

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 159.92

Субъективное благополучие и особенности ценностно-смысловой сферы в юношеском и взрослом возрасте

Лактионова Елена Борисовна, доктор психологических наук, профессор
*Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена,
г. Санкт-Петербург*

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования субъективного благополучия и особенностей ценностно-смысловой сферы в юношеском и взрослом возрасте. Установлены достоверные различия в содержании терминальных и инструментальных ценностей и в уровне субъективного благополучия у юношей и взрослых. В целом для выборки характерна высокая значимость социального окружения, а также высокая напряженность.

Ключевые слова: субъективное благополучие, ценностные ориентации, юношеский возраст, взрослый возраст

Subjective well-being and features of the value sphere in youth and adulthood

Laktionova Elena Borisovna, doctor of psychological sciences, professor
Russian State Pedagogical University named after A.I. Herzen, St. Petersburg

Abstract. The article is devoted to the results of an empirical study of subjective well-being and features of the value-meaning sphere in adolescence and adulthood. Reliable differences have been established in the content of terminal and instrumental values, and in the level of subjective well-being in young men and adults. In general, the sample is characterized by high tension, as well as high significance of the social environment.

Keywords: well-being, value orientations, youth, adult age.

ВВЕДЕНИЕ. Актуальность изучения субъективного благополучия личности обусловлена изменениями, происходящими в современном мире и ставящими людей перед необходимостью адаптироваться к меняющимся условиям жизни и ситуациям неопределенности. Существующие ценности также претерпевают изменения, люди оказываются в ситуации дезориентации, и в результате возникают сложности с определением личностных смыслов и ориентиров. В отечественной психологии ценности описываются через элементы сознания личности, ее мировоззрение (С. Л. Рубинштейн, Д. А. Леонтьев и др.). В зарубежной психологии они описывались в большей степени как система, обладающая структурной иерархией (М. Рокич, С. Шварц, Л. Колберг и др.). В нашем исследовании центральное место занимает концепция Д.А. Леонтьева о двух видах ценностей: терминальных (связанных с конечной целью) и инструментальных (способах достижения целей) [1]. Ценностные ориентации являются основой формирования личности и оказывают влияние на ее субъективное благополучие [2, 3]. Поскольку ценности являются ориентиром в жизни человека, то их реализация на разных возрастных этапах позволяет ему ощущать себя психологически благополучным.

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ – изучить особенности ценностных ориентаций и субъективного благополучия в юношеском и взрослом возрасте

Гипотеза: существуют различия в содержательных характеристиках ценностных ориентаций и в уровне субъективного благополучия в юношеском и взрослом возрасте

Методики исследования: «Шкала субъективного благополучия» (в адаптации М.В. Соколовой), методика «Ценностные ориентации» М. Рокича.

В исследовании приняли участие 185 человек, из них: 93 юноши 18-21 года (41 юноша и 52 девушки), 95 взрослых 36-55 лет (39 мужчин и 56 женщин).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. С целью выявления содержания ценностно-смысловой сферы в исследуемых группах была применена методика М. Рокича «Ценностные ориентации».

Анализ средних значений показал, что большинство юношей отмечают в качестве терминальных значимых ценностей следующие: творчество, переживание прекрасного в природе и искусстве, счастье других, удовольствия, общественное признание. Важной является счастливая семейная жизнь как возможный достижимый результат. Наименее значимыми респонденты отмечали здоровье, любовь, материальную обеспеченность, а также жизненную мудрость. Также выявлено, что среди инструментальных ценностей для юношей оказываются важными: непримиримость к недостаткам в себе и других, аккуратность, высокие запросы, эффективность в делах, исполнительность. Наименее важными инструментальными ценностями для юношей являются ответственность, честность, чуткость, жизнерадостность. Можно полагать, что современные юноши стремятся в жизни к творчеству, общению, приятному общению со значимыми людьми, созданию семьи и полагают, что достигнуть этого можно при помощи амбиций, дисциплины и трудолюбия.

У взрослых людей ценности имеют несколько иную иерархию. Среди важных терминальных ценностей отмечаются общественное признание (уважение окружающих), удовольствия, счастье других, а также продуктивная жизнь и интересная работа. В качестве наименее важных терминальных ценностей они выбирают счастливую семью, здоровье, любовь, свободу, жизненную мудрость.

Что касается инструментальных ценностей, то во взрослом возрасте важны принципиальность к недостаткам, высокие требования к жизни, эффективность в делах и трудолюбие, воля и умение отстаивать свою позицию, а также широта взглядов и внимание к чужой точке зрения. Результаты показывают, что предпочитаемые способы достижения целей у юношей и взрослых людей схожи, однако взрослые чаще отмечают важность знаний и образованности в жизни. К менее важным ценностям отнесли рационализм, ответственность и чувство долга, независимость и самостоятельность, а также жизнерадостность и оптимизм.

Далее нами был проведен сравнительный анализ с применением t-критерия Стьюдента. Рассмотрим содержание терминальных ценностей в ходе сравнения двух групп. Результаты представлены в таблице 1.

Для взрослых наиболее важными становятся здоровье, интересная работа, дружеские отношения, уважение окружающих, а также возможность приятно проводить время. Юноши еще не акцентируют свое внимание на вопросах о важности своей жизни для общества, в данный период им важнее обрести независимость и семью, что вполне отвечает задачам возраста.

Таблица 1 – Различия в терминальных ценностях у юношей и взрослых

Список показателей	Среднее значение, стандартное отклонение		t-критерий
	юноши	взрослые	
Красота природы и искусства	12,49 ± 5,03	10,98 ± 4,48	2,00*
Удовольствия	11,40 ± 4,62	13,26 ± 5,09	-2,36*
Увлекательная работа	8,32 ± 4,13	10,36 ± 5,83	-2,37*
Семья	10,17 ± 6,15	6,00 ± 4,08	5,16***
Жизненный опыт, зрелость	8,06 ± 5,25	5,37 ± 4,51	3,47***
Творческая деятельность	13,26 ± 3,79	11,78 ± 5,10	2,00*
Физическое и психическое здоровье	4,28 ± 3,94	5,76 ± 2,63	-2,31*
Уважение окружающих	11,28 ± 4,74	13,42 ± 4,25	2,99***
Свобода	8,17 ± 3,23	5,53 ± 4,07	4,33***
Наличие друзей	8,26 ± 3,13	9,68 ± 5,61	-2,01*
Примечание: *при $p \leq 0,05$; **при $p \leq 0,01$; ***при $p \leq 0,001$.			

Рассмотрим результаты анализа различий в инструментальных ценностях, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Различия в инструментальных ценностях у юношей и взрослых

Список показателей	Среднее значение, стандартное отклонение		t-критерий
	юноши	взрослые	
Красота природы и искусства	12,49 ± 5,03	10,98 ± 4,48	2,00*
Удовольствия	11,40 ± 4,62	13,26 ± 5,09	-2,36*
Увлекательная работа	8,32 ± 4,13	10,36 ± 5,83	-2,37*
Семья	10,17 ± 6,15	6,00 ± 4,08	5,16***
Жизненный опыт, зрелость	8,06 ± 5,25	5,37 ± 4,51	3,47***
Творческая деятельность	13,26 ± 3,79	11,78 ± 5,10	2,00*
Физическое и психическое здоровье	4,28 ± 3,94	5,76 ± 2,63	-2,31*
Уважение окружающих	11,28 ± 4,74	13,42 ± 4,25	2,99***
Свобода	8,17 ± 3,23	5,53 ± 4,07	4,33***
Наличие друзей	8,26 ± 3,13	9,68 ± 5,61	-2,01*
Примечание: *при $p \leq 0,05$; **при $p \leq 0,01$; ***при $p \leq 0,001$.			

Выявлено, что для взрослых людей важно проявлять заботу, быть терпимыми к взглядам других, обладать способностью настоять на своем, а также быть искренними. Юноши предпочитают жизнерадостность, умение логично мыслить, быть независимыми, что вполне соотносится с присущим этому возрасту стремлением к автономии.

Для определения уровня эмоционального комфорта нами была использована шкала субъективного благополучия в адаптации М. В. Соколовой. Полученные результаты свидетельствуют, что респонденты чувствуют себя благополучно в общении с семьей и друзьями, когда уверены, что получают помощь в трудной ситуации. Однако отмечают, что испытывают сложности со сном и периодическую растерянность. В целом для выборки характерна высокая значимость социального окружения и высокая напряженность, низкие показатели по шкалам обнаружены у самооценки здоровья. При сравнении показателей групп юношей и взрослых установлены значимые различия по следующим компонентам субъективного благополучия: напряженность и чувствительность, изменения настроения,

самооценка здоровья, значимость социального окружения и степень удовлетворенности повседневной деятельностью (таблица 3).

Таблица 3 – Различия в показателях субъективного благополучия у юношей и взрослых

Список показателей	Среднее значение, стандартное отклонение		t-критерий
	взрослые	юноши	
Субъективное благополучие	53,92± 14,63	49,80 ± 12,93	1,97*
Напряженность и чувствительность	11,37 ± 3,53	9,91± 2,65	3,22***
Изменение настроения	6,17 ± 2,90	5,42 ± 2,37	1,92*
Самооценка здоровья	6,39 ± 2,75	7,14 ± 2,22	1,87*
Значимость социального окружения	6,13 ± 2,84	5,37 ± 2,32	-3,94***
Удовлетворенность деятельностью	5,54 ± 2,27	4,72 ± 1,32	-3,35***
Примечание: *при $p \leq 0,05$; **при $p \leq 0,01$; ***при $p \leq 0,001$.			

Выявлено, что зрелые люди чаще, чем юноши, находятся в хорошем настроении, проводят время с семьей и друзьями, получают удовлетворение от повседневной деятельности, однако периодически отмечают чрезмерную эмоциональную реакцию на незначительные события. Юноши чаще отмечают хорошее качество сна, а также потребность в уединении, что согласуется с ценностью автономии для молодых людей. Суммарный показатель уровня благополучия также имеет достоверные различия в исследуемых выборках.

ВЫВОДЫ. Результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод, что у юношей и взрослых существуют достоверные различия в инструментальных и терминальных ценностях, а также в уровне субъективного благополучия – зрелые люди ощущают себя более благополучными. Полученные результаты могут быть использованы в дальнейших прикладных междисциплинарных исследованиях, посвящённых оценке качества жизни и благополучия человека на разных этапах онтогенеза.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг. 2020. № 1. С. 155.
2. Моисеева О. П. Возрастные особенности психологического благополучия // NovaInfo, 2021. № 129. С. 97–98.
3. Рассказова Е. И., Леонтьев Д. А., Лебедева А. А. Пандемия как вызов субъективному благополучию // Вызовы пандемии COVID-19: психическое здоровье, дистанционное образование, интернет-безопасность : сб. материалов. Т. 1. Москва : Издательство МГППУ, 2020. С. 142–160.

REFERENCES

1. Leontiev D. A. (2020), "Happiness and subjective well-being: to the construction of a conceptual field", Monitoring, No. 1, p. 155.
2. Moiseeva O. P. (2021), "Age features of psychological well-being", NovaInfo, № 129, p. 97–98.
3. Rasskazova E. I., Leontyev D. A., Lebedeva A. A. (2020), "Pandemic as a challenge to subjective well-being", Challenges of the COVID-19 pandemic: mental health, distance education, Internet security, v. 1, Moscow, MGPPU, pp. 142–160.

Информация об авторе:

Лактионова Е.Б., доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологии развития и образования РГПУ им. А. И. Герцена, г. Санкт-Петербург. lana_laktionova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-7863-1414>.

Поступила в редакцию 15.01.2024.

Принята к публикации 12.02.2024.