Научная статья
УДК 159.9
DOI: 10.5281/zenodo.18825786

# ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОЙ НАПРЯЖЕННОСТИ (НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ СЕВГУ И КГУ)

**© 2026 *И.В. Султанова[1], К.Г. Якубовская[2], А.И. Гиренко[3]***
*Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Севастопольский государственный университет»*
*ORCID[1] 0000-0002-8306-4290*
*ORCID[2] 0009-0001-9699-6169*
*ORCID[3] 0009-0005-3132-888X*

Эта статья доступна по лицензии Attribution 4.0 International https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode.ru

В статье представлены результаты эмпирического исследования психологического благополучия студентов Севастопольского государственного университета и Курского государственного университета. Результаты показали, что студенты СевГУ демонстрируют более высокий уровень психологического благополучия. Это связано с такими аспектами, как автономия, личностный рост, самопринятие и восприятие ситуации как более контролируемой. Студенты КГУ проявляют успешность в построении доверительных отношений с окружающими. При этом значимых различий в уровне удовлетворенности жизнью между группами не выявлено. Незначимыми оказались такие показатели, как степень угрозы, утраты, вызова и автономности ситуаций, что указывает на их общность для обеих групп.

***Ключевые слова***: Психологическое благополучие, участники образовательного процесса, студенты-психологи, специальная военная операция

**Для цитирования**: Султанова И.В. Психологическое благополучие участников образовательного процесса в условиях социальной напряженности (на примере студентов СевГУ и КГУ) / И.В. Султанова, К.Г. Якубовская, А.И. Гиренко // Вестник Донецкого национального университета. Серия Д. Филология и психология. — 2026. — № 1. — С. 235–245. — https://doi.org/10.5281/zenodo.18825786.

**Введение.** Современный мир характеризуется высокой динамикой социальных, экономических и политических изменений, что приводит к росту социальной напряженности и нестабильности в различных сферах общественной жизни. Одной из наиболее уязвимых категорий становится система образования, где вопросы психологического благополучия участников образовательного процесса приобретает особую актуальность. Образовательные учреждения в зонах повышенной военной угрозы сталкиваются с вызовами, выходящих за рамки традиционных академических и организационных проблем. Для участников образовательного процесса проживание в условиях потенциальной опасности сопряжено не только с физическим риском, но и с постоянным психологическим напряжением, изменением привычного ритма жизни, социальной динамики и бытовых практик. Образование представляет собой важнейший институт социализации, оказывающий существенное влияние на формирование личности, её ценностных ориентаций, эмоциональную устойчивость и психологического здоровья. Участники образовательного процесса — обучающиеся, преподаватели и администрация образовательных учреждений, и другие заинтересованные стороны в условиях социальной напряженности сталкиваются с увеличением уровня стресса,

тревожности, эмоционального истощения и неопределенности, что негативно отражается на общем уровне психологического благополучия.

Периоды социальной напряженности, сопровождающиеся экономическими кризисами, политическими преобразованиями, вооруженными конфликтами или иными внешними вызовами, существенно влияют на психологическое состояние студентов, ухудшая их способность к обучению, снижая мотивацию и адаптивные ресурсы. В Севастополе и Курской области официально действует высокий уровень террористической опасности. Это отражает контекст угроз, с которыми сталкиваются жители городов, включая студентов - от воздушных тревог до возможных атак на инфраструктуру. Жизнь участников образовательного процесса в текущих условиях сочетает в себе обычные элементы академической деятельности с постоянным присутствием факторов военной угрозы и отсутствием безопасности, что формирует специфическим условия жизни и учебы, а также негативный психологический фон, сопровождающийся стрессом и тревожностью.

Изучение особенностей психологического благополучия в образовательной среде обусловлена необходимостью своевременного выявления факторов риска, защит и ресурсов, влияющих на психологическое здоровье всех участников процесса.

Анализ научной литературы по проблеме исследования показал, что в психологии существует достаточное количество исследований, посвященных проблеме психологического благополучия. В рамках отечественной психологии можно выделить работы следующих исследователей: С.А. Водяха, Л.В. Карапетян, Л.В. Куликов, Д.А. Леонтьев, П.П. Фесенко, Р.М. Шамионов, О.С. Ширяева. В зарубежной психологии психологическое благополучие рассматривали М. Аргайл, Н. Бредберн, Э. Динер, М. Селигман, Р.М. Райан, К. Рифф, Д. Энгель и др.

Уместным будет использовать несколько определений касаемо психологического благополучия, принадлежащих различным ученым, представителям различных школ отечественной и зарубежной психологии.

Согласно утверждению Л.В. Куликова [4], психологическое благополучие представляет собой значимый компонент общего благополучия личности. Оно охватывает когнитивный аспект, проявляющийся в формировании целостного и непротиворечивого восприятия мира и осознания текущей жизненной ситуации. Эмоциональный аспект выражается в переживании человеком полного спектра эмоций, связанных с его успешностью в различных сферах жизни. Психологическое благополучие достигает большей устойчивости в условиях гармонии процессов развития и самореализации личности.

В исследованиях П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленковой [9] психологическое благополучие рассматривается как комплексное переживание, которое проявляется в субъективном чувстве счастья и удовлетворённости собой и своей жизнью. Это понятие тесно связано с базовыми человеческими ценностями и потребностями и воспринимается как индивидуальное, субъективное явление, основанное на самооценке личности.

В основе понятия психологического благополучия П.П. Фесенко лежит модель К. Рифф [13]. Ученый определяет психологическое благополучие, как интегральный показать, который отражает направленность человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими), а также степени реализованности этой направленности, субъективно выражающейся в ощущении удовлетворенности собой и собственной жизнью.

Анализ понятия «благополучие» в отечественной научной литературе проведенный Л.В. Карапетян [3] позволил выявить серьезное затруднение не только с формулировкой единого термина (так ряд авторов предлагают понятия «эмоциональное благополучие», «психоэмоциональное благополучие» и «эмоционально-психологическое благополучие»), но и взаимоотношением двух наиболее применяемых понятий психологического и субъективного благополучия. Упомянутые выше авторы Л.В. Куликов и Р.М. Шамионов рассматривают психологическое благополучие как часть субъективного. Иного мнения А.Е. Созонтов и А.А. Лебедева относящие субъективное благополучие как часть психологического.

В западной научной среде можно выделить три основные теории, которые по-разному подходят к вопросу определения психологического благополучия.

1. Благополучие как соотношение удовольствия и боли. Каждая ситуация в жизни человека рассматривается через выраженность позитивных и негативных эмоциональных реакций, и ощущений, которые она вызывает. Соответственно психологическое благополучие определяется как преобладание позитивных переживаний и отсутствие боли [11].

2. Благополучие как удовлетворенные желания. В данной теории ключевым фактором является реализация возникающих у человека желаний и потребностей, и чем больше процент реализации, тем выше степень благополучия. Однако в данной теории не учитывается содержание желаний и потребностей, а также последствия их воплощения [8].

3. Благополучие как объективный список. Согласно этой теории, успех человека определяется рядом объективных факторов, которые не всегда полностью находятся под его контролем. К таким факторам можно отнести наличие дружественных связей, осознанность, стремление к достижениям. Но единого мнения о компонентах списка у авторов, придерживающихся данной теории, нет [12].

Н. Бредберн в 1969 году выпустил работу под названием «Структура психологического благополучия», которая стала теоретической основой понимания феномена психологического благополучия. Под психологическим благополучием, ученый рассматривал соотношение двух комплексов эмоций (позитивными, негативными), которые человек накапливает в течение всей своей жизни. Баланс или преобладание позитивных эмоций соответственно позволяют говорить о выраженности психологического благополучия, так как преобладание негативного комплекса свидетельствует о его снижении [1].

Существенный вклад в эту теорию сделал профессор Э. Динер, введя в понятие психологического благополучие ощущение удовлетворения. Таким образом, благополучие обретает более личный и субъективный характер, что позволяет более точно характеризовать положение дел для каждого конкретного человека. На основе концепции Н. Бредберна, исследовательница К. Рифф [13] разработала собственную модель психологического благополучия, которая состоит из шести компонентов: самопринятие; позитивные отношения с окружающими; автономия; степень влияния на окружающую среду; наличие цели в жизни; возможность личностного роста.

Таким образом, к определению понятия благополучия в зарубежной и отечественной научной среде применялись различные подходы.

1. Системный подход позволил сформулировать биопсихосоциальную модель благополучия Д. Энгеля.

2. Субъектно-деятельностный подход отражен в концепции П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленковой, развивших модель благополучия К. Рифф.

3. Культурно-исторический подход прослеживается в эвдемонистических концепциях, где важным фактором благополучия считается наличие смысла жизни и системы ценностей, которые формируют актуальные для данной культуры и социума потребности.

В нашем исследовании под «психологическим благополучием», вслед за Э. Динер, Л.В. Карапетян, Л.В. Куликовым, К. Рифф, П.П. Фесенко, Р.М. Шаминовым мы будем понимать субъективное удовлетворение от реализации основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими).

Социальная напряженность оказывает значительное влияние на психологическое благополучие личности, создавая условия, при которых усиливаются внутренние и внешние стрессоры, что связано с тем, что в условиях экономической неопределенности, политических конфликтов, информационного давления или угрозы безопасности у человека может снижаться уровень субъективного ощущения контроля над жизнью, возрастает тревожность, эмоциональное напряжение, ухудшается качество межличностных отношений. Такая среда способствует росту неуверенности, ощущению социальной изоляции и снижению самооценки. В результате чего нарушается баланс между потребностями личности и возможностями их удовлетворения, что может привести к снижению уровня самопринятия, личностной автономии, мотивации к развитию и постановке жизненных целей. Особенно уязвимыми в этом контексте становятся студенты.

Таким образом, все вышесказанное определило цель нашего исследования — изучение особенностей уровня структурных компонентов психологического благополучия студентов СевГУ и КГУ в условиях социальной напряженности.

Задачи исследования: проанализировать литературу по проблеме исследования, провести эмпирическое исследование с использованием методик «Шкала психологического благополучия К. Рифф» (адаптация Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко), Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера» (адаптация Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина), «Шкала оценки трудности и неопределенности ситуации» (Н.Е. Водопьяновой).

Мы предположили, что существуют статистически значимые различия в психологическом благополучии студентов СевГУ и КГУ, которые проявляются в таких аспектах, как позитивные отношения с другими, автономия, личностное развитие, самопринятие, а также в восприятии внешней ситуации. Результаты исследования позволят стать основой для разработки программ психологической поддержки и профилактики дезадаптивных форм поведения у студентов с учетом выявленных различий в их уровне структурных компонентов психологического благополучия.

**Материалы и методы исследования.** В исследовании применялись методы теоретического анализа, синтеза, обобщения научной литературы по проблеме исследования; эмпирические методы: «Шкала психологического благополучия К. Рифф» (адаптация Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко), Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера» (адаптация Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина), «Шкала оценки трудности и неопределенности ситуации» (Н.Е. Водопьяновой); методы обработки, анализа и интерпретации результатов, в том числе математико–статистическая обработка (U-критерий Манна-Уитни).

Выборку респондентов составили: студенты 3-го курса очной формы обучения по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет» в количестве 32 человек (возраст от 20 до 23 лет), студенты 3-го курса очной формы обучения по направлению

подготовки 37.03.01 Психология ФГБОУ ВО «Курский государственный университет» в количестве 30 человек (возраст от 20 до 24 лет.)

Исследование проводилось в онлайн-формате на платформе Yandex Forms в апреле 2025 года. Участие было добровольным и анонимным.

Респонденты были разделены на 2 группы:

– группа 1 — студенты СевГУ в количестве 32 человек;

– группа 2 — студенты КГУ в количестве 30 человек.

Всего в эмпирическом исследовании приняли участие 62 студента.

**Результаты и обсуждение.** Исследование психологического благополучия студентов СевГУ и КГУ при помощи шкалы К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко представлены в таблице 1.

**Таблица 1**. Результаты исследования психологического благополучия у студентов СевГУ и КГУ по методике К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко

| Шкала | Студенты СевГУ | | | Студенты КГУ | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Процентная доля респондентов | | | | | |
| | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
| Позитивные отношения с другими | 15,4% | 40,6% | 44% | 13,4% | 50% | 36,6% |
| Автономия | 40,6% | 46,8% | 12,6% | 20% | 46,6% | 33,4% |
| Управление средой | 15,6% | 53,2% | 31,2% | 13,4% | 40% | 46,6% |
| Личностный рост | 31,3% | 53,1% | 15,6% | 23,3% | 33,3% | 43,4% |
| Цели в жизни | 18,8% | 56,2% | 28,2% | 20% | 46,6% | 33,4% |
| Самопринятие | 18,8% | 59,4% | 21,8% | 13,4% | 56,6% | 30% |
| Интегральный показатель психологического благополучия | 46,8% | 37,6% | 15,6% | 23,3% | 26,6% | 50% |

Исходя из полученных результатов студенты 1 группы демонстрируют высокие показатели по таким аспектам психологического благополучия, как автономия, управление средой, личностный рост, наличие целей в жизни и самопринятие. Однако у студентов данной группы наблюдаются трудности в выстраивании позитивных отношений с другими людьми, что может ограничивать их поддержку со стороны окружения. Студенты 2 группы, напротив успешно выстраивают позитивные отношения с окружающими. Они также демонстрируют автономию, способность управлять своей деятельностью, имеют цели в жизни, и принимают себя, но для данной группы студентов характерно отсутствие стремления к личностному росту, что в сочетании с низким уровнем психологического благополучия, может свидетельствовать о недостаточной мотивации к саморазвитию и преодолению жизненных трудностей.

При анализе данных, полученных при помощи методики Э. Динера в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина были получены следующие результаты (таблица 2).

**Таблица 2.** Результаты исследования удовлетворенностью жизнью у студентов СевГУ и КГУ

| Уровень | Процентная доля респондентов | |
|---|---|---|
| | Студенты СевГУ | Студенты КГУ |
| Высокий уровень | 31,25% | 26,6% |
| Средний уровень | 47% | 46,8% |
| Низкий уровень | 21,75% | 26,6% |

Полученные результаты, представленные на диаграммах (таблица 2), позволяют сделать вывод о том, что для студентов 1 группы наиболее характерен средний уровень

(47%), в то время как высокий уровень (31,25%) и низкий уровень (21,75%) выражен в меньшей степени. У студентов 2 группы преобладает средний уровень (46,8%), но высокий и низкий уровни представлены в равной степени (26,6%). Высокие значения свидетельствует о полной удовлетворенности студентов своей жизнью, которая воспринимается как близкая к идеалу, а условия их жизни оцениваются как отличные. Средние значения указывают на то, что студенты в целом довольны своей жизнью, но не считают её совершенной, так как не все поставленные цели достигнуты. Низкие значения говорят о том, что студенты недовольны своей жизнью, так как она не соответствует их идеалу, если бы они могли прожить свою еще раз, то обязательно бы её изменили. Таким образом, исходя из результатов исследования, мы видим, что у студентов обеих групп преобладает средний уровень удовлетворенности жизнью.

Оценка трудности и неопределенности среди студентов СевГУ и КГУ по методике Н.Е. Водопьяновой показала следующие результаты (таблица 3).

**Таблица 3.** Результаты исследования оценки трудности и неопределенности ситуации у студентов СевГУ И КГУ методике Н.Е. Водопьяновой

| Субшкалы | Студенты СевГУ | | | Студенты КГУ | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Процентная доля респондентов | | | | | |
| | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
| Уг | 28,1% | 65,65% | 6,25% | 33,4% | 50% | 16,6% |
| УП | 31,25% | 37,5% | 31,25% | 33,4% | 36,6% | 30% |
| ВН | 47% | 43,75% | 9,25% | 20% | 56,6% | 23,4% |
| КН | 78,1% | 15,65% | 6,25% | 46,6% | 20% | 33,4% |
| ПУ | 56,25% | 37,5% | 6,25% | 20% | 40% | 40% |
| АИ | 62,5% | 31,25% | 6,25% | 73,4% | 26,6% | 0% |
| Пв | 65,65% | 25% | 9,25% | 43,4% | 33,3% | 23,3% |
| Ос | 62,5% | 25% | 12,5% | 13,4% | 40% | 46,6% |
| СО ТНС | 28 % | 72% | 0% | 6,7% | 86,6% | 6,7% |

*Условные обозначения: Уг — степень угрозы; УП — степень утраты/потери; ВН — степень вызова; КН — степень неконтролируемости ситуации; ПУ — сложность понимания и управления ситуацией; АИ — автономность ситуации; Пв — повторяемость; Ос — Осведомленность; СО ТНС — средняя оценка трудности и неопределенности ситуации.*

В ходе исследования оценки трудности и неопределённости ситуации было выявлено, что для большинства студентов из обеих групп оценивают ситуации как умеренно сложные. Это свидетельствует об их способности адаптироваться к условиям неопределённости и справляться со стрессом. Однако у части студентов был выявлен высокий уровень восприятия угрозы, потери и несправедливости. Это говорит о том, что у них присутствует субъективное ощущение нестабильности и дефицита контроля над ситуацией. Кроме того, студенты из 1 группы склонны считать, что проблема сложна для понимания и решения. В свою очередь, студенты из 2 группы показали зависимость от мнения других людей и испытывают недостаток уверенности в своей способности влиять на события. Восприятие автономности событий и их повторяемость может варьироваться, но многие студенты считают, что определенные ситуации могут происходить независимо от их личного участия. Оценка уровня осведомленности показывает, что большинство студентов из 2 группы испытывают недостаток знаний и опыта для выявления сложностей. Студенты 1 группы более часто уверенны в своих возможностях.

Таким образом, можно говорить о том, что студенты с высоким уровнем оценки неопределенности склонны воспринимать жизненные ситуации, как более стрессовые.

Полученные результаты исследования различий психологического благополучия у студентов при помощи критерия Манна–Уитни по методике К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко представлены в таблице 4.

**Таблица 4.** Результаты статистического анализа различий психологического благополучия студентов СевГУ и КГУ по методике К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко

| Диагностический показатель | Значение критерия | Зона значимости / незначимость | Результат |
|---|---|---|---|
| Позитивные отношения с другими | $U_{Эмп} = 362$ | $p > 0,05$ | Статистически значимые различия между группами не выявлены |
| Автономия | $U_{Эмп} = 267$ | $p \leq 0,01$ | Выявлены статистически значимые различия между группами |
| Управление средой | $U_{Эмп} = 420$ | $p > 0,05$ | Статистически значимые различия между группами не выявлены |
| Личностный рост | $U_{Эмп} = 310$ | $p \leq 0,05$ | Выявлены статистически значимые различия между группами |
| Цели в жизни | $U_{Эмп} = 455$ | $p > 0,05$ | Статистически значимые различия между группами не выявлены |
| Самопринятие | $U_{Эмп} = 314$ | $p \leq 0,05$ | Выявлены статистически значимые различия между группами |
| Интегральный показатель психологического благополучия | $U_{Эмп} = 314$ | $p \leq 0,05$ | Выявлены статистически значимые различия между группами |

Критические значения:

$p \leq 0,05$: $U \leq 340$;

$p \leq 0,01$: $U \leq 298$.

Проведенный статистический анализ показал, что в зоне значимости находятся следующие показатели.

Автономия ($U_{Эмп}$ = **267,** $p \leq 0,01$), что указывает на более высокий уровень самостоятельности, свободы в принятии решений и ориентации на личные убеждения у одной из групп студентов. Личностный рост ($U_{Эмп}$ = **310,** $p \leq 0,05$**)**, различия указывают на то, что студенты одной из группы в большей степени ориентированы на личностный рост, открытость новым возможностям и реализацию своего потенциала. Тогда, как студенты другой группы могут отличаться меньшим стремлением к саморазвитию. Самопринятие (Uэмп = 314, $p \leq 0,05$), полученные результаты свидетельствуют о том, что одна из групп студентов в большей мере принимает свои сильные и слабые стороны, демонстрируя более положительное отношение к себе по сравнению с другой группой студентов. Результаты анализа интегрального показателя психологического благополучия (Uэмп = 314, $p \leq 0,05$) показывают, что исследуемые группы имеют статистически значимые различия в общем уровне психологического благополучия.

В зоне незначимости оказались такие компоненты психологического благополучия, как позитивные отношения с другими ($U_{Эмп} = 362$, $p > 0,05$), управление средой ($U_{Эмп} = 420$, $p > 0,05$), **цели в жизни (**$U_{Эмп} = 455$, $p > 0,05$). Студенты обеих групп продемонстрировали похожие результаты, что свидетельствует об отсутствии существенных различий в данных компонентах психологического благополучия.

Полученные результаты исследования различий удовлетворённостью жизнью у студентов при помощи критерия Манна–Уитни по методике Э. Динера представлены в таблице 5.

**Таблица 5.** Результаты статистического анализа различий удовлетворенности жизнью у студентов СевГУ и КГУ по методике Э. Динера (адаптация Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина)

| Диагностический показатель | Значение критерия | Зона значимости / незначимость | Результат |
|---|---|---|---|
| Удовлетворенность жизнью | $U_{Эмп}$ =440.5 | p > 0,05 | Статистически значимые различия между группами не выявлены |

Критические значения:

$p \leq 0,05$: $U \leq 340$;

$p \leq 0,01$: $U \leq 298$.

Таким образом, проведенный статистических анализ с использованием критерия Манна–Уитни ($U_{Эмп}$ = 440.5, p > 0,05) показал, что значимых различий в уровне удовлетворённости жизнью между студентами 1 и 2 группы не выявлено. Это позволяет говорить о том, что обе группы студентов демонстрируют схожие показатели удовлетворённости жизнью.

Далее был проведен статистический анализ различий в оценке трудности и неопределенности ситуаций по методике Н.Е. Водопьяновой среди студентов СевГУ и КГУ. Результаты представлены в таблице 6.

**Таблица 6.** Результаты статистического анализа различий у студентов СевГУ и КГУ по методике Н.Е. Водопьяновой

| Диагностический показатель | Значение критерия | Зона значимости/ незначимости | Результат |
|---|---|---|---|
| Степень угрозы | $U_{Эмп}$ = 458.5 | p > 0,05 | Статистически значимые различия между группами не выявлены |
| Степень утраты/потери | $U_{Эмп}$ = 391.5 | p > 0,05 | Статистически значимые различия между группами не выявлены |
| Степень вызова или несправедливости | $U_{Эмп}$ = 512 | p > 0,05 | Статистически значимые различия между группами не выявлены |
| Возможность контроля | $U_{Эмп}$ = 314 | p≤0,05 | Выявлены статистически значимые различия между группами |
| Сложность понимания и управления ситуацией | $U_{Эмп}$ = 362 | p> 0,05 | Статистически значимые различия между группами не выявлены |
| Автономность ситуации | $U_{Эмп}$ = 376 | p > 0,05 | Статистически значимые различия между группами не выявлены |
| Повторяемость ситуации | $U_{Эмп}$ = 287.5 | p≤0,01 | Выявлены статистически значимые различия между группами |
| Осведомленность | $U_{Эмп}$ = 198 | p≤0,01 | Выявлены статистически значимые различия между группами |
| Средняя оценка ОТНС | $U_{Эмп}$ =480.5 | p > 0,05 | Статистически значимые различия между группами не выявлены |

Критические значения:

$p \leq 0,05$: $U \leq 340$;
$p \leq 0,01$: $U \leq 298$.

Таким образом, полученные результаты статистического анализа оценки трудности и неопределенности ситуаций среди студентов 1 и 2 группы свидетельствуют о следующем:

Выявленные статистически значимые различия ($U_{Эмп} = 314$, $p \leq 0,05$) по показателю возможности контроля. Это свидетельствует о том, что студенты обеих групп показали различный уровень восприятия своей способности оказывать влияние на окружающую среду и управлять развитием событий. Значимые различия были обнаружены по показателю повторяемости ситуации ($U_{Эмп} = 287.5$, $p \leq 0,01$). Данные различия между студентами свидетельствуют о том, насколько они по-разному воспринимают повседневные события и оценивают их частоту и типичность в своей жизни. Кроме того, выявлены значимые различия по показателю осведомленность ($U_{Эмп} = 198$, $p \leq 0,01$), что позволяет говорить о существенных различиях среди студентов в уровне информированности о ситуации и понимании её причин, условий.

В зоне незначимости оказались такие показатели, как: степень угрозы ($U_{Эмп} = 458.5$, $p > 0,05$), степень утраты/потери ($U_{Эмп} = 391.5$, $p > 0,05$), степень вызова или несправедливости ($U_{Эмп} = 512$, $p > 0,05$), сложность понимания и управления ситуацией ($U_{Эмп} = 362$, $p > 0,05$), автономность ситуации ($U_{Эмп} = 376$, $p > 0,05$), средняя оценка ОТНС ($U_{Эмп} = 480.5$, $p > 0,05$). Для студентов обеих групп по данным показателям статистические различия не выявлены.

Проведённый статистический анализ показал, что студенты 1 и 2 группы имеют как общие черты, так и отдельные различия в исследуемым показателям. Обнаружены различия в компонентах психологического благополучия: автономия, личностный рост, самопринятие и общий уровень психологического благополучия. Однако по таким аспектам, как позитивные отношения с другими, управление средой и цели в жизни различий не выявлено. Значимых различий в удовлетворённости жизнью между группами студентов также не выявлено, что говорит о примерно одинаковом уровне удовлетворенностью своей жизни. Исследование оценки трудности и неопределенности ситуаций показал, что существенные различия проявляются в когнитивно-регулятивных аспектах, таких как возможность контроля, повторяемость ситуации и осведомлённость. В эмоционально-оценочных аспектах (степень угрозы, степень утраты/ потери, степень вызова или несправедливости, сложность понимания и управления ситуацией, автономность ситуации, средняя оценка ОТНС), существенных различий между студентов обеих групп не выявлено.

Таким образом, результаты анализа подчеркивает важность учета индивидуально-психологических особенностей и условий образовательной среды для повышения уровня психологического благополучия студентов.

**Заключение.** Психологическое благополучие участников образовательного процесса приобретает особую значимость в условиях социальной напряженности, когда внешние факторы усиливают внутреннее напряжение, тревожность и психологическую нестабильность. Результаты данного исследования подчеркивают необходимость системного подхода к формированию психологического благополучия у участников образовательного процесса. Особое внимание должно уделяться созданию поддерживающей среды и внедрению программ профилактики, особенно в группах риска.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Батурин Н.А. Теоретическая модель личностного благополучия / Н.А. Батурин, С.А. Башкатов, Н.В. Гафарова // Вестник Южно-Уральского государственного университета. — 2023. — Т. 6, №4. — С. 4–13.

2. Борисов Г.И. Подходы к изучению психологического благополучия / Г.И. Борисов // Психология образования: современный вектор развития: монография. — Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2020. — 790 с.
3. Карапетян Л.В. Исследование благополучия в отечественной психологии / Л.В. Карапетян // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. — 2017. — №2 (40). — С. 132–137.
4. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенностью жизнью / Л.В. Куликов // Общество и политика / Ред. В.Ю. Большаков. — СПб. : Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2000. — С. 476–510.
5. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов. — М. : Просвещение, 1964. — 184 с.
6. Минеев Ю.В. Факторы, влияющие на психологическое состояние в экстремальных ситуациях / Ю.В. Минеев // Научный дайджест Восточно-Сибирского Института МВД России. — 2020. — № 4 (7). — С. 162–168.
7. Немчин Т.А. Состояния нервно-психического напряжения / Т.А. Немчин. — Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1983. — 256 с.
8. Садовская А.А. Теории благополучия и их отражение в современных философских концепциях / А.А. Садовская // Векторы благополучия: экономика и социум. — 2019. — № 2(33). — С. 87–95.
9. Фесенко П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: дис. … канд. психол. наук / П.П. Фесенко. — М., 2005. — 142 с.
10. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности / Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко // Психологическая диагностика. — 2005. — № 3. — С. 120–124.
11. Bradburn N. The Structure of Psychological well-being / N. Bradburn. — Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. — 320 p.
12. Hurka T., Against «Good For» / «Well-being», for «Simply Good» / T. Hurka // Philosophical Quarterly. — 2021. — №71. — P. 803–22.
13. Ryff C.D. The contours of positive human health / C.D. Ryff, B. Singer // Psychological Inquiry. — 1998. — Vol. 9. — PP. 1–28.
14. Seligman M.E.P. Authentic happiness: using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment / M.E.P. Seligman. — New York: Free Press, 2002. — PP. 241–258.

**REFERENCES**

1. Baturin N.A., Bashkatov S.A., Gafarova N.V. (2013). Theoretical model of personal well-being. Bulletin of the South Ural State University 6 (4), 4–13. (In Russian)
2. Borisov G.I. (2020). Approaches to the study of psychological well-being. Psychology of education: a modern vector of development: monograph. Yekaterinburg: Ural Publishing House. University. (In Russian)
3. Karapetyan L.V. (2017). The study of well-being in Russian psychology. Bulletin of the Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafiev. 2 (40), 132–137. (In Russian)
4. Kulikov L.V. (2000) Determinants of life satisfaction. St. Petersburg: Publishing House of St. Petersburg University (In Russian)
5. Levitov N.D. (1964). About mental states of a person. Moscow: Prosveshchenie Publishing House (In Russian)
6. Mineev Yu.V. (2020). Factors influencing the psychological state in extreme situations. Scientific Digest of the East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia. 4 (7), 162–168. (In Russian)
7. Nemchin T.A. (1983). States of neuropsychiatric tension. Leningrad: Publishing House of Leningrad University (In Russian)
8. Sadovskaya A.A. (2019). Theories of well-being and their reflection in modern philosophical concepts. Vectors of well-being: economy and society. No. 2 (33). 87–95. (In Russian)
9. Fesenko P.P. (2005). The meaningfulness of life and the psychological well-being of the individual: dissertation. Moscow. (In Russian)
10. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. (2005). Psychological well-being of the individual. Psychological Diagnostics, (3). 120–124. (In Russian)
11. Bradburn N. (1969). The Structure of Psychological well-being. Chicago: Aldine Pub. Co. 320 p. (In English)
12. Hurka T. (2021). Against «Good For»/«Well-being», for «Simply Good» Philosophical Quarterly. 71: 803–22. (In English)
13. Reiff K.D., Singer B. (1998). Contours of positive human health. Psychological research. (9), 1–28. (In English)
14. Seligman, M.E.P. (2002). Genuine Happiness: Using new positive psychology to realize your potential and achieve long-term self-fulfillment. (pp. 241–258) .New York: Free Press. (In English)

*Поступила в редакцию 13.01.2026 г.*

## PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PARTICIPANTS IN EDUCATIONAL PROCESS IN CONDITIONS OF OF SOCIAL TENSION (ON EXAMPLE OF SEVSU AND KSU STUDENTS)

***I.V. Sultanova, K.G. Yakubovskaya, A.I. Girenko***

The article deals with the results of the empirical study of psychological well-being of SevSU and KSU students. The results showed that SevSU students demonstrate a higher level of psychological well-being. This is due to such aspects as autonomy, personal growth, self-acceptance, and the perception of the situation as more controlled. KSU students are successful in building trusting relationships with others. At the same time, there were no significant differences in the level of life satisfaction between the groups. Such indicators as the degree of threat, loss, challenge and autonomy of situations turned out to be insignificant, which indicates their similarity for both groups.

**Key words:** psychological well-being, participants in educational process, social tension, psychology students, special military operation.

**Султанова Ирина Викторовна.**
Кандидат психологических наук, доцент.
Севастопольский государственный университет,
Российская Федерация, г. Севастополь.
Заведующий кафедрой «Психология».
ORCID 0000-0002-8306-4290.
E-mail: IVSultanova@sevsu.ru.
**Якубовская Ксения Георгиевна.**
Севастопольский государственный университет,
Российская Федерация, г. Севастополь.
Преподаватель кафедры «Психология».
ORCID 0009-0001-9699-6169.
E-mail: kgyakubovskaya@sevsu.ru.
**Гиренко Александра Игоревна.**
Севастопольский государственный университет,
Российская Федерация, г. Севастополь.
Преподаватель кафедры «Психология».
ORCID 0009-0005-3132-888X.
E-mail: AIBarybina@sevsu.ru.

**Sultanova Irina Viktorovna.**
Candidate of Psychology, Associate Professor.
Sevastopol State University,
Russian Federation, Sevastopol.
Head of Psychology Department.
ORCID 0000-0002-8306-4290.
E-mail: IVSultanova@sevsu.ru.
**Yakubovskaya Ksenia Georgievna.**
Sevastopol State University,
Russian Federation, Sevastopol.
Lecturer of Psychology Department.
ORCID 0009-0001-9699-6169.
E-mail: kgyakubovskaya@sevsu.ru.
**Girenko Alexandra Igorevna.**
Sevastopol State University,
Russian Federation, Sevastopol.
Lecturer of Psychology Department.
ORCID 0009-0005-3132-888X.
E-mail: AIBarybina@sevsu.ru.