

Влияния уровня психологического благополучия на образовательные стратегии и предпочтения студентов в условиях цифровых технологий

С. В. Персиянцева^{1,2}

¹ Российский государственный гуманитарный университет,
125047, Россия, г. Москва, Миусская пл., д. 6

² Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований,
125009, Россия, г. Москва, ул. Моховая, д. 9/4

Сведения об авторе:

Светлана Владимировна Персиянцева

e-mail: perssvetlana@yandex.ru

SPIN: 2415-2425

Researcher ID: A-9149-2017

ORCID: 0000-0001-8158-5415

© Автор (2024).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Одной из приоритетных задач современных вузов является обеспечение психологического благополучия (ПБ) студентов. Поддержание психологического благополучия студентов способствует их личностному и профессиональному развитию. Во-первых, оно создает условия для успешного обучения, так как способствует снижению уровня напряжения, тревожности и стресса, улучшает концентрацию и мотивацию к обучению. Это, в свою очередь, положительно влияет на академическую успеваемость и готовность к новым вызовам. Во-вторых, психологическое благополучие напрямую связано с процессом

профессионального становления студента. Поддержка психологического состояния позволяет студентам легче справляться с трудностями в обучении, увереннее осваивать новые навыки и знания, что формирует их профессиональные компетенции. Уверенность в своих силах и ощущение смысла в учебной и профессиональной деятельности способствуют формированию профессиональной идентичности и ориентации на успешную карьеру. Исследования подтверждают, что рост академических требований, неопределённость будущего и давление внешних факторов повышают уровень эмоциональной напряженности и тревоги. Эти факторы негативно сказываются на учебной мотивации и результатах. Предполагается, что студенты с разным уровнем психологического благополучия имеют различные образовательные потребности и цели обучения, а также предпочитают разных преподавателей. Гипотеза о влиянии психологического благополучия на образовательные потребности и предпочтения проверена на выборке из 130 московских студентов. Для оценки уровня благополучия использовалась «Шкала психологического благополучия» К. Рифф, а для анализа академических предпочтений студентов – методика «Образовательные потребности обучающихся». Результаты исследования показали, что студенты с высоким уровнем ПБ отдают предпочтение преподавателям, поддерживающим автономию, креативность и личностное развитие, тогда как студенты с низким уровнем ПБ чаще выбирают преподавателей типа «модератора», обеспечивающих психологическую безопасность и помогающих справиться с эмоциональными и личностными трудностями. Выявлены различия в предпочтениях относительно содержания и целей образовательного процесса между благополучными и неблагополучными студентами. Эти данные подчёркивают необходимость адаптации образовательных методов с учетом психологического состояния студентов для оптимизации их академической успеваемости и общего уровня психологического благополучия.

Ключевые слова: тип профессиональной деятельности преподавателя, цель и содержание обучения, психологическое благополучие

The correlation between students' psychological well-being and their choice of learning strategies and teaching styles against the backdrop of digitalization

S. V. Persiyantseva^{1,2}

¹ Russian State University for the Humanities,
6 Miusskaya sq., Moscow 125993, Russia

² Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research,
9/4 Mokhovaya st., Moscow 125009, Russia

Author:

Svetlana V. Persiyantseva

e-mail: perssvetlana@yandex.ru

SPIN: 2415-2425

Researcher ID: A-9149-2017

ORCID: 0000-0001-8158-5415

Copyright:

© The Authors (2024).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. Ensuring the psychological well-being of students is a key priority for modern universities, as it significantly contributes to both their personal and professional development. Psychological well-being fosters an environment conducive to successful learning by reducing anxiety, stress, and tension, thereby improving concentration, motivation, and academic performance. In turn, this enhances students' readiness to tackle new challenges. Psychological well-being also plays a crucial role in professional development, enabling students to navigate learning difficulties more effectively, acquire new knowledge and skills with greater confidence, and build essential professional competencies. Self-confidence and a sense of purpose in academic and professional endeavors are integral to the formation

of a strong professional identity and orientation toward a successful career. Research indicates that increasing academic demands, uncertainty about the future, and external pressures heighten emotional tension and anxiety, which in turn negatively affect academic motivation and outcomes. It is posited that students' psychological well-being influences their educational needs, goals, and preferences, including their choice of teaching styles. This hypothesis was tested on a sample of 130 students from Moscow. The Ryff Psychological Well-Being Scale was employed to assess well-being levels, while the Educational Needs of Students tool was used to gauge academic preferences. The results revealed distinct patterns: students with higher levels of psychological well-being tended to prefer instructors who foster autonomy, creativity, and personal development. In contrast, students with lower levels of psychological well-being favored a 'moderator' teaching style with teachers providing psychological safety and assisting with emotional and personal challenges. Furthermore, significant differences were found in the preferences for educational content and goals between students with high and low psychological well-being. These findings highlight the importance of tailoring educational approaches to students' psychological states in order to optimize both academic performance and overall well-being.

Keywords: types of teaching styles, the goal and content of education, psychological well-being

Введение

Процесс интеграции цифровых технологий в образование меняет методы обучения и предпочтения студентов в учебной деятельности. Эта трансформация носит не только технологический, но и психологический характер, поскольку стратегии обучения учащихся находятся под влиянием ключевых психологических

факторов, таких как мотивация, саморегуляция, когнитивные стили и эмоциональные состояния. Эти факторы в совокупности определяют то, как учащиеся взаимодействуют с цифровыми инструментами и образовательной средой, формируя эффективность их учебного опыта.

Психологическое благополучие можно рассматривать как многомерное состояние человека, отражающее ее общее эмо-

циональное, психическое и социальное здоровье. Модель Кэрл Рифф (Ryff, Keyes 1995) определяет его через шесть измерений: самопринятие, позитивные отношения с другими, автономия, умение управлять средой, целеустремленность и личностный рост.

Личностный рост и эмоциональная устойчивость человека играют значительную роль в формировании психологического благополучия (Ryff, Singer 1996). Позднее Рифф подчеркнула в своей работе, что обретение истинного психологического благополучия предполагает реализацию своего потенциала и достижение значимых целей (Ryff 2014).

Работы К. Рифф заложили основу для понимания влияния психологического благополучия на обучение, мотивацию и академические достижения. Внутренние состояния обучающихся влияют на их способность справляться с академическими трудностями и адаптироваться к образовательной среде, а их психологическое здоровье и психологическое благополучие оказывают влияние на академическую успеваемость и удовлетворенность учебным процессом.

Теория самоопределения (Self-Determination Theory, SDT), предложенная Райаном и Деси (2000), подчеркивает три основные психологические потребности обучающихся: автономию, компетентность и связанность (взаимосвязанность). Взаимосвязанность относится к чувству социальной принадлежности, студенты чувствуют связь со своими однокурсниками, преподавателями и учебной средой. В контексте образования удовлетворение этих потребностей способствует высокой учебной мотивации, вовлеченности в процесс обучения и психологическому благополучию (Ryan, Deci 2000; Muntean; Vochiș 2022).

Теория расширения и построения (Broaden-and-Build Theory) Фредриксона (2001) подтверждает результаты, полученные Ryan & Deci. Положительные эмоции расширяют когнитивные и поведенческие навыки, способствуют развитию

личных ресурсов учащихся, включая социальные связи, знания, устойчивость и физическое здоровье (Fredrickson 2001). Эти ресурсы, то есть позитивные социальные связи (Cohen 2004), поддержка со стороны семьи, друзей, одноклассников, а также институциональная поддержка (Chaudhry et al. 2024), повышают способность к адаптации, улучшают эмоциональное состояние учащихся, что, в свою очередь, положительно сказывается на их общем уровне психологического благополучия.

Недавние исследования продемонстрировали связь между образовательными предпочтениями студентов и их психологическим благополучием (Hossain et al. 2023). Современные студенты предпочитают гибкие условия обучения с точки зрения сроков сдачи учебных заданий, форматов курсов и оценок (Galad et al. 2024), персонализированные методы обучения (Maccabelli et al. 2022).

Психологическое благополучие связано с удовлетворением образовательных потребностей и предпочтений учащихся. Для достижения этого образовательные учреждения должны создавать культуру уважения и поддержки, в которой каждый учащийся чувствует себя ценным. Среда обучения должна быть позитивной и безопасной, гарантирующей всем учащимся доступ к основным образовательным ресурсам.

Процесс обучения основан на продуктивном сотрудничестве между учащимися и преподавателями с использованием различных стратегий для удовлетворения образовательных потребностей всех учащихся, включая лиц с особыми образовательными нуждами (Galad et al. 2024).

Поддержка со стороны сверстников, семьи и преподавателей способствует развитию чувства сопричастности и снижает стресс. Навыки эмоциональной регуляции оказывают значительное влияние на общее психологическое состояние учащихся. Самостоятельность и независимость в принятии решений относительно образовательных траекторий по-

вышает уверенность в обучении. Кроме того, поддержание баланса между учебной и личной жизнью имеет решающее значение для достижения психологического благополучия и удовлетворенности жизнью (Хоссейн, О'Нил и др. 2023).

Маккабелли и др. выявили, что персонализированная среда обучения, адаптированная к индивидуальным интересам и потребностям учащихся, приводит к более высокому уровню вовлеченности и удовлетворенности учебной деятельностью (Maccabelli et al. 2023). Это согласуется с выводами Персиянцовой и Артеменкова, которые подтвердили, что личностные ресурсы, такие как эмоциональная устойчивость, самоконтроль, принятие себя, позитивное отношение к другим способствуют психологическому благополучию. Персонализированный подход в обучении положительно влияет на академическую успеваемость и психологическое здоровье учащихся (Персиянцева 2024; Персиянцева, Артеменков 2024).

Таким образом, психологическое благополучие играет ключевую роль в формировании образовательных стратегий и предпочтений учащихся, при этом такие факторы, как социальная поддержка, внутренняя мотивация и потребность в автономии, определяют их образовательный выбор. Когда образовательные предпочтения студентов удовлетворяются, их психологическое благополучие повышается, поскольку поддержка и ресурсы, необходимые для успешной учебы, положительно влияют на их самооценку, вовлеченность в обучение и общее позитивное психологическое состояние.

Материалы и методы

В исследовании участвовало 130 студентов очной формы обучения г. Москвы в возрасте от 18 до 23 лет ($M = 19,31$; $\sigma = 1,01$). Для изучения психологического благополучия (ПБ) использовалась «Шкала психологического благополучия» Кэрл Рифф. Для исследования образовательных потребностей и предпочтений студентов использовалась диагностиче-

ская методика «Образовательные потребности обучающихся» (Ходякова и др. 2018), которая включает четыре вида профессиональной деятельности преподавателей: «профессионал», «тьютер», «модератор», «фасилитатор»; четыре основные цели обучения и содержания обучения, направленные на традиционную форму обучения, вариативную, диалогическую и продуктивную форму обучения. Задача респондента было выбрать один из четырех предложенных вариантов или предложить свой вариант, не входящий в число четырех предложенных.

Результаты и их обсуждение

Выборка респондентов была разделена на группы в зависимости от общего балла ПБ. Установлено, что студентов с низким уровнем ПБ (315 и ниже общего балла ПБ) достоверно больше, чем студентов с высоким уровнем ПБ (415 и выше общего балла ПБ). 72,31% составили студенты, у которых средний уровень выраженности ПБ (см. диаграмму).



■ Высокий уровень ПБ ■ Низкий уровень ПБ ■ Средний уровень ПБ

Диаграмма 1. Процентное распределение студентов с разным уровнем ПБ

Сравнительный анализ показал, что получены значимые различия как по общему баллу ПБ, так и по всем шкалам методики К. Рифф между студентами с высоким уровнем ПБ и студентами с низким уровнем ПБ. Результаты представлены в таблице.

Далее обработка полученных данных проводилась с помощью метода анализа процентных различий.

Таблица 1. Значимость различий между выборками студентов с разным уровнем ПБ по методике К. Рифф

Шкалы ПБ	M ± σ		Me		U Манна - Уитни
	Выс. ПБ↑	Низ. ПБ↓	Выс. ПБ	Низ. ПБ	
Позитивное отношение	73,62±3,81	50,78±8,45	74	49	Уровень значимости p < 0,01
Автономия	70,62±6,41	49,71±6,39	72	48,5	
Управление средой	69,37±7,11	44,67±6,56	70	45	
Личностный рост	72,62±3,07	56,35±8,65	73	57	
Цель в жизни	74,25±4,56	49,42±7,48	75,5	51	
Самопринятия	71,12±7,85	41,35±8,11	71	41	
ПБ (общий балл)	431,62±17,84	292,32±20,99	423,5	294	
Дополнительные шкалы					
Баланс эффекта	64,50±12,66	112,00±14,66	62,5	111	Уровень значимости p < 0,01
Осмысленность жизни	114,50±5,98	77,17±9,66	114,5	78	
Человек как открытая система	73,50±5,63	57,53±9,92	73	56,5	
Автономия	27,37±5,83	44,39±6,03	27	45,5	

Результаты пилотажного исследования показали, что студенты с высоким уровнем ПБ в равной степени отдают предпочтение двум типам преподавателей: «тьютор» и «фасилитатор», на каждый из которых приходилось по 40% их выбора. Напротив, студенты с низким уровнем ПБ в основном предпочитают педагога-«модератора», что составляет 35% от их выбора.

Наблюдаются различия в предпочтениях содержания обучения между успешными и неблагополучными обучающимися. Студенты с низким уровнем ПБ предпочитают формировать системные знания и изучать информацию по разделам образовательной программы, используя вариативные источники, включая как интернет-ресурсы, так и бумажные носители, что составляет 50% их выбора. Успешные студенты, разделяя аналогичные предпочтения (40% от их выбора), также подчеркивают важность обсуждения проблемного контекста материала и изучения различных точек зрения на образовательные вопросы, что составило по 40% их выбора.

Несмотря на эти различия, основная цель обучения в обеих группах одинакова:

студенты с высоким уровнем ПБ (60% вариантов) и низким ПБ (63%) предпочитают приобретать практические навыки и опыт в выбранной профессии, а не просто получать академические знания. Они считают формирование практических инструментов, необходимых для будущей профессии, более важным, чем конструктивный диалог с одногруппниками и преподавателями, обмен мнениями по проблемным академическим вопросам, участие в инновационных проектах, выстраивание собственных стратегий и тактик учебной и профессиональной деятельности.

Выводы

Выбор стратегий и предпочтений в процессе обучения отражает различные образовательные потребности обучающихся с разным уровнем ПБ. Студенты с высоким уровнем ПБ часто чувствуют себя более комфортно при автономном обучении и поэтому предпочитают преподавателей, которые поощряют самостоятельность и креативность. Студенты с низким уровнем ПБ склонны искать безопасность, понимание и эмоциональную поддержку, что заставляет их отдавать предпочтение преподавателям-

«модераторам», которые обеспечивают заботливую и менее требовательную среду обучения.

Различия в предпочтениях относительно содержания и целей образовательного процесса подчеркивают необходимость индивидуализированных обра-

зовательных стратегий, учитывающих уникальные потребности как успешных, так и неблагополучных учащихся. Понимание этих аспектов может помочь преподавателям создать более инклюзивную и благоприятную среду обучения.

Литература

- Персиянцева, С. В. (2024) Взаимосвязь личностного ресурса и психологического благополучия студентов. *Мир психологии*, № 1 (116), с. 214–216. DOI: 10.51944/20738528_2024_1_214
- Персиянцева, С. В., Артеменков, С. Л. (2024) Психологические факторы благополучия студентов в условиях обучения. *Актуальные проблемы психологического знания*, № 1 (66), с. 213–229. DOI: 10.51944/20738544_2024_1_213
- Ходякова, Н. В., Митин, А. И., Хухлаева, О. В. (2018) Проектирование личностно развивающих педагогических систем с учетом образовательных потребностей обучающихся и факторов социокультурной макросреды. *Психология и право*, т. 3, № 8, с. 240–253. DOI: 10.17759/psylaw.2018080317
- Chaudhry, S., Tandon, A., Shinde, S., Bhattacharya, A. (2024) Student psychological well-being in higher education: The role of internal team environment, institutional, friends and family support, and academic engagement. *PLoS ONE*, no. 59 (8), pp. 676–684. DOI: 10.1037/0003-066X.59.8.676
- Cohen, S. (2004) Social relationships and health. *American Psychologist*, vol. 59 (8), pp. 676–684. DOI: 10.1037/0003-066X.59.8.676
- Fredrickson, B. L. (2001) The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, vol. 56 (3), pp. 218–226. DOI: 10.1037/0003-066X.56.3.218
- Galad, A. E., Betts, D. H., Campbell, N. (2024) Flexible learning dimensions in higher education: Aligning students' and educators' perspectives for more inclusive practices. *Frontiers in Education*, vol. 9, pp. 441–447. DOI: 10.3389/educ.2024.1347432
- Hossain, S., O'Neill, S., Strnadová, I. (2023) What constitutes student well-being: A scoping review of students' perspectives. *Child Indicators Research*, vol. 16, pp. 447–483. DOI: 10.1007/s12187-022-09990-w
- Maccabelli, M. S., Vizquerra, M. I., Engel, A. (2023) Students' interests for personalized learning: an analysis guide. *European Journal of Psychology of Education*, vol. 38, pp. 1073–1109. DOI:10.1007/s10212-022-00656-3
- Muntean, L., Bochiş, L. N. (2023) Basic psychological needs and well-being of students in the post-pandemic. *European Proceedings of Educational Sciences*, vol. 5, pp. 615–623. DOI: 10.15405/epes.23045.63
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000) Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, vol. 55 (1), pp. 68–78. DOI: 10.1037//0003-066x.55.1.68
- Ryff, C. D. (2013) Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, vol. 83 (1), pp. 10–28. DOI: 10.1159/000353263
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. (1995) The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69 (4), pp. 719–727. DOI: 10.1037//0022-3514.69.4.719
- Ryff, C. D., Singer, B. (1996) Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, vol. 65 (1), pp. 14–23. DOI: 10.1159/000289026

References

- Chaudhry, S., Tandon, A., Shinde, S., Bhattacharya, A. (2024) Student psychological well-being in higher education: The role of internal team environment, institutional, friends and family support, and ac-

- ademic engagement. *PLoS ONE*, no. 59 (8), pp. 676–684. DOI: 10.1037/0003-066X.59.8.676 (In English)
- Cohen, S. (2004) Social relationships and health. *American Psychologist*, vol. 59 (8), pp. 676–684. DOI: 10.1037/0003-066X.59.8.676 (In English)
- Fredrickson, B. L. (2001) The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, vol. 56 (3), pp. 218–226. DOI: 10.1037/0003-066X.56.3.218(In English)
- Galad, A. E., Betts, D. H., Campbell, N. (2024) Flexible learning dimensions in higher education: Aligning students' and educators' perspectives for more inclusive practices. *Frontiers in Education*, vol. 9, pp. 441–447. DOI: 10.3389/educ.2024.1347432 (In English)
- Hossain, S., O'Neill, S., Strnadová, I. (2023) What constitutes student well-being: A scoping review of students' perspectives. *Child Indicators Research*, vol. 16, pp. 447–483. DOI: 10.1007/s12187-022-09990-w (In English)
- Khodyakova, N. V., Mitin, A. I., Khukhlaeva, O. V. (2018) Proektirovanie lichnostno razvivayushchikh pedagogicheskikh sistem s uchetom obrazovatel'nykh potrebnoy obuchayushchikhsya i faktorov sotsiokul'turnoj makrosredy [Design of personally developing pedagogical systems taking into account the educational needs of students and factors of the socio-cultural macroenvironment]. *Psikhologiya i pravo — Psychology and Law*, vol. 3, no. 8, pp. 240–253. DOI: 10.17759/psylaw.2018080317 (In Russian)
- Maccabelli, M. S., Vizquerra, M. I., Engel, A. (2023) Students' interests for personalized learning: an analysis guide. *European Journal of Psychology of Education*, vol. 38, pp. 1073–1109. DOI:10.1007/s10212-022-00656-3 (In English)
- Muntean, L., Bochiş, L. N. (2023) Basic psychological needs and well-being of students in the post-pandemic. *European Proceedings of Educational Sciences*, vol. 5, pp. 615–623. DOI:10.15405/epes.23045.63 (In English)
- Persiyantseva, S. V. (2024) Vzaimosvyaz' lichnostnogo resursa i psikhologicheskogo blagopoluchiya studentov [The relationship between personal resources and psychological well-being of students]. *Mir psikhologii — World of psychology*, no. 1 (116), pp. 214–216. DOI: 10.51944/20738528_2024_1_214 (In Russian)
- Persiyantseva, S. V., Artemenkov, S. L. (2024) Psikhologicheskie faktory blagopoluchiya studentov v usloviyakh obucheniya [Psychological factors of students' well-being in the learning environment]. *Aktual'nye problemy psikhologicheskogo znaniya — Actual problems of psychological knowledge*, no. 1 (66), pp. 213–229. DOI: 10.51944/20738544_2024_1_213 (In Russian)
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000) Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, vol. 55 (1), pp. 68–78. DOI: 10.1037//0003-066x.55.1.68 (In English)
- Ryff, C. D. (2013) Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, vol. 83 (1), pp. 10–28. DOI: 10.1159/000353263 (In English)
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. (1995) The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69 (4), pp. 719–727. DOI: 10.1037//0022-3514.69.4.719 (In English)
- Ryff, C. D., Singer, B. (1996) Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, vol. 65 (1), pp. 14–23. DOI: 10.1159/000289026 (In English)