

Светлана Александровна Русина

Алтайский государственный педагогический университет, г. Барнаул, Россия, d-u-sha@mail.ru

САМОПРЕДЪЯВЛЕНИЕ СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Аннотация. Психологическое благополучие студентов — ключевой аспект их общего развития и успешной социальной адаптации. В статье особое внимание уделяется определению того, какие стратегии более тесно связаны с уровнем психологического благополучия. Результаты показали, что наибольшую чувствительность к состоянию психологического благополучия проявляют такие стратегии, как «Самопродвижение», «Демонстрация слабости» и «Отслеживание впечатления». Описаны уникальные профили стратегий самопредъявления для групп студентов с высоким, средним и низким уровнем психологического благополучия.

Ключевые слова: самопрезентация; самопредъявление стратегии; тактики; студенты; психологическое благополучие; профессиональная компетентность.

Svetlana A. Rusina

Altai State Pedagogical University, Barnaul, Russia, d-u-sha@mail.ru

SELF-PRESENTATION OF STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Abstract. Psychological well-being is a key factor in students' overall development and successful social adaptation. This study aimed to identify the self-presentation strategies most closely associated with different levels of psychological well-being. The findings showed that the strongest associations with psychological well-being were observed for the strategies of "Self-promotion", "Demonstrating Weakness", and "Tracking Impressions". Distinct profiles of self-presentation strategies were identified for students with high, moderate, and low levels of psychological well-being.

Keywords: self-presentation; self-presentation strategies; tactics; students; psychological well-being; professional competence.

В условиях стремительной трансформации социальной структуры и ценностных ориентиров современное общество предъявляет к молодежи повышенные требования как в контексте личностного становления, так и профессиональной самореализации. Студенты, находясь на пересечении этих двух процессов, сталкиваются с необходимостью не только адаптироваться к вызовам современности, но и преодолевать специфические трудности, обусловленные их возрастом и социальным статусом. К ним относятся сепарация от родителей, вхождение в трудовую деятельность и ее совмещение с учебным процессом, формирование романтических отношений, стратегическое планирование жизненного пути, а также освоение новых технологий, активно внедряемых в образовательный процесс. В качестве важных ресурсов, противодействующих повседневному стрессу, ученые выделяют психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью и компетентность в самопредъявлении, позволяющую будущим специалистам эффективно позиционировать себя в учебной и профессиональной среде [1].

Изучение научной литературы позволило определить широкий спектр направлений исследований, связанных с психологическим благополучием. Авторы Р. Райан и Э. Деси предложили рассматривать этот феномен через два основных подхода: гедонистический и эвдемонический. Гедонисти-

ческий подход к психологическому благополучию (Н. Брэдберн, Э. Динер, М. Аргайл и др.) фокусируется на аффективных переживаниях, таких как «удовлетворенность – неудовлетворенность» и «удовольствие – неудовольствие». Он строится на балансе между положительными и отрицательными эмоциями. Центральным конструктом гедонистической парадигмы выступает «субъективное благополучие» – двухмерное образование, включающее как когнитивный компонент (оценка жизни), так и аффективный (баланс эмоций). Эвдемонический подход (работы Л. Маслоу, Р. Мэя, В. Франкла) строится на иных основаниях. Психологическое благополучие здесь производно от полноты самореализации и развития уникальности индивида. Характерно, что в данной системе отсчета негативные события и дискомфортные переживания не являются препятствием на пути к благополучию. Напротив, переосмысленные как источник личностного роста, они способны укреплять жизненные цели, наполнять существование смыслом и развивать эмпатию. Одним из центральных элементов эвдемонического подхода является понятие смысла жизни [2]. Данные международных исследований показывают, что его недостаток, учитывая социально-демографические характеристики, образ жизни, медицинское состояние и уровень удовлетворенности, положительно связан с показателями смертности [3].

В науке сложились различные трактовки содержания психологического благополучия. Часть исследователей (К. Рифф, Н. Брэдберн, Р. М. Шамионов) определяют его через призму самоотношения или рефлексии собственной жизни. Другие авторы (Л. В. Куликов, П. П. Фесенко, Т. Д. Шевеленкова) делают акцент на категории «переживание». Третий подход, реализованный в трудах С. А. Водяхи и А. В. Ворониной, рассматривает благополучие как интегральное качество личности.

Значительное место в современных изысканиях отводится изучению взаимовлияния компонентов психологического благополучия и их обусловленности комплексом внешних и внутренних факторов. Эмпирически установлены связи данного конструкта с такими объективными параметрами, как физическое и психосоматическое здоровье (А. В. Воронина, Э. Деси, Р. Райан), генетическая предрасположенность (М. Аргайл), социально-демографические характеристики, включая уровень дохода, образование и статус (Н. Брэдберн, Э. Динер, М. Райан), а также возраст, пол и культурная среда (М. Аргайл, К. Рифф, М. Линч и др.). Кроме того, выявлен ряд психологических предикторов, способствующих достижению высокого уровня благополучия: сбалансированная суверенность психологического пространства (Е. Н. Панина), высокая оценка значимости мира и своих возможностей (А. А. Кроник), удовлетворенность фундаментальных психологических потребностей (Э. Деси, Р. Райан), реальные отношения с миром (Д. А. Леонтьев) и самоэффективность (А. Бандура).

Настоящее исследование опирается на теоретическую модель, предложенную Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко. В рамках этой модели психологическое благополучие (ПБ) трактуется как интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими). Субъективным маркером данного процесса служит ощущение счастья и удовлетворенности собой и жизнью. Принимая этот подход, мы рассматриваем психологическое благополучие как многоуровневый феномен с шестикомпонентной структурой [4].

Термин «самопрезентация» (англ. self-presentation) получает в современной науке множество различных толкований, охватывая такие смысловые оттенки, как самопредставление, собственно самопрезентация и самопредъявление. В данной работе мы используем последнее из этих понятий.

К изучению данного феномена обращались многие ученые: среди отечественных психологов следует назвать Н. В. Амигу, Ю. А. Гоцеву, Ю. М. Жукова, Ю. П. Кошелеву, В. Н. Куницыну, О. А. Пикулеву, Л. Б. Филонова, Е. А. Петрову, И. П. Шкуратову; за рубежом значительный вклад внесли Р. Викланд, Г. Глейтман, И. Гофман, Е. Джонс, Р. Лири, М. Ковальски, Ч. Кули, Дж. Мид, Т. Питтман, Б. Шленкер.

В обобщенном виде позиция зарубежных авторов сводится к тому, что самопредъявление выполняет несколько ключевых функций. Во-первых, оно выступает как самораскрытие в процессе общения, осуществляемое через демонстрацию собственных взглядов, жизненных ориентиров и черт характера. Во-вторых, служит инструментом формирования образа «Я» и адекватной самооценки. В-третьих, представляет собой поведение, направленное на реализацию мотивации достижения либо уклонения от неудач; поведение, направленное на достижение определенного вида власти. Важно подчеркнуть, что самопредъявление может протекать как осознанно, так и неосознанно. В любом случае личность активно управляет этим процессом, ориентируясь как на внешнюю обратную связь, так и на собственные внутренние состояния, чтобы создать у окружающих желаемое впечатление.

В работах отечественных психологов самопредъявление преимущественно исследуется в контексте межличностного общения, где оно рассматривается как неотъемлемый компонент коммуникативного процесса. Так, Н. В. Амига, опираясь на зарубежные исследования, провела разграничение между понятиями «самораскрытие» и «самопредъявление», выделив два критерия: специфику содержания и специфику цели передаваемой информации. Под самопредъявлением автор понимает сознательную и управляемую трансляцию собеседнику определенных сведений о себе [5]. В свою очередь, О. А. Пикулева отмечает, что термины «самопрезентация», «самопредъявление» и «самоподача» характеризуют внешние проявления «Я» и могут использоваться как синонимичные [6, с. 4]. Понятия «самопрезентация» и «самопредъявление» в рамках данной статьи трактуются как идентичные по значению.

И. П. Шкуратова определяет самопредъявление как совокупность всех действий индивида, направленных на формирование определенного образа в представлении аудитории, в роли которой может выступать как один человек, так и группа [7, с. 8]. Стратегия самопредъявления, согласно ее подходу, представляет собой систему разделенных во времени и пространстве поведенческих актов,

ориентированных на создание желаемого образа в глазах окружающих. Тактика же является конкретным приемом, посредством которого реализуется избранная стратегия [7, с. 57]. Для построения эффективных коммуникаций, успешного взаимодействия в социально значимых контекстах и грамотного самопродвижения студенты должны уметь целенаправленно презентовать себя, производить желаемое впечатление и ориентироваться в многообразии поведенческих моделей, то есть обладать развитым навыком самопредъявления.

Анализ научной литературы последних лет показывает, что исследователями уже изучены связь поведенческих стратегий с возрастными особенностями, модель самопредъявления личности, специфика самопредставления юношей и девушек с различным уровнем самопредъявления, а также особенности выбора стратегий студентами заочной и ускоренной форм обучения (Е. В. Ахмадеева, Л. Г. Дмитриева, С. А. Башкатов) [8; 9]. Однако взаимосвязь ПБ и стратегий самопредъявления студентов до сих пор остается недостаточно изученной.

В рамках исследования ставилась цель: выявить и охарактеризовать статистически значимые различия в применяемых студентами стратегиях самопредъявления в зависимости от уровня их психологического благополучия.

Психологическое благополучие и его структурные компоненты (самопринятие, автономия, способность управлять средой, личностный рост, позитивные межличностные отношения, наличие жизненных ориентиров) измерялись с помощью методики «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф (в адаптации Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко).

Изучение стилей самопредъявления проводилось с использованием опросника «Стратегии самопредъявления» И. П. Шкуратовой, который базируется на типологии Э. Джонса и Т. Питтмана. Опросник включает семь шкал: стремление понравиться (или инграция), самопродвижение, примерность, запугивание, самоуничтожение (демонстрация слабости), отслеживание реакций собеседника и вариативность поведения. Первые пять из них воспроизводят исходную классификацию Э. Джонса и Т. Питтмана. Шестая шкала предназначена для оценки того, насколько человек склонен контролировать впечатление, которое он производит: предполагается, что чем сильнее эта потребность, тем тщательнее он отслеживает и корректирует как свое поведение, так и обратную связь окружающих. Седьмая шкала фиксирует способность к гибкой смене поведенческих ролей в разных контекстах общения [7, с. 115–116].

В связи с отклонением распределения исследуемых признаков от нормального (установлено по критерию Колмогорова – Смирнова) для статистической обработки данных применялись методы: Н-критерий Краскела – Уоллиса и апостериорный критерий Данна с поправкой Бонферрони на множественные сравнения. Данные, собранные в ходе исследования, были обработаны в программе IBM SPSS Statistics версии 20. В исследовательскую выборку вошли 227 студентов (180 девушек и 47 юношей) Алтайского государственного педагогического университета в возрасте от 19 до 20 лет.

Результаты методики «Шкалы психологического благополучия» (Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко) представлены на рис. 1.

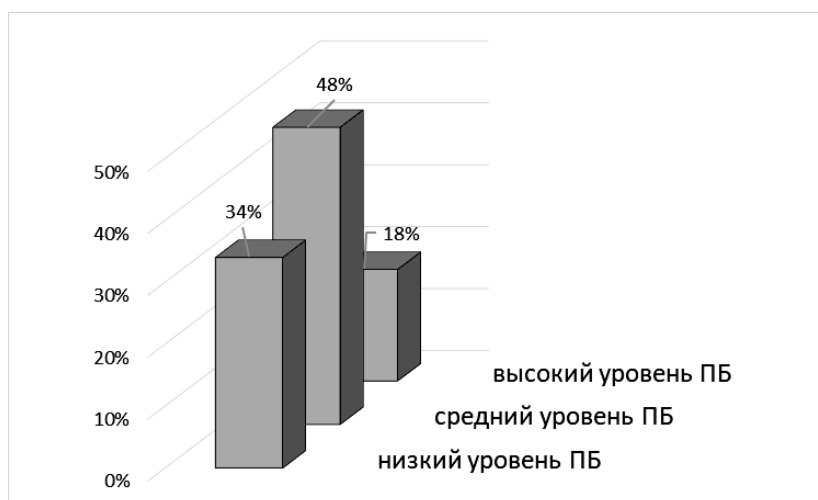


Рис. 1. Психологическое благополучие студентов (Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко), %

Исходя из результатов диагностики ПБ, представленных на рисунке 1, почти половина студентов (48 % респондентов) имеет средние показатели выраженности ПБ, у 34 % респондентов установлен низкий уровень благополучия, а у 18 % – высокий. Каждый из этих уровней отражает степень позитивного функционирования личности студента и его удовлетворенности собой и собственной жизнью. Согласно логике авторов методики, показатель выраженности ПБ трактуется как «интегральный показатель степени направленности 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 счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью» [4].

Далее, на рис. 2 представлены уникальные профили выраженности стратегий самопредъявления студентов с разным уровнем психологического благополучия.

Мы рассматриваем следующие стратегии: 1 – стремление понравиться, 2 – самопродвижение, 3 – примерность, 4 – запугивание, 5 – демонстрация слабости, 6 – отслеживание впечатления, 7 – вариативность поведения.

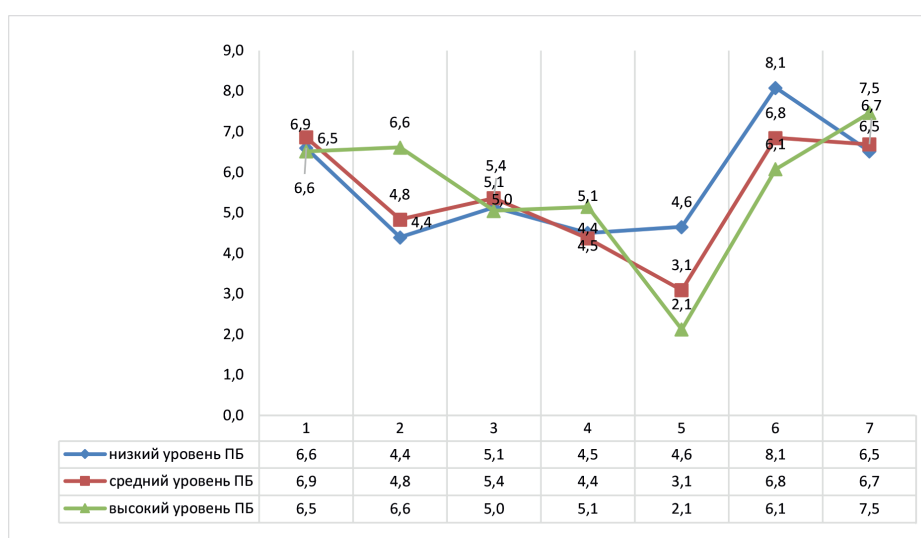


Рис. 2. Средние арифметические значения выраженности стратегий самопредъявления студентов с разным уровнем психологического благополучия

Для выявления различий между тремя группами студентов (с низким, средним и высоким уровнем психологического благополучия) по всем стратегиям самопредъявления использовался критерий Краскела – Уоллиса. Было выявлено, что наиболее чувствительными стратегиями к изменению уровня психологического благополучия являются «Самопродвижение» ($p < 0,001$), «Демонстрация слабости» ($p < 0,001$), «Отслеживание впечатления» ($p = 0,001$). По этим шкалам был проведен дальнейший попарный анализ для выявления групп, между которыми существуют различия.

Наиболее выраженный эффект среди всех шкал показала шкала «Демонстрация слабости» ($H = 48,655$; $p < 0,001$). Группы значимо различаются по частоте использования стратегии самоуничтожения в зависимости от общего показателя психологического благополучия. Различия по шкале «Самопродвижение» ($H = 25,800$; $p < 0,001$)

могут означать, что уровень психологического благополучия по-разному обуславливает склонность студентов демонстрировать собственные достижения и компетентность. Значимые различия по шкале «Отслеживание впечатления» ($H = 13,601$; $p = 0,001$) указывают на то, что уровень ПБ связан с развитием социальной рефлексии и контроля над собственным поведением в общении. По шкале «Вариативность поведения» выявлена тенденция к статистической значимости ($H = 5,405$; $p = 0,067$). Статистически значимых различий между группами не обнаружено по шкалам «Стремление понравиться» ($H = 1,158$; $p = 0,560$), «Примерность» ($H = 0,376$; $p = 0,829$) и «Запугивание» ($H = 1,332$; $p = 0,514$).

После обнаружения значимых различий с помощью H -критерия Краскела – Уоллиса были проведены попарные сравнения групп с использованием критерия Данна (Dunn's test) (см. табл.).

**Результаты попарного сравнения групп с разным уровнем ПБ по стратегиям самопредъявления
(критерий Данна с поправкой Бонферрони)**

Стратегия	Сравнение	Статистика критерия	Стд. ошибка	Z	p	p (скорр.)
Самопродвижение	Гр. № 3 – Гр. № 2	-8,748	9,691	-0,903	0,367	1,000
	Гр. № 3 – Гр. № 1	-61,266	12,585	-4,868	< 0,001	< 0,001
	Гр. № 2 – Гр. № 1	-52,518	11,926	-4,404	< 0,001	< 0,001
Демонстрация слабости	Гр. № 1 – Гр. № 3	78,854	12,563	6,277	< 0,001	< 0,001
	Гр. № 2 – Гр. № 3	53,669	9,674	5,548	< 0,001	< 0,001
	Гр. № 1 – Гр. № 2	25,186	11,905	2,115	0,034	0,103
Отслеживание впечатления	Гр. № 1 – Гр. № 2	12,036	11,955	1,007	0,314	0,942
	Гр. № 1 – Гр. № 3	41,204	12,616	3,266	0,001	0,003
	Гр. № 2 – Гр. № 3	29,168	9,715	3,003	0,003	0,008

Примечание. Группа № 1 – студенты с высоким уровнем ПБ; группа № 2 – студенты со средним уровнем ПБ; группа № 3 – студенты с низким уровнем ПБ; Статистика критерия – разность средних рангов между сравниваемыми группами; Стд. ошибка – стандартная ошибка разности рангов; Z – стандартизованное значение критерия; p – исходный уровень значимости; p (скорр.) – уровень значимости с поправкой Бонферрони. Значимые различия (p (скорр.) < 0,05).

По шкале «Самопродвижение» студенты с высоким уровнем ПБ (6,6) статистически значимо превосходят студентов с низким (4,4; $Z = -4,868$; $p(\text{скорр.}) < 0,001$) и средним (4,8; $Z = -4,404$; $p(\text{скорр.}) < 0,001$) уровнем ПБ по частоте использования данной стратегии. В то же время различия между группами со средним и низким уровнем ПБ оказались статистически незначимыми ($Z = -0,903$; $p(\text{скорр.}) = 1,000$). Таким образом, только высокий уровень психологического благополучия сопряжен с активным использованием самопродвижения как адаптивной стратегии самопредъявления, тогда как средний и низкий уровень ПБ характеризуются одинаково низкой склонностью к демонстрации собственных достижений и компетентности. Предположительно, это объясняется тем, что высокий уровень ПБ связан с устойчивой позитивной самооценкой, уверенностью в своих силах и низким уровнем тревожности, что определяет внутреннюю готовность открыто демонстрировать окружающим свои достижения и компетентность. Формирование такой позиции зависит от многих факторов, в том числе от иерархии ценностей и жизненных смыслов, закладываемых еще в старшем школьном возрасте – перед поступлением в вуз [9]. Однако, как отмечает Т. О. Бородовицына, существует связь ПБ с успешностью адаптации. У студентов-первокурсников более низкий уровень ПБ, что проявляется в критичном самовосприятии и неустойчивой самооценке [10]. Это согласуется с нашими результатами: студенты с низким и средним уровнем ПБ чаще испытывают неуверенность в себе, страх негативной оценки или сомневаются в ценности собственных успехов,

что снижает их склонность к самопродвижению. В исследовании Е. В. Ахмадеевой, С. А. Башкатова также показано, что уверенность в себе коррелирует с самопродвижением [11].

По шкале «Демонстрация слабости» выявлено следующее. Студенты с низким уровнем ПБ (4,6) значимо чаще используют стратегию самоуничтожения по сравнению со студентами с высоким (2,1; $Z = 6,277$; $p(\text{скорр.}) < 0,001$) и средним (3,1; $Z = 5,548$; $p(\text{скорр.}) < 0,001$) уровнем ПБ. Различия между группами с высоким и средним уровнем ПБ не достигли статистической значимости ($Z = 2,115$; $p(\text{скорр.}) = 0,103$). Можно предположить, что студенты с высоким уровнем ПБ в меньшей степени склонны к самоуничтожению, поскольку позитивное самовосприятие и устойчивая самооценка снижают потребность в защитной демонстрации слабости или уклонении от ответственности, в то время как снижение уровня ПБ провоцирует поиск оправданий через демонстрацию собственной несостоятельности. Также можно отметить, что низкий уровень ПБ приводит к фрустрации и ощущению беспомощности в многочисленных ситуациях обучения и студенческой жизни, связанных с принятием ответственности и переживанием стрессовых состояний, что напрямую активирует защитные механизмы (демонстрация слабости). Ряд отечественных исследований последних лет подтверждают это предположение. Так, М. Р. Хачатурова и др. [12] показали, что студенты с низким уровнем субъективного благополучия чаще демонстрируют избегающие стратегии совладания в трудных жизненных ситуациях, в отличие от более благополуч-

ных сверстников, которые активнее обращаются за институциональной поддержкой. В исследовании, проведенном в МГТУ им. Н. Э. Баумана, также выявлено, что у студентов с признаками психологической дезадаптации отмечаются неуверенность в своих силах, неадекватные реакции обвинения окружающих в своих проблемах и снижение значимости учебной деятельности [13].

По шкале «Отслеживание впечатления» можем сказать, что студенты с низким уровнем ПБ (8,1) демонстрируют наиболее высокие показатели по отслеживанию впечатления по сравнению со студентами с высоким (6,1; $Z = 3,266$; $p(\text{скорр.}) = 0,003$) и средним (6,8; $Z = 3,003$; $p(\text{скорр.}) = 0,008$) уровнем ПБ. Различия между группами с высоким и средним уровнем ПБ не значимы ($Z = 1,007$; $p(\text{скорр.}) = 0,942$). Можно предположить, что снижение психологического благополучия сопровождается ростом тревожности и неуверенности, что провоцирует выраженную ориентацию на внешнюю оценку. Предположительно, такие студенты постоянно отслеживают реакцию окружающих, пытаясь за счет этого компенсировать дефицит самопринятия и получить социальное одобрение. В отличие от них, студенты с высоким уровнем ПБ, обладая внутренней опорой и автономией, в меньшей степени нуждаются в мониторинге чужого мнения. Вывод находит содержательное подтверждение в ряде отечественных исследований, изучающих взаимосвязь психологического благополучия с социальным сравнением и регуляцией эмоций. По мнению Г. Д. Таранкова и др. [14], частое обращение к социальным сравнениям и эмоциональное отношение к ним связаны со сниженным психологическим благополучием у студентов. Авторы установили, что склонность к социальному сравнению наиболее выражена именно при низком уровне психологического благополучия. Важно отметить, что, согласно модели К. Риффа, студенты с высоким ПБ имеют высокие показатели «автономии» (самодетерминация, независимость суждений) и «самопринятия» (позитивная самооценка без оглядки на внешние стандарты). Именно эти компоненты позволяют им избыточно не опираться на реакцию окружающих [4]. Интересно мнение и о том, что студенты с низким ПБ пытаются компенсировать дефицит этих компонентов через гипертрофированное отслеживание внешнего одобрения, однако эта стратегия является неэффективной и лишь закрепляет низкий уровень благополучия [14; 15].

Таким образом, в нашем исследовании были выявлены и описаны статистически значимые

различия в стратегиях самопредъявления между студентами с разным уровнем психологического благополучия. Доказаны статистически значимые различия по трем ключевым стратегиям: «Самопродвижение», «Демонстрация слабости» и «Отслеживание впечатления».

Описаны уникальные профили стратегий самопредъявления для групп с разным уровнем ПБ. Высокий уровень ПБ связан с активным использованием самопродвижения и низкой склонностью к самоуничтожению. Средний уровень ПБ достаточен для отказа от дезадаптивной стратегии демонстрации слабости и формирования умеренной способности к отслеживанию впечатления, однако не обеспечивает высокую склонность к самопродвижению. Низкий уровень ПБ, напротив, сопряжен с дезадаптивным паттерном: высокой склонностью к самоуничтожению и гипертрофированной ориентацией на внешнюю оценку при низкой способности к конструктивному самопродвижению. Показано, что средний уровень ПБ достаточен для отказа от дезадаптивных стратегий (самоуничтожение), но не обеспечивает высокую склонность к адаптивному самопродвижению, что позволяет более тонко дифференцировать психолого-педагогические мишени. Полученные результаты свидетельствуют о том, что психологическое благополучие выступает значимым ресурсом, определяющим выбор адаптивных стратегий самопредъявления.

Результаты исследования могут быть использованы в практике психологического сопровождения студентов высших учебных заведений, в частности для разработки программ (как очной, так и цифровой версии) развития коммуникативной и самопрезентационной компетентности с учетом уровня психологического благополучия обучающихся, для выявления групп риска по поведенческим особенностям (высокая демонстрация слабости, гипертрофированное отслеживание впечатления, низкое самопродвижение), для информирования кураторов и преподавателей о выявленных маркерах психологического (не)благополучия студентов.

Перспективными направлениями исследований данной тематики могут быть кросс-культурные исследования – сравнение полученных закономерностей на выборках студентов из разных регионов России и зарубежья; выявление адаптивных и дезадаптивных стратегий самопредъявления на разных этапах обучения и соотнесение их с защитными механизмами в стрессовых ситуациях, изучение влияния онлайн-среды на стратегии самопредъявления личности.

Список источников

1. Роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в восприятии повседневных стрессоров / Л. А. Головей, М. Д. Петраш, О. Ю. Стрижицкая [и др.] // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26, № 4. С. 8–26.
2. Deci E. L., Ryan R. M. Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction // Journal of Happiness Studies. 2008. Vol. 9, iss. 1. P. 1–11.
3. Becchetti L., Bachelet M., Pisani F. Poor eudaimonic subjective wellbeing as a mortality risk factor // Economia Politica. 2019. Vol. 36, iss. 1. P. 245–272.
4. Шевеленкова Т. Д., Фесенко П. П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95–129.
5. Амяга Н. В. Самораскрытие и самопредъявление личности в общении // Личность. Общение. Групповые процессы: сборник обзоров. М., 1991. С. 37–75.
6. Пикулева О. А. Социальная психология самопрезентации личности: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.05. СПб., 2014. 426 с.
7. Шкуратова И. П. Самопредъявление личности в общении: монография. Ростов н/Д.: Изд-во ЮФУ, 2009. 192 с.
8. Леоненко Н. О. Особенности самопредъявления студентов с разным уровнем психологического благополучия // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2011. № 11.
9. Гребенникова Н. В. Ценностно-смысловой компонент психолого-педагогической культуры личности старшеклассников // Russian Journal of Education and Psychology. 2023. Т. 14, № 6. С. 359–372. DOI 10.12731/2658-4034-2023-14-6-359-372.
10. Бородовицына Т. О. Особенности психологического благополучия студентов различных профилей подготовки // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-psihologicheskogo-blagopoluchiya-studentov-razlichnyh-profiley-podgotovki> (дата обращения: 07.05.2026).
11. Ахмадеева Е. В., Башкатов С. А. Стратегии и тактики самопредъявления как факторы межличностного взаимодействия // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2022. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/strategii-i-taktiki-samopredyavleniya-kak-factory-mezhlichnostnogo-vzaimodeystviya> (дата обращения: 07.05.2026).
12. Хачатурова М. Р., Ерофеева В. Г., Бардадымов В. А. Практики самопомощи студентов в период «становящейся взрослости» в контексте COVID-19 и их связь с субъективным благополучием личности // Человек. 2023. Т. 34, № 4. С. 149–169. DOI 10.31857/S023620070027358-0.
13. Сохранение здоровья студентов как важная задача развития высшего профессионального образования (Опыт МГТУ им. Н. Э. Баумана) // Гуманитарный вестник МГТУ им. Н. Э. Баумана. 2023. URL: <http://hmbul.bmstu.ru/articles/125/> (дата обращения: 07.05.2026).
14. Таранков Г. Д., Гудзовская А. А., Мышкина М. С. Взаимосвязь социального сравнения и психологического благополучия человека: выпускная квалификационная работа. Самара: Самарский национальный исследовательский университет им. С. П. Королева, 2024. URL: <https://repo.ssau.ru/jspui/handle/123456789/46199> (дата обращения: 07.05.2026).
15. Падун М. А. Регуляция эмоций и психологическое благополучие: индивидуальные, межличностные и социокультурные факторы. М.: Институт психологии РАН, 2019. URL: <https://www.lib.ipran.ru> (дата обращения: 07.05.2026).

Статья поступила в редакцию 08.05.2026; одобрена после рецензирования 15.06.2026; принята к публикации 22.06.2026.

The article was submitted 08.05.2026; approved after reviewing 15.06.2026; accepted for publication 22.06.2026.