

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

Представления о счастье и благополучии у людей с разным уровнем субъективного благополучия

Абсабирова Оксана Юрьевна

Студент (магистр)

Гуманитарный университет г. Екатеринбург, Екатеринбург, Россия

E-mail: absabirovaou@mail.ru

В современном мире среди психологов, социологов и философов все чаще объектом исследования становятся представления о явлениях действительности, таких как: счастье, удовлетворение, позитивные эмоции, благополучие, успех. То как человек относится к своей жизни, его когнитивные и эмоциональные состояния влияют на его уровень психологического (субъективного) благополучия. Существуют разные подходы к изучению субъективного благополучия человека. Р.М. Шамянов определяет субъективное благополучие, как отношение человека к себе как к личности, его жизни и событий, его представлениях о внешних и внутренних факторах, которые характеризуют его ощущение удовлетворённости жизнью [4].

Термин субъективное благополучие было введено Е. Динером, который определил признаки субъективного благополучия: 1. Субъективность, 2. Позитивность измерения и 3. Глобальность измерения. Все аспекты жизни личности должны включаться в глобальную оценку субъективного благополучия, от нескольких недель до десятков лет. По средством этих признаков измеряется степень субъективного благополучия, а также объясняется сущность СБ в человеческой жизни [5].

Тесно связано с понятием субъективного благополучия, по мнению М. Аргайла, понятие «счастье». Он утверждает, что счастье зависит от интенсивности и частоты выражения положительных эмоций, уровня удовлетворённости жизнью, а так же перечисляет факторы, которые выступают источниками, условиями удовлетворённости жизнью, характеристики самого субъекта и особенностей его жизни [1].

Нами было проведено пилотажное исследование целью, которого выступило выявление сходства и различий представлений о понятиях «счастье» и «благополучие» у людей с разным уровнем субъективного благополучия. Общая выборка составила 80 человек в возрасте от 23 до 54 лет, выборка была уравнена по полу. В исследовании использовались следующие методы: Шкала субъективного благополучия (Perrudet-Badoux, Mendelsohn Chiche) в адаптации А.А. Рукавишникова, направленный ассоциативный эксперимент по двум стимулам - «счастье» и «благополучие». Обработка полученных данных производилась при помощи частотного анализа.

В ходе исследования была сформирована основная выборка из респондентов с высокой и низкой степенью субъективного благополучия: с высоким уровнем субъективного благополучия (1-3 ступени Шкалы субъективного благополучия) - 27 человек, с низким уровнем субъективного благополучия (более 7 ступеней Шкалы субъективного благополучия) - 21 человек.

Частотный анализ ассоциаций, принадлежащих полученным группам сравнения, позволил выявить различия в представлениях респондентов о стимулах «счастье» и «благополучие»: 1. Сходствами в представлениях респондентов с высоким уровнем СБ о счастье и благополучии стали ассоциации - «семья», «дети», «работа» (социальная сфера - 66 совпадений), у респондентов с низким уровнем СБ основными ассоциациями стали - «здоровье», «любовь», «спокойствие», «удача» (духовная сфера - 27 совпадений). 2. Различиями в представлениях о стимуле «счастье» у респондентов группы с высоким уровнем СБ стали

ассоциации - «чувство радости», «смех», «хорошее настроение» (эмоциональная сфера - 38 совпадений), у респондентов с низким уровнем СБ стали ассоциации - «радость», «веселье», «улыбки» (эмоциональная сфера - 5 совпадений). 3. Различиями в представлениях о стимуле «благополучие» у респондентов в группе с высоким уровнем СБ стали ассоциации - «работа», «успех», «путешествия» (социальная активность - 52 совпадения), у респондентов в группе с низким уровнем СБ стали ассоциации - «достаток», «стабильность» (стабильность жизни - 41 совпадение).

Таким образом, полученные результаты свидетельствуют, что респонденты понимают счастье как состояние души, проявление эмоций и переживание чувств. В то время как благополучие, по мнению испытуемых, относится не к эфемерной иррациональной сфере, а к «понятным» и практическим сторонам жизни - элементам предметного мира, мира материальных вещей. Однако существуют различия в представлении о благополучии у респондентов с высоким и низким уровнем СБ. Так, в представлении респондентов с высоким уровнем СБ благополучие связано с проявлением динамичности жизни: реализацией в работе, достижением успеха, поиском новых впечатлений, в то время как группа с низким уровнем СБ понятие благополучия связывает с достижением стабильности в их жизни. Таким образом, представления о благополучии респондентов с высоким уровнем СБ носят терминальный характер, а представления респондентов с низким уровнем СБ - инструментальный.

Изучение субъективного благополучия, понимания счастья - актуально во все времена. Одной из главных проблем в изучении данных феноменов, является некоторая расплывчатость данных понятий, их трудно представить в виде предмета, заключить в жесткие рамки, исследовать строго научно и экспериментально. Возможно поэтому, в одной из своих работ, Зигмунд Фрейд писал: «Счастье - абсолютно и исключительно субъективно» [3, С.72]. В то же время, «изучение категории «психологическое благополучие» является перспективным как в направлении выработки единой теоретической базы, так и в поле исследования психологического благополучия личности в экстремальных жизненных условиях» [2, С.87]. В качестве перспектив изучения данной темы можно отметить исследование особенностей представлений, учитывая не только уровень СБ, но и сферу деятельности людей, их статус, материальное положение и социально-демографические характеристики.

Научный руководитель - Тарасова Людмила Владимировна, канд.психол.наук. Работа выполнена в рамках гранта Российского научного фонда (проект № 16-18-00032)

Источники и литература

- 1) Аргайл М. Психология счастья. – СПб.: Питер, 2003. – 623 с.
- 2) Слотина М.А., Тарасова Л.В. Психологическое благополучие: традиции и перспективы изучения/ Современное образовательное пространство: психологическое благополучие и культура безопасности: сборник докладов межрегиональной конференции с международным участием (Екатеринбург, 15-16 февраля 2017). – Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2017. – 230 с.
- 3) Фрейд З. Недовольство культурой // Психоанализ. Религия. Культура. – М., 1991. – С. 72-73.
- 4) Шамионов Р.М. Этнокультурные факторы субъективного благополучия личности // Психологический журнал. 2014. Т.35, №4. С. 68-81.
- 5) Diener Ed, Ryan K. (2009). Subjective well-being: a general overview. South African Journal of Psychology, 39(4), pp. 391-406.