

## Психологическое благополучие и социальная успешность личности в условиях современных вызовов: итоги международного форума

О. В. Бельтюкова<sup>1</sup>, Т. А. Втюрина<sup>2</sup>, Е. П. Кириллова<sup>3</sup>, Н. А. Низовских<sup>4</sup>

<sup>1</sup>кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры психологии,  
Вятский государственный университет. Россия, г. Киров. E-mail: usr19880@vyatsu.ru

<sup>2</sup>старший преподаватель кафедры психологии, Вятский государственный университет.  
Россия, г. Киров. E-mail: vttanja@gmail.com

<sup>3</sup>кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии,  
Вятский государственный университет. Россия, г. Киров. E-mail: ekaterina\_pk@mail.ru

<sup>4</sup>доктор психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии,  
Вятский государственный университет. Россия, г. Киров. E-mail: nina.nizovskikh@gmail.com

**Аннотация.** Статья раскрывает содержание работы международного форума «Психологическое благополучие и социальная успешность личности в условиях современных вызовов», состоявшегося 27 ноября 2021 г. в Вятском государственном университете. Вводная часть статьи нацелена на постановку проблемы психологического благополучия как вызова современности. Отмечается, что форум был организован как пространство международного взаимодействия представителей научного сообщества, преподавателей, специалистов, практикующих психологов с целью обсуждения актуальных теоретических проблем и презентации практик содействия психологическому благополучию и социальной успешности личности. Раскрывается содержание пленарных докладов, в которых рассматривались и обсуждались факторы психологического благополучия, вопросы субъектной активности как ресурса психологического благополучия, результаты исследования психологического благополучия студентов в период пандемии (на основе анализа больших данных), проблема цифровой зависимости как источника угроз психологическому благополучию личности. В статье представлены прошедшие в рамках форума открытые лекции, посвященные роли коллектива в обеспечении психологического благополучия, феномену саморазвития как пути психологического благополучия и социальных достижений личности, особенностям психологического сопровождения родителей детей с ограниченными возможностями, влиянию пандемии на психическое здоровье человека. Представляет интерес презентация мастер-классов форума, объединенных тремя тематическими треками: достижение «акме» в личностном развитии, в семейной сфере и в профессии. В заключительной части статьи подводятся итоги состоявшегося форума, определяются перспективы дальнейших исследований и развития психологических практик в области психологического благополучия и социальной успешности личности в условиях современных вызовов.

**Ключевые слова:** личность, психологическое благополучие, социальная успешность, счастье, большие данные, современные вызовы, студенты, население.

27 ноября 2021 г. в Вятском государственном университете состоялся международный форум «Психологическое благополучие и социальная успешность личности в условиях современных вызовов», организованный кафедрой психологии ВятГУ. Данный форум продолжил традиции, заложенные в 2020 г. [2], которые определяются необходимостью для психологического сообщества отвечать на вызовы<sup>1</sup> современности.

Проблемы благополучия и социальной успешности личности приобрели в настоящее время острую актуальность. Понятие «благополучие» тесно связано с такими понятиями, как здоровье, счастье, успешность, уровень жизни, качество жизни, благосостояние, удовлетворенность жизнью, удовлетворенность собой [1]. Психологическое благополучие связано с ос-

---

© Бельтюкова О. В., Втюрина Т. А., Кириллова Е. П., Низовских Н. А., 2021

<sup>1</sup> Понятие «вызов», вошедшее в научный оборот благодаря работам А. Тойнби, обозначает изменение условий жизни, и выступающее в качестве «задачи», требующей «ответа» культур, сообществ, людей [по: 4, с. 18].

новными человеческими ценностями и рассматривается как обобщенный показатель степени направленности человека на реализацию целей и личностный рост, управление средой и формирование доброжелательных отношений с окружающими, самопринятие и автономию [7, с. 96]. Сущностно психологическое благополучие трактуется, прежде всего, как субъективная реальность, наиболее полно находящая свое выражение в психологическом самочувствии и ценностном самоотношении личности [2, с. 74]. Концепции психологического и субъективного благополучия остаются актуальными для исследователей [5], особенно в части операционализации понятий и возможностей диагностики [6].

Обращение организаторов форума к проблеме психологического благополучия в контексте социальной успешности личности в значительной степени обусловлено проектом «Социальный успех», стартовавшим в рамках программы развития ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет» на 2021–2030 гг. Анонсируя данный проект на форуме, и. о. заведующего кафедрой психологии ВятГУ О. В. Бельтюкова подчеркнула значимость для психологического благополучия современного человека овладения психотехниками осознанности и осознанных выборов в различных жизненных ситуациях, а также психотехниками достижения успеха в личной, семейной и профессиональной сферах. Проект «Социальный успех» направлен на организацию просветительских практико-ориентированных сервисов для населения, чтобы, как подчеркнула О. В. Бельтюкова, «люди могли воспользоваться полезной информацией для организации самопомощи в трудных жизненных ситуациях и для развития в себе способности к переживанию и удержанию состояний радости и счастья в современных условиях». Треки проекта «Социальный успех» заложены в образовательные программы ВятГУ.

Целью форума, организованного как пространство международного и межрегионального взаимодействия представителей научного сообщества, преподавателей, специалистов, практиков, явилось обсуждение теоретических проблем и эффективных практик содействия достижению психологического благополучия и социальной успешности личности.

Социально значимая тема, разнообразие мероприятий программы, смешанный формат проведения форума позволили привлечь к участию в нем специалистов из 23 российских регионов и семи стран мира. География форума получилась достаточно обширной (Кировская область, Москва, Санкт-Петербург, Вологда, Новосибирск, Пенза, Пермь, Рязанская область, Архангельская область, Астраханская область, Башкортостан, Дагестан, Калининградская область, Республика Коми, Приморский край, Ростовская область, Самарская область, Смоленская область, Удмуртская Республика, Челябинская область, Ямало-Ненецкий автономный округ, Республика Крым, Республика Марий Эл, Беларусь, Израиль, Казахстан, Канада, Молдова, США, Таджикистан и другие). Количество участников, зарегистрировавшихся на форуме на платформе Leader-ID, составило более 730 человек. Форум проходил оффлайн в Точке кипения ВятГУ с соблюдением всех необходимых требований в связи с пандемией, трансляция форума в прямом эфире осуществлялась на YouTube-канале.

С приветственными словами к участникам форума обратились директор Педагогического института ВятГУ Г. И. Симонова, министр социального развития Кировской области О. Ю. Шулятьева, уполномоченный по правам ребенка в Кировской области В. В. Шабардин, которые подчеркнули исключительную значимость проблематики форума в современной социокультурной ситуации. В. В. Шабардин отметил, что в условиях вызовов текущего времени детям особенно нужна психологическая помощь, поскольку им приходится справляться с дополнительными психологическими нагрузками, в частности, связанными с ограничениями пандемии; острыми остаются проблемы буллинга, психологического дискомфорта в школьных коллективах, ощущается недостаток квалифицированных психологов в образовательных организациях.

Программа форума была представлена пленарным заседанием, открытыми лекциями и мастер-классами.

На пленарном заседании, которое модерировали Г. И. Симонова, директор Педагогического института ВятГУ, и Н. Н. Ершова, доцент кафедры психологии ВятГУ, обсуждались актуальные междисциплинарные проблемы психологического благополучия и социальной успешности личности.

Министр социального развития Кировской области О. Ю. Шулятьева в докладе «Субъектная активность как ресурс социального благополучия» представила реализуемые мероприятия и услуги, развивающие субъектную позицию пожилых людей. Спикер отметила, что в Кировской области каждый третий житель является пенсионером, и в этой ситуации необ-

ходимо формировать новые представления о старости. Пожилые люди не должны оставаться в одиночестве, их нужно вовлекать в активную жизнь. Министр рассказала участникам форума о том, какие конкретные меры принимаются в регионе для поддержания здоровья и активности пенсионеров.

В. И. Долгова, декан факультета психологии, профессор кафедры теоретической и прикладной психологии Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, представила доклад на тему «Актуальные проблемы формирования психологического благополучия человека». В числе факторов психологического благополучия личности докладчик выделила формирование профессиональных компетенций, развитие морально-этических и деловых качеств личности. Для достижения благополучия в настоящее время важно обладать гибкостью мышления, активностью, целенаправленностью, инициативностью, способностью к решительным действиям. Отклик слушателей вызвала формула благополучия, предложенная В. И. Долговой: «развивай свои способности, тем самым расширай свои возможности, и снижай свои потребности».

Е. В. Митягина, проректор по развитию на основе анализа данных ВятГУ, посвятила свой доклад теме «Психологическое благополучие студентов в период пандемии: анализ больших данных». С точки зрения докладчика, стрессы, ведущие к нарушению психологического благополучия студентов, являются одной из серьезных угроз качеству образования и требуют повышенного внимания со стороны руководства вузов. Спикер представила результаты масштабного исследования, проведенного сотрудниками кафедры социальной работы и молодежной политики ВятГУ по заказу Минобрнауки России. В данном исследовании, которое осуществлялось при поддержке Университетского консорциума исследователей больших данных, на основании анализа более чем 2 000 000 постов и комментариев студентов в соцсетях, были изучены многие вопросы, связанные со стрессом и психологическим благополучием студентов российских вузов. Работая с размещенными в Интернете данными, как подчеркнула Е. В. Митягина, следует обращать внимание не только на содержание постов, но и на комментарии к ним, поскольку именно в комментариях представлен широкий спектр «тематик и тональностей» исследуемых проблем. Цифровизация сформировала культуру доверия к отзывам, постам и комментариям в сети Интернет, поэтому путь работы с соцсетями – один из самых эффективных, если нам действительно важно знать, чем живет сегодняшняя молодежь. Исследование, представленное в докладе Е. В. Митягиной, показало, что переход к гибридным и дистанционным формам обучения не вызвал у студентов длительных негативных реакций; пик обсуждения данных тем пришелся на сентябрь-ноябрь 2020 г. В условиях пандемии из рассуждений студентов исчезают объекты, в прошлом вызывающие наибольший стресс (сессия, экзамен, зачет, домашние задания, шпаргалки), на их место приходят новые объекты, в числе которых: преподаватель, одноклассник, врач, администрация, общежитие, больница, риск заразиться, температура, вирус, корона, маска и другие. Анализ данных показал, что на поддержание психологического благополучия студентов в период пандемии влияют преподаватели, атмосфера в вузе, особенности образовательного процесса.

Проблему имиджа раскрыла в своем докладе С. Ш. Аязбекова, профессор Казахстанского филиала МГУ имени М. В. Ломоносова, вице-президент Академии художеств Республики Казахстан. Спикер акцентировала внимание участников форума на имидже как социально-психологическом явлении, подчеркнув его роль в формировании субкультуры вуза, личного бренда преподавателя и студента.

Тему цифровой зависимости как источника угроз психологическому благополучию представил в своем докладе В. П. Шейнов, профессор кафедры психологии и педагогического мастерства Республиканского института высшей школы (Республика Беларусь, г. Минск). В. П. Шейнов предложил вниманию участников форума результаты эмпирического исследования, которые свидетельствуют о том, что зависимость от смартфона отрицательно коррелирует с саморегуляцией, компетентностью, самообладанием и самоуважением личности, но имеет положительные связи с импульсивностью, нейротизмом, интернет-зависимостью, активностью в соцсетях, использованием смартфоном перед сном. Начатые исследования [8; 9; 10] имеют практическую значимость, их необходимо продолжить, объединяя усилия ученых из разных стран.

Гибридный формат работы создал возможность для проведения в рамках форума четырех открытых лекций и трех треков мастер-классов.

В ходе лекционной части форума были представлены темы:

- «Коллектив как социальная среда психологического благополучия личности» (профессор ЮУрГГПУ В. И. Долгова);
- «Саморазвитие как путь психологического благополучия и социальных достижений личности» (доцент кафедры психологии ВятГУ Н. А. Низовских);
- «Психологическое сопровождение родителей детей с ограниченными возможностями» (профессор Брестского госуниверситета им. А. С. Пушкина И. Е. Валитова);
- «Влияние пандемии Ковид-19 на психическое здоровье населения» (заведующий кафедрой психиатрии Кировского ГМУ М. В. Злоказова).

Мастер-классы форума были объединены в три трека, посвященные достижению акме в личностной, семейной и профессиональной сферах.

Трек «Дизайн души успешной личности» включал в себя следующие мастер-классы: «Счастье быть собой» (и. о. заведующего кафедрой психологии ВятГУ О. В. Бельтюкова); «"Время в объеме" как ресурс развития личности» (доцент кафедры психологии ВятГУ А. В. Горбушина представила трансформационную игру Л. Акимовой); «Техники экспоненциального коучинга» (доценты кафедры психологии ВятГУ Г. И. Корчагина и Е. П. Ивутина); «Психологическое благополучие личности будущих психологов» (заведующий кафедрой социальной и профессиональной психологии ГОУ «Худжандский государственный университет академика Бободжона Гафурова» Х. А. Зайтметов).

Трек «Экопсихология успешного человека», связанный с успешностью личности в семье, был представлен мастер-классами: «Счастливая мама – счастливый ребенок» (доцент кафедры педагогики ВятГУ Е. Л. Никитина); «Арт-технологии для работы с семейным опытом» (клинический психолог С. Н. Ведерникова, г. Санкт-Петербург); «Динамика партнерских отношений в семейной паре» (доцент кафедры психологии ВятГУ Е. В. Матвеева); «Супружеские отношения и родительская ответственность» (клинический психолог, руководитель клинико-психологической лаборатории ЧУЗ «Клиническая больница «РЖД-Медицина» г. Кирова» А. Е. Вотинцев); «Компас семейного счастья» (семейный психолог, руководитель Центра кризисной помощи «Два крыла» А. С. Скобелкин, г. Киров).

Трек «Акме профессионала» включал в себя мастер-классы: «Как справиться с тревогой и депрессией» (заведующая кафедрой психиатрии Кировского ГМУ М. В. Злоказова); «Эмоциональный интеллект как личностный ресурс становления профессионала» (доцент кафедры психологии ВятГУ Е. П. Кириллова); «Эффект олимпийских игр: цель-результат» (старший преподаватель кафедры психологии ВятГУ А. А. Шак); «Кинотерапия как ресурс для развития самосознания профессионала» (педагог-психолог МОАУ «Гимназия имени Александра Грина» Е. Д. Перешеина); «Путь к успеху» (психолог, игропрактик Т. А. Шумилова).

В ходе мастер-классов участники форума осваивали ресурсные психотехники для достижения и поддержания психологического благополучия, личного счастья, социального успеха и профессионального мастерства.

Форум, получивший от участников высокие оценки за его результативность, позволил не только обсудить существующее положение дел в области психологического благополучия и социальной успешности личности, но и дал возможность наметить перспективы развития научных исследований и психологических практик для ответа на современные вызовы.

### Список литературы

1. Белинская Е. П., Савинкина А. О. Социально-психологические проблемы здоровья // Человек Работаящий. Междисциплинарный подход в психологии здоровья. М. : Перо, 2018. С. 7–37.
2. Бельтюкова О. В. Психология в решении социально-демографических вызовов современности : итоги межрегионального форума / О. В. Бельтюкова, Т. А. Втюрина, Е. П. Кириллова, Н. А. Низовских // Вестник Вятского государственного университета. 2020. № 4. С. 142–147.
3. Берзин Б. Ю. Психологическое благополучие личности: к вопросу о сущности понятия / Б. Ю. Берзин // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2018. Т. 24. № 4 (180). С. 74–81.
4. Гришина Н. В. Социальная психология: вызовы XXI века : доклад на пленарном заседании // Вестник СПбГУ. Серия 16. 2011. Вып. 4. С. 18–24.
5. Орлова Д. Г. Психологическое и субъективное благополучие: определение, структура, исследования (обзор современных источников) // Вестник ПГГПУ. Серия 1: Психологические и педагогические науки. 2015. № 1. С. 28–36.
6. Орлова Д. Г. Оценка психометрического качества и модификация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф // Вестник Удмуртского университета. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2016. № 3. С. 53–62.

7. Шевеленкова Т. Д., Фесенко Т. П. Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95–121.

8. Шейнов В. П. Взаимосвязи зависимости от смартфона с психологическими и социально-психологическими характеристиками личности: обзор зарубежных исследований // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2021. № 1. С. 235–251.

9. Шейнов В. П. Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона» // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2021. Т. 6. № 1 (21). С. 97–115.

10. Шейнов В. П., Девыцын А. С. Личностные корреляты зависимости от смартфона женщин и мужчин // Психология человека в образовании. 2021. № 3. С. 313–328.

## Psychological well-being and social success of the individual in the context of modern challenges: results of the international forum

O. V. Beltyukova<sup>1</sup>, T. A. Vtyurina<sup>2</sup>, E. P. Kirillova<sup>3</sup>, N. A. Nizovskikh<sup>4</sup>

<sup>1</sup>PhD in Pedagogical Sciences, associate professor of the Department of Psychology, Vyatka State University. Russia, Kirov. E-mail: usr19880@vyatsu.ru

<sup>2</sup>senior lecturer of the Department of Psychology, Vyatka State University. Russia, Kirov. E-mail: vttanja@gmail.com

<sup>3</sup>PhD in Psychological Sciences, associate professor of the Department of Psychology, Vyatka State University. Russia, Kirov. E-mail: ekaterina\_pk@mail.ru

<sup>4</sup>Doctor of Psychological Sciences, associate professor of the Department of Psychology, Vyatka State University. Russia, Kirov. E-mail: nina.nizovskikh@gmail.com

**Abstract.** The article reveals the content of the work of the international forum "Psychological well-being and social success of the individual in the conditions of modern challenges", held on November 27, 2021 at Vyatka State University. The introductory part of the article is aimed at posing the problem of psychological well-being as a challenge to modernity. It is noted that the forum was organized as a space for international interaction of representatives of the scientific community, teachers, specialists, practicing psychologists in order to discuss topical theoretical problems and present practices for promoting psychological well-being and social success of the individual. The content of the plenary reports is revealed, in which the factors of psychological well-being were considered and discussed, the issues of subjective activity as a resource of psychological well-being, the results of the study of the psychological well-being of students during the pandemic (based on the analysis of big data), the problem of digital addiction as a source of threats to the psychological well-being of the individual. The article presents open lectures held within the framework of the forum on the role of the collective in ensuring psychological well-being, the phenomenon of self-development as a way of psychological well-being and social achievements of the individual, the peculiarities of psychological support for parents of children with disabilities, the impact of the pandemic on human mental health. Of interest is the presentation of the forum's master classes, united by three thematic tracks: the achievement of "acme" in personal development, in the family sphere and in the profession. The final part of the article summarizes the results of the forum, determines the prospects for further research and development of psychological practices in the field of psychological well-being and social success of the individual in the context of modern challenges.

**Keywords:** personality, psychological well-being, social success, happiness, big data, modern challenges, students, population.

### References

1. Belinskaya E. P., Savinkina A. O. *Social'no-psihologicheskie problemy zdorov'ya* [Socio-psychological problems of health] // *Chelovek Rabotayushchij. Mezhdisciplinarnyj podhod v psihologii zdorov'ya* – Man Working. Interdisciplinary approach in health psychology. M. Pero (Stylus). 2018. Pp. 7–37.

2. Bel'tyukova O. V. *Psihologiya v reshenii social'no-demograficheskikh vyzovov sovremennosti : itogi mezhregional'nogo foruma* [Psychology in solving socio-demographic challenges of our time: results of the interregional forum] / O. V. Beltyukova, T. A. Vtyurina, E. P. Kirillova, N. A. Nizovskikh // *Vestnik Vyatskogo gosudarstvennogo universiteta* – Herald of Vyatka State University. 2020. No. 4. Pp. 142–147.

3. Berzin B. Yu. *Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti: k voprosu o sushchnosti ponyatiya* [Psychological well-being of personality: on the question of the essence of the concept] / B. Yu. Berzin // *Izvestiya Ural'skogo federal'nogo universiteta. Seriya 1: Problemy obrazovaniya, nauki i kul'tury* – News of Ural Federal University. Series 1: Problems of education, science and culture. 2018. Vol. 24. No. 4 (180). Pp. 74–81.

4. Grishina N. V. *Social'naya psihologiya: vyzovy XXI veka : doklad na plenarnom zasedanii* [Social psychology: Challenges of the XXI century : report at the plenary session] // *Vestnik SPbGU* – Herald of St. Petersburg State University. Series 16. 2011. Is. 4. Pp. 18–24.

5. Orlova D. G. *Psichologicheskoe i sub"ektivnoe blagopoluchie: opredelenie, struktura, issledovaniya (obzor sovremennyh istochnikov)* [Psychological and subjective well-being: definition, structure, research (review of modern sources)] // *Vestnik PGGPU. Seriya 1: Psichologicheskie i pedagogicheskie nauki* – Herald of the PGGPU. Series 1: Psychological and pedagogical sciences. 2015. No. 1. Pp. 28–36.

6. Orlova D. G. *Ocenka psichometricheskogo kachestva i modifikaciya oprosnika "Shkaly psichologicheskogo blagopoluchiya" K. Riff* [Assessment of psychometric quality and modification of the questionnaire "Scales of psychological well-being" K. Riff] // *Vestnik Udmurtskogo universiteta. Seriya: Filosofiya. Psichologiya. Pedagogika* – Herald of the Udmurt University. Series: Philosophy. Psychology. Pedagogy. 2016. No. 3. Pp. 53–62.

7. Shevelenkova T. D., Fesenko T. P. *Psichologicheskoe blagopoluchie lichnosti* [Psychological well-being of the individual] // *Psichologicheskaya diagnostika* – Psychological diagnostics. 2005. No. 3. Pp. 95–121.

8. Shejnov V. P. *Vzaimosvyazi zavisimosti ot smartfona s psichologicheskimi i social'no-psichologicheskimi harakteristikami lichnosti: obzor zarubezhnyh issledovanij* [Interrelations of smartphone addiction with psychological and socio-psychological characteristics of personality: a review of foreign studies] // *Vestnik RUDN. Seriya: Psichologiya i pedagogika* – Herald of the RUDN. Series: Psychology and Pedagogy. 2021. No. 1. Pp. 235–251.

9. Shejnov V. P. *Korotkaya versiya oprosnika "Shkala zavisimosti ot smartfona"* [Short version of the questionnaire "Smartphone addiction scale"] // *Institut psichologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaya psichologiya i psichologiya truda* – Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational psychology and labor psychology. 2021. Vol. 6. No. 1 (21). Pp. 97–115.

10. Shejnov V. P., Devicyn A. S. *Lichnostnye korrelyaty zavisimosti ot smartfona zhenshchin i muzhchin* [Personal correlates of dependence on the smartphone of women and men] // *Psichologiya cheloveka v obrazovanii* – Human psychology in education. 2021. No. 3. Pp. 313–328.