

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

**Взаимосвязь личностных особенностей и психоэмоционального благополучия
взрослых с разным уровнем осмысленности жизни**

Научный руководитель – Дерманова Ирина Борисовна

Трещенкова Елена Михайловна

Аспирант

Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии,
Санкт-Петербург, Россия
E-mail: elena3004@mail.ru

Согласно Д.А. Леонтьеву с психологической точки зрения главным является не осознанное представление о смысле жизни, а насыщенность реальной повседневной жизнедеятельности реальным смыслом, чувство осмысленности жизни [1]. Для понимания психологического благополучия личности эмоциональные формы репрезентации смысла жизни в структуре индивидуального сознания представляются более значимыми, нежели четкое, рассудочное понимание смысла жизни. Ряд исследований демонстрирует тесную взаимосвязь осмысленности жизни с психологическим благополучием личности.

Проблема психологического благополучия личности является одной из фундаментальных в психологии, поэтому интерес к ней сохраняется на протяжении всей истории психологической науки. В современных исследованиях возникает новое понятие - психоэмоциональное благополучие личности - сложный конструкт, синтезирующий в себе характеристики удовлетворенности жизнью и доминирующее эмоциональное состояние как показатели субъективного благополучия, а также направленность на саморазвитие как показатель психологического благополучия и личностного роста.

В связи с недостаточной изученностью данного феномена представляется актуальным исследование взаимосвязи психоэмоционального благополучия и личностных особенностей взрослых людей.

Цель исследования - выявить взаимосвязь личностных особенностей и психоэмоционального благополучия взрослых с разным уровнем осмысленности жизни.

На основе цели были сформулированы задачи исследования:

1. Исследовать структуру психоэмоционального благополучия взрослых с разным уровнем осмысленности жизни;
2. Исследовать взаимосвязь личностных особенностей и психоэмоционального благополучия взрослых с разным уровнем осмысленности жизни.

Гипотезы исследования:

1. Структуру психоэмоционального благополучия различается у взрослых с разным уровнем осмысленности жизни
2. В группе взрослых с высоким уровнем осмысленности жизни психоэмоциональное благополучие будет в меньшей степени связано с показателями коммуникации с другими и в большей - с ориентацией на саморазвитие и самореализацию, чем в группе взрослых с низким уровнем осмысленности жизни.

Выборка. В исследовании приняли участие 100 человек в возрасте 20—50-ти лет (средний возраст - 31 год). Из них 79 женщин и 21 мужчина, жители г. Санкт-Петербурга. Для проверки выдвинутых гипотез мы разделили испытуемых на 3 группы по степени осмысленности жизни с помощью кластерного анализа. Первая группа - люди с низким уровнем осмысленности (средний возраст - 30,4 лет, 5 мужчин и 14 женщин), вторая - со средним (средний возраст - 31,2 года, 5 мужчин и 22 женщины), третья - с высоким (средний возраст - 31,3 года, 10 мужчин и 27 женщин).

Методы эмпирического исследования. В исследовании были использованы следующие методики. Для исследования психоэмоционального благополучия: Шкала удовлетворённости жизнью Диннера; Шкала аффективного баланса Н. Брэдбурна; Шкала личностного роста (из методики «Шкала психологического благополучия» К.Рифф, адаптация Жуковской Л.В., Трошихиной Е.Г.); Шкала самоуважения Розенберга; Шкала удовлетворенности основных жизненных потребностей О.С. Копиной. Для исследования личностных особенностей: Опросник самоотношения (Столин В.В., Пантелеев С.Р.), 16-ти факторный опросник Кеттелла. Для исследования осмысленности жизни: Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО) Леонтьева Д.А.

Результаты эмпирического исследования. В ходе исследования было установлено, что люди с высокой осмысленностью обладают более высоким уровнем психоэмоционального благополучия, они четко осознают свои потребности и ищут возможности их удовлетворения. У респондентов с низкой осмысленностью жизни возникают сложности в выявлении и дифференциации своих потребностей. Они не осознают их и, как следствие, не могут удовлетворить, в результате чего у них формируется неудовлетворенность жизнью.

В группе респондентов с высокой осмысленностью на первый план вышли такие потребности как способность видеть жизненные перспективы, заниматься любимым занятием, общаться с друзьями. Люди с низкой осмысленностью жизни больше всего озадачены удовлетворением таких «бытовых» потребностей как работа, семья, дети и питание. Жизненные перспективы, напротив, заняли у них одно из самых низких мест, наряду с потребностью в отдыхе и материальным обеспечением.

Факторный анализ, включающий компоненты психоэмоционального благополучия и личностные особенности респондентов, также демонстрирует различную структуру факторов в исследуемых группах.

В группе респондентов с высоким уровнем осмысленности жизни были выявлены следующие факторы (анализ объясняет 78% дисперсии): Удовлетворенность жизнью и своим положением в обществе; Позитивное отношение к себе; Ориентация на себя, индивидуализм; Эмоционально-коммуникативный фактор; Доверчивость; Следование правилам, нормам, тревожность; Развитие, реализация себя; Спокойствие, стабильность.

В группе респондентов со средним уровнем осмысленности жизни были выявлены следующие факторы (анализ объясняет 64% дисперсии): Позитивное самоотношение; Межличностные отношения; Социальное положение; Уверенность; Эмоционально-коммуникативный фактор; Самоотношение (когнитивный аспект); Открытое, спонтанное взаимодействие; Реализация себя в деятельности.

В группе респондентов с низким уровнем осмысленности жизни были выявлены следующие факторы (анализ объясняет 67% дисперсии): Позитивное самоотношение; Удовлетворенность жизненных потребностей; Самообвинение; Эмоциональная чувствительность, позитивность; Самоконтроль; Выражение себя в деятельности; Зависимость от других; Направленность на реализацию себя.

Таким образом, в группе взрослых с высоким уровнем осмысленности жизни на передний план выходит ориентация на саморазвитие и самореализацию, тогда как в группе взрослых с низким уровнем осмысленности жизни психоэмоциональное благополучие в большей степени связано с показателями коммуникации. Выдвинутые гипотезы подтвердились.

Источники и литература

- 1) Леонтьев Д.А. тест смысло-жизненных ориентации: (СЖО). М.: Смысл, 1992.