

Взаимосвязь уровня счастья и ценностных ориентаций студентов

Научный руководитель – Лесин Александр Михайлович

Гребенщикова Е.Е.¹, Леонова Т.И.²

1 - Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова, Факультет клинической психологии, Рязанская область, Россия, *E-mail: elizavetagrebensikova915@gmail.com*; 2 - Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова, Факультет клинической психологии, Рязанская область, Россия, *E-mail: ti1507@mail.ru*

Не теряющей своей актуальности задачей современной психологии, особенно в условиях динамичных социальных изменений и возрастающих требований к адаптивности, остается изучение внутреннего мира личности и факторов, определяющих ее субъективное благополучие. При этом особый научный и практический интерес представляет исследование не только субъективного благополучия личности, но и его особой формы, такого комплексного феномена, как счастье. Счастье может определяться как эмоциональное переживание, характеризующееся максимальной выраженностью положительной окраски (Д.А. Леонтьев) [4]; состояние полного, высшего удовлетворения (Е.П. Ильин) [3]; состояние переживания удовлетворенности жизнью в целом, общую позитивную рефлексивную оценку человеком своего прошлого и настоящего, частоту и интенсивность положительных эмоций (М. Аргайл) [1].

Важную роль в формировании уровня счастья играет ценностная сфера личности, поскольку ценности могут выступать ориентирами, задающими вектор активности человека и наполняющими его существование осмысленностью [2]. Соотношение уровня счастья и ценностных ориентаций вызывает исследовательский интерес, например, существуют данные о том, что в представлениях о счастье у лиц с разными ценностными ориентациями присутствуют социальный, духовный и материальный компоненты. При этом социальный компонент является преобладающим вне зависимости от структуры ценностных ориентаций: от 82% до 94% опрошенных упоминают социальные аспекты (семью, любовь, общение с близкими) при описании счастья [6]. Понимание психологических основ счастья, и, в частности, его взаимосвязи с индивидуальной системой ценностей, может способствовать созданию эффективных подходов к поддержанию психологического благополучия и гармоничного развития человека.

В качестве первичного исследования были изучены взаимосвязи уровня счастья и ценностных ориентаций 13 студентов РязГМУ 17–21 лет, использовались следующие методики: «Оксфордский опросник счастья», «Ценностные ориентации» (О.И. Мотков, Т.А. Огнева), тест «16 ассоциаций» К. Юнга.

Была выявлена положительная взаимосвязь уровня счастья со значимостью как группы внутренних, так и внешних ценностей, а также некоторых отдельных ценностей: хорошего материального благополучия, внешней привлекательности, высокого социального положения, роскошной жизни, саморазвития личности и теплых отношений с людьми. Чем больше различных аспектов жизни обретают личностную значимость для молодых людей, тем выше уровень удовлетворенности жизнью и удовольствия от нее. Возможно, ценностные ориентации позволяют человеку осознать, что он живет ради чего-то, и придают его жизни осмысленность.

Выявлена положительная взаимосвязь уровня личного счастья и показателя реализации внешних ценностей, а также ценностей известности, популярности и высокого социального положения. Видимо, достижение известности и внешней успешности может сопровождаться положительными переживаниями у студентов, так как это подтверждает

их компетентность и определяет место в коллективе сверстников, что является значимым на данном этапе жизни [5].

Была выявлена положительная взаимосвязь уровня счастья с конфликтом между значимостью и реализацией группы внутренних ценностей и ценности теплых отношений с людьми, отражающим их мотивационный потенциал. Можно предположить, что несмотря на важность видимой успешности для переживания счастья студентами, истинной основой субъективного благополучия остаются внутренняя работа над собой и способность выстраивать искренние, доверительные отношения с другими людьми.

Для получения дополнительной информации о коннотациях к понятию счастья у студентов был использован тест «16 ассоциаций» К. Юнга. Было установлено равное соотношение конкретных (49%) и абстрактных (51%) ассоциаций; незначительный перевес внешних ассоциаций (54%) над внутренними (46%); преобладание эгоцентрических ассоциаций (76%) над социоцентрическими (24%), что отражает возрастную задачу построения идентичности; доминирование ассоциаций терминального характера (88%) над инструментальными – возможно, счастье воспринимается в большей степени как цель, а не как процесс.

Таким образом, в ходе пилотного эмпирического исследования было установлено, что чем более разнообразные сферы жизни обретают значимость для молодых людей, тем больше удовлетворения и удовольствия от жизни они переживают. Выявлено, что для переживания счастья значима не только декларируемая важность внешних ценностей, но и возможность их реализации. Достижение известности и признания может сопровождаться положительными переживаниями, поскольку подтверждает компетентность студента и определяет его место в группе сверстников, при сохранении значимости стремления к саморазвитию и построению искренних отношений с другими людьми. Так, уровень счастья студентов представляет собой многомерный феномен, в котором переплетаются стремление к внешнему благополучию, потребность в глубоких связях и направленность на саморазвитие.

Источники и литература

- 1) Аргайл М. Психология счастья. Санкт-Петербург: Питер, 2003. 207 с.
- 2) Джидарьян И.А. Ценностная специфика и структура счастья // Проблема счастья в современной отечественной и зарубежной психологии: сборник научных трудов. Москва: Институт психологии РАН, 1998. С. 5–15.
- 3) Ильин Е.П. Психология надежды: оптимизм и пессимизм. Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2015. 287 с.
- 4) Леонтьев Д.А. Счастье как психологическое понятие // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2020. Т. 17, № 3. С. 15–25.
- 5) Лесин А.М. Особенности ценностных ориентаций студентов-первокурсников // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2018. Т. 6, № 4 (23). С. 672–682. URL: <http://humjournal.rzgm.ru/art&id=347> (дата обращения: 26.02.2026).
- 6) Матвеева Е.П. Социальный, духовный и материальный компоненты в представлениях о счастье у лиц с разными ценностными ориентациями // Молодой ученый. 2023. № 49 (496). С. 662–663.