

УДК 159.9

Алина Александровна Журкевич*магистр психологии, аспирант 3-го года обучения**каф. общей и организационной психологии Института психологии**Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка***Alina Zhurkevich***Master of Psychology, 3-d Year Postgraduate Student of the Department of General**and Organizational Psychology of the Institute of Psychology**of Maxim Tank Belarusian State Pedagogical University**e-mail: creative.color@inbox.ru*

ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В ПЕРИОД ПОЗДНЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Статья посвящена выявлению взаимосвязи уровня субъективного благополучия и уровня соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах. В исследовании приняли участие 196 человек в возрасте от 60 до 74 лет. В эмпирическом исследовании использовался комплекс методик «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера в адаптации Д. А. Леонтьева, Е. Н. Осина. Для выявления особенностей ценностно-смысловой сферы в виде внутреннего конфликта и экзистенциального вакуума у респондентов периода поздней взрослости использована методика «Уровень соотношения “ценности” и “доступности” в различных жизненных сферах» Е. Б. Фанталовой. Определено, что фактором уровня субъективного благополучия являются не доминирующие ценности, а степень их доступности.

Ключевые слова: субъективное благополучие, эвдемония, поздняя взрослость, соотношение ценности и доступности, смысложизненные ориентации.

Features of the Value-Semantic Sphere with Different Levels of Subjective Well-Being During Late Adulthood

The article is devoted to the problem of subjective well-being during late adulthood. The study was aimed at identifying the relationship between the level of subjective well-being and the level of the ratio of «value» and «accessibility» in various spheres of life. The study involved 196 people aged 60 to 74 years. The empirical study used a set of techniques implementing the above methods «Life Satisfaction Scale» by E. Diener in the adaptation of D. A. Leontiev, E. N. Oseen. To identify the features of the value-semantic sphere in the form of internal conflict and existential vacuum in the respondents of late adulthood, we used the methodology «The level of the ratio of «value» and «accessibility» in various spheres of life» by E. B. Fantalova. It is determined that the factor of the level of subjective well-being is not the dominant values, but the degree of their accessibility.

Key words: subjective well-being, eudaimonia, late adulthood, the ratio of value and accessibility, life-meaning orientations.

Введение

Счастье, благополучие, удовлетворение, комфорт — понятия, относящиеся к субъективному переживанию человеком процессов, происходящих в его жизни. Эти явления характеризуют его психологически. В них содержится история человека, который обладает способностью творить свою

жизнь, судьбу и соотносить ее с жизнью других. Если это удастся, то возникают позитивные эмоции, сознание и переживание благополучия. В той или иной степени субъективное благополучие представлено на всех этапах жизненного пути человека, поэтому оно не связано с определенным возрастным периодом.

Субъективное благополучие является тем психологическим феноменом, который олицетворяет естественное стремление человека к внутреннему равновесию, комфорту, ощущению счастья. Проблема субъективного благополучия личности приобретает особое значение в связи с социально-экономическими изменениями, происходя-

Научный руководитель — Наталья Ивановна Олифиринович, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей и организационной психологии Института психологии Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка

щими в Республике Беларусь, что говорит об актуальности исследования.

Изучение проблемы субъективного благополучия имеет давнюю историю. Ею занимались философы, социологи, представители других наук. В последние десятилетия она все чаще становится предметом исследования психологов. Это вызвано острой для психологической практики необходимостью определения основания внутреннего равновесия личности, способствующего адекватному социальному поведению и самореализации. На протяжении всей истории философы считали счастье высшим благом и конечной мотивацией человеческих действий. Тем не менее на протяжении десятилетий психологи в значительной степени игнорировали позитивное субъективное благополучие, хотя человеческое несчастье было глубоко исследовано. В 1973 г. *Psychological Abstracts International* начала использовать счастье в качестве индексного термина, а в 1974 г. был основан журнал *Social Indicators Research*, в котором большое количество статей было посвящено субъективному благополучию.

Литература по субъективному благополучию посвящена тому, как и почему люди воспринимают свою жизнь позитивно, включая как когнитивные суждения, так и аффективные реакции. Как таковой, он охватывает. В исследованиях использовались такие разнообразные термины, как счастье, удовлетворенность, моральный дух и позитивный аффект. Проведенный У. Уилсоном обзор этой зарождающейся области содержал два общих вывода.

1. У. Уилсон писал, что те, у кого больше всего преимуществ, были самыми счастливыми: «Счастливый человек появляется как молодой, здоровый, хорошо образованный, хорошо оплачиваемый, экстравертный, оптимистичный, беззаботный, религиозный, женатый человек с высокой самооценкой, высоким моральным духом на работе, скромными устремлениями, любого пола и широкого спектра интеллекта» [1].

2. За два тысячелетия, прошедшие со времен греческих философов, был достигнут незначительный теоретический прогресс в понимании счастья. Но со времени публикации обзора У. Уилсона увидели свет более 1 700 исследований.

Определения благополучия и счастья можно сгруппировать в три категории.

1. Благополучие определялось внешними критериями – добродетель или святость. Оно рассмотрено в различных концепциях идеального состояния, которые господствовали в разных культурах и эпохах. В нормативных определениях счастье рассматривается не как субъективное состояние, а, видимо, как обладание каким-то желаемым качеством. Такие определения являются нормативными, поскольку они определяют, что желательно. Таким образом, когда Аристотель писал, что эвдемония достигается главным образом путем ведения добродетельной жизни, он не имел в виду, что добродетель ведет к чувству радости. Скорее всего, Аристотель видел в добродетели нормативный стандарт, по которому можно судить о жизни людей. Следовательно, эвдемония – это не счастье в современном смысле этого слова, а желаемое состояние, оцениваемое с точки зрения определенной системы ценностей. Критерием счастья такого типа является не субъективное суждение действующего лица, а ценностная работа наблюдателя.

2. Социологи сосредоточились на вопросе о том, что заставляет людей оценивать свою жизнь в позитивном ключе [2]. Данная категория получила название удовлетворенности жизнью и опирается на стандарты респондента для определения того, что такое хорошая жизнь. Хотя благополучие с субъективной точки зрения стало популярной идеей в прошлом веке, эту концепцию можно проследить на протяжении нескольких тысячелетий. Например, Марк Аврелий писал, что «ни один человек не счастлив, кто не сам так думает». Шин и Джонсон определили эту форму счастья как «глобальную оценку качества жизни человека в соответствии с его собственными выбранными критериями». Таким образом, счастье – это гармоничное удовлетворение своих желаний и целей.

3. Третье значение счастья наиболее близко к тому, как этот термин используется в повседневном дискурсе: как преобладание положительного аффекта над отрицательным. Таким образом, это определение субъективного благополучия подчеркивает приятное эмоциональное переживание. Это может означать либо то, что человек испы-

тывает в основном приятные эмоции в течение данного периода жизни, либо то, что человек предрасположен к таким эмоциям, независимо от того, испытывает он их в данный момент или нет. Удовлетворенность жизнью и позитивный аффект изучаются исследователями субъективного благополучия. То, как эти два компонента соотносятся друг с другом, является эмпирическим вопросом, а не вопросом определения.

Область субъективного благополучия имеет три отличительных признака.

Во-первых, оно субъективно, и, согласно А. Кэмпбеллу, заложено в опыте индивида. Примечательно, что в определениях субъективного благополучия отсутствуют необходимые объективные условия – здоровье, комфорт, добродетель, богатство. Хотя такие условия рассматриваются как потенциально влияющие на субъективное благополучие, они не считаются неотъемлемой и необходимой его частью [2].

Во-вторых, субъективное благополучие включает в себя позитивные показатели. Это не просто отсутствие негативных факторов, как для большинства показателей психического здоровья. Однако взаимосвязь между положительными и отрицательными индексами до конца не изучена.

В-третьих, показатели субъективного благополучия обычно включают глобальную оценку всех аспектов жизни человека. Хотя удовлетворенность в отдельной области может быть оценена, акцент делается на комплексном суждении о жизни человека.

Благосостояние долгое время считалось ключом к созданию и поддержанию здоровых, продуктивных обществ. С этой целью во многих странах используются объективные показатели благосостояния (доход, грамотность и ожидаемая продолжительность жизни) наряду субъективными (то, как люди воспринимают и переживают жизнь). Этот подход к измерению восприятия и жизненного опыта был охарактеризован как субъективное благополучие. Э. Динер, один из ведущих исследователей в области субъективного благополучия, определяет данное состояние как восприятие «человека, который чувствует и думает, что его или ее жизнь желательна, независимо от того, как ее видят другие» [3].

Субъективное благополучие представляет собой интегральное социально-

психологическое образование. Оно включает в себя отношение человека к своей жизни и самому себе. Субъективное благополучие складывается из когнитивного, эмоционального, конативного компонентов, характеризуется субъективностью, позитивностью и глобальностью измерения [4].

Чувство относится к эмоционально-аффективному измерению субъективного благополучия, где преобладание положительных эмоций над отрицательными приводит к более высокому уровню субъективного благополучия. Мышление относится к оценочному/когнитивному измерению, где оценка жизни людей преимущественно в положительном ключе приводит к более высокому уровню субъективного благополучия [5].

Многие ученые рядом с понятием субъективного благополучия ставят понятие удовлетворенности. В ряде работ оценка человеком своей жизни и эмоциональное отношение к ней определяется термином «счастье» [6].

Детерминантами субъективного благополучия выступают своеобразно (порой противоречиво) связанные как внешние, так и внутренние инстанции личности. Поэтому смысло-жизненные ориентации, представления о себе в связи с объективными показателями жизнедеятельности и социального познания и составляют детерминантный комплекс субъективного благополучия.

В данном исследовании предпринята попытка выявить взаимосвязь уровня субъективного благополучия и соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах.

Существенным фактором субъективного благополучия является состояние ценностно-смысловой сферы личности. Именно ценности занимают высший уровень в системе регуляции поведения и являются ведущим компонентом мотивационной системы [7; 8]. Важно при этом не только то, какие ценности являются приоритетными, но в какой мере субъект оценивает их достижимость в данный период времени.

Так, В. А. Лобова, рассматривая вопросы удовлетворенности жизнью, отмечают, что этот показатель не всегда связан с успешной карьерой и не на прямую связана с благосостоянием. Исследователь отмечает, что ценности и способы их достижения

зависят от возраста, демографических особенностей, менталитета, климатической зоны и, безусловно, половой принадлежности [9]. Потому перечень факторов, влияющих на степень удовлетворенностью жизнью, очень велик.

А. В. Кужильная и С. В. Шмачилина-Цибенко говорят о том, что исследование субъективного благополучия непосредственно связано с оценкой удовлетворенности жизнью как в определенный момент, так и в долгосрочной перспективе [10; 11]. Субъективное благополучие представляет собой комплексный показатель душевного состояния человека, его эмоционального опыта и оценки своей жизни. Исследования показывают, что субъективное благополучие является важным предиктором длительного здоровья и счастья, а также влияет на поведение, выбор и отношения человека. В целом субъективное благополучие является важным фактором для оценки качества жизни индивидуума и общества. Ключевыми показателями удовлетворенности жизнью, по мнению исследователей, являются: место, время, накопленные эмоции, опыт и физиологические особенности (состояние здоровья, пол и возраст).

Х. Цао, С. Ву, Ю. Юань отмечают, что субъективное благополучие рассматривается как часть системы, которая включает различные факторы, которые делают субъективное благополучие более устойчивым в случаях несоответствия между показателями значимости и доступности ценности, что возможно только в рамках комплексного подхода [8]. К. Дас, К. Джонс-Харрелл говорят о том, что проблема удовлетворенности жизнью и ее влияния на общее здоровье и эмоциональное состояние человека является ключевой для разработки эффективных методов поддержания здоровья и качества жизни [12]. Исследование взаимосвязи между ценностями и их доступностью в различных сферах жизни также является важным, т. к. может помочь лучше понять, какие факторы влияют на удовлетворенность жизнью и стабилизацию физического и эмоционального здоровья [13], что может привести к созданию благоприятных условий для развития общества в целом.

Организация исследования

Цель проведенного эмпирического исследования заключалась в выявлении вклада значимости и доступности личностных ценностей в субъективное благополучие (в период поздней взрослости).

Гипотеза исследования: дисбаланс личностных ценностей по значимости и доступности вносит негативный вклад в субъективное благополучие.

Выборка исследования: мужчины и женщины периода поздней взрослости (от 60 до 74 лет) общей численностью 196 человек.

Методики исследования: «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера в адаптации Д. А. Леонтьева, Е. Н. Осина [13]; «Уровень соотношения “ценности” и “доступности” в различных жизненных сферах» Е. Б. Фанталовой.

Данные подверглись статистической обработке посредством программы SPSS Statistics v.13 с использованием методов коэффициента корреляции Спирмена.

Результаты исследования

По результатам исследования 152 респондента показали высокий уровень субъективного благополучия. В процентном соотношении это 77 % опрошенных. Низкий уровень субъективного благополучия выявлен у 44 респондентов (23 %).

Результаты, полученные у респондентов с высоким уровнем субъективного благополучия, указывают, что для них в основном характерно бесконфликтное, спокойное состояние, где «желаемое» и «реальное» полностью или частично совпадают, гармонично уравновешены во внутреннем мире, т. е. это состояние, когда значимые потребности в основном удовлетворены, а ценности реализованы. Наиболее ценными сферами респондентов периода поздней взрослости с высоким уровнем субъективного благополучия являются: активная деятельность, жизнь, уверенность в себе и счастливой семейной жизни. Конфликт зафиксирован по сфере «материально обеспеченная жизнь», которая недоступна студентам с высоким уровнем субъективного благополучия. Однако эта сфера, видимо, не нарушает гармонии и не сказывается на высоких оценках собственного благополучия.

У респондентов с низким уровнем субъективного благополучия доминирующими ценностями являются счастливая семейная жизнь и материальное обеспечение. При этом установлен внутренний конфликт между ценностью материального благосостояния и его доступностью, а также между ценностью счастливой семейной жизни и ее доступностью. Это создает состояние, когда ценностный объект мало доступен или недоступен совсем, «желаемое» не совпадает с «реальным». Установлено также, что такие сферы, как интересная работа и творчество, пребывают во внутреннем вакууме и не представляют интереса. Остальные сферы ценностей и их доступности находятся в нейтральной зоне.

Важно обозначить особенности ценностно-смысловой сферы респондентов периода поздней взрослости, проявившиеся в виде внутреннего конфликта и внутреннего вакуума. Внутренний конфликт отражает в себе соотношение наивысшей ценности для личности чего-либо и сложной доступности этого так же, как соотношение «Я идеального» (что ценно, важно, чего хочется) и «Я реального» (что есть в реальности, доступно). Показатель «ценность – доступность» отражает степень рассогласования в мотивационно-личностной сфере, где показатель «доступность», с одной стороны, свидетельствует о степени неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией, внутренней конфликтности, блокаде основных потребностей, а с другой стороны, о внутренней идентичности, уровне самореализации, интегрированности, гармонии. Глубина «внутреннего конфликта» и «внутреннего вакуума» имеет точные качественные и количественные показатели.

На основании полученных результатов были сделаны выводы, подтверждающие гипотезу исследования о взаимосвязи уровня субъективного благополучия и уровня соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах. Корреляционный анализ показал взаимосвязь между уровнем субъективного благополучия и соотношения ценности и доступности

($r = -0,257$ при $p = 0,01$). Фактором уровня субъективного благополучия являются не доминирующие ценности, а степень их доступности.

Заклучение

Субъективное благополучие – это чувство удовлетворенности жизнью, уровень счастья и довольства, которые испытывает каждый человек. Оно формируется исходя из индивидуальных оценок, взглядов и ожиданий. Субъективное благополучие является важным показателем качества жизни и здоровья человека. Субъективное благополучие представляет собой интегральное социально-психологическое образование. Оно включает в себя отношение человека к своей жизни и самому себе. Субъективное благополучие складывается из когнитивного, эмоционального, конативного компонентов, характеризуется субъективностью, позитивностью и глобальностью измерения.

Детерминантами субъективного благополучия выступают своеобразно связанные инстанции личности – как внешние, так и внутренние. Поэтому смысловые ориентации, представления о себе в связи с объективными показателями жизнедеятельности и социального познания и составляют детерминантный комплекс субъективного благополучия.

Результаты, полученные у респондентов с высоким уровнем субъективного благополучия, указывают на то, что для них в основном характерно бесконфликтное, спокойное состояние, где «желаемое» и «реальное» полностью или частично совпадают, т. е. значимые потребности в основном удовлетворены, а ценности реализованы. У респондентов с низким уровнем субъективного благополучия установлен внутренний конфликт между ценностью материального благосостояния и его доступностью, а также между ценностью счастливой семейной жизни и ее доступностью. Корреляционный анализ показал взаимосвязь уровня субъективного благополучия и соотношения ценности и доступности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Wilson, W. R. An attempt to determine some correlates and dimensions of hedonic tone : Doctoral dissertation. Dissertation Abstracts / W. R. Wilson. – Chicago : Northwestern University, 1960. – University Microfilms nr 60-6588.
2. Campbell, A. Subjective measures of well-being / A. Campbell // *American Psychologist*. – 1976. – № 31 (2). – P. 117–124.
3. Динер, Э. Измерение качества жизни: экономические, социальные и субъективные показатели. Исследование социальных показателей [Электронный ресурс] / Э. Динер. – Режим доступа: <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1006859511756>. – Дата доступа: 21.02.2023.
4. Алмакаева А. М. Субъективное благополучие: концептуализация, измерение и российская специфика / А. М. Алмакаева, Н. В. Гашенина // *Мониторинг обществ. мнения: экон. и соц. перемены*. – 2020. – № 1. – С. 4–13.
5. Леонтьев, Д. А. Проблема смысла в современной зарубежной психологии / Д. А. Леонтьев // *Современный человек: цели, ценности, идеалы*. – М., 1988. – Вып. 1. – С. 100–173.
6. Ядов, В. А. Социальные и социально-психологические механизмы формирования социальной идентичности личности / В. А. Ядов. – М. : Мир России, 1993. – 150 с.
7. Professional burnout: recent developments in theory and research / ed. by W. B. Schaufeli, C. Maslach, T. Marek. – New York : Taylor and Francis, 1993. – P. 19–32.
8. Цао, Х. Изучение встроенных экологических коррелятов удовлетворенности жизнью: акцент на подходах к анализу / Х. Цао, С. Ву, Ю. Юань // *Планирование лит.* – 2018. – № 33 (4). – С. 19–32.
9. Лобова, В. А. Ценности здоровья и психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности / В. А. Лобова // *Сборник материалов IV Сибирского психологического форума, Томск, 16–18 июня 2011 г.* – Томск : Том. унив. изд-во, 2011. – 298 с.
10. Кужильная, А. В. О подходах к изучению субъективного благополучия личности в зарубежных исследованиях / А. В. Кужильная // *Психопедагогика в правоохран. органах*. – 2015. – № 1. – С. 83–86.
11. Кужильная, А. В. Проблема выявления факторов, влияющих на формирование субъективного благополучия личности беженцев и вынужденных переселенцев / А. В. Кужильная, С. В. Шмачилина-Цибенко // *Вестн. Красnod. ун-та МВД России*. – 2015. – № 4 (30). – С. 282–286.
12. Дас, К. Понимание субъективного благополучия: перспективы психологии и общественного здравоохранения / К. Дас, К. Джонс-Харрелл // *Обществ. здравоохранение*. – 2020. – № 25. – С. 32–41.
13. Осин, Е. Н. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // *Мониторинг обществ. мнения: экон. и соц. перемены*. – 2020. – № 1 (155). – С. 117–142.

REFERENCES

1. Wilson, W. R. An attempt to determine some correlates and dimensions of hedonic tone : Doctoral dissertation. Dissertation Abstracts / W. R. Wilson. – Chicago : Northwestern University, 1960. – University Microfilms nr 60-6588.
2. Campbell, A. Subjective measures of well-being / A. Campbell // *American Psychologist*. – 1976. – № 31 (2). – P. 117–124.
3. Diner, E. *Izmienienije kachiestva zhizni: ekonomichieskije, social'nyje i subjektivnyje pokazatieli. Issliedovanije social'nykh pokazatieliej* [Elektronnyj riesurs]. – Riezhim dostupa: <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1006859511756>. – Data dostupa: 21.02.2023.
4. Almakajeva, A. M. Subjektivnoje blagopoluchije: konceptualizacija, izmierienije i rossijskaja spiecifika / A. M. Almakajeva, N. V. Gashenina // *Monitoring oobshchiestv. mnienija: ekon. i soc. pieriemieny*. – 2020. – № 1. – S. 4–13.
5. Lieont'jev, D. A. *Problema smysla v sovriemiennoj zarubiezhnoj psikhologii* / D. A. Lieont'jev // *Sovriemiennyj chieloviek: celi, cennosti, idiealy*. – M., 1988. – Vyp. 1. – S. 100–173.

6. Jadov, V. A. Social'nyje i social'no-psihologichieskije miekhanizmy formirovanija social'noj identichnosti lichnosti / V. A. Jadov. – M. : Mir Rossii, 1993. – 150 s.
7. Professional burnout: recent developments in theory and research / ed. by W. B. Schaufeli, C. Maslach, T. Marek. – New York : Taylor and Francis, 1993. – P. 19–32.
8. Cao, X. Izuchienije vstrojennykh ekologichieskikh korreliatov udovlietvorionnosti zhizn'ju: accent na podkhodakh k analizu / H. Cao, S. Wu, Yu. Yuan // Planirovanije lit. – 2018. – № 33 (4). – S. 19–32.
9. Lobova, V. A. Cennosti zdorov'ja i psihologichieskoje blagopoluchije lichnosti v ekstremal'nykh uslovijakh zhizniediejatel'nosti / V. A. Lobova // Cbornik materialov IV Sibirskogo psihologichieskogo foruma, Tomsk, 16–18 ijunia 2011 g. – Tomsk : Tom. univ. izd-vo, 2011. – 298 s.
10. Kuzhil'naja, A. V. O podkhodakh k izuchieniju subjektivnogo blagopoluchija lichnosti v zarubiezhnykh issledovanijakh / A. V. Kuzhil'naja // Psikhopedagogika v pravookhran. organakh. – 2015. – № 1. – S. 83–86.
11. Kuzhil'naja, A. V. Problema vyjavlienija faktorov, vlijajushchikh na formirovanije subjektivnogo blagopoluchija lichnosti biezhiencev i vyzhdiennykh pieriesieliencev / A. V. Kuzhil'naja, S. V. Shmachilina-Cybienco // Viestn. Krasnodar. un-ta MVD Rossii. – 2015. – № 4 (30). – S. 282–286.
12. Das, K. Ponimanie subjektivnogo blagopoluchija: perspektivy psikhologii i obshchestvennogo zdavookhranienija / K. Das, K. Dzhons-Kharrell // Obshchestv. zdavookhranienije. – 2020. – № 25. – S. 32–41.
13. Osin, Ye. N. Kratkije russkojazychnyje shkaly diagnostiki subjektivnogo blagopoluchija: psikhometrichieskije kharakteristiki i sravnitel'nyj analiz / Ye. N. Osin, D. A. Lieont'jev // Monitoring oobshchestv. mnienija: ekon. i soc. pieriemieny. – 2020. – № 1 (155). – S. 117–142.

Рукапіс паступіў у рэдакцыю 28.06.2023