

**С. А. Водяха**

**Ю. Е. Водяха**

*Уральский государственный педагогический университет*

Екатеринбург, Россия

## **Взаимосвязь волевых качеств личности с психологическим благополучием студентов**

Рассматривается проблема взаимосвязи волевых качеств и психологического благополучия студентов. Авторы анализируют различные подходы к исследованию указанной проблемы. Согласно полученным данным, наиболее авторитетной является пуританская теория, в соответствии с которой волевые качества и психологическое благополучие должны иметь отрицательные связи. Выявлено, что эвдемическое благополучие имеет положительные взаимосвязи с волевыми качествами, в то время как гедонистическое благополучие связано с ними отрицательно.

*Ключевые слова:* психологическое благополучие, волевые качества, пуританская гипотеза, личностные детерминанты, воля, студенты

**Sergey A. Vodyakha**

**Yuliya E. Vodyakha**

*Ural State Pedagogical University*

Yekaterinburg, Russia

## **Relationship of the Volitional Qualities with the Psychological Well-Being of Students**

The article deals with the problem of the relationship between volitional qualities and psychological well-being of students. The authors analyze various approaches to the study of the problem of the relationship between volitional qualities and indicators of psychological well-being. According to the analysis, the most authoritative is the puritan theory, according to which volitional qualities and psychological well-being must have negative connections. The authors found that eudemonic well-being has a positive

relationship with volitional qualities, while hedonistic well-being is negatively associated.

*Keywords:* psychological well-being, volitional qualities, puritanical hypothesis, personal determinants, will, students

*Введение.* Исходя из определения волевых черт как способности отказываться от немедленных импульсов и сосредоточиться на долгосрочных целях можно предположить, что жизнь людей с высокими волевыми качествами, возможно, не связана с психологическим благополучием, отсутствие гедонистических стремлений редко делает жизнь счастливой. Эта так называемая пуританская гипотеза, высказанная Р. Баумайстером и В. Хомманном, утверждает, что, успешно и часто проявляя самоконтроль, люди отказывают себе во многих краткосрочных радостях и удовольствиях, даже если они достигают долгосрочных целей [1], которые в конечном итоге могут принести одинаковую или большую выгоду. Подтверждая эту гипотезу, исследования показали, что люди с ярко выраженными чертами самоконтроля могут испытывать меньше мгновенных аффектов, подавленное выражение спонтанности и экстраверсии [2] и ограниченную эмоциональную интенсивность в повседневной жизни [3]. С другой стороны, можно возразить, что воля не связана с психологическим благополучием и не делает людей несчастными. Вполне возможно, что в долгосрочной перспективе достижение цели путем торможения импульсов и психологическое благополучие являются независимыми друг от друга явлениями. Это означало бы, что самоконтроль способствует достижению цели, подавляя искушения, которые противоречат долгосрочным целям, но не за счет немедленного положительного воздействия или общей оценки качества жизни. Хотя теоретически этот второй вариант был бы вероятен, но чаще всего большинство ученых придерживаются третьей концепции, допускающей возможность того, что волевые качества и благополучие связаны и что люди с высокими волевыми качествами проявляют более высокое психологическое благополучие. Несмотря на интуитивную привлекательность пуританской гипотезы, есть скудные эмпирически обоснованные доказательства последней идеи о том, что волевые качества связаны со здоровой, счастливой

и успешной жизнью. Действительно, люди с высокими волевыми качествами ведут более сбалансированный образ жизни и имеют больший контроль над ней, что является важным требованием для достижения психологического благополучия [4].

*Материалы и методы.* В исследовании приняли участие 167 студентов (средний возраст — 18,7 года ( $SD = .51$ )). Испытуемые являлись учащимися УрГПУ первого курса. Для диагностики волевых качеств использовалась методика «Опросник волевых качеств» М. В. Чумакова. Для диагностики психологического благополучия использовался опросник психологического благополучия С. А. Водяхи. Для обработки полученных результатов применялись методы математической статистики, в том числе подсчет данных описательной статистики, критерий линейной корреляции К. Пирсона.

*Результаты.* На основе полученных данных можно заключить, что наиболее высокое значение корреляций обнаруживает такое измерение психологического благополучия, как осмысленность жизни. Взаимосвязь между инициативностью и осмысленностью жизни равна 0,62,  $p < 0,01$ . Таким образом, студенты с выраженными лидерскими способностями и стремлением к изменениям более склонны находить смысложизненные ориентиры и способны находить новые источники смысла жизни. Взаимосвязь между внимательностью и осмысленностью жизни равна у них 0,507,  $p < 0,01$ . Осмысленность жизни связана с постоянным следованием целям, которым придается приоритетное значение, способствующее активности, соответствующей внутренним ценностям, приобретшим характер внутреннего смысла. Также предсказуемы тесные связи смысложизненных ориентаций с такими волевыми качествами, как ответственность ( $R_x = 0,42$ ) и решительность ( $R_x = 0,38$ ). Можно предположить, что устойчивость целеполагания и способность к самомобилизации ресурсов являются значимыми факторами формирования смысла жизни.

Косвенным подтверждением пуританской теории являются отрицательные корреляции положительных отношений с такими показателями, как настойчивость ( $R_x = -0,51$ ) и решительность ( $R_x = -0,35$ ). Эти результаты можно объяснить тем, что большинство членов выборки являются молодыми женщинами, ориентированны-

ми на традиционные гендерные роли. Поэтому излишняя решительность считается признаком, снижающим качество межличностных отношений и приводящим к конфликтам. Настойчивость также рассматривается молодыми женщинами в качестве проявления назойливости и ригидной позиции.

*Заключение.* На основании результатов исследования можно сделать следующие выводы:

- Эвдемоническое благополучие положительно связано с многими показателями волевых качеств.
- Гедонистическое благополучие отрицательно связано с большинством волевых качеств.
- Более всего связан с волевыми качествами такой показатель психологического благополучия, как смысловые ориентации.

#### **Библиографические ссылки**

1. Hofmann W., Baumeister R. F., Förster G., Vohs K. D. Everyday temptations : An experience sampling study of desire, conflict, and self-control // J. of Personality and Social Psychology. 2012. Vol. 102. P. 1318–1335.
2. Zabelina D. L., Robinson M. D., Anicha C. L. The psychological trade-offs of self-control: A multi-method investigation // Personality & Individual Differences. 2007. Vol. 43. P. 463–473.
3. Layton R. L., Muraven M. Self-control linked with restricted emotional extremes // Personality and Individual Differences. 2014. Vol. 58. P. 48–53.
4. Baumeister R. F., Alquist J. L. Is there a downside to good self-control? // Self and Identity. 2009. Vol. 8. P. 115–130.