

# ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2024. Т. 30, № 4. С. 90–98. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2024, vol. 30, № 4, pp. 90–98.

ISSN 2073-1426

Научная статья

УДК 378

EDN 378

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2024-30-4-90-98>

## УРОВЕНЬ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВУЗА

**Казаков Александр Валерьевич**, Костромской государственной университет, Кострома, Россия, [sanuo57@mail.ru](mailto:sanuo57@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0002-9721-7390>

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема субъективного благополучия студентов в образовательной среде вуза и механизмов ее поддержания. Субъективное благополучие рассматривается как состояние удовлетворенности личностью собой, обстановкой, в которой она самореализуется, а также отдельными аспектами собственной жизни на основании имеющихся у неё представлений о внутренней и внешней среде в целом. В исследовании приняли участие 86 студентов-первокурсников Костромского государственного университета и Московского государственного лингвистического университета (71 женщин, 15 мужчин). Диагностический инструментарий включал в себя авторскую анкету субъективного благополучия, методику диагностики субъективного благополучия личности (Р.М. Шамионов, Т.В. Бесков), методику для диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой). Результаты исследования показали, что студенты, принявшие участие в исследовании, обладают достаточно высоким уровнем субъективного благополучия. Наиболее выражены у студентов ценностный и когнитивный компоненты благополучия, которые отражают сформированные у них ценностные ориентации, мировоззренческие позиции, а также наличие представлений об учебном заведении и способах самореализации в образовательной среде вуза. Низкие показатели у респондентов были выявлены по социально-нормативному и гедонистическому благополучию, что во многом связано с давлением социальных норм на студентов и низким уровнем материальной обеспеченности, затрудняющим удовлетворение возникающих потребностей. У студентов наиболее выражены учебно-познавательные мотивы и мотивы избегания. Прослеживается тенденция к получению новых учебных знаний, выработке новых компетенций. Однако при столкновении с трудностями студенты не готовы конструктивно преодолевать их, предпочитают уходить от решения проблем, дистанцироваться. Своевременное выявление специфики субъективного благополучия первокурсников позволит наметить перспективы психолого-педагогического сопровождения студентов на всех этапах обучения.

**Ключевые слова:** субъективное благополучие, студенты, образовательная среда вуза, педагогические условия, мотивация.

**Для цитирования:** Казаков А.В. Уровень субъективного благополучия студентов-первокурсников в образовательной среде вуза // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2024. Т. 30, № 4. С. 90–98. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2024-30-4-90-98>

Research Article

## THE LEVEL OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF FIRST-YEAR STUDENTS IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT OF THE UNIVERSITY

**Alexander V. Kazakov**, Kostroma State University, Kostroma, Russia, [sanuo57@mail.ru](mailto:sanuo57@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0002-9721-7390>

**Abstract.** The article considers the problem of students' subjective well-being in the educational environment of the university and the mechanisms of its maintenance. Subjective well-being is considered as a state of satisfaction of the individual with himself/herself, the environment in which he/she realizes himself/herself, as well as with individual aspects of his/her own life, based on the existing ideas about the internal and external environment as a whole. The study involved 86 first-year students of Kostroma State University and Moscow State Linguistic University (71 women, 15 men). The diagnostic tools included the author's questionnaire of subjective well-being, the technique of diagnosing the subjective well-being of the individual (R.M. Shamionov, T.V. Beskov), the technique for diagnosing the educational motivation of students (A.A. Rean and V.A. Yakunin, modification of N.Ts. Badmaeva). The results of the study showed that the students

who took part in the study have a fairly high level of subjective well-being. The most pronounced in students are the value and cognitive components of well-being, which reflect their formed value orientations, worldview positions, as well as the presence of ideas about the educational institution and ways of self-realization in the educational environment of the university. Low indicators were identified in respondents for social-normative and hedonistic well-being, which is largely due to the pressure of social norms on students and the low level of material security, which makes it difficult to meet emerging needs. Students have the most pronounced educational and cognitive motives and avoidance motives. There is a tendency to obtain new educational knowledge, develop new competencies. However, when faced with difficulties, students are not ready to overcome them constructively, preferring to avoid solving problems, distancing themselves. Timely identification of the specifics of subjective well-being of first-year students will allow us to outline the prospects for psychological and pedagogical support for students at all stages of training.

**Keywords:** subjective well-being, students, educational environment of the university, pedagogical conditions, motivation.

**For citation:** Kazakov A. V. The level of subjective well-being of first-year students in the educational environment of the university. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2024, vol. 30, no. 4, pp. 90–98. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2024-30-4-90-98>

**Постановка проблемы.** Феномен субъективного благополучия студентов в образовательной среде занимает одно из самых важных мест в педагогической науке. В последние годы проблема субъективного благополучия среди молодежи и студентов привлекает все больше внимания [Каменский: 41]. Увеличение случаев стресса, тревожности и депрессии ставит необходимость изучения факторов, влияющих на субъективное благополучие, на передний план. Поддержание субъективного благополучия студента даёт ему ощущение защищённости, комфорта, что в свою очередь благоприятно влияет на общее самочувствие личности [Льдокова: 374].

Студенты, ощущающие себя счастливыми и удовлетворенными, как правило, более активно участвуют в жизни своего учебного заведения и студенческого коллектива. Это, в свою очередь, способствует социальному взаимодействию и учебной активности [Носова: 134].

Поддержание субъективного благополучия помогает студентам вырабатывать устойчивость к жизненным и академическим трудностям, позволяя лучше справляться с неудачами и действовать на основе уже полученного опыта.

С учетом изменений в обществе, таких как повышение требований к образованию и конкуренции на рынке труда, студенты сталкиваются с новыми эмоциональными и психологическими вызовами. Исследование субъективного благополучия может помочь выявить стратегии, способствующие адаптации и успешной интеграции в общество [Шипова: 59].

Поддержание стабильного уровня субъективного благополучия возможно лишь благодаря применению комплексных методик, которые позволяют скорректировать его в положительную сторону. Ведь у большинства людей уровень субъективного благополучия подлежит изменению вследствие каких-либо жизненных потрясений, и учёба в свою очередь может являться таковым [Федотова: 63].

*Субъективное благополучие студента вуза* – это комплексное понятие, которое включает в себя эмоциональное, психологическое и социальное состояние студента, а также его удовлетворенность жизнью и учебной деятельностью. Оно отражает, насколько студент чувствует себя счастливым, удовлетворенным и успешным в различных аспектах своей жизни [Бейлина, Баранова: 21].

Связь между субъективным благополучием и учебной мотивацией студента достаточно глубокая и многогранная. Студенты с высоким уровнем субъективного благополучия чаще испытывают положительные эмоции, которые могут способствовать более высокой учебной мотивации. Когда студенты счастливы и удовлетворены жизнью, они более склонны стремиться к достижению своих учебных целей. Субъективное благополучие может влиять на то, как студенты воспринимают сложные задачи. Студенты с высоким уровнем благополучия склонны рассматривать вызовы как возможности для роста, что может повышать их мотивацию преодолевать трудности и достигать успеха [Бородовицина: 45].

Высокое субъективное благополучие способствует развитию психологической устойчивости, что позволяет студентам справляться с неудачами и стрессом, связанными с учебной деятельностью. Более устойчивые студенты, как правило, имеют более высокую мотивацию к обучению и стремление к самосовершенствованию [Федотова: 66].

Студенты, которые чувствуют себя счастливыми и удовлетворенными, часто имеют четкие жизненные цели и ценности [Самохвалова, Тихомирова, Вишневская, Шипова: 34]. Это помогает им направить свою мотивацию на достижение академических целей, поскольку они видят связь между своими действиями и личными желаниями.

Студенты, которые чувствуют себя счастливыми, обычно имеют крепкие социальные связи и системы поддержки, которые могут повысить их мотивацию. Социальное окружение, включая друзей и преподавателей, играет важную роль в формировании мотивации.

вазии студента и его желания участвовать в учебном процессе [Корзун, Нифонтова: 180].

Субъективное благополучие может сказываться на когнитивных процессах, таких как готовность к обучению и усвоению нового материала. Так, студенты в хорошем эмоциональном состоянии имеют тенденцию быть более сосредоточенными и менее отвлекаемыми, что ведет к повышению учебной мотивации [Карлышев, Казарина, Миронова: 213].

Студенты с высоким уровнем субъективного благополучия чаще используют более эффективные стратегии контроля собственных эмоций и поведения, что положительно сказывается на их учебной мотивации и удовлетворенности процессом обучения.

Таким образом, субъективное благополучие и учебная мотивация находятся во взаимосвязи, где каждое из этих явлений может по-своему влиять друг на друга. Поддержание хорошего эмоционального состояния студентов может значительно повысить их мотивацию к обучению, а высокая учебная мотивация, в свою очередь, может способствовать улучшению субъективного благополучия.

Связь между субъективным благополучием и психологическим здоровьем студента является важным аспектом исследования в педагогике, психологии и других науках [Самохвалова, Тихомирова, Вишневская, Шипова 2023: 119]. Субъективное благополучие включает в себя эмоциональные (счастье, удовлетворенность) и когнитивные (восприятие качества жизни) аспекты. Высокий уровень благополучия обычно связан с положительными эмоциями и удовлетворением от жизни, что в свою очередь способствует более здоровому психологическому состоянию [Васильева, Чумаков, Чумакова, Булатова: 130].

Студенты, которые ощущают себя счастливыми и довольными жизнью, становятся более устойчивыми к стрессу, снижается уровень тревожности. Позитивное эмоциональное состояние помогает им лучше справляться с академическими и личными вызовами, что ведет к улучшению общего психологического здоровья [Кулакова: 522].

Позитивные эмоции, связанные с высоким уровнем субъективного благополучия, способствуют лучшему восприятию и обработке информации. Это может улучшить когнитивные функции, такие как внимание и память, что важно для успешного обучения и психологического здоровья.

Студенты с высоким уровнем субъективного благополучия, как правило, отличаются большей психологической устойчивостью. Это означает, что они могут легче справляться с трудностями и неудачами, что также снижает риск развития психических расстройств [Корацио-Эренверт: 127].

Психологическое здоровье и субъективное благополучие тесно связаны с физическим состоянием.

Студенты, которые чувствуют себя счастливыми, часто ведут более здоровый образ жизни, что также позволяет улучшить их общее психическое здоровье.

Высокий уровень субъективного благополучия может выступать в роли защитного фактора против развития таких психических расстройств, как депрессия и тревожные расстройства. Это подчеркивает значение работы по повышению благополучия студентов в образовательной среде.

Таким образом, субъективное благополучие является важным индикатором и компонентом психологического здоровья студентов. Поддержание субъективного благополучия может способствовать большей устойчивости, снижению стресса и повышению общего качества жизни, что критически важно для успешного обучения и личного развития в современных условиях социальной нестабильности.

**Организация исследования.** Цель – выявить уровень субъективного благополучия и учебной мотивации студентов-первокурсников. Исследование проводилось в мае – августе 2024 года. Выборку составили 86 студентов-первокурсников, обучающихся в Костромском государственном университете (далее КГУ) и Московском государственном лингвистическом университете (далее МГЛУ), 71 из которых составляют женщины и 15 – мужчины.

Методический комплекс был предложен респондентам с использованием сервиса «Яндекс Формы» и включал в себя следующие методики:

1) *авторский опросник определения уровня субъективного благополучия*, который предполагает оценку общего уровня субъективного благополучия, а также выраженность его отдельных компонентов: ценностного, когнитивного, поведенческого, эмоционального;

2) *методика диагностики субъективного благополучия личности (Р.М. Шамионов, Т.В. Бесков)*, включающая в себя пять шкал (эмоциональное благополучие – радость, оптимизм, счастье, хорошее расположение духа, воодушевление; экзистенциально-деятельностное благополучие – объединяет характеристики прилагаемых усилий для достижения благополучия и их результативность, а также событийно-смысловую насыщенность жизни; эго-благополучие – удовлетворенность собой, своим характером, внешностью, уверенностью в себе и самосогласованность личности; гедонистическое благополучие – отражает степень удовлетворения базовых потребностей в безопасности, приемлемых жилищных условиях, доходе и экологических условиях проживания; социально-нормативное благополучие – соответствие жизни (действий, поступков) социальным нормам, нравственным ценностям личности в их интериоризированном виде), отражающих его структуру, а также интегративную шкалу субъективного благополучия;

3) методика для диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой), которая позволяет оценить мотивационную составляющую жизни студентов, предусматривает выявление следующих мотивов: коммуникативные, мотивы избегания, мотивы престижа, профессиональные, мотивы творческой деятельности, учебно-познавательные, социальные.

Статистическая обработка эмпирических данных проводилась с помощью программы IBM SPSS Statistics 27 версии 27.0.1.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Результаты авторского опросника (табл. 1) показали, что 93 % опрошенных студентов обладают высоким уровнем субъективного благополучия, 5,8 % – имеют средний уровень субъективного благополучия и лишь у 1,2 % опрошенных зафиксирован низкий уровень субъективного благополучия.

Анализируя ответы студентов, необходимо разоб-брать их по компонентам, которые предусмотрены в авторской методике определения уровня субъек-тивного благополучия студента.

Так, у большинства студентов *ценностный компонент благополучия* находится на высоком уровне. Однако имеются и те студенты, у которых ценностный компонент находится на среднем уровне, это связа-но с тем, что часть студентов не видят перспективы своей будущей профессии, а также не всегда знают, как себя реализовать в будущем.

Анализируя *когнитивный компонент благополу-чия*, можно сделать вывод, что большинство студен-тов знают, как можно реализовать себя, свои идеи.

Однако в то же время показатели *поведенческого ком-понента* говорят нам о том, что при самореализа-ции у студентов проявляются признаки тревожно-сти, стеснительности, а также боязнь социальной оценки со стороны окружающих людей, в том чис-ле сверстников.

Стоит упомянуть, что студенты считают, что они сознательно выбрали специальность обучения, по-скольку их профессия очень востребована и нужна обществу. Также студенты стараются осмыслить свои поступки, это в свою очередь говорит о высоком ког-нитивном показателе благополучия студентов.

Необходимо отметить, что при анализе *эмоцио-нального компонента благополучия* студенты счита-ют, что в жизни они искренне выражают свои чувства и эмоции в процессе взаимодействия с людьми, од-нако респонденты не могут это показать в ситуациях общения со сверстниками в стенах вуза, поскольку состояние напряженности учебного процесса пода-вляет их самопрезентацию и раскрепощенность са-мовыражения.

Необходимо отметить, что большинство студентов особое внимание уделяют своему здоровью как ос-новному фактору поддержания субъективного бла-гополучия. Более половины опрошенных студентов удовлетворены своими успехами и достижениями по жизни. Также половина опрошенных студентов довольны тем, как они выглядят.

На следующем этапе мы обратились к методике диагностики субъективного благополучия личности Р.М. Шамянова, Т.В. Бескова (табл. 2). По результа-там проведения опроса за основу брались следующие

Таблица 1

Уровень развития компонентов субъективного благополучия студентов (по результатам авторского опросника)

Параметры	Уровень развития		
	Низкий, %	Средний, %	Высокий, %
Интегральный показатель субъективного благополучия	1,2	5,8	93
Ценностный компонент	–	12,8	87,2
Когнитивный компонент	1,2	12,8	86
Эмоциональный компонент	1,2	12,8	86
Поведенческий компонент	1,2	17,4	81,4

Таблица 2

Уровень развития субъективного благополучия студентов (по методике Р.М. Шамянова, Т.В. Бескова)

Параметры	Уровень развития		
	Низкий, %	Средний, %	Высокий, %
Эмоциональное благополучие	2,3	22,1	75,6
Экзистенциально-деятельностное благополучие	3,5	17,4	79,1
Эго-благополучие	3,5	36	60,5
Гедонистическое благополучие	8,1	38,4	53,5
Социально-нормативное благополучие	9,3	–	90,7

Уровень развития учебной мотивации студентов  
(по методике А.А. Реана и В.А. Якунина, модификация Н.Ц. Бадмаевой)

Мотивы	Уровень развития		
	Низкий, %	Средний, %	Высокий, %
Коммуникативные мотивы	4,7	20,9	74,4
Мотивы избегания	34,9	39,5	25,6
Мотивы престижа	18,6	15,1	66,3
Профессиональные мотивы	7	16,3	76,7
Мотивы творческой самореализации	8,1	19,8	72,1
Учебно-познавательные мотивы	4,7	16,3	79,1
Социальные мотивы	8,1	18,6	73,3

показатели личности: эмоциональное благополучие; экзистенциально-деятельностное благополучие; эго-благополучие; гедонистическое благополучие; социальное-нормативное благополучие.

Так, проанализировав *эмоциональное благополучие* студентов, необходимо сделать вывод, что большинство респондентов обладают высоким показателем благополучия, это проявляется в их оптимизме, вере в будущее, хорошем расположении духа, воодушевлении, позитивном восприятии себя. Однако часть студентов нуждаются в повышении эмоционального благополучия, так как чувствуют закомплексованность, зажатость в выражении эмоций и чувств.

Что касается *экзистенциально-деятельностного благополучия*, то в данном случае большинство опрошенных считают, что они предпринимают максимум усилий для достижения поставленных перед ними целей, могут самостоятельно справиться с имеющимися проблемами, в том числе с помощью своих друзей и сверстников, с которыми имеются прочные социальные связи.

В свою очередь анализ *эго-благополучия* студентов показал, что не все студенты довольны собой, своим характером, внешностью, а также не совсем уверены в самом себе. Это говорит о том, что студенты, поступившие в учебные заведения, не всегда знают и понимают, как себя проявить, в связи с течением адаптационного периода и трудностями привыкания к студенческой жизни.

Говоря о *гедонистическом благополучии*, необходимо отметить тот факт, что половина опрошенных не удовлетворены уровнем исполнения своих базовых потребностей. У студентов попросту не хватает финансов для исполнения своих базовых потребностей, улучшения жилищных условий и безопасности в целом.

Что касается *социально-нормативного благополучия*, то в данном случае большинство опрошенных считают, что их поведение в обществе соответствует социальным нормам, нравственным ценностям личности в их интериоризированном виде. В данном

случае студенты чувствуют себя принятыми и ценными, что способствует их психическому и эмоциональному здоровью. Студенты считают, что находятся в поддерживающих социальных связях и соответствуют нормам общества, испытывают меньше стресса и тревоги. Однако есть студенты, которые считают, что их социальное-нормативное благополучие находится на низком уровне. И такие студенты нуждаются в педагогической социально ориентированной поддержке.

На следующем этапе мы обратились к методике для диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой). Она включает в себя следующие составляющие: коммуникативные мотивы, мотивы избегания, мотивы престижа, профессиональные мотивы, мотивы творческой самореализации, учебно-познавательные мотивы, социальные мотивы (табл. 3).

Так, *коммуникативные мотивы* у студентов находятся на довольно высоком уровне, поскольку респонденты стараются уделять внимание коммуникации между своими сверстниками, так как на начальных этапах обучения это позволяет быстро влиться в коллектив и самоутвердиться. У студентов появляются потребности в выражении чувств, переживаний и эмоционального состояния, как положительных, так и отрицательных, а также стремление достичь конкретных целей, решить проблемы или выполнить задачи через общение. Однако имеются студенты, которые не спешат коммуницировать со своими сверстниками, проявляют осторожность перед тем, как начать общение с окружающими людьми, присматриваются к ним и не торопятся к активному взаимодействию. Они находятся в зоне риска социальной отчужденности в группе сверстников.

*Мотивы избегания* у студентов находятся на низком и среднем уровнях соответственно, что говорит о готовности студентов к принятию и решению трудных задач. Однако более четверти студентов имеют высокий уровень избегания: боятся потерпеть провал, например выступить на публике или принять участие

в соревнованиях. Они осознают возможность наличия неприятностей, неудобств, наказаний, которые могут последовать в случае невыполнения учебной деятельности, что блокирует их самопрезентацию.

*Мотивы престижа* предполагают то, что студенты стараются проявить свои сильные стороны в разных сферах студенческой жизни, например в спорте, учебе, общественной и творческой работах. Однако результаты показали, что не все студенты обладают внутренними побуждениями и стремлениями, связанными с желанием достичь социального признания, уважения и статуса в глазах окружающих, поскольку это для студента предполагает риск потерпеть неудачу. Это заставляет студентов использовать пассивный способ адаптации к новой обстановке, то есть минимально принимать участие в жизни вуза.

*Профессиональные мотивы* находятся на высоком уровне, поскольку результаты опроса студентов показали важность профессиональных мотивов по отношению к их будущей профессии. Для студентов существует две стороны профессиональных мотивов: для кого-то стимулом к выбранной специальности является удовлетворенность результатом работы, для остальных это стабильный и высокий заработок своей будущей профессии. Однако имеются и те студенты, которые выбрали специальность от безысходности, по совету родителей, поступили туда, «куда прошли по баллам». Именно эти студенты составляют группу риска, так как не мотивированы на получение профессии, что снижает уровень их субъективного благополучия.

Что касается компонента, раскрывающего *мотивы творческой самореализации*, то в данном случае студенты склонны к более полному выявлению и развитию своих способностей, а также готовы к творческому решению задач. Безусловно, в начале своего обучения студентам необходимо уделить внимание проблеме раскрытия своих способностей, которые выделяли бы их личность среди других сверстников. Именно поэтому важнейшей задачей вуза становится предоставление вариативных активностей, в которых студент может реализовать свой творческий потенциал.

*Учебно-познавательные мотивы* также находятся на высоком уровне развития у студентов, так как опрошенные отметили, что учеба мотивирует их на освоение выбранной специальности. Учебно-познавательные мотивы связаны с содержанием учебной деятельности и процессом её выполнения. Они свидетельствуют об ориентации студентов на овладение новыми знаниями, учебными навыками. Незрелость учебно-познавательных мотивов снижает успеваемость, популярность студента в кругу сверстников и преподавателей, что сказывается на снижении уровня субъективного благополучия.

*Социальные мотивы* у опрошенных студентов находятся на достаточно приоритетном уровне. В данном случае социальные мотивы выступают как стремление получать знания, чтобы быть полезным обществу, желание выполнить свой долг, понимание необходимости учиться, чувство ответственности. Студенты первого курса нацелены на общение со своими сверстниками, дабы расширить круг знакомства и поставить себя в учебном коллективе.

### Выводы

1. Субъективное благополучие студента – это индивидуальная оценка и восприятие своего эмоционального состояния, удовлетворенности жизнью и общего качества жизни в контексте обучения и студенческой жизни. Субъективное благополучие студента является сложным и многоаспектным явлением, которое зависит от взаимосвязи между внутренними (психологическими) и внешними (социальными и экономическими) факторами. Студенты с высоким уровнем субъективного благополучия более вовлечены в учебный процесс, имеют лучшие академические результаты и демонстрируют более высокую степень удовлетворенности своей жизнью в целом. Высокий уровень субъективного благополучия способствует тому, что люди ощущают свою жизнь как более значимую и полноценную. Это включает в себя удовлетворение от работы, отношений и личных достижений. Люди с высоким субъективным благополучием обычно имеют более крепкие и положительные социальные связи.

2. Современные студенты, принимавшие участие в проведенном исследовании, обладают достаточно высоким уровнем субъективного благополучия. Это в свою очередь даёт им уверенность в завтрашнем дне, оптимизм, мотивацию, устойчивость к стрессу, высокую самооценку и способность справляться с трудностями не только в учебе, но и в повседневной жизни.

3. Наиболее выражены у студентов ценностный и когнитивный компоненты субъективного благополучия, поскольку студенты знают, чего хотят, их жизнь наполнена смыслом, они думают о своем будущем, сознательно выбрали свою специальность, выстраивают индивидуальную траекторию профессионализации.

4. Наиболее низкие показатели были выявлены по социально-нормативному и гедонистическому благополучию, что во многом связано с давлением социальных норм на студентов и низким уровнем материальной обеспеченности, затрудняющим удовлетворение возникающих потребностей. Причинами неудовлетворенности собой могут стать трудности общения с однокурсниками, взаимодействия с преподавателями, вредные привычки, низкий уровень социальной адаптивности.

5. У студентов-первокурсников выражены амбивалентные мотивы: учебно-познавательные мотивы и мотивы избегания. С одной стороны, студенты ориентированы на получение новых профессиональных навыков, компетенций, которые пригодятся им в будущей работе. С другой стороны, избегают трудностей, бояться выходить «из зоны комфорта», склонны к шаблонным действиям.

6. Своевременное выявление специфики субъективного благополучия первокурсников позволит наметить перспективы психолого-педагогического сопровождения студентов на всех этапах обучения.

### Список литературы

Бейлина Н.С., Баранова Е.М. Проблема психологического благополучия студентов в условиях дистанционного обучения: педагогический аспект // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки. 2022. Т. 24, № 87. С. 20–26. <https://doi.org/10.37313/2413-9645-2022-24-87-20-26>.

Бородовицына Т.О. Особенности психологического благополучия студентов различных профилей подготовки // Мир науки. Педагогика и психология, 2020. № 4. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/45PSMN420.pdf>.

Васильева И.В., Чумаков М.В., Чумакова Д.М., Булатова О.В. Субъективное благополучие студентов психолого-педагогических направлений в период эпидемии COVID-19 // Образование и наука. Т. 23, № 10. С. 129–154. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2021-10-129-154>

Карлышев В.М., Казарина А.С., Миронова В.М. Исследование субъективного благополучия юных спортсменов разных специализаций // Ученые записки университета Лесгафта. 2022. № 11 (213). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-subektivnogo-blagopoluchiya-yunyh-sportsmenov-raznyh-spetsializatsiy>.

Каменский П.И. Сопряженность специфики межличностной зависимости и субъективного благополучия во взрослости // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sopryazhennost-spetsifiki-mezhlichnostnoy-zavisimosti-i-subektivnogo-blagopoluchiya-vo-vzroslosti>.

Корацио-Эренверт К.С., Елисеева Ж.М. Особенности субъективного благополучия и толерантности у студентов гуманитарного направления // Международный научно-исследовательский журнал. 2022. № 12 (126). URL: <https://research-journal.org/archive/12-126-2022-december/10.23670/IRJ.2022.126.27>. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2022.126.27>.

Корзун С.А., Нифонтова Т.А. Взаимосвязь субъективного благополучия и совладающего поведения

у студентов // Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки: сб. науч. ст. 2019. Вып. 19: в 3 ч. Ч. 3. С. 179–186. URL: <http://elib.bspu.by/handle/doc/48639>.

Кулакова А.М. Специфика субъективного благополучия студентов: профильный и гендерный аспекты // Молодой ученый. 2020. № 49 (339). С. 522–525. URL: <https://moluch.ru/archive/339/75901/>.

Льдокова Г.М. Семейные факторы субъективного благополучия детей // Проблемы современного педагогического образования. 2021. № 72-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/semeynye-factory-subektivnogo-blagopoluchiya-detey>.

Носова Л.М. Субъективное благополучие: теоретико-методологические подходы // Вестник Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы. 2019. № 1 (49). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnoe-blagopoluchie-teoretikometodologicheskie-podhody>.

Самохвалова А.Г., Тихомирова Е.В., Вишневская О.Н., Шипова Н.С. Субъективное благополучие студентов, поступивших в вуз на разные направления подготовки // Вестник Костромского государственного университета. Сер.: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnoe-blagopoluchie-studentov-postupivshih-v-vuz-na-raznye-napravleniya-podgotovki>.

Самохвалова А.Г., Тихомирова Е.В., Шипова Н.С., Вишневская О.Н. Психологическое благополучие студенческой молодежи в эпоху больших вызовов. Кострома: Костромской государственной университет. 2023. 218 с.

Федотова Е.Е. Субъективное благополучие студентов и его факторы: теоретический анализ // ОмГУ. 2020. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnoe-blagopoluchie-studentov-i-ego-factory-teoreticheskiy-analiz>.

Шипова Н.С. Субъективное благополучие, ощущение счастья и отношение к себе: возрастной аспект // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnoe-blagopoluchie-oschuschenie-schastya-i-otnoshenie-k-sebe-vozhrazstnoy-aspekt>.

### References

Beilina N.S., Baranova E.M. *Problema psikhologicheskogo blagopoluchiya studentov v usloviakh distantsionnogo obucheniia, pedagogicheskii aspekt* [The problem of psychological well-being of students in the context of distance learning, pedagogical aspect]. *Izvestiia Samarskogo nauchnogo tsentra Rossiiskoi akademii nauk. Sotsial'nye, gumanitarnye, mediko-biologicheskie nauki* [Proceedings of the Samara Scientific Center of

the Russian Academy of Sciences. Social, humanitarian, medical and biological sciences], 2022, vol. 87, iss. 24, pp. 20-26. <https://doi.org/10.37313/2413-9645-2022-24-87-20-26> (In Russ.)

Borodovitsyna T.O. *Osobennosti psikhologicheskogo blagopoluchiiia studentov razlichnykh profilei podgotovki* [Features of psychological well-being of students of various training profiles]. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya* [The world of science. Pedagogy and psychology], 2020, vol. 4, URL: <https://mir-nauki.com/PDF/45PSMN420.pdf> (In Russ.)

Fedotova E.E. *Sub"ektivnoe blagopoluchie studentov ego faktory: teoreticheskie analiz* [Subjective well-being of students and its factors: a theoretical analysis]. *OmGU*, 2020, vol. 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnoe-blagopoluchie-studentov-i-ego-factory-teoreticheskiy-analiz>. (In Russ.)

Karlyshev V.M., Kazarina A.S., Mironova V.M. *Issledovanie sub"ektivnogo blagopoluchiiia iunykh sportsmenov raznykh spetsializatsii* [A study of the subjective well-being of young athletes of different specializations]. *Uchenye zapiski universiteta Lesgafta* [Scientific notes of Lesgaft University], 2022, vol. 11 (213). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-subektivnogo-blagopoluchiya-yunyh-sportsmenov-raznyh-spetsializatsiy>. (In Russ.)

Kamenskii P.I. *Sopriazhennost' spetsifiki mezhlchnostnoi zavisimosti i sub"ektivnogo blagopoluchiiia vo vzroslosti* [The conjugation of the specifics of interpersonal dependence and subjective well-being in adulthood]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser.: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika* [Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics], 2019, vol. 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sopriazhennost-spetsifiki-mezhlchnostnoy-zavisimosti-i-subektivnogo-blagopoluchiya-vo-vzroslosti>. (In Russ.)

Koratsio-Erenvert K.S. *Osobennosti sub"ektivnogo blagopoluchiiia I tolerantnosti u studentov gumanitarnogo napravleniia* [Features of subjective well-being and tolerance among students of the humanities]. *Mezhdunarodnyi nauchno-issledovatel'skii zhurnal* [International Scientific Research Journal], 2022, vol. 12 (126), URL: <https://research-journal.org/archive/12-126-2022-december/10.23670/IRJ.2022.126.27>. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2022.126.27>. (In Russ.)

Korzun S.A., Nifontova T.A. *Vzaimosviaz' sub"ektivnogo blagopoluchiiia I sovladaiushchego povedeniia u studentov* [The relationship between subjective well-being and coping behavior in students]. *Nauchnyetruudy Respublikanskogo institute vysshei shkoly. Istoricheskoe I psikhologo-pedagogicheskie nauki: sb. nauch. st.* [Scientific works of the Republican Institute of Higher Education. Historical and psychological and pedagogical sciences: collection of scientific articles], 2019, vol. 19,

vol. 3 (3), pp. 179-186. URL: <http://elib.bspu.by/handle/doc/48639>. (In Russ.)

Kulakova A.M. *Spetsifik asub"ektivnogo blagopoluchiiia studentov: profil'nyii gendernyi aspekty* [The specifics of students' subjective well-being: profile and gender aspects]. *Molodoi uchenyi* [A young scientist], 2020, vol. 49 (339), pp. 522-525. URL: <https://moluch.ru/archive/339/75901/>. (In Russ.)

L'dokova G.M. *Semeinye factory sub"ektivnogo blagopoluchiiia detei* [Family factors of subjective well-being of children]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniia* [Problems of modern pedagogical education], 2021, vol. 72-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/semeinye-factory-subektivnogo-blagopoluchiya-detey>. (In Russ.)

Nosova L.M. *Sub"ektivnoe blagopoluchie: teoretiko-metodologicheskie podkhody* [Subjective well-being: theoretical and methodological approaches]. *Vestnik Bashkirskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. M. Akmully* [Bulletin of Bashkir State Pedagogical University named after M. Akmulla], 2019, vol. 1 (49). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnoe-blagopoluchie-teoretikometodologicheskie-podkhody>. (In Russ.)

Samokhvalova A.G., Tikhomirova E.V., Vishnevskaya O.N., Shipova N.S. *Sub"ektivnoe blagopoluchie studentov, postupivshikh v vuz na raznye napravleniia podgotovki* [The subjective well-being of students enrolled in university in various fields of study]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser.: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika* [Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics], 2021, vol. 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnoe-blagopoluchie-studentov-postupivshih-v-vuz-na-raznye-napravleniya-podgotovki>. (In Russ.)

Samokhvalova A.G., Tikhomirova E.V., Shipova N.S., Vishnevskaya O.N. *Psikhologicheskoe blagopoluchie studencheskoi molodezhi v epokhu bol'shikh vyзовov* [Psychological well-being of students in an era of great challenges]. *Kostroma, Kostroma State University Publ.*, 2023, 218 p. (In Russ.)

Shipova N.S. *Sub"ektivnoe blagopoluchie, oshchuschenie schast'ia i otnoshenie k sebe: vozrastnoi aspekt* [Subjective well-being, feeling of happiness and attitude towards oneself: the age aspect]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser.: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika* [Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics], 2021, vol. 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnoe-blagopoluchie-oschuschenie-schastya-i-otnoshenie-k-sebe-vozhrastnoi-aspekt>. (In Russ.)

Vasil'eva I.V., Chumakov M.V., Chumakova D.M., Bulatova O.V. *Sub"ektivnoe blagopoluchie studen-*

*tov psikhologo-pedagogicheskikh napravlenii v period epidemii COVID-19* [Subjective well-being of students of psychological and pedagogical fields during the COVID-19 epidemic]. *Obrazovanie i nauka* [Education and science], vol. 23, iss. 10, pp. 129-154. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2021-10-129-154>. (In Russ.)

*Статья поступила в редакцию 26.08.2024; одобрена после рецензирования 19.09.2021; принята к публикации 14.10.2021.*

*The article was submitted to the editorial office on 26.08.2024; approved after review on 19.09.2021; accepted for publication on 14.10.2021.*