

© Е.В. Каргаполова, М.И. Прозорова, Ю.А. Давыдова

Научная статья

УДК 331.44

DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.3.21>**ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАВНОВЕСИЕ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ
ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА**

Е.В. Каргаполова, М.И. Прозорова, Ю.А. Давыдова

Каргаполова Екатерина Владимировна,

доктор социологических наук, доцент,
профессор кафедры политологии и социологии,
Российский экономический университет
им. Г.В. Плеханова, Москва, Россия.

РИНЦ SPIN-код: 3776-0757 / ORCID iD: 0000-0002-2892-3953
k474671@list.ru

Прозорова Марина Игоревна,

магистрант направления «Экономика»,
Финансовый университет при Правительстве
Российской Федерации, Москва, Россия.

ORCID iD: 0000-0001-7423-4940
m.prozorova879@yandex.ru

Давыдова Юлия Александровна,

кандидат исторических наук, доцент,
доцент кафедры политологии и социологии
Российский экономический университет
им. Г.В. Плеханова, Москва, Россия.

РИНЦ SPIN-код: 2967-8794 / ORCID iD: 0000-0001-5660-328X
ylkadav@mail.ru

Аннотация. *Психоэмоциональное равновесие рассматривается как составляющая человеческого капитала молодежи. Мы проанализировали понимание молодыми людьми, обучающимися в вузе, средств достижения психоэмоциональной гармонии на основе некоторых результатов инициативного социологического исследования. Новизна исследования состоит в анализе способов поддержания психоэмоционального равновесия как части капитала здоровья. Результаты исследования, проведенного авторами, показали, что степень важности психологического здоровья в большей степени осознается девушками, а также успевающими в учебе, не имеющими пропусков по болезни и не испытывающими материальных затруднений. Таким образом, доказано, что психическое здоровье влияет на продуктивность трудовой (в нашем случае учебной) деятельности, физическое здоровье и зависит от материального положения представителей молодого поколения, выросших в реалиях рыночных отношений. Выявлено, что в перечне средств сохранения психоэмоционального равновесия у наших респондентов, прежде всего, смех и*

общение с любимыми, друзьями, поддержка семьи. Таким образом, зафиксировано, что для большинства респондентов любовь, дружба, включенность в социальные связи крайне важны. Это соответствует традиционному отечественному социокультурному коду. Показано, что также важными для поддержания психоэмоционального комфорта осознаются любовь к себе, духовная гармония, оптимистический настрой, здоровое мышление, чтение книг, занятие творчеством, стрессоустойчивость, здоровое социальное окружение. Большинство студентов предпочитают активную жизненную позицию, они не поддержали варианты ответов, связанные с уходом от проблем в социальные сети, компьютерные игры.

Перспективы дальнейших исследований заключаются в изучении других составляющих капитала здоровья, в рассмотрении динамики изменения отношения студенческой молодежи к различным способам сохранения психоэмоционального равновесия в условиях цифрового общества, к ее оценке составляющих этого явления. Детальное изучение использования молодыми людьми духовных практик поддержания психоэмоционального равновесия также представляет значительный интерес.

Ключевые слова: психоэмоциональное равновесие, человеческий капитал, самосохранительное поведение, капитал здоровья, студенчество.

Библиографическая ссылка: Каргаполова Е.В., Прозорова М.И., Давыдова Ю.А. Психоэмоциональное равновесие как составляющая человеческого капитала // ЦИТИСЭ. 2022. № 3. С.238-250. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.3.21>

Research Article

UDC 331.44

PSYCHO-EMOTIONAL BALANCE AS A COMPONENT OF HUMAN CAPITAL

E. V. Kargapolova, M. I. Prozorova, Yu. A. Davydova

Ekaterina V. Kargapolova,

Doctor of Sociological Sciences, Associate Professor
of the Department of Political Science and Sociology,
Plekhanov Russian University of Economics,
Moscow, Russian Federation.

ORCID iD: 0000-0002-2892-3953

k474671@list.ru

Marina I. Prozorova,

Master Student of the Direction "Economics",
Financial University under the Government of
the Russian Federation, Moscow, Russian Federation.

ORCID iD: 0000-0001-7423-4940

m.prozorova879@yandex.ru

Yuliya A. Davydova,

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor
of the Department of Political Science and Sociology,
Plekhanov Russian University of Economics,
Moscow, Russian Federation.

ORCID iD: 0000-0001-5660-328X

ylkadav@mail.ru

Abstract. *Psycho-emotional balance is considered as a component of the human capital of young people. We analyzed the understanding by young people studying at a university of the means of achieving psycho-emotional harmony based on some results of the initiative sociological study. The novelty of the study lies in the analysis of ways to maintain psycho-emotional balance as part of the health capital. The results of the study conducted by the authors showed that the degree of importance of psychological health is more recognized by girls, as well as those who are successful in their studies, do not have sick leave and do not experience financial difficulties. Thus, it has been proven that mental health affects the productivity of labor (in our case, educational) activity, physical health and depends on the financial situation of the younger generation, who grew up in the realities of market relations. It was revealed that in the list of means of maintaining psycho-emotional balance among our respondents, first of all, laughter and communication with loved ones, friends, family support. Thus, it was recorded that, for the majority of respondents, love, friendship, inclusion in social ties are extremely important, which corresponds to the traditional domestic socio-cultural code. It is shown that self-love, spiritual harmony, optimistic attitude, healthy thinking, reading books, creative work, stress tolerance, and a healthy social environment are also recognized as important for maintaining psycho-emotional comfort. Most students prefer an active life position, they did not support the answers related to avoiding problems in social networks, computer games. Prospects for further research are to study other components of health capital, to consider the dynamics of changes in the attitude of student youth to various ways of maintaining psycho-emotional balance in a digital society, to its assessment of the components of this phenomenon. A detailed study of the use of spiritual practices by young people to maintain psycho-emotional balance is also of considerable interest.*

Keywords: *psycho-emotional balance, human capital, self-preserving behavior, health capital, students.*

For citation: *Kargapolova E.V., Prozorova M.I., Davydova Yu.A. Psycho-emotional balance as a component of human capital. CITISE, 2022, no. 3, pp. 238-250. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.3.21>*

Введение.

Человеческий капитал является одним из важнейших факторов развития экономики. Он включает в себя интеллектуальный потенциал, умения и навыки, полученные в процессе жизненного опыта и обучения, здоровье, мобильность, способность к качественному и производительному труду. Значимость человеческого капитала как основного экономического ресурса подчеркивается в работах Р.Ф. Гиматудиновой [3, с. 196], Г.Т. Кульжановой [25, с. 110], С.Х. Хамидовой [20, с. 166]. Трудовая мотивация и энергия являются моральными и физическими инструментами, которые способствуют получению высоких результатов в экономической деятельности.

Исследователи подчеркивают, что ресурсы здоровья являются первоосновой человеческого капитала [10, с. 138; 11; 17, с. 86]. Для формирования капитала здоровья необходимо самосохранительное поведение, основой которого выступает здоровый образ жизни. По мысли Д. Е. Луговой и Т. И. Тумасян, здоровый образ жизни – комплексное понятие, включающее в себя множество составляющих, все сферы человеческого существования – начиная с питания и заканчивая эмоциональным настроением [12, с. 506]. Все, с чем только сталкивается человек за всю свою жизнь, вызывает у него эмоции, чувства и переживания, именно они и определяют мироощущения [13, с. 34], состояния счастья или несчастья, психологическое благополучие [24]. А. Г. Воронова утверждает, что изменяющиеся мысли и действия человека в сложных ситуациях, превышающих его возможности по решению проблемы, представляют собой способ овладения психоэмоциональным равновесием [2, с. 57]. Как отмечает Л. В. Карапетян, поддержание внутреннего равновесия непосредственно связано с психологическими качествами личности [8, с. 415].

Студенческая молодежь выступает одним из главных трудоспособных ресурсов будущего, ее психическое здоровье крайне важно для формирования качественного человеческого капитала. Цель нашего исследования – выявить факторы, влияющие на психоэмоциональное состояние молодых людей, что является составной частью психического здоровья человека и, следовательно, входит в структуру человеческого капитала. Новизна нашей работы заключается в том, что хотя исследователи и рассматривали здоровье как важную часть человеческого капитала, они не акцентировали внимание на психоэмоциональном равновесии как одной из его основ.

Методология и методы.

В качестве источника информации выступают результаты конкретного социологического исследования, реализованного под руководством Е.В. Каргаполовой в феврале 2020 г. среди студентов вузов Москвы различных направлений подготовки. Основным методом сбора социологической информации выступило онлайн-анкетирование. При рассылке ссылок на анкету в гугл-форме анкетеру устанавливалась квота по полу. В анкете указывалась фамилия анкетера и телефон опрошенного, что позволило произвести контроль работы анкетера. В массив данных для обработки было отобрано 2500 анкет, среди которых 44% юношей, 56% – девушек. Таким образом, выборка репрезентативна по полу. Мы проанализировали ответы студенчества на вопрос «Что необходимо лично Вам для поддержания психоэмоционального равновесия?». Варианты ответов на этот вопрос были сформулированы на основе пилотажного исследования группы студентов по тематике исследования. Массив полученных данных обработан с использованием программного комплекса SPSS. Анализ данных включал изучение линейных распределений, таблиц сопряженности.

Результаты.

Анализ результатов нашего исследования показал, что больше всего для поддержания психоэмоционального равновесия нашим респондентам необходимы смех, общение с любимым человеком, друзьями, любовь и поддержка со стороны семьи. Эти способы всегда выбирает более 60% опрошенных (Табл. 1). Отрадно, что чаще всего наша молодежь считает смех лекарством от дисгармонии, при чем в одинаковой степени как обучающиеся на «отлично», так и «хорошисты», «троечники», имеющие академические задолженности; как не пропускающие занятия, так и имеющие пропуски по болезни. Интересно, что чем выше оценка материального положения семьи, тем важнее смех для поддержания психоэмоционального равновесия.

М. Т. Травкова отмечает, что если спросить современного человека, зачем и для чего он вступает в романтические отношения, то лидирующим ответом будет «любовь» [19, с.

11]. По мнению Р. Коростелева, любовь — это нравственное чувство, проявляющееся в глубокой привязанности, устремлённости к другому человеку или объекту, чувство глубокой симпатии, проявляющееся в альтруизме, уважении [9, с. 296]. Поэтому неудивительно, что для наших молодых респондентов важным для поддержания своего психоэмоционального равновесия является общение с любимым человеком (66,5% опрошенных, выбравших вариант ответа «всегда»), при чем несколько важнее для девушек, чем для юношей (68,7% против 62,6% опрошенных). Чаще всего этот вариант ответа выбирали те респонденты, которые не имеют пропусков за последний год обучения, учатся на «отлично», не испытывают материальных затруднений («богатые») и относят себя к высшему слою.

Кроме общения с любимым для наших молодых респондентов также необходимо общение с друзьями (65,2% опрошенных, выбравших вариант ответа «всегда»). И вновь больше таких ответов среди девушек (67,7% против 60,9% опрошенных). Общение с друзьями одинаково важно для всех групп по успеваемости и посещаемости. При этом нельзя не отметить более высокий уровень значимости общения с друзьями для студентов, относящих себя к высшему слою и не испытывающих материальных затруднений. Н. Н. Панчук и А. Ф. Гарнага также указывает на эту взаимосвязь: индивиды имеют возможность менять свой социальный статус и переходить из одной страты в другую благодаря своим социальным связям [15, с. 109].

А. Р. Хасаншин утверждает, что семья – это окружение, где чувствуешь себя уютно и спокойно, куда хочется возвращаться снова и снова [21, с. 149]. Поэтому также неудивительно, что среди лидеров также оказался вариант «любовь и поддержка семьи» (63,3% опрошенных, выбравших вариант «всегда»), причем также ожидаемо значительно важнее у девушек, чем у юношей (68,5% против 54,1% опрошенных). Любовь и поддержка семьи оказываются более важными для поддержания психоэмоционального состояния для успевающих «на отлично», нежели для имеющих академические задолженности (65,5 против 50,5% респондентов). Таким образом, благополучная семейная обстановка оказывает решающее влияние на психическое здоровье человека. Любовь и поддержка близких людей способствует успешному обучению, а в будущем станет и стимулом успешной карьеры. Неуспевающие студенты чаще, чем успевающие, прибегают к поддержке семьи только по мере необходимости (11,7% против 2,8% опрошенных). Как мы видим, существует прямая связь между близкими внутрисемейными отношениями и успехами в учебе. Чем выше уровень оценки материального состояния семьи, тем важнее для респондента любовь и поддержка со стороны семьи для поддержания психоэмоционального равновесия.

Таблица

Ответы студентов на вопрос «Что необходимо лично Вам для поддержания психоэмоционального равновесия?» (% от опрошенных)

Варианты ответов	Всегда	Часто	Иногда	По мере необходимости	Никогда	Не считаю это средством сохранения здоровья
Смех	67,2	22,0	6,4	2,6	0,8	0,9
Общение с любимым человеком	66,5	20,2	6,4	2,6	0,8	0,9
Общение с друзьями	65,2	24,1	6,7	2,4	0,8	0,8

Любовь и поддержка со стороны семьи	63,3	21,5	8,7	4,1	1,6	0,8
Любовь к себе	59,7	22,1	10,3	4,4	2,5	1,0
Оптимистический настрой, хорошее настроение	58,5	28,9	7,3	3,1	1,3	0,9
Духовное равновесие	54,5	27,0	9,6	4,7	2,5	1,7
Здоровое мышление: позитивные мысли, уверенность в завтрашнем дне, открытость миру	53,6	27,4	10,9	4,5	2,2	1,4
Избегать сомнительных компаний	53,2	22,9	12,3	6,7	2,5	2,4
Больше читать, общаться с умными людьми (расти морально и духовно)	49,4	29,4	14,5	4,1	1,4	1,2
Активный образ жизни, поддержание активности	46,6	28,2	14,8	7,6	1,8	1,0
Занятие творческой деятельностью	44,6	25,7	18,3	7,1	2,7	1,6
Избегать стрессов	44,3	27,2	16,5	7,3	3,3	1,5
Не смотреть ТВ, не читать газет, чтобы не расстраиваться	21,2	14,0	14,0	13,2	21,5	16,1
«Уход от проблем» в социальные сети	21,2	17,3	19,4	13,7	17,9	10,5
Компьютерные игры	19,3	16,8	17,2	19,3	24,3	11,3
Ничего не делать, жить, как живется	17,2	12,9	14,5	13,9	23,2	18,4
Посещение церкви, мечети	12,8	11,2	13,6	15,2	27,4	19,7

Социальные связи являются основой социального капитала личности [6, с. 42]. И лидирующее положение общения с любимым человеком, друзьями, членами семьи общения свидетельствует об осознании респондентами важности социальных коммуникаций, обмена информацией, возможности поддержать, выразить свое мнение для поддержания психоэмоционального равновесия. Но при этом 59,7% опрошенных считают, что для поддержания такого равновесия всегда важна любовь к себе. Данный вариант ответа значительно чаще выбрали девушки, чем юноши (67% против 46,8% опрошенных). Анализ таблиц сопряженности проявляет разницу в ответах отличников и отстающих студентов: вариант «всегда» выбрало 64,2% успевающих и 48,5% «должников», а вариант «никогда» - 1,1% успевающих и 6,8% «должников». Уверенность в себе как результат разумного эгоизма, очевидно, способствует более успешному освоению учебного материала. Любопытно, что любовь к себе одинаково важна для тех, кто вообще не имеет пропусков по болезни, так и

для тех, кто пропустил более десяти дней; а также для тех, кто ответил, что вообще не испытывает материальных затруднений («богатых»), и тех, кому денег с трудом хватает на питание («нищих»). Среди выбравших вариант ответа «всегда» 63,9% идентифицирующих себя с высшим слоем и 57,6% – с нижним. Это в определенной степени подтверждает мнение А. А. Али-Заде о том, что «любовь к себе» - это непсихологическая категория, которая связана с удовлетворением самых основных человеческих потребностей - биологической выживаемости и благополучия [1, с. 234]. В то же время это дает мотивацию к развитию и успешности в любом виде деятельности, что важно учитывать при формировании человеческого капитала.

Исследование В.В. Прохоровой и О.В. Медведевой указывает на то, что наиболее сильной иммунная система оказывается в периоды подъема настроения и оптимистичного отношения к жизни [17, с. 91]. Как показали результаты нашего исследования, более половины (58,5%) респондентов в целях поддержания нормального психоэмоционального состояния всегда придерживаются оптимистического настроения. Анализ таблиц сопряженности показал, что позитивное мышление представляется более необходимым студентам, имеющим оценки «отлично» по итогам последней сессии, чем студентам, имеющим академические задолженности (62,5 против 50,5% учащихся). Также, вариант «всегда» выбрали 63,4% респондентов, не имеющих пропуски по болезни, в то время как среди тех, кто пропустил свыше десяти дней, – 56,7%. Таким образом, позитивный настрой и оптимизм влияют на результативность в обучении. Интересным нам показался и тот факт, что постоянное поддержание хорошего настроения играет более важную роль для девушек, чем для юношей (60,5% против 54,9% опрошенных), что можно объяснить большей эмоциональностью и самосохранительным настроением женского пола по сравнению с мужским. Также необходимо отметить, что большее значение оптимизму придают респонденты, охарактеризовавшие материальное положение своей семьи как совершенно не затруднительное, в отличие от считающих его очень затруднительным (65,5% «богатых» против 59,2% «нищих»).

Исследователи подчеркивают, что стремление к духовности, духовному единению является традиционной ценностью отечественной культуры [5]. По результатам нашего исследования духовное равновесие для поддержания психоэмоционального равновесия представляется всегда важным для половины (54,5%) опрошенных; важнее для девушек, чем для юношей (58,2 против 48,2%). Чем выше успеваемость опрошенных, тем важнее для них духовное равновесие (60,6% у отличников против 43,7% у имеющих академические задолженности). Для тех, у кого нет пропусков по болезни, духовное равновесие важнее всего. Парадоксально, но также важнее всего духовное равновесие для идентифицирующих себя с высшим слоем. На выбор данного варианта ответа влияет вероисповедание респондента: важнее всего для тех, кто считает себя буддистом (71,3% ответов «всегда»), далее следуют представители иудаизма, православия, ислама и протестантизма (58,3%, 56,2%, 54,6% и 52,4% соответственно). Интересно также, что духовное равновесие всегда является важным для 46,4% атеистов. А среди католиков этот вариант выбрали только 37,5% опрошенных.

Здоровое мышление (позитивные мысли, уверенность в завтрашнем дне, открытость миру) для поддержания психоэмоционального равновесия всегда представляется важным также для половины (53,6%) опрошенных. Анализ ответа на данный вопрос показал отсутствие гендерных различий. При этом зафиксирована прямая зависимость от успеваемости, посещаемости и самоидентификации с социальным слоем, то есть наиболее важным здоровое мышление представляется отличникам, не имеющим пропуски по болезни и идентифицирующих себя с высшим слоем.

Более половины (53,2%) считают, что для поддержания психоэмоционального равновесия необходимо всегда избегать сомнительных компаний. И для девушек это важнее, чем для юношей (56% против 48,5%). Интересно, что выбор данного варианта ответа зависит от успеваемости, но не зависит от посещаемости. Наименее важно избегание сомнительных компаний для тех, кому денег не хватает даже на покупку продуктов питания («нищих») и идентифицирующих себя с нижним социальным слоем.

По мнению около половины (49,4%) опрошенных для сохранения равновесия всегда необходимо больше читать, общаться с умными людьми. Для девушек это несколько важнее, чем для юношей (51,8 против 45,2%); для отличников и не имеющих пропуски важнее, чем для отстающих в учебе и пропускающих занятия по болезни. Интересно, что выбор данного варианта ответа не зависит от оценки материального положения семьи и идентификации с социальным слоем, но зависит от дополнительной занятости студента и важнее всего для тех, кто постоянно подрабатывает. Также те, кто подрабатывает постоянно, чаще всего выбирали вариант «активный образ жизни, поддержание активности» как средство поддержания психоэмоционального равновесия». Активность важнее всего для отличников и не имеющих пропусков по болезни. В целом по массиву опрошенных активность всегда важна для 46,6% опрошенных.

По мнению Е.А. Цымбал, особую роль в процессе самореализации личности играет творчество [22, с. 27]. В последнее десятилетие молодым людям предоставляются большие возможности для занятия творчеством. Интернет предлагает много различных способов самореализации через творческие практики: от вышивания и бисероплетения до рисования картин и поэтому этот вариант поддержания психоэмоционального равновесия довольно популярен. 44,6% опрошенных нами студентов, среди которых 40,4% юношей и 46,9% девушек считают, что творческая деятельность всегда важна для поддержания психоэмоционального равновесия. Осознание важности творчества напрямую связано с продуктивностью учебной деятельности и физическим здоровьем, то есть важнее всего для отличников и не имеющих пропусков. Интересно также, что творчество осознается одинаково необходимым как для «нищих», так и для «богатых», и важнее всего для тех, кто постоянно подрабатывает.

Стремление поддерживать баланс физиологической и психической среды и избегать факторов его нарушающих - естественная, эволюционно оправданная реакция, присущая людям наравне с другими представителями животного мира [18, с. 63]. Всегда стараются избегать стрессов 44,3% опрошенных, и девушки, опять же, несколько чаще, чем юноши (46,1% против 41,1% опрошенных, ответивших «всегда»). Ответы «всегда» и «часто» выбирало больше успевающих студентов (48,7% и 26,2% респондентов соответственно), чем неуспевающих (38,8% и 22,3% респондентов соответственно), а ответ «никогда», напротив, больше отстающие, чем отличники (9,7% и 3,2% респондентов соответственно). Для тех, кто не имеет пропусков по болезни, избегание стрессов важнее всего. Интересно, что чаще всего избегать стрессов стараются учащиеся с худшим материальным положением («нищие»).

Один из самых непопулярных среди опрошенных средств – это «не смотреть ТВ, не читать газет, чтобы не расстраиваться». 16,1% респондентов не считают это средством сохранения здоровья. Однако юноши используют этот метод чаще, чем девушки (26,2% против 18,3% ответивших «всегда»). 17% материально обеспеченных студентов («богатых») не считают это средством сохранения здоровья, а 42,9% студентов, испытывающих материальные трудности («нищих»), всегда прибегает к этому способу. Очевидно, что негативные новости, которые в значительной степени преобладают в СМИ, являются дополнительным стрессовым фактором для людей с неустойчивым материальным положением. В целом по массиву всегда прибегают к данному способу только 21,5% опрошенных. Отметим, что ровно столько же – 21,5% опрошенных - также ответили

«всегда» при выборе варианта «уход от проблем» в социальные сети». При чем девушки – несколько чаще, чем юноши. Интересно, что уход в социальные сети не влияет на успеваемость и посещаемость. Но значительно чаще к этому варианту прибегают респонденты, у которых денег с трудом хватает даже на питание (49%), то есть нищие, но также те, кто идентифицирует себя с высшим слоем (41,8%). Исследование В. А. Щербаковой подтверждает, что социальные сети выходят за рамки канала коммуникации и начинают выполнять ряд общественно-значимых социальных функций [23, с. 94]. Социальные сети предоставляют человеку возможность представить себя тем, кем он хочет себя видеть, дают иллюзию большого количества друзей и содержат развлекательный контент на любой вкус, что позволяет отвлечься от реальных проблем.

На последних местах нашего рейтинга - компьютерные игры как способ поддержания психоэмоционального равновесия (19,3% ответов «всегда», 24,3% ответов «никогда»). Вариант «никогда» девушки выбирали чаще, чем юноши (30,9% против 12,7% опрошенных), а вариант «всегда», напротив, юноши, чем девушки (26% против 15,5% опрошенных). Отличники и «богатые» чаще отвечали «никогда», а «всегда» - неуспевающие и «нищие», и опять же (как ни парадоксально) идентифицирующие себя с высшим слоем, а также постоянно подрабатывающие. Компьютерные игры как бы дают образец иммерсивности и аффективности, вдумчивого сопереживания [14, с. 29]. Вероятно, именно в этом заключается их потенциал в поддержании психоэмоционального состояния. В то же время невысокая доля выборов данного варианта ответа свидетельствует о том, что у студентов не так много свободного времени для игры, а также о том, что студенческая жизнь предоставляет много возможностей для самореализации в реальном мире.

Вариант «ничего не делать, жить как живется» оказался на предпоследнем месте: 23,2% ответивших никогда не используют его, а 18,4% студентов вообще не идентифицировали данный вариант как метод поддержания психоэмоционального равновесия. Следует отметить, что чаще вариант «всегда» выбирали юноши, те, у кого не имеется пропусков, а также «нищие». Согласно исследованию А. В. Каравай, одной из адаптационных стратегий поведения в современной России является бездействие [7, с. 132], чем можно объяснить выбор данного варианта ответа определенной группой респондентов. Но также парадоксально, что чаще всего бездействие считают важным идентифицирующие себя с высшим слоем.

27,4% опрошенных никогда не ходят в церковь, мечеть для поддержания психоэмоционального равновесия и только 12,8% считают, что это необходимо делать всегда. Несколько чаще вариант «всегда» при ответе на данный вопрос выбирали юноши, чем девушки (15,3% против 11,3% ответивших), «нищие», чем «богатые» (32,7% против 19,3%), а также идентифицирующие себя с высшим слоем, чем с нижним (37,7% против 12,1%). Чаще вариант «никогда» выбирали студенты с академическими задолженностями (38,8% ответов против 27,2% учащихся на отлично). Таким образом, посещение храма оказывает прямое влияние на успеваемость, а также и на посещаемость, и около половины опрошенных считает необходимым посещать храм с различной степенью периодичности.

Заключение.

Человеческий капитал – это основной экономический ресурс общества, без которого невозможна экономическая деятельность. Поэтому его структура, которая до настоящего времени не имеет единой научной трактовки, крайне важна для изучения. Большинство исследователей включают в человеческий капитал здоровье человека, которое в значительной степени базируется на психоэмоциональном равновесии. Крайне значимым нам представляется изучение человеческого капитала студенческой аудитории как будущего экономического ресурса.

Наше исследование показало следующее:

1) Уровень психоэмоционального равновесия молодых людей связан с высокой академической успеваемостью, состоянием физического здоровья и стабильным материальным положением. Девушки демонстрируют более высокую степень осознания факторов психологической гармонии, чем юноши.

2) Наиболее необходимыми для поддержания психоэмоционального равновесия молодым людям представляются смех и включенность в социальные коммуникации - любовь и поддержка со стороны семьи, общение с любимым человеком и друзьями, что соответствует отечественной социокультурной матрице.

3) О.И. Патоша отмечает, что оптимизм является предиктором успешной деятельности [16, с. 31]. Оптимистический настрой, любовь к себе, духовное равновесие, здоровое мышление, здоровое социальное окружение, чтение книг, занятия творчеством, активный образ жизни, отсутствие стрессов всегда важны для половины респондентов.

4) Наименее популярные ответы связаны с эскапизмом, избеганием реальной жизни. Очевидно, что позиция «страуса, спрятавшего голову в песок» и плывущего по течению не устраивает большинство респондентов, они предпочитают более активную жизненную позицию. Тем не менее отметим, что различные проявления эскапизма (уход в социальные сети, компьютерные игры и т.п.) демонстрирует каждый пятый.

5) Интересным нам показался и тот факт, что 52,8% студентов с различной периодичностью посещают церковь или мечеть и, несмотря на явное позиционирование молодыми людьми атеизма, только треть из них считает себя неверующими. Это свидетельствует о степени сохранения компенсаторной функции религии в современном мире.

Список источников:

1. Али-Заде А.А. Мораритис Й. Открытость, относительность и радикализм теории демократии Жан-Жака Руссо // Социальные и гуманитарные науки. Отечественная и зарубежная литература. Сер. 8, Науковедение: Реферативный журнал. 2019. №3. С. 232-237. EDN: [IGYIWI](#) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=39166958>
2. Воронова А.Г. Социализация обучающихся с помощью копинг-стратегий по методике Ричард Лазаруса, Сюзан Фолкман // Тенденции развития науки и образования. 2018. № 43-3. С. 55-66. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37081385>
3. Гиматудинова Р.Ф. Особенности и содержание управления человеческим капиталом, проблемы современных методик оценки человеческого капитала // Финансовая экономика. 2022. № 4. С. 196-198. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48411381>
4. Евсеев В.О., Структурно - семантическое моделирование развития социально-экономических и общественных отношений // ЦИТИСЭ. 2020. № 1 (23). С. 269-279. EDN: [VWNGFA](#) DOI: [10.15350/24097616.2020.1.25](https://doi.org/10.15350/24097616.2020.1.25)
5. Егорычев А.М., Мардахаев Л.В., Варламова Е.Ю. Концептуальные подходы к социальной сущности личности как гражданина России // Социальные явления и процессы. 2022. №1. С. 141-149.
6. Игумнов О.А. Становление концепций социального капитала: обзор теоретических подходов // Социология. 2019. №1. С. 41-49. EDN: [GACAIZ](#) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38304773>
7. Каравай А.В. Основные модели социально-экономической адаптации в разных стратах российского общества // Пространство экономики. 2019. №3. С. 128-145. EDN: [GBQFFZ](#) DOI: [10.23683/2073-6606-2019-17-3-128-145](https://doi.org/10.23683/2073-6606-2019-17-3-128-145)
8. Карапетян Л.В. Исследование взаимосвязи эмоционально-личностного благополучия студентов с показателями интеллекта // Перспективы науки и образования. 2021. № 1(49). С. 414-426. EDN: [CPNNLE](#) DOI: [10.32744/pse.2021.1.28](https://doi.org/10.32744/pse.2021.1.28)

9. Коростелев Р. Любовь и смысл жизни // Психологические проблемы смысла жизни и акме. 2020. №XXV. С. 295-296. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42780648>
10. Майдан Т.Н. Капитал здоровья как основа человеческого капитала // Вектор экономики. 2019. № 5 (35). С. 138. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38304950>
11. Медведева О.В. Ключевые особенности капитала здоровья как формы человеческого капитала // Московский экономический журнал. 2021. № 7. EDN: [BKIMXB](https://elibrary.ru/item.asp?id=38304950) DOI: [10.24411/2413-046X-2021-10445](https://doi.org/10.24411/2413-046X-2021-10445)
12. Луговая Д. Е. Аспекты и психофизиологические характеристики здорового образа жизни // Современные научные исследования и разработки. 2018. № 10(27). С. 506-507. EDN: [SLAGIL](https://elibrary.ru/item.asp?id=36482630) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36482630>
13. Мушкина И.А., Михалькова О.А., Григоращенко-Алиева Н.М. Способы информационного, психоэмоционального и ассоциативного воздействия на мотивации и модели поведения студенческой молодежи (на примере программы "Творители") // Современное педагогическое образование. 2019. № 4. С. 33-39. EDN: [KYIXAS](https://elibrary.ru/item.asp?id=38096947) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38096947>
14. Очеретяный К.А., Колесникова Д.А. Эпистемологические функции компьютерных игр // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Культура, история, философия, право. 2018. №2. С. 27-38. EDN: [UTOKKO](https://elibrary.ru/item.asp?id=38096947) DOI: [10.15593/perm.kipf/2018.2.02](https://doi.org/10.15593/perm.kipf/2018.2.02)
15. Панчук Н.Н., Гарнага А.Ф. Влияние социальных связей на социальную мобильность // Социология. 2019. №6. С. 108-112. EDN: [OJLCCV](https://elibrary.ru/item.asp?id=41858932) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41858932>
16. Патоша О.И. Взаимосвязь оптимизма и экономических решений трейдеров // Интерактивная наука. 2018. №2 (24). С. 28-33. EDN: [MQWTOV](https://elibrary.ru/item.asp?id=41858932) DOI: [10.21661/r-468958](https://doi.org/10.21661/r-468958)
17. Прохорова В.В., Медведева О.В. Капитал здоровья как первооснова человеческого капитала // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 5: Экономика. 2019. № 3 (245). С. 84-92. EDN: [EMBNQD](https://elibrary.ru/item.asp?id=44034143) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44034143>
18. Сасковец М.С. Путь испытаний: феномен добровольного участия в стрессогенных ситуациях на примере автостопщиков // Наука-2020. 2020. №6 (42). С. 61-67. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44209909>
19. Травкова М.Т. Любовь в «традиционных отношениях» // Психология и психотерапия семьи. 2019. №1. С. 5-14. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37145716>
20. Хамидова С.Х. К исследованию капитала здоровья человеческого капитала региона // Ученые записки Худжандского государственного университета им. академика Б. Гафурова. Серия: Естественные и экономические науки. 2020. Т. 52, № 1. С. 165-168. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=43134654>
21. Хасаншин А.Р. Семейное воспитание. Семейная педагогика // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2016. №10-2. С. 148-150. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27162443>
22. Цымбал Е.А. Самореализация и творчество личности в обществе потребления // Научная мысль Кавказа. 2018. №2 (94). С. 26-28. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35215590>
23. Щербакова В.А. Институционализация социальных сетей // Коммуникология: электронный научный журнал. 2018. №3. С. 93-99. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36817954>
24. Bradburn, N. The structure of psychological well-being. - Chicago, Aldine Pub. Co. 1969 p.

25. Kulzhanova G.T. Human capital as a socio-cultural phenomenon // Mission confession. 2020. Vol. 9, No.1 (42). P. 109-118. EDN: [JATJQK](#) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42933727>

References:

1. Ali-Zade A.A. Moraitis J. Openness, relativity and radicalism of Jean-Jacques Rousseau's theory of democracy. *Social and humanitarian sciences. Domestic and foreign literature. Ser. 8, Science of Science: Abstract Journal*, 2019. no. 3, pp. 232-237. (In Russian). EDN: [IGYIWI](#) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=39166958>
2. Voronova A. G. Socialization of students using coping strategies according to the method of Richard Lazarus, Susan Folkman. *Trends in the development of science and education*, 2018, no. 43-3, pp. 55-66. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37081385>
3. Gimatudinova R.F. Features and content of human capital management, problems of modern methods for assessing human capital. *Financial Economics*, 2022, no. 4, pp. 196-198. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48411381>
4. Evseev V.O., Structural and semantic modeling of the development of socio-economic and social relations. *CITISE*, 2020, no. 1 (23), pp. 269-279. (In Russian). EDN: [VWNGFA](#) DOI: [10.15350/24097616.2020.1.25](https://doi.org/10.15350/24097616.2020.1.25)
5. Egorychev A.M., Mardakhaev L.V., Varlamova E.Yu. Conceptual approaches to the social essence of the individual as a citizen of Russia. *Social phenomena and processes*, 2022, no. 1, pp. 141-149. (In Russian).
6. Igumnov O.A. Formation of the concepts of social capital: a review of theoretical approaches. *Sociology*, 2019, no. 1, pp. 41-49. (In Russian). EDN: [GACAIZ](#) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38304773>
7. Karavay A. V. The main models of socio-economic adaptation in different strata of the Russian society. *Prostranstvo ekonomiki*, 2019, no. 3, pp. 128-145. (In Russian). EDN: [GBQFFZ](#) DOI: [10.23683/2073-6606-2019-17-3-128-145](https://doi.org/10.23683/2073-6606-2019-17-3-128-145)
8. Karapetyan L.V. Study of the relationship between emotional and personal well-being of students with indicators of intelligence. *Prospects of science and education*, 2021, no. 1 (49), pp. 414-426. (In Russian). EDN: [CPNNLE](#) DOI: [10.32744/pse.2021.1.28](https://doi.org/10.32744/pse.2021.1.28)
9. Korostelev R. Love and the meaning of life. *Psychological problems of the meaning of life and acme*, 2020, no. XXV, pp. 295-296. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42780648>
10. Maidan T.N. Health capital as the basis of human capital. *Vector of the economy*, 2019, no. 5 (35), pp. 138. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38304950>
11. Medvedeva O.V. Key features of health capital as a form of human capital. *Moscow Economic Journal*, 2021, no. 7. (In Russian). EDN: [BKIMXB](#) DOI: [10.24411/2413-046X-2021-10445](https://doi.org/10.24411/2413-046X-2021-10445)
12. Lugovaya D. E. Aspects and psychophysiological characteristics of a healthy lifestyle. *Modern scientific research and development*, 2018, no. 10(27), pp. 506-507. (In Russian). EDN: [SLAGIL](#) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36482630>
13. Mushkina I.A., Mikhalkova O.A., Grigorashchenko-Alieva N.M. Methods of informational, psycho-emotional and associative influence on the motivations and behavior patterns of students (on the example of the "Tvoriteli" program). *Modern Pedagogical Education*, 2019, no. 4, pp. 33-39. (In Russian). EDN: [KYIXAS](#) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38096947>
14. Ocheretyany K.A., Kolesnikova D.A. Epistemological functions of computer games. *Bulletin of the Perm National Research Polytechnic University. Culture, history, philosophy, law*, 2018, no. 2, pp. 27-38. (In Russian). EDN: [UTOKKO](#) DOI: [10.15593/perm.kipf/2018.2.02](https://doi.org/10.15593/perm.kipf/2018.2.02)

15. Panchuk N.N., Garnaga A.F. Influence of social ties on social mobility. *Sociology*, 2019, no. 6, pp. 108-112. (In Russian). EDN: [OJLCCV](#) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41858932>
16. Patosha O. I. Relationship between optimism and economic decisions of traders. *Interactive Science*, 2018, no. 2 (24), pp. 28-33. (In Russian). EDN: [MQWTOV](#) DOI: [10.21661/r-468958](https://doi.org/10.21661/r-468958)
17. Prokhorova V.V., Medvedeva O.V. Health capital as the fundamental basis of human capital. *Bulletin of the Adyghe State University. Series 5: Economy*, 2019, no. 3 (245), pp. 84-92. (In Russian). EDN: [EMBNQD](#) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44034143>
18. Saskovets M. S. The path of testing: the phenomenon of voluntary participation in stressful situations on the example of hitchhikers. *The science-2020*, 2020, no. 6 (42), pp. 61-67. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44209909>
19. Travkova M.T. Love in "traditional relationships". *Psychology and psychotherapy of the family*, 2019, no. 1, pp. 5-14. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37145716>
20. Khamidova S.Kh. To the study of the health capital of the human capital of the region. *Uchenye zapiski Khujand State University named after. Academician B. Gafurov. Series: Natural and economic sciences*, 2020, vol. 52, no. 1, pp. 165-168. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=43134654>.
21. Khasanshin A.R. Family education. Family pedagogy. *Actual problems of the humanities and natural sciences*, 2016, no. 10-2, pp. 148-150. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27162443>
22. Tsymbal E. A. Self-realization and creativity of the individual in the consumer society. *Scientific Thought of the Caucasus*, 2018, no. 2 (94), pp. 26-28. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35215590>
23. Shcherbakova V. A. Institutionalization of social networks. *Communicology: electronic scientific journal*, 2018, no. 3, pp. 93-99. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35215590>
24. Bradburn N. *The structure of psychological well-being*. Chicago, Aldine Publ., 1969 p.
25. Kulzhanova G.T. Human capital as a socio-cultural phenomenon. *Mission of confessions*, 2020, vol. 9, no. 1 (42), pp. 109-118. EDN: [JATJQK](#) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42933727>

Submitted: 08 August 2022

Accepted: 08 September 2022

Published: 09 September 2022

