

Временная перспектива и активность как предикторы субъективного благополучия студентов вуза

Научный руководитель – Васюра Светлана Александровна

Львов Захар Денисович

Студент (бакалавр)

Удмуртский государственный университет, Ижевск, Россия

E-mail: ZaharLvov4747@yandex.ru

В условиях стремительных социальных и экономических изменений, характерных для современного общества, особую значимость приобретает изучение факторов, связанных с субъективным благополучием студентов.

Цель исследования – выявить связь временной перспективы и активности с субъективным благополучием студентов вуза

Объект: психологические предикторы субъективного благополучия студентов вуза.

Предмет: временная перспектива и активность как предикторы субъективного благополучия студентов вуза

Гипотеза: временная перспектива и активность являются предикторами субъективного благополучия студентов вуза; существуют общие и вариативные предикторы субъективного благополучия студентов младших и старших курсов вуза.

Теоретико-методологическая основа исследования: субъектный подход, концепция целостной активности субъекта бытия А.А. Волочкова, концепция временной перспективы Ф. Зимбардо, идеи Д.А. Леонтьева о субъективном благополучии.

Методы сбора эмпирических данных: шкала субъективной удовлетворенности жизнью Э. Динера, шкала субъективного счастья С. Любомирски в адаптации Осина Е.Н., Леонтьева Д.А.[1]; опросник временной перспективы Ф. Зимбардо; методика ДАС-1 Волочкова А.А. Попова А.Ю.[2]

Применялись методы описательной статистики, корреляционный анализ, регрессионный анализ. В исследовании приняли участие 106 человек – студенты бакалавриата Удмуртского государственного университета от 18 до 22 лет, 1–2 курс - 61 чел, 3-4 курс – 45 чел.

Для определения предикторов субъективного благополучия, а именно: субъективной удовлетворенностью жизнью и субъективного ощущения счастья в двух выборках студентов младших (1-2 курс) и старших курсов (3-4 курс) использован регрессионный анализ с пошаговым включением предикторов в уравнение. Получены следующие регрессионные уравнения в выборке студентов младших курсов:

$$\text{Субъективная удовлетворенность жизнью} = -4,3 \cdot \text{НП} + 4,183 \cdot \text{Б} + 3,423 \cdot \text{D} + 0,394 \cdot \text{СРУД} - 13,28$$

Условные обозначения здесь и далее: НП — Негативное прошлое; Б — Будущее; D — DBTP (Deviation from a Balanced Time Perspective); СРУД — Субъектность в результатах в сфере учебной деятельности;

Предиктор «Будущее» указывает на зависимость субъективной удовлетворенности жизнью от ориентации личности на будущее. Наличие планов и целей способствует повышению уровня удовлетворенностью жизнью. Предиктор «DBTP» свидетельствует о зависимости удовлетворенности жизнью от дисбалансированности временной перспективы. Дисбаланс временной перспективы в этом возрасте, вероятно, не свидетельствует о дезадаптивности, а может отражать высокую вовлеченность в жизнь. Предиктор «Негативное прошлое» указывает на обратную зависимость субъективной удовлетворенности жизнью от оценки прошлого жизненного опыта как негативного. Пессимистичный взгляд на

прошлое приводит к снижению удовлетворенностью жизнью. Предиктор «Субъектность выбора в сфере учебной деятельности» свидетельствует, что рост стремления к учебной деятельности студентов может способствовать повышению их субъективного благополучия.

$$\text{Субъективное ощущение счастья} = -4,31 \cdot \text{НП} + 3,249 \cdot \text{Б} + 3,541 \cdot \text{D} + 0,152 \cdot \text{СРУД} - 7,926$$

Предиктор «ДВТР» отражает зависимость субъективной удовлетворенности жизнью от степени дисбалансированности временной перспективы. Полагаем, объяснением данной закономерности может быть возрастная специфика студентов младших курсов, для которых характерны высокая пластичность и гибкость в восприятии времени. Предиктор «Будущее» указывает на связь ощущения счастья и ориентации индивида на будущее. Предиктор «Субъектность в результатах в сфере учебной деятельности» указывает на зависимость ощущения счастья от удовлетворенности результатами в сфере учебной деятельности. Эта удовлетворенность, возможно, способствует переживанию успеха и личной значимости, повышает уровень ощущения счастья. Указывает на обратную зависимость уровня ощущения счастья от оценки прошлого жизненного опыта как отрицательного, предиктор «Негативное прошлое». Негативный взгляд на собственный опыт может ограничивать способность видеть перспективы, что снижает субъективное ощущение счастья.

Далее регрессионные модели в выборке студентов старших курсов (3-4) представлены в виде уравнений.

$$\text{Субъективная удовлетворенность жизнью} = -2,838 \cdot \text{НП} - 0,382 \cdot \text{СВС} + 40,968$$

Условные обозначения здесь и далее: СВС — Субъектность выбора в сфере созерцания

Предиктор «Негативное прошлое» указывает на обратную зависимость субъективной удовлетворенности жизнью от оценки прошлого жизненного опыта индивида как негативного. Предиктор «Субъектность выбора в сфере созерцания» прогнозирует обратную зависимость удовлетворенности жизнью от выраженности потребности в сфере созерцания.

$$\text{Субъективное ощущение счастья} = -1,741 \cdot \text{НП} - 1,825 \cdot \text{Б} - 0,187 \cdot \text{СВС} + 0,214 \cdot \text{СВУД} + 25,385$$

Условные обозначения: СВУД — Субъектность выбора в сфере учебной деятельности.

Предиктор «Негативное прошлое» указывает на обратную зависимость уровня ощущения счастья от оценки прошлого жизненного опыта индивида как отрицательного. Предиктор «Будущее» свидетельствует об обратной зависимости субъективного ощущения счастья от ориентации субъекта на будущее. Будущее видится студентам неопределенным и наполненным новыми жизненными вызовами, мысли и планы о будущем могут способствовать снижению ощущения счастья. Предиктор «Субъектность выбора в сфере созерцания» указывает на отрицательную зависимость ощущения счастья от выраженности потребности в сфере созерцания. Предиктор «Субъектность выбора в сфере учебной деятельности» указывает, что вовлеченность в учебную деятельность сопряжена с субъективным ощущением счастья.

Выводы: подтверждена гипотеза о том, что временная перспектива и активность являются предикторами субъективного благополучия студентов вуза. Выявлены общие и вариативные предикторы субъективного благополучия студентов младших и старших курсов.

Источники и литература

- 1) Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 117–142.

- 2) Попов А. Ю., Волочков А. А. Структура и психологическая диагностика активности студента. Пермь, 2015.– 151 с.
- 3) Zhang J.W., Howell R.T., Stolarski M. Comparing three methods to measure a balanced time perspective: The relationship between a balanced time perspective and subjective well-being // Journal of Happiness Studies. 2013. Vol. 14. No. 1. P. 169–184.