: Psychological picture and factors]. Saratov, 2008.]
9. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. 2015. № 3. С. 95–129. [Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. Psychological well-being of the individual (review of concepts and research methodology). *Psixologicheskaya diagnostika*. 2015. No. 3. Pp. 95–129. (In Rus.)]

Статья поступила в редакцию 21.10.2023, принята к публикации 08.12.2023

The article was received on 21.10.2023, accepted for publication 08.12.2023

Сведения об авторах / About the authors

Сорокоумова Елена Александровна – доктор психологических наук, профессор; профессор кафедры психологии труда и психологического консультирования Института педагогики и психологии, Московский педагогический государственный университет

Elena A. Sorokoumova – Dr. Hab. in Psychology; Professor at the Department of Labor Psychology and Psychological Counseling of the Institute of Pedagogy and Psychology, Moscow Pedagogical State University

E-mail: cea51@mail.ru

Ферапонтова Мария Вячеславовна – кандидат психологических наук; доцент кафедры психологии труда и психологического консультирования Института педагогики и психологии, Московский педагогический государственный университет

Maria V. Ferapontova – PhD in Psychology; associate professor at the Department of Labor Psychology and Psychological Counseling of the Institute of Pedagogy and Psychology, Moscow Pedagogical State University

E-mail: ferapontovam@yandex.ru

Суховершина Юлия Валерьевна – кандидат психологических наук; доцент кафедры психологии труда и психологического консультирования Института педагогики и психологии, Московский педагогический государственный университет

Yulia V. Sukhovershina – PhD in Psychology; assistant professor at the Department of Labor Psychology and Psychological Counseling of the Institute of Pedagogy and Psychology, Moscow Pedagogical State University

E-mail: suhovershina@inbox.ru

Игошина Алла Александровна – студент Института педагогики и психологии, Московский педагогический государственный университет

Alla A. Igoshina – undergraduate student at the Institute of Pedagogy and Psychology, Moscow Pedagogical State University

E-mail: igohiba@gmail.com

Заявленный вклад авторов

Сорокоумова Е.А. – общее руководство направлением исследований, планирование исследования, участие в подготовке текста статьи

Ферапонтова М.В. – планирование исследования и участие в подготовке текста статьи

Суховершина Ю.В. – анализ первичных данных, участие в подготовке текста статьи

Игошина А.А. – организация и участие в проведении полевых сборов и лабораторных исследований, анализ первичных данных, участие в подготовке текста статьи

Contribution of the authors

E.A. Sorokoumova – general direction of research, research planning, participation in the preparation of the text of the article.

M.V. Ferapontova – research planning and participation in the preparation of the text of the article.

Yu.V. Sukhovershina – analysis of primary data, participation in the preparation of the text of the article.

A.A. Igoshina – organization and participation in field training and laboratory research, analysis of primary data, participation in the preparation of the text of the article.

Все авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи

All authors have read and approved the final manuscript