

---

---

# ИНДИВИД И ЛИЧНОСТЬ

---

Т.Н. Козловская, Е.В. Назаренко, А.А. Кириенко

## К ПРОБЛЕМЕ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕВУШЕК И ЮНОШЕЙ, СКЛОННЫХ К АСОЦИАЛЬНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

---

**Аннотация.** Предметом исследования являются особенности субъективного благополучия. Особое внимание уделяется категории субъективного благополучия, теориям субъективного благополучия в отечественной и зарубежной психологии, компонентам субъективного благополучия и психологическим характеристикам субъективного благополучия девушек и юношей, склонных к асоциальному поведению. С целью детального анализа предмета изучения было проведено эмпирическое исследование, гипотезой которого послужило предположение о том, что общий уровень субъективного благополучия у юношей значительно отличается от общего уровня субъективного благополучия девушек, а именно уровень субъективного благополучия девушек выше, чем у юношей и имеет свои психологические особенности.

Для эмпирического исследования были использованы методики «Шкала субъективного благополучия» в адаптации Н.П. Фетискина и В.В. Козлова и «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф).

Исследование позволило установить, что как у девушек, так и у юношей, склонных к асоциальным проявлениям, с уменьшением общего уровня субъективного благополучия проявляется недостаток близких, доверительных отношений с другими. Научная новизна исследования заключается в изучении субъективного благополучия девушек и юношей, склонных к асоциальному поведению и выявлении свойственных им психологических особенностей. Практическая значимость исследования обусловлена тем, что полученные результаты исследования показали, что существуют различия в благополучии у юношей и девушек и для профилактики асоциальных проявлений нужны разные формы работы с ними.

Посредством методов математической статистики были обнаружены значимые различия по общему уровню субъективного благополучия, уровень которого в выборке юношей выше, чем в выборке девушек. В результате корреляционного анализа были выявлены следующие особенности взаимосвязи субъективного и психологического благополучия в выборках. У юношей, склонных к асоциальным проявлениям, выявлена обратно пропорциональная зависимость между напряжённостью и требованиями повседневной жизни, психоэмоциональной симптоматикой и уровнем психологического благополучия. Т.е. чем выше выражена напряжённость и чувствительность, тем ниже способность выполнять требования повседневной жизни, а с увеличением психоэмоциональной симптоматики снижается общий уровень психологического благополучия. Тогда как у девушек, особенности субъективного благополучия, связаны с изменением настроения.

**Ключевые слова:** автономность, удовлетворённость повседневной деятельностью, самооценка здоровья, чувствительность, напряжённость, психологическое благополучие, субъективное благополучие, личностный рост, жизненные цели, асоциальные проявления.

**Abstract.** The subject of the present research is peculiarities of the subjective well-being. Special attention is paid to the category of subjective well-being, theories of subjective well-being in Russian and foreign psychology, components of subjective well-being and psychological features of subjective well-being of young men and women inclined to antisocial behavior. In order to carry out detailed analysis of the research subject, the authors conducted an empirical research with the hypothesis that the general level of subjective well-being demonstrated by young men considerably differs from the general level of subjective well-being of young women, in particular, the level of subjective well-being for young women is higher and has its own psychological peculiarities. For their empirical research the authors have used the Subjective Well-Being Scale adapted by N. Fetiskina and V. Kozlov, and The Psychological Well-Being Scale by Carol

Статья выполнена при поддержке РФНФ, проект № 16-36-00017а.

Ryff. The results of the research show that both young men and women inclined to antisocial behavior demonstrate deficiency in close and trustful relationships with others as the general level of their subjective well-being decreases. The scientific novelty of the research is caused by the fact that the authors study subjective well-being of young men and women inclined to antisocial behavior and define their psychological peculiarities. Practical importance of the research is caused by the fact that the results of the research demonstrate that there are differences in subjective well-being of young men and women, thus different forms of assistance are needed for men and women during preventive measures against antisocial behavior. By using mathematical statistics methods the authors have defined significant differences in the general levels of subjective well-being, the level of subjective well-being was higher for a group of young men compared to a group of young women. As a result of the correlation analysis carried out, the authors have also defined the following peculiar relationships between subjective well-being and psychological well-being in groups of young men and women. Young men inclined to antisocial behavior demonstrate the inverse relationship between the level of tension and requirements of everyday life, psychoemotional symptoms and the level of psychological well-being. In other words, the higher tension and sensibility indicators are, the lower ability to perform everyday activities is, and aggravation of psychoemotional symptoms decreases the general level of psychological well-being. The group of young women demonstrated the dependence of their subjective well-being on mood changes.

**Key words:** psychological well-being, tension, sensibility, self-concept of health, satisfaction with everyday activity, independence, personal growth, life purposes, antisocial behavior, subjective well-being.

## Введение

Настоящее исследование посвящено изучению субъективного благополучия юношей и девушек, склонных к асоциальному поведению, которые в своём прошлом состояли на учёте ИДН.

Понятие «счастье» сложилось в конце XX в. в мире научной психологии в рамках позитивной психологии, предложенной А. Маслоу, который в 1950-х – 1960-х гг. призывал психологов больше обращать внимание на стимулирование психического здоровья, чем на лечение болезней и патологий. Позже разработкой теоретического наполнения занялись М. Аргайл и М. Селигман, И. Бонивелл, М. Чиксентмихайи, Э. Динер (E. Diener), К. Рифф [1].

В настоящее время психологи (Р.М. Шаминов) используют термин субъективное благополучие личности, что представляет собой интегральное образование включающий когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты выражающийся в системе отношений человека к жизни и самоанализ себя. Это определение мы выбрали как основное рабочее понятие для нашего эмпирического исследования [2; 3].

Регулярный мониторинг качества жизни – неотъемлемая часть изучения проблемы субъективного благополучия во всем мире в настоящее время.

1. Первые систематические замеры субъективного благополучия появились в США и с 1964 г. стали ежегодными. Результаты исследований в США показывают стабильность субъективных оценок удовлетворённости жизнью, невзирая на экономическую и политическую динамику страны [3].

Центр World Values Survey с 1981 г. проводит регулярные срезы субъективного благополучия

(каждые 4 года) в 52 странах мира, таких как Аргентина, США, Турция, Южная Африка и страны европейского союза. Результаты срезов также обнаруживают достаточно высокую устойчивость субъективных оценок удовлетворённости жизнью.

Австралийский центр качества жизни (Australian Centre on Quality of Life) осуществляет ежегодный мониторинг удовлетворённости жизнью с помощью Индекса субъективного благополучия личности (Personal Wellbeing Index, PWI), причём с 2001 г. осуществляет регулярные срезы (2 раза в год) [4]. К концу 2009 г. Австралийский центр качества жизни осуществил уже около 30 исследований: кроме отчётов каждые полгода, центром осуществляются дополнительные срезы и обзоры. Примечательно, что в каждом исследовании учёные делают акцент на определённый аспект субъективного благополучия.

Среди этих аспектов выделяются следующие направления:

- 1) изучение влияния текущих событий на изменение субъективного благополучия;
- 2) изучение внешних переменных субъективного благополучия (работы, досуга, дохода и т.д.);
- 3) изучение внутренних переменных субъективного благополучия (субъективная значимость собственной жизни, степень контроля над жизненными событиями и т.д.) [4].

Европейский фонд усовершенствования условий проживания и работы (European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions) реализовал первое масштабное исследование субъективного благополучия в Европе в 2003 г. В исследовании участвовало 28 стран: 25 стран, входящих в состав Европейского союза и три

страны, претендующие на членство в ЕС (Болгария, Румыния и Турция). В ходе исследования зарегистрировались:

- 1) удовлетворённость жизнью (в целом и отдельными сферами);
- 2) эмоциональная окраска жизни;
- 3) отчуждённость от общества (проявляющаяся в отсутствии чувства принадлежности и интеграции в общество) [5].

Новый экономический фонд (New Economic Foundation), проводивший исследования в 178 странах мира, опубликовал в 2006 г. результаты Индекса всепланетного счастья. Расчёт индекса осуществляется с учётом объективных оценок продолжительности жизни и уровня экологии стран, а также субъективной оценки удовлетворённости жизнью их жителями. Авторы отстаивают мысль о том, что ни одна страна не является полностью благополучной с учётом всех трёх показателей и субъективная оценка благополучия только в определённой степени связана с объективными показателями. Мало того, экономическое благосостояние и уровень жизни не являются определяющими в общей оценке благополучия. Второй срез субъективного благополучия, проведённый в 2009 г. в 143 странах, охватывающих 99% населения земного шара, обнаруживает позитивную динамику в оценках удовлетворённости жизнью [3].

Причём уровень субъективного благополучия может отличаться даже у граждан одной страны в зависимости от места их проживания. Так, например, жители периферийных районов Австралии демонстрируют большую удовлетворённость собственной жизнью, чем жители городов и центральных районов, что обнаружено исследователями Australian Centre on Quality of Life.

2. Уровень дохода взаимосвязан с уровнем субъективного благополучия. Майкл Аргайл утверждает, что «если речь идёт о плохо обеспеченных людях или жителях бедных стран, то деньги действительно определяют ощущение счастья. Но во всех остальных случаях их влияние невелико» [6]. Это подтверждается всеми проводимыми исследованиями: различия в материальном положении определяют разницу в благополучии преимущественно при низком и среднем уровне дохода. В связи с этим наиболее неблагоприятными группами по этому параметру сравнения являются безработные, люди с низким уровнем образования, чернорабочие (люди, имеющие самый низкий доход). Люди, вышедшие на пенсию, оказываются группой риска только в экономически менее благополучных странах.

Очевидны различия в уровне субъективного благополучия у людей разных профессий и образовательных уровней (как правило, люди, работающие в сферах, требующих высокой квалификации, более удовлетворены жизнью, чем неквалифицированные рабочие). Исследователи связывают этот факт не с их материальным доходом, а с удовлетворённостью собственным социальным статусом и социальными отношениями [6; 7; 8; 9].

Следующие три фактора (семейное положение, пол и возраст), по мнению учёных, обнаруживают своё влияние на субъективное благополучие наиболее ярко в странах со стабильным экономическим положением.

Учёные обнаружили, что в среднем женщины несколько счастливее мужчин (ненормального: 7% стандартного отклонения), испытывают чуть больше положительных эмоций (тоже 7%) и более удовлетворены жизнью (3%). Однако в ряде исследований на тему «общей оценки» самые позитивные установки выказали, наоборот, мужчины. Несколько сильнее проявлялся этот в целом незначительный положительный эффект у людей, состоящих в браке (8%). Как показывает исследование, с возрастом мужчины становятся счастливее женщин [10]. Однако выборка с асоциальным поведением не изучалась.

## Методы исследования

Для эмпирического исследования субъективного благополучия юношей и девушек, склонных к асоциальному поведению, были выбраны следующие методики: шкала субъективного благополучия (Perrudel-Badoux, Mendelsohn и Chiche) и шкала психологического благополучия (K. Ryffs Scale of Psychological Well-being), более известная как Шкала Рифф.

### *Шкала субъективного благополучия (Perrudel-Badoux, Mendelsohn u Chiche).*

Шкала СБ оценивает эмоциональный компонент субъективного благополучия в диапазоне от оптимизма, бодрости и уверенности в себе до подавленности, раздражительности и ощущения одиночества. Дифференцировка пунктов по шести кластерам позволяет проводить наряду с количественным, качественный анализ ответов испытуемого.

Шкала состоит из 17 пунктов, содержание которых связано с эмоциональным состоянием, социальным положением и некоторыми физическими симптомами. В соответствии с содержанием пункты делятся на шесть кластеров:

1. Напряжённость и чувствительность (пункты: 2, 12, 16).
2. Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику (пункты: 9, 14, 17).
3. Изменения настроения (пункты: 1, 11).
4. Значимость социального окружения (пункты: 3, 6, 8).
5. Самооценка здоровья (пункты: 7, 15).
6. Степень удовлетворённости повседневной деятельностью (пункты: 5, 10, 13).

Испытуемому необходимо оценить каждое утверждение по семибалльной шкале, где «1» означает «полностью согласен», «7» - «полностью не согласен», промежуточные баллы имеют соответствующие значения. Сумма баллов по всем пунктам составляет итоговый балл по тесту, который является показателем наличия и глубины эмоционального дискомфорта личности. По ответам на отдельные пункты исследователь может выявить зоны особого напряжения или конфликта.

Методика предназначена для людей старше 14 лет и не имеет ограничений по образовательным, социальным, профессиональным признакам, что, безусловно, является её достоинством.

*Шкала психологического благополучия (K. Ryff's Scale of Psychological Well-being), более известная как Шкала Рифф.*

Данный опросник позволяет измерять как уровень психологического благополучия, так и определять характер соотношения его компонентов.

Методика включает в себя шесть шкал: автономность, личностный рост, позитивные отношения с другими, управление средой (окружением), жизненные цели, самопринятие. Результаты стандартизации методики (n=510) свидетельствуют о том, что она обладает хорошими психометрическими показателями. Подтверждена шестифакторная структура психологического благополучия с ведущими компонентами самопринятие и жизненные цели.

Опросник Шкалы Рифф – теоретически обоснованный инструмент, который предназначен для измерения выраженности основных составляющих психологического благополучия.

## Характеристика выборки

Для проведения исследования были сформированы две группы: группа юношей и девушек, склонных к асоциальным проявлениям и ранее состоявших на учёте ИДН. Испытуемые были подобраны таким образом, чтобы состав групп был более однороден, этому способствовал тот факт, что все респонденты имеют сходный доход.

В экспериментально-психологическом исследовании приняли участие испытуемые в возрасте от 15 до 18 лет в количестве 46 человек, а именно – 23 девушки и 23 юноши в возрасте. Все респонденты из неполных семей. Родители, воспитывающие этих детей, либо не имеют работу на постоянной основе, либо работают на низкооплачиваемой должности. Все постоянно проживают в г. Оренбурге. По уровню материального достатка все испытуемые находятся приблизительно на одной ступени: имеют доход ниже среднего. По образованию: все испытуемые не имеют среднего общего образования.

Испытуемые принимали участие в исследовании на добровольной основе, были мотивированы и положительно настроены по отношению к исследователю.

## Процедура исследования

Процедура исследования сочетала устную беседу и письменный опрос респондентов в одинаковых условиях. В качестве метода сбора данных использованы опросные методы: психологическое тестирование, анкетирование. В рамках метода тестирования были применены две методики: методика «Шкала субъективного благополучия», методика «Шкала психологического благополучия».

## Результаты исследования и их обсуждение

По шкале субъективного благополучия были получены следующие результаты.

По процентному соотношению общего уровня субъективного благополучия у юношей и девушек: в выборке юношей 74% испытуемых имеют высокий уровень субъективного благополучия, 25% имеют средний уровень, испытуемых с низким уровнем субъективного благополучия не выявлено.

В выборке девушек: 26% испытуемых имеют высокий уровень субъективного благополучия, 75% имеют средний уровень, испытуемых с низким уровнем субъективного благополучия не выявлено (рис. 1). Это может свидетельствовать о том, что в выборке юношей преобладает высокий уровень субъективного благополучия, а у девушек субъективное благополучие находится на среднем уровне, т.е. юноши чувствуют себя более благополучными, чем девушки, они полностью удовлетворены как своей духовной, так и физической жизнью. Однако в выборках, как юношей, так и девушек низкого уровня субъективного благополучия не наблюдается, т.е. в выборках нет людей совершенно неудовлетворённых своей жизнью.

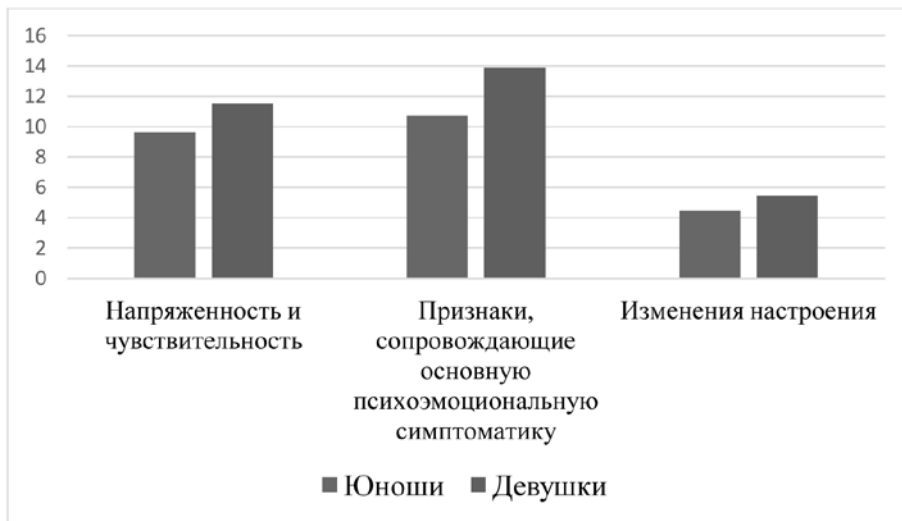


Рис. 1. Выраженность общего уровня субъективного благополучия у юношей и девушек (по методике ШСБ), в %

Таблица 1.

**Выраженность показателей субъективного благополучия у юношей и девушек**

Показатели субъективного благополучия	Юноши	Девушки
	Баллы	
Напряжённость и чувствительность	9,64	11,54
Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику	10,74	13,9
Изменения настроения	4,46	5,45
Значимость социального окружения	6,3	7,5
Самооценка здоровья	5,3	7,2
Степень удовлетворённость повседневной деятельностью	7,9	9,85
Средний показатель общего балла субъективного благополучия	44,15	55,2



Рис. 2. Средний «сырой» балл ШСБ у юношей и девушек

Далее мы сравнили средние показатели по кластерам субъективного благополучия у юношей и девушек (табл. 1).

Средний показатель общего балла субъективного благополучия у юношей составляет 44,15 (стандартное отклонение 3,05), а у девушек – 55,2 (стандартное отклонение 4,4) (Таблица 1).

Результат респондентов-девушек находится в пределах нормы (норма 5,5±2), а респондентов-юношей выходит за границы нормы (рис. 2).

Из рисунка видно, что у юношей средние показатели по кластерам напряжённость и чувствительность, психоэмоциональное состояние, из-

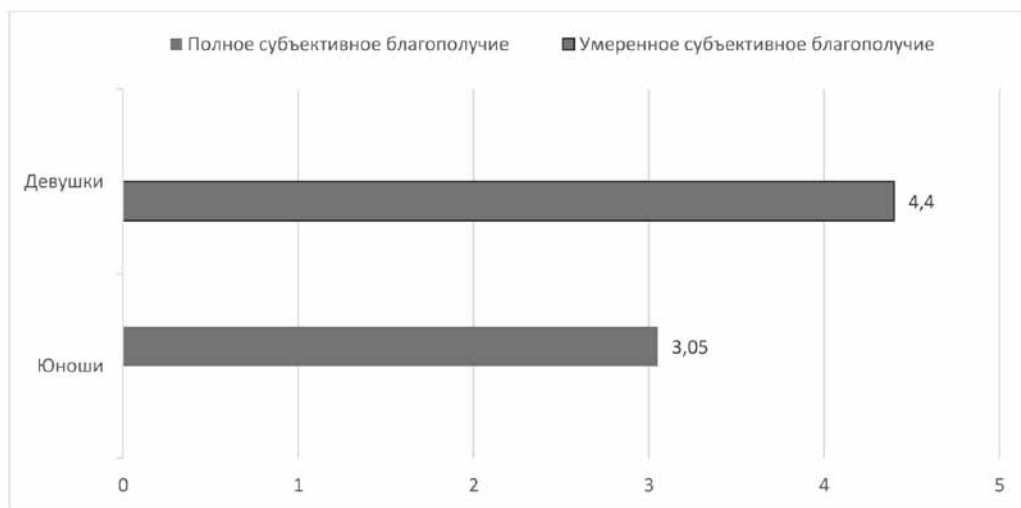


Рис. 3. Выраженность показателя субъективного благополучия у юношей и девушек

менение настроения, значимость социального окружения, самооценка здоровья, удовлетворённость повседневной деятельностью ниже показателей девушек.

Однако, по t-критерию Стьюдента, значимые различия были обнаружены между выборками юношей и девушек по следующим кластерам – признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику ( $t=2,72$  при  $p>0,01$ ), степень удовлетворённости повседневной деятельностью ( $t=2,9$  при  $p>0,01$ ) и общему уровню субъективного благополучия ( $t=3$  при  $p>0,01$ ). Различия были не значимыми.

Следовательно, у девушек признаки, сопровождающие психоэмоциональную симптоматику, такие как депрессия, сонливость, рассеянность выражены больше, чем у юношей, кроме того здоровье оценивается девушками так же не слишком хорошо, они не чувствуют себя в прекрасной форме и здоровыми. Также девушки субъективно менее удовлетворены своей повседневной деятельностью в отличие от юношей. Возможно, это связано с тем, что девушки в повседневной жизни эмоционально более чувствительны к различного рода проблемам.

Особенностью ШСБ является характер интерпретации результатов, противоположный общепринятому. В отличие от обычной трактовки, в данной методике более высоким уровнем субъективного благополучия обладает респондент, чей стэн ближе к единице.

Результаты исследования по методике ШСБ оцениваются следующим образом: наиболее низкие оценки (один стэн) свидетельствуют о полном эмоциональном благополучии испытуемого, об отрицании им серьёзных личностных проблем.

Такой человек обладает позитивной самооценкой, не склонен высказывать жалобы, оптимистичен, общителен, уверен в своих способностях, эффективно действует в условиях стресса, не склонен к тревогам. По мере увеличения значения стэна – снижается уровень субъективного благополучия.

В результате сравнительно-сопоставительного анализа оценок субъективного благополучия у юношей и девушек было выявлено, что общий уровень субъективного благополучия у юношей высокий, а у девушек средний, низкий уровень проявления субъективного благополучия не выявлен ни в одной группе.

По общему уровню субъективного благополучия между выборками юношей и девушек были обнаружены значимые различия на уровне  $p>0,01$  ( $t=3$ ). Это свидетельствует о том, что испытуемые-юноши субъективно более благополучны, чем девушки, что не совпадает с выводами зарубежных учёных, занимающихся исследованиями благополучия. В то время как, девушки в меньшей степени, чем юноши удовлетворены как жизнью в целом, так и конкретными жизненными сферами (своим здоровьем, повседневной деятельностью).

Следовательно, наша гипотеза о том, что общий уровень субъективного благополучия у юношей будет отличаться от общего уровня субъективного благополучия девушек, подтвердилась полностью.

Далее мы исследовали психологическое благополучие у юношей и девушек по методике Шкала психологического благополучия, которое показало следующие результаты.

Средний показатель общего балла психологического благополучия у юношей составляет 378,35, а у девушек – 370. Указанные баллы относятся к

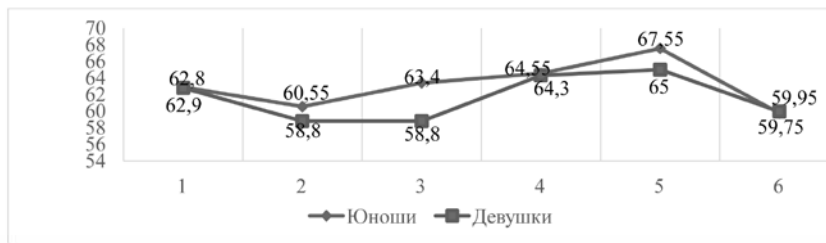


Рис. 4. Психологическое благополучие у юношей и девушек (по ШПБ)

Примечание: шкалы 1 – Позитивные отношения; 2 – Автономия; 3 – Управление средой; 4 – Личностный рост; 5 – Цель в жизни; 6 – Самопринятие

одному уровню выраженности общего показателя по шкале – среднему, а именно – к шестому ступню из десяти возможных. Это говорит о том, что, несмотря на незначительное отличие в результатах у юношей и девушек, их психологическое благополучие находится на одном уровне, различий по шкалам психологического благополучия у юношей и девушек выявлено не было, кроме шкалы управление средой, значение t-критерия Стьюдента  $t=3.1$ .

Средний показатель по шкале «Позитивные отношения» у юношей составляет 62,8 балла (норма для юношей  $63=7,12$ ), у девушек – 62,9 (норма для девушек  $65\sim=8,28$ ) и находится в пределах нормы.

Средний показатель стэнов 5,35 у юношей и 5,7 у девушек (по десятибалльной шкале) указывает на наличие, как у юношей, так и у девушек, близких, приятных, доверительных отношений с окружающими, желание проявлять заботу о других людях, а также на умение находить компромиссы во взаимоотношениях.

Средний показатель по шкале «Автономия» у юношей составляет 60,55 балла (норма для юношей  $56\sim=6,86$ ), у девушек 58,8 (норма для девушек  $58+7,31$ ) и находится в пределах нормы.

Средний показатель стэнов 6,95 у юношей и 6,4 у девушек (по десятибалльной шкале) указывает на самостоятельность и независимость респондентов, их способность противостоять социальному давлению в своих суждениях и в своих действиях. Испытуемые самостоятельно регулируют собственное поведение и оценивают себя, исходя из своих собственных стандартов.

Средний показатель по шкале «Управление средой» составляет у девушек 58,8 (норма для девушек  $58\sim=7,35$ ) и находится в пределах нормы, а средний показатель у юношей составляет 63,4 балла выше нормы (норма  $57+6,27$ ).

Средний показатель стэнов 6,05 у юношей и 5,15 у девушек (по десятибалльной шкале) указывает на то, что юноши способны более эффективно

использовать различные жизненные обстоятельства. Хотя и у юношей и у девушек присутствует чувство уверенности и компетентности в управлении повседневными делами. Для респондентов характерно умение самим выбирать и создавать условия, удовлетворяющие личностным потребностям и ценностям, и у юношей это находит более яркое выражение.

Возможно, высокий показатель благополучия юношей в управление средой тесно связан с гендерными особенностями юношей: более агрессивны и склонны к лидерству, стремятся к контролю и доминированию.

Средний показатель по шкале «Личностный рост» у юношей составляет 64,3 балла (норма для юношей  $65+4,94$ ), у девушек 64,55 (норма для девушек  $65+6,04$ ) и находится в пределах нормы.

Средний показатель стэнов 6,2 у юношей и 6,15 у девушек (по десятибалльной шкале) указывает на то, что испытуемые воспринимают себя «растущими» и реализующими себя, открытыми новому опыту, наблюдают улучшения в себе и в своих действиях с течением времени, изменяются в соответствии с собственными познаниями и достижениями.

Средний показатель по шкале «Цель в жизни» у юношей составляет 67,55 балла (норма для юношей  $63\sim=5,16$ ), у девушек 65 (норма для девушек  $64+8,19$ ) и находится в пределах нормы.

Средний показатель стэнов 6,1 у юношей и 5,8 у девушек (из девяти возможных) указывает на наличие намерений и жизненных целей, как у юношей, так и у девушек. Испытуемые считают, что прошлая и настоящая жизнь имеет смысл, придерживаются убеждений, которые являются источниками цели в жизни.

Средний балл у юношей приближается к верхней границе нормы, что говорит о более ярко выраженном чувстве направленности, ощущение осмысленности происходящего. Это объясняется присущей юношам нацеленностью на результат.

Средний показатель по шкале «Самопринятие» у юношей составляет 59,75 балла (норма для юношей 59+6,99), у девушек 59,95 (норма для девушек 61~9,08) и находится в пределах нормы.

Средний показатель стэнов 5,4 у юношей и 5,6 у девушек (по десятибалльной шкале) указывает на позитивное отношение испытуемых к самим себе. Респонденты признают и принимают все собственное личностное многообразие, включая свои как хорошие, так и плохие качества. Они адекватно оценивают свое прошлое.

Психологическое благополучие у юношей и девушек хоть и находится на одном уровне и не имеет различий по t-критерию Стьюдента, значительно отличается по выраженности компонентов. На графике представлено сопоставление показателей по шести шкалам, отвечающим за различные составляющие психологического благополучия человека.

Из рисунка видно, что кривая психологического благополучия у юношей стремится к верхним границам, в отличие от кривой у девушек, которая варьирует в пределах нормы.

Следовательно, можно сказать, что как юноши, так и девушки имеют средний уровень психологического благополучия, без негативных и субъективно отрицательных оценок по шкалам, т.е. они достаточно удовлетворены своей жизнью, имеют позитивные отношения с окружающими и с самим собой, стремятся к самостоятельности, личностному росту, имеют цель в жизни.

Для выявления особенностей взаимосвязи субъективного благополучия с психологическим благополучием нами был использован критерий ранговой корреляции Спирмена.

В результате корреляционного анализа субъективного и психологического благополучия у юношей и девушек были выявлены следующие взаимосвязи.

Было выявлено, что:

1. У юношей субъективное благополучие кластера напряжённости и чувствительности имеет отрицательные корреляции на достоверном уровне с такими шкалами психологического благополучия, как: позитивные отношения на 5% уровне ( $k_{0,05}=-0,56$ ). На 1% уровне значимости была выявлена взаимосвязь между кластером напряжённости и чувствительностью с автономией ( $k_{0,01}=-0,64$ ), управление средой ( $k_{0,01}=-0,75$ ), личностным ростом ( $k_{0,01}=-0,61$ ), целью в жизни ( $k_{0,01}=-0,56$ ), самопринятием ( $k_{0,05}=-0,45$ ), общим уровнем психологического благополучия ( $k_{0,01}=-0,64$ ).

У девушек субъективное благополучие кластера напряжённости и чувствительности имеет отрицательные корреляции на достоверном уровне

не только по шкале психологического благополучия как: позитивные отношения ( $k_{0,01}=-0,60$ ).

Т.е. у юношей с увеличением напряжённости и чувствительности снижаются показатели по всем шкалам психологического благополучия, у девушек же только по шкале позитивные отношения.

2. У юношей субъективное благополучие кластера признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику, имеет отрицательные корреляции на достоверном уровне с такими шкалами психологического благополучия как: позитивные отношения ( $k_{0,05}=-0,46$ ), управление средой ( $k_{0,05}=-0,49$ ), общий уровень психологического благополучия ( $k_{0,05}=-0,49$ ).

У девушек субъективное благополучие кластера признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику, имеет отрицательные корреляции на достоверном уровне с такими шкалами психологического благополучия как: позитивные отношения ( $k_{0,01}=-0,56$ ), управление средой ( $k_{0,05}=-0,48$ ).

Т.е. у юношей и у девушек с увеличением признаков, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику снижаются показатели по позитивным отношениям и управления средой, однако, у юношей снижаются показатели ещё и по общему уровню психологического благополучия.

3. У юношей субъективное благополучие кластер изменения настроения имеет отрицательные корреляции на достоверном уровне с такими шкалами психологического благополучия как: автономия ( $k_{0,01}=-0,7$ ).

У девушек субъективное благополучие кластера изменения настроения имеет отрицательные корреляции на достоверном уровне с такими шкалами психологического благополучия как: управление средой ( $k_{0,05}=-0,49$ ), цель в жизни ( $k_{0,01}=-0,59$ ), самопринятие ( $k_{0,05}=-0,6$ ), общий уровень психологического благополучия ( $k_{0,05}=-0,57$ ).

Т.е. с увеличением изменения настроения снижаются показатели по автономии у юношей и управление средой, цель в жизни, самопринятие, общий уровень психологического благополучия – у девушек.

4. У юношей и у девушек субъективное благополучие кластера значимости социального окружения достоверных связей со шкалами психологического благополучия выявлено не было.

5. У юношей субъективное благополучие кластера самооценки здоровья имеет отрицательные



корреляции на достоверном уровне с такими шкалами психологического благополучия как: управление средой ( $k_{0,01}=-0,59$ ). У девушек субъективное благополучие кластера самооценки здоровья, достоверных связей со шкалами психологического благополучия выявлено не было.

6. У юношей субъективное благополучие кластера степени удовлетворённости повседневной деятельностью имеет отрицательные корреляции на достоверном уровне с такими шкалами психологического благополучия как: позитивные отношения ( $k_{0,05}=-0,49$ ).

У девушек субъективное благополучие кластера значимости степени удовлетворённости повседневной деятельностью достоверных связей со шкалами психологического благополучия выявлено не было.

7. У юношей на общем уровне субъективного благополучия была выявлена обратная взаимосвязь со шкалами психологического благополучия: автономией ( $k_{0,01}=-0,63$ ), управлением средой ( $k_{0,01}=-0,75$ ), самопринятием ( $k_{0,05}=-0,436$ ), общим уровнем психологического благополучия ( $k_{0,01}=-0,71$ ), личностный рост ( $k_{0,01}=-0,61$ ), цель в жизни ( $k_{0,01}=-0,54$ ). Прямая зависимость обнаружена со шкалой позитивные отношения ( $k_{0,01}=0,61$ ).

У девушек на общем уровне субъективного благополучия имеет отрицательные корреляции на достоверном уровне с такими шкалами психологического благополучия как: позитивные отношения ( $k_{0,05}=-0,56$ ), управление средой ( $k_{0,05}=-0,56$ ), общий уровень психологического благополучия ( $k_{0,05}=-0,49$ ). Следует отметить, что шкала субъективного благополучия имеет противоположное значение, т.е. большие значения по шкале говорят о меньшем благополучии и наоборот.

Следовательно, мы можем сказать о том, что с уменьшением общего уровня субъективного благополучия (обратная шкала) у юношей уменьшаются показатели, по всем шкалам психологического благополучия, а у девушек только по шкалам позитивные отношения, автономия и общий уровень психологического благополучия.

В результате корреляционного анализа были выявлены следующие особенности взаимосвязи субъективного и психологического благополучия.

У юношей, при повышении выраженности напряжённости и чувствительности, снижается способность выполнять требования повседневной жизни, чувство не прекращающегося развития и самореализации, снижается чувство осмысленности жизни, удовлетворённость собой. С уве-

личением психоэмоциональной симптоматики снижается общий уровень психологического благополучия. Изменение настроения негативно сказывается на принятии решений. При низкой самооценке здоровья юношам трудно справляться с повседневными делами. С удовлетворённостью повседневной деятельностью возникает недостаток близких, доверительных отношений с другими, отсутствие способности идти на компромисс.

У девушек особенности субъективного благополучия, связанные с изменением настроения, выражаются таким образом: им трудно справляться с повседневными делами; они чувствуют, что не способны улучшить или изменить окружающие обстоятельства, у девушек снижается чувство осмысленности жизни; становится осязаемым недостаток целей, чувства направленности; девушки могут не видеть целей в будущем и смысла в своём прошлом. Появляется неудовлетворённость собой, разочарованность своим прошлым, беспокойность определёнными личностными качествами.

С уменьшением общего уровня субъективного благополучия, как у юношей, так и у девушек проявляется недостаток близких, доверительных отношений с другими; им трудно заботиться об окружающих людях, быть тёплыми и открытыми в общении; они изолированы и фрустрированы в межличностных отношениях; не стремятся идти на компромисс для поддержания важных связей с другими. Трудно справляются с повседневными делами; чувствуют, что неспособны улучшить или изменить окружающие обстоятельства; не осознают возможности, предоставляемые окружающей средой; не испытывают чувство контроля над внешним миром.

Но, в отличие от девушек, юношей волнуют ожидания и оценки других, при принятии важных решений чаще опираются на суждения других; их мышление и поведение подвержено социальному давлению, появляется чувство скуки и незаинтересованности в жизни; чувствуют себя неспособными приобретать новые установки и способы поведения, нет чувства осмысленности жизни; недостаток целей, отсутствуют воззрения и убеждения, придающие жизни смысл, не удовлетворены собой; разочарованы своим прошлым; обеспокоены определёнными личностными качествами.

Таким образом, гипотеза о том, что субъективное благополучие юношей и девушек имеет свои психологические особенности, получила своё подтверждение.

## Выводы

В результате изучения уровня субъективного и психологического благополучия юношей и девушек, можно сделать следующие выводы:

1. По общему уровню субъективного благополучия между выборками юношей и девушек были обнаружены значимые различия на уровне  $p > 0,01$  ( $t=3$ ). Это свидетельствует о том, что испытуемые-юноши субъективно более благополучны, чем девушки, что говорит о том, что изменяться они не готовы.
2. Уровень общей удовлетворённости, полученный благодаря суммированию дифференцированных оценок удовлетворённости в разных жизненных сферах, у юношей также выше, чем у девушек, хотя и не достигает статистически значимых значений.
3. Психологическое благополучие у юношей и девушек находится на среднем уровне и не имеет различий по t-критерию Стьюдента т.е. они достаточно удовлетворены своей жизнью, есть возможности для роста личности.
4. В результате корреляционного анализа были выявлены следующие особенности взаимосвязи субъективного и психологического благополучия. У юношей, чем выше выражена напряжённость и чувствительность, тем ниже способность выполнять требования повседневной жизни, чувство не прекращающегося развития и самореализации, снижается чувство осмысленности жизни, удовлетворённость собой. С увеличением психоэмоциональной симптоматики снижается общий уровень психологического благополучия. Изменение настроения негативно сказывается на принятии решений. При низкой самооценке здоровья юношам трудно справиться с повседневными делами. С удовлетворённостью повседневной деятельностью возникает недостаток близких, доверительных отношений с другими, отсутствие способности идти на компромисс.

## Список литературы:

1. Журавлёв А.Л., Юревич А.В. Счастье как научная категория // Вестник Российской академии наук. 2014. Т. 84. № 8. С. 715-723.
2. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия: (к разработке интегративной концепции). Саратов, 2003. 15 с.
3. Яремчук С.В. Факторы субъективного благополучия личности: Объективные и субъективные переменные. Изд-во LAP, 2012. 95 с.
4. Australian Unity Благополучие Индекс (2001 до 2013 гг.). URL: <http://www.acqol.com.au/reports/auwbi.php>.
5. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (EUROFOUND). URL: [https://europa.eu/european-union/about-eu/agencies/eurofound\\_en](https://europa.eu/european-union/about-eu/agencies/eurofound_en).

У девушек особенности субъективного благополучия, связанные с изменением настроения, выражаются таким образом: им трудно справиться с повседневными делами; они чувствуют, что не способны улучшить или изменить окружающие обстоятельства, у девушек снижается чувство осмысленности жизни; становится осязательным недостаток целей, чувства направленности; девушки могут не видеть целей в будущем и смысла в своём прошлом. Появляется неудовлетворённость собой, разочарованность своим прошлым, обеспокоенность определёнными личностными качествами.

С уменьшением общего уровня субъективного благополучия, как у юношей, так и у девушек проявляется недостаток близких, доверительных отношений с другими; им трудно заботиться о других, быть тёплыми и открытыми с окружающими людьми; изолированы и фрустрированы в межличностных отношениях; не стремятся идти на компромисс для поддержания важных связей с другими. Трудно справляются с повседневными делами; чувствуют, что не способны улучшить или изменить окружающие обстоятельства; не осознают возможности, предоставляемые окружающей средой; не испытывают чувство контроля над внешним миром.

Но, в отличие от девушек, юношей волнуют ожидания и оценки других, при принятии важных решений они опираются на суждения других; их мышление и поведение подвержено социальному давлению, появляется чувство скуки и неинтересности в жизни; чувствуют себя неспособными приобретать новые установки и способы поведения, нет чувства осмысленности жизни; недостаток целей, отсутствуют воззрения и убеждения, придающие жизни смысл, не удовлетворены собой; разочарованы своим прошлым; обеспокоены определёнными личностными качествами.

Таким образом, в результате нашего исследования мы показали, что существуют различия в благополучии у юношей и девушек и для профилактики асоциальных проявлений нужны разные формы работы с юношами и девушками.

6. Аргайл М. Психология счастья. 2-е изд. СПб.: Питер, 2003. 271 с.
7. Зубова Л.В. Психологические особенности ценностных ориентаций подростков с различной направленностью личности. Оренбург: ООИПКРО, 2002.
8. Назаренко Е.В. К вопросу качества жизни личности с позиции гуманистической психологии // Качество жизни, психология здоровья и образование: междисциплинарный подход. Материалы Международной научно-практической конференции (Москва, Российский университет дружбы народов, 24-25 апреля 2014 г.). М., 2014.

### **References (transliterated):**

1. Zhuravlev A.L., Yurevich A.V. Schast'e kak nauchnaya kategoriya // Vestnik Rossiiskoi akademii nauk. 2014. T. 84. № 8. S. 715-723.
2. Shamionov R.M. Psikhologiya sub'ektivnogo blagopoluchiya: (k razrabotke integrativnoi kontseptsii). Saratov, 2003. 15 s.
3. Yaremchuk S.V. Faktory sub'ektivnogo blagopoluchiya lichnosti: Ob'ektivnye i sub'ektivnye peremennye. Izd-vo LAP, 2012. 95 s.
4. Australian Unity Blagopoluchie Indeks (2001 do 2013 gg.). URL: <http://www.acqol.com.au/reports/auwbi.php>.
5. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (EUROFOUND). URL: [https://europa.eu/european-union/about-eu/agencies/eurofound\\_en](https://europa.eu/european-union/about-eu/agencies/eurofound_en).
6. Argail M. Psikhologiya schast'ya. 2-e izd. SPb.: Piter, 2003. 271 s.
7. Zubova L.V. Psikhologicheskie osobennosti tsennostnykh orientatsii podrostkov s razlichnoi napravlennost'yu lichnosti. Orenburg: OOI PKRO, 2002.
8. Nazarenko E.V. K voprosu kachestva zhizni lichnosti s pozitsii gumanisticheskoi psikhologii // Kachestvo zhizni, psikhologiya zdorov'ya i obrazovanie: mezhdistsiplinaryni podkhod. Materialy Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii (Moskva, Rossiiskii universitet druzhby narodov, 24-25 aprelya 2014 g.). М., 2014.