

Научная статья

УДК 159.923.2

<https://doi.org/10.24158/spp.2022.3.10>

Психологическое благополучие молодых людей в изменяющемся мире

Татьяна Ивановна Кучина^{1,2}

¹Финансовый университет при Правительстве РФ, Москва, Россия,
cuchinati@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3538-1707>

²Тульский государственный университет, Тула, Россия

Аннотация. Статья посвящена изучению психологического благополучия молодых людей в изменяющемся мире. Актуальность исследования обосновывается наступлением мира неопределённости и связанной с этим необходимостью установления актуальных предпосылок для психологического благополучия молодых людей в современных условиях жизни. Новизна исследования состоит в изучении и выявлении связи психологического благополучия с такими характеристиками, как толерантность к неопределённости, готовность к принятию изменяющегося мира в профессиональной и социальной жизни, готовность к риску. Выборку исследования составили молодые люди в возрасте 21–25 лет. Выявлено, что для психологически благополучных индивидов характерна толерантность к неопределённости. Они готовы к изменениям в профессиональной, социальной жизни, к риску. Отмечается, что созависимые отношения в семье ведут к неприятию мира неопределённости. Установлено, что такой тип субъект-объектных отношений, как «преобразователь жизни», предполагающий готовность менять окружающую действительность, присущ молодым людям с высоким уровнем психологического благополучия. Выявлено также, что подобные индивиды характеризуются осмысленным отношением к жизни. Кроме того, совпадение ценностной системы личности с её реальной жизнью связано с благополучием субъекта.

Ключевые слова: психологическое благополучие, готовность к принятию изменяющегося мира неопределённости, толерантность к неопределённости, трансситуационное творчество, трансситуационный локус, осмысленность жизни, созависимые отношения, нормативные и реализованные ценности субъекта, субъект-объектные отношения, ранняя взрослость

Для цитирования: Кучина Т.И. Психологическое благополучие молодых людей в изменяющемся мире // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 3. С. 72–80. <https://doi.org/10.24158/spp.2022.3.10>.

Original article

Psychological well-being of young people in a changing world

Tatiana I. Kuchina^{1,2}

¹Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russia,
cuchinati@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3538-1707>

²Tula State University, Tula, Russia

Abstract. The article is devoted to the study of the psychological well-being of young people in a changing world, a world of uncertainty. The relevance of the study is justified by the onset of a world of uncertainty and the associated need to establish relevant preconditions for the psychological well-being of young people in modern living conditions. The novelty of the study consists in studying and identifying the relationship of psychological well-being with such characteristics as tolerance to uncertainty, readiness to accept the world of uncertainty: in professional life, in social life, readiness for risk; with a low level of codependency. The sample of the study: young people aged 21–25 years. 91 people (M = 23.8), (women – 59 people, men – 32 people), fourth-year bachelors, masters of Tula State University, beginning teachers of Education centers, technical schools and colleges of the city of Tula. They are ready for uncertainty in professional and social life, ready for risk (in terms of changes). Co-dependent relationships in the family are noted to lead to an aversion to a world of uncertainty. According to the authors, young people with a high level of psychological well-being have a “life transformation” type of subject-object relationship, which implies a willingness to change the reality around them. Such individuals were also found to have a meaningful attitude towards life. In addition, the coincidence of an individual's value system with their actual life is associated with the well-being of the self.

Keywords: psychological well-being, readiness to accept the changing world of uncertainty, tolerance to uncertainty, trans-situational creativity, trans-situational locus, meaningfulness of life, codependent relationships, normative and realized values of the subject, subject-object relations, early adulthood

For citation: Kuchina, T.I. (2022) Psychological well-being of young people in a changing world. *Society: Sociology, Psychology, Pedagogics*. (3), 72–80. Available from: doi:10.24158/spp.2022.3.10 (In Russian).

Введение. В современном мире становится всё сложнее и сложнее жить. Ускоряется темп человеческого существования, происходит резкая, иногда чуть ли не мгновенная смена жизненных ситуаций; в мире постмодерна становится невозможным «предвидеть прошлое». Неожиданные для человечества пандемии резко меняют «правила игры»: то, что раньше считалось личностной свободой, теперь рассматривается как нарушение обязательных правил функционирования субъекта в социуме. Довольно быстро, иногда за несколько лет исчезают профессии, которые до этого считались востребованными, что приводит к высвобождению целого пласта работников, имеющих соответствующую специализацию и определенный уровень мастерства, что нарушает баланс их психологически благополучного самоощущения. Таким образом, можно говорить о наступлении мира неопределённости, приближение которого в своё время предсказывали И.Р. Пригожин, И. Стенгерс, говоря о философии нестабильности, порядке из хаоса (Пригожин, Стенгерс, 1986), а также Н.Н. Талеб в работе «Антихрупкость: как извлечь выгоду из хаоса» (Талеб, 2015).

В настоящем исследовании мы попытаемся выявить, с какими характеристиками связано психологическое благополучие молодого человека в изменяющемся мире – в современности неопределённости. Все вышесказанное определяет логичность нашего обращения к периоду ранней взрослости, времени становления личности, активного вхождения в различные виды деятельности, примеривания индивидом на себя новых социальных ролей, самореализации в профессии. Именно в период взросления важным для личности становится обретение эго-идентичности, изменяется ее отношение к миру, другим, самому себе.

Изученность проблематики и постановка вопроса. Проблема благополучия субъекта волнует не только психологов, но и философов, социологов, экономистов, политологов, рассматривается она и в медицине через понятие «психическое здоровье» (В.В. Лебединский¹, Б.Д. Карвасарский² и др.).

Одним из первых, кто начал писать о психологическом благополучии, был Н. Брэдбёрн, который попытался проанализировать данное понятие через ощущение счастья и удовлетворённость жизнью. В концепции исследователя важно преобладание позитивных эмоций над негативными, которые возникают у личности в ответ на происходящие вокруг неё значимые события (Bradburn, 1969: 52).

Обращение к психологическому благополучию можно обнаружить и в аналитической психологии К. Юнга (Юнг, 2020). По мнению ученого, процесс индивидуации личности, в ходе которого субъект, работая с образами архетипов и расширяя область сознания, приходит к своей самости, которая становится центром личности (происходит интеграция всех личностных компонентов), достигает психологического благополучия (Юнг, 2020). Ведь процесс индивидуации – это раскрытие всех творческих сил личности, её способностей и возможностей, осуществление той неповторимой программы, ради которой человек пришёл в этот мир.

Психологическое благополучие также связывают с позитивным функционированием личности, о чём много писали А. Маслоу (2013), К. Роджерс (2012) и др.

Условно можно выделить два подхода к пониманию психологического благополучия: гедонистический и эвдемонистический. Если для сторонников первого оно связано с ощущением наслаждения жизнью, достижением удовольствия, то для понимания благополучия в рамках второго важна осмысленность жизни субъектом, переживание её ценности. Для исследователей, придерживающихся данного подхода, благополучие является показателем позитивного функционирования личности (Ryff, Keyes, 1995: 721).

Э. Диннер, рассматривая благополучие исключительно как субъективное ощущение, выделяет в его структуре два компонента: аффективный, выражающий баланс эмоций со знаком плюс и со знаком минус, и когнитивный, предполагающий интеллектуально осознанную субъектом удовлетворённость различными аспектами жизни (Diener, Diener, 1996: 182). По мнению исследователя, умение позитивно реагировать на жизнь, несмотря ни на что, является личностной чертой и будет способствовать формированию у субъекта ощущения удовлетворенностью происходящим, т.е. уровень психологического благополучия такого индивида тесно связан со сформированностью у него определённых черт личности (Diener, Diener, 1996: 184).

Являясь сторонницей эвдемонистического подхода, К. Рифф считает, что благополучие следует изучать через позитивное функционирование личности, поэтому рассматривает его в разных ипостасях – как психологическое, личностное, социальное (Ryff, 1989). Исследователь

¹ Лебединский В.В. Нарушения психического развития в детском и подростковом возрасте : учебное пособие. М., 1985. 167 с.

² Карвасарский Б.Д. Психотерапия : учебник для вузов. СПб., 2002. 672 с.

также пыталась развести психологическое и субъективное благополучие, отмечая, что первое больше связано с процессом достижения желаемого, а второе – с результатом этого достижения. При этом и психологическое, и субъективное благополучие рассматриваются ею как компоненты позитивного функционирования субъекта (Ryff, 1989).

Надо сказать, что ученые по-разному оценивают структуру благополучия, выделяя в ней два (Diener, Diener, 1996), пять (Селигман, 2013), шесть компонентов (Ryff, 1989) и т.д.

Следует отметить, что нужны комплексные теоретические, а также эмпирические исследования, которые позволили бы более чётко выстроить структуру благополучия, выявить факторы, связанные с его приобретением или утратой.

Для нашего понимания феномена психологического благополучия важны следующие положения зарубежных исследований, характеризующие его суть: нацеленность на процесс достижения поставленных целей, на осмысленность жизни субъектом, переживание её ценности; обозначение позитивного функционирования личности.

Близкой к нашей исследовательской позиции является трактовка психологического благополучия К. Рифф – сторонницы эвдемонического подхода, которая выделяет следующие составляющие психологического благополучия: «автономия, овладение окружающей средой, личностный рост, позитивные отношения с другими, цель в жизни, принятие себя» (Ryff, Keyes, 1995: 719).

В отечественной психологии также большое внимание уделяется изучению структуры психологического благополучия (Е.В. Бенко, Л.В. Жуковская и др.). Так, Е.В. Бенко, исследуя субъективное благополучие в периоды нормативных кризисов субъекта, определила, что данное понятие включает в себя «эвдемонистическое и гедонистическое благополучие, аффективный и когнитивный компонент» (Бенко, 2016). Исследователем также выявлена гендерная и возрастная специфика субъективного благополучия в периоды нормативных кризисов личности; обнаружена связь субъективного благополучия со статусами эго-идентичности, которые характерны для разных возрастных этапов развития субъекта.

Опираясь на подход к структуре психологического благополучия, предложенный К. Рифф, Л.В. Жуковская выявила связь психологического благополучия и родительских установок женщин, специфику их проявления в разных возрастах (Жуковская, 2007). Было установлено, что уровень психологического благополучия и особенности родительских установок передаются от матери к дочери по типу семейных систем М. Боуэна (Жуковская, 2007).

М.И. Павлоцкая, занимаясь проблемой психологического благополучия и изучая его структуру, обнаружила соотнесенность исследуемого феномена с социально-психологическими характеристиками личности. Были определены «типы психологического благополучия, детерминированные отношениями личности» к себе, другим, миру (Павлоцкая, 2015); установлена связь между уровнем психологического благополучия, интегрированностью личности и сокращением числа хаотичных взаимосвязей между структурными компонентами благополучия.

Интересны исследования, посвященные теоретическому описанию, обоснованию и эмпирической проверке моделей благополучия (С.А. Башкатов, О.А. Идобаева, Р.М. Шамионов). С.А. Башкатовым введён в научный оборот и содержательно обоснован термин «личностное благополучие», предложена и эмпирически проверена структурно-уровневая модель личностного благополучия, включающая внутрилличностные, внелличностные и межличностные аспекты. Выявлено, что благополучие тесно связано с особенностями личностных структур субъектов (свойствами личности, особенностями характера, темперамента), а субъективная его форма – с компонентами личностного благополучия (входит в его структуру) (Башкатов, 2013).

О.А. Идобаевой разработана модель формирования психологического благополучия личности в разных возрастах (подростковом, юношеском, зрелом), определены значимые факторы для каждого жизненного этапа, позитивно сказывающиеся на развитии состояния психологического благополучия (Идобаева, 2011). Исследователем была выявлена связь социальной ситуации развития с психологическими характеристиками личности, которые могут способствовать преодолению психологического неблагополучия в разных возрастах; выделены общие и специальные для каждого возраста психолого-педагогические условия, ведущие к формированию как психологического благополучия, так и обратного состояния (Идобаева, 2011).

Р.М. Шамионовым предложена модель субъективного благополучия, которая включает ряд компонентов. По его мнению, кроме таких традиционно выделяемых ее составляющих, как когнитивный и эмоциональный компоненты, следует обозначить также эмоционально-деятельностное, гедонистическое, социально-нормативное благополучие, эго-благополучие. Субъективное благополучие является социально-психологическим образованием. На его формирование оказывают влияние общественные институты, в которых происходит социализация (Шамионов, 2008).

Ряд исследователей, придерживаясь эвдемонистического подхода к пониманию психологического благополучия, активно изучает его связи с осмыслением жизни субъектом, самореализацией, переживанием её ценности. Так, П.П. Фесенко предлагает различать актуальное и идеальное психологическое благополучие (Фесенко, 2005). Их соотношение зависит от реализации личностью компонентов позитивного функционирования. Под последними понимается личностный рост, самопринятие, эффективно выстроенные межличностные отношения как со значимыми другими, так и с более отдалёнными кругами социума. Актуальное благополучие связано с осмысленностью жизни, с ценностной системой субъекта. Исследование П.П. Фесенко показало, что чем более осмыслена жизнь и реализуемы терминальные ценности по ощущению субъекта, тем выше его субъективный уровень психологического благополучия (Фесенко, 2005).

Г.Г. Пучкова, изучая субъективное благополучие в аспекте самореализации, выделяет эмоционально-оценочный, мотивационно-поведенческий и когнитивный компоненты в структуре субъективного благополучия и выявляет их связь с самоактуализацией субъекта, а также уровень их влияния на неё – положительного или отрицательного (Пучкова, 2003).

О.С. Ширяева рассматривает психологическое благополучие личности в соотносённости с экстремальными природно-климатическими условиями – через систему личностных ресурсов, дающих возможность индивиду успешно функционировать как субъективно, так и объективно в системе «человек – среда». Исследователем выделены различные модели психологического благополучия в зависимости от уровня воздействия на личность объективных факторов экстремальной среды (Весна, Ширяева, 2009).

Также отечественными учёными активно изучаются особенности психологического благополучия в семье, рассматриваемые через взаимоотношения взрослых самостоятельных детей с родителями (Воронина, 2015), через детско-родительские (Кучина, Мороз, 2022) и через супружеские отношения – в плане совпадения ролевых установок, ожиданий, притязаний в супружеской паре и т.д. (Мороз, 2017).

Итак, психологическое благополучие – интегральный показатель, включающий когнитивный и эмоциональный компоненты. Он связан с рядом социально-психологических характеристик, личностными особенностями, с осмысленностью жизни, самореализацией, имеет возрастную специфику. На наш взгляд, психологическое благополучие сопряжено с толерантностью к неопределённости, готовностью принятия изменяющегося мира.

Организация исследования. Предмет исследования: психологическое благополучие молодых людей в современном мире неопределённости. Перед молодыми людьми стоит проблема: принять изменяющийся мир, изменяться самому, осваивать сложность и неопределённость современности или избегать их, упрощать реальность.

Цель исследования: выявить связь психологического благополучия молодых людей в условиях изменяющейся среды обитания с такими характеристиками, как толерантность к неопределённости, готовность к ее принятию в профессиональной и социальной жизни, к риску, связь с трансситуационным творчеством и трансситуационным локусом, с созависимостью личности; определить, влияют ли субъект-объектные ориентации личности на психологическое благополучие молодых людей в мире неопределённости.

Гипотеза исследования: психологическое благополучие молодых людей в изменяющемся мире связано с толерантностью к неопределённости, готовностью к ее принятию в профессиональной и социальной жизни, к риску; с трансситуационным творчеством и трансситуационным локусом, с созависимостью. Существует связь между психологическим благополучием и уровнем осмысленности жизни, уровнем совпадения ценностной системы личности с ее реальной жизнью. Тип субъект-объектных ориентаций в жизненных ситуациях влияет на психологическое благополучие молодых людей.

Характеристика выборки. В эмпирическом исследовании участвовали молодые люди в возрасте 21–25 лет в количестве 91 человека ($M = 23,8$), (женщины – 59 человек, мужчины – 32 человека). Это молодые специалисты, начинающие преподаватели центров образования, техникумов и колледжей города Тулы – 46 человек, студенты бакалавриата четвёртого курса Тульского государственного университета – 14 человек; магистранты этого же вуза – 31 человек.

Методики исследования: авторская анкета «Готовность к принятию изменяющегося мира неопределённости», измеряющая следующие аспекты: готовность к изменениям и принятие их в профессиональной и социальной жизни; готовность к риску (риску меняться). Анкета изначально включала 60 вопросов, количество которых с помощью метода компетентных судей ($N = 8$) было сокращено до 42, по 14 на каждую из шкал. Опросник содержал одинаковое количество прямых и обратных вопросов. Респондентам предлагалось три варианта ответа: «да» (3 балла); «возможно» (2 балла), «нет» (1 балл). Внутренняя согласованность проверялась с помощью коэффициента Альфа Кронбаха – не менее 0,684. Следует отметить, что данная анкета

замеряет важный, но только первый этап функционирования субъекта в мире неопределённости – «уровень готовности к принятию».

Использовались следующие методики: методика К. Рифф «Шкала психологического благополучия», адаптированная Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко, которая позволила определить уровни психологического благополучия молодых людей и разделить респондентов на группы; опросник Т.В. Корниловой «Толерантность – интолерантность к неопределённости», тест «СЖО» в адаптации Д.А. Леонтьева, модифицированный «Ценностный опросник» Ш. Шварца, «Шкала созависимости» Б. и Дж. Уайнхолд в адаптации А.С. Кочарян, Е.В. Фроловой, Н.А. Смахиной, «Опросник жизненных ориентаций» Е.Ю. Коржова.

Привлекались также статистические методы: U-критерий Манна-Уитни, коэффициент корреляции Пирсона.

Результаты исследования и их обсуждение. С помощью методики К. Рифф испытуемые были разделены на три группы в соответствии с уровнем психологического благополучия. Высокий уровень был отмечен у 23 % респондентов, средний – у 62 %, низкий – у 15 %. В первом случае наиболее высокие баллы (средние показатели) были получены по следующим шкалам методики К. Рифф:

– по шкале «самопринятие» (64), отражающей позитивное отношение к собственной личности, принятие субъектом не только своих достижений, «светлых сторон», но и недостатков, что так необходимо для личностной интеграции, приходу индивида к своей самости;

– по шкале «личностный рост» (68), характеризующей постановку индивидуальных целей и неуклонное движение вперед по пути развития;

– по шкале «управление окружением» (58), что свидетельствует о том, что личность активно использует возможности окружающей среды, управляет ею, меняет её;

– по шкале «автономия» (59), демонстрирующей согласно К. Рифф склонность субъекта к независимости, его умение выстраивать и отстаивать собственную критериальную систему оценки мира, себя в нём, других.

Интересно, что в группе с низким уровнем психологического благополучия минимальные баллы были получены также по этим шкалам.

Статистических различий по уровню благополучия между мужской и женской выборками получено не было, поэтому в дальнейшем мы отказались от гендерной дифференциации в нашем исследовании ($U_{\text{эмп.}} = 764$; $U_{\text{кр}} = 745$ для $P \leq 0,05$; $U_{\text{кр}} = 663$ для $P \leq 0,01$). Вполне возможно, что это связано с небольшим количеством мужской выборки.

Обратимся к результатам, полученным по анкете «Готовность к принятию изменяющегося мира неопределённости» и по опроснику Т.В. Корниловой «Толерантность – интолерантность к неопределённости» (табл. 1).

Таблица 1 – Процентные показатели по анкете «Готовность к принятию изменяющегося мира неопределённости» и по опроснику Т.В. Корниловой «Толерантность – интолерантность к неопределённости»

Уровень психологического благополучия	Высокий уровень психологического благополучия			Средний уровень психологического благополучия			Низкий уровень психологического благополучия		
	выс. ур.	сред. ур.	низ. ур.	выс. ур.	сред. ур.	низ. ур.	выс. ур.	сред. ур.	низ. ур.
Уровень готовности; толерантности; интолерантности									
Готовность к принятию мира неопределённости в профессиональной жизни	88	12	–	64	34	2	–	27	63
Готовность к принятию мира неопределённости в социальной жизни	87	13	–	62	33	5	–	25	75
Готовность к принятию риска	79	21	–	60	29	11	–	19	81
Толерантность к неопределённости	80	19	1	62	26	12	–	20	80

Для большинства испытуемых с высоким уровнем психологического благополучия (88 %) характерна готовность к принятию мира неопределённости в профессиональной жизни. Молодые люди отмечали, что обучаются или работают по специальности, которая нравится, хотя совершенствоваться в ней, в то же время, если изменяются обстоятельства, готовы искать себя в смежных профессиональных областях, в новой специализации. Испытуемые понимают, что современный мир профессий нестабилен: идут активные (по сравнению с концом XX века) изменения в

наборе и требованиях к актуальным компетенциям; появляются новые профессии, отмирают старые. Молодые люди понимают, что социальный мир изменчив, готовы изменяться сами, а если есть возможность, то и что-то менять в окружающей действительности в лучшую сторону. Они готовы стремиться к достижениям, несмотря на то, что ситуация может быть не совсем однозначной в плане выигрыша, получения того, что являлось целью.

Испытуемые с низким уровнем психологического благополучия не готовы менять профессию, боятся резких преобразований на рынке труда. Если всё-таки придётся что-то менять в профессиональной жизни, то допускают, что будут заниматься неквалифицированным трудом. Как показали ответы, они не думают о профессиональной траектории своего развития; не принимают мир неопределённости, стремятся уйти от его сложности к простоте, добиться стабильности ситуации, её привычности, понятности, их пугают ситуации экзистенциального риска.

Рассмотрим результаты по «Шкале созависимости» Б. и Дж. Уайнхолд. На наш взгляд, уровень созависимости тесно связан с принятием / непринятием мира неопределённости. Созависимость изначально на уровне семьи происхождения ведёт к растворению в личности другого. В дальнейшем человеку становится необходимо на кого-то опираться, от кого-то зависеть: в оценках, в решениях, в поступках. В результате сложно меняться, самоактуализироваться, «найти себя» в изменяющемся мире. По «Шкале созависимости» Б. и Дж. Уайнхолд в группе психологически благополучных респондентов был выявлен низкий уровень созависимости, близкий к среднему (29 баллов), в отличие от группы, характеризующейся минимальными значениями психологического благополучия, где обнаружился высокий уровень созависимости (57 баллов). Исследуемый показатель свидетельствует об умении субъекта дистанцироваться от мнений, требований других людей, отстаивать свои личностные границы, где это нужно и, прежде всего, во взаимоотношениях со значимыми другими. Статистические различия получены для $P \leq 0,01$. Также была выявлена статистически значимая обратная связь между созависимостью личности и толерантностью к неопределённости для $P \leq 0,05$.

С помощью статистических процедур установлена корреляция между психологическим благополучием субъекта и его готовностью к принятию изменяющегося мира в профессиональной и социальной жизни, к риску; между психологическим благополучием и толерантностью к неопределённости. Выявлены статистически значимые зависимости между психологическим благополучием и трансситуационным творчеством; психологическим благополучием и трансситуационным локусом контроля, что свидетельствует о значимой связи между психологическим благополучием и таким типом жизненной ориентации, который имеет название «преобразователь жизни». Выявлена статистически достоверная связь между психологическим благополучием и осмысленностью жизни; обратная корреляция – между психологическим благополучием и созависимостью личности (табл. 2).

Таблица 2 – Показатели взаимосвязи психологического благополучия с характеристиками и жизненными ориентациями субъектов

Характеристики	Психологическое благополучие
Трансситуационное творчество	0,418
Трансситуационный локус	0,424
Готовность к изменениям и принятие их в профессиональной жизни	0,345
Готовность к изменениям и принятие их в социальной жизни	0,311
Готовность к риску	0,332
Толерантность к неопределённости	0,313
Осмысленность жизни	0,511
Созависимость личности	-0,274

Чтобы определить, насколько совпадение ценностной системы личности с её реальной жизнью связано с благополучием субъекта, был использован ценностный опросник Ш. Шварца. Испытуемым предлагалось сначала проранжировать список ценностей, предложенных в опроснике, по субъективной значимости (нормативные идеалы), а затем заполнить вторую часть анкеты, которая была несколько модифицирована, чтобы с ее помощью иметь возможность не просто выявить индивидуальные приоритеты субъекта, а определить, насколько он живёт согласно заявленным нормативным идеалам, насколько значимые для него ценности реализованы в его жизни.

В группе с высоким уровнем психологического благополучия ведущими ценностями (по средним значениям) оказались: самостоятельность (ранг 1); благожелательность (ранг 3), стимуляция (ранг 3) гедонизм (ранг 3). Правда, следует отметить, что по ценности «гедонизм» ранг на уровне реализованности ценности опустился на одну ступень по сравнению с нормативностью (ранг 4 – средний уровень реализованности ценности). Статистические различия по ведущим

ценностям между нормативностью и реализованностью ценности в реальной жизни для «самостоятельности», «благожелательности», «стимуляции» отсутствуют; для гедонизма различия получены для $P \leq 0,05$, т.е. в реальности у испытуемых наслаждаться жизнью не всегда получается. Самыми незначимыми ценностями являются конформизм и традиции (9 и 10 ранги).

Если обратиться к ценностному кругу Ш. Шварца, то можно выявить следующую закономерность: ценности «самостоятельность», «стимуляция», «гедонизм» входят в область «Открытость изменениям», что важно для эффективного функционирования в мире неопределённости. Также данные ценности противоположны области «Сохранение», куда входят ценности «конформизм» и «традиции».

В группе психологически неблагополучных субъектов наиболее значимыми ценностями на уровне нормативов оказались: достижения (ранг 2); безопасность (ранг 2), традиции (ранг 3), власть (ранг 4), в то время как на уровне реализованности – конформизм (ранг 2), благожелательность (ранг 1), традиции (ранг 4), т.е. налицо несовпадение между тем, что для человека значимо, и тем, что им воплощено. Можно только отметить частичную реализованность ценности «традиция»: нормативный уровень – высокая значимость, уровень реализованности – средний.

Чтобы выяснить, влияет ли тип субъект-объектных отношений на психологическое благополучие молодых людей, была использована методика Е.Ю. Коржовой. Среди испытуемых с высоким уровнем психологического благополучия 81 % респондентов оказались преобразователями жизненной ситуации, готовыми преодолевать трудности и менять под себя окружающую жизнь; 14 % опрошенных – гармонизаторы жизненной ситуации; 5 % – потребители жизненной ситуации, это люди, приспособляющиеся к условиям существования, которые не готовы меняться сами и изменять окружающий мир.

Испытуемые со средним уровнем психологического благополучия по типу субъект-объектных отношений распределились следующим образом: 10 % – преобразователи жизненной ситуации; 82 % – гармонизаторы жизненной ситуации; 8 % – потребители жизненной ситуации.

Испытуемые с низким уровнем психологического благополучия продемонстрировали следующую приверженность типам субъект-объектных отношений: 68 % – пользователи жизненной ситуации; 32 % – ее потребители. Такие субъекты не готовы к резким изменениям окружающего мира, в сложных ситуациях они будут стремиться переключиться на доступную деятельность и отказаться от ценностно значимых целей.

Выводы. Результаты, полученные нами в ходе эмпирического исследования, в целом подтверждают выдвинутую гипотезу. Выявлено, что психологически благополучным молодым людям в возрасте 21–25 лет в изменяющемся мире свойственна толерантность к неопределённости. Они готовы к изменениям в профессиональной, социальной жизни, готовы к риску (в плане преобразований). Установлено, что такой тип субъект-объектных отношений, как «преобразователь жизни», предполагает готовность индивида менять окружающую жизнь, присущ молодым людям именно с высоким уровнем психологического благополучия. Выявлено, что они же характеризуются осмысленностью жизни.

В ходе исследования было также выявлено, что совпадение ценностной системы личности с её реальной жизнью коррелирует с благополучием субъекта, а созависимые отношения в семье ведут к неприятию индивидом мира неопределённости.

На наш взгляд, данное исследование было бы интересно продолжить в плане построения модели психологического благополучия молодых людей в мире неопределённости.

Список источников:

- Башкатов С.А. Зависимость характеристик личностного благополучия от социально-биологических показателей // Вестник ВЭГУ. 2013. № 2 (64). С. 10–20.
- Бенко Е.В. Специфика субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности // Мир науки. 2016. Т. 4, № 3. С. 1–5.
- Весна Е.Б., Ширяева О.С. Психологическое благополучие личности в экстремальных природно-климатических условиях жизнедеятельности // Вестник Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова. Серия: Гуманитарные науки. 2009. № 2 (8). С. 31–41.
- Воронина М.Е. Отношение женщины среднего возраста к родителям в контексте её психологического благополучия // Психологические проблемы современной семьи. Екатеринбург, 2015. С. 289–304.
- Жуковская Л.В. Формирование родительских установок как фактор профилактики зависимого поведения // Роль социальных институтов в профилактике наркозависимости среди подростков и молодежи. СПб., 2007. С. 79–87.
- Идобаева О. А. К построению модели исследования психологического благополучия личности: психолого-развитийный и психолого-педагогический аспекты // Вестник Томского государственного университета. 2011. № 351. С. 128–133.
- Кучина Т.И., Мороз Т.С. Детско-родительские отношения и психологическое благополучие подростков. Москва ; Берлин, 2022. 108 с.
- Маслоу А. Мотивация и личность. М., 2013. 351 с.
- Мороз Т.С. Исследование глубинных личностных сценариев и удовлетворенности браком мужчин и женщин // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6, № 2А. С. 147–156.

- Павлоцкая Я.И. Социально-психологический анализ уровней и типов благополучия личности // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 1-1. С. 1–11. Пригожин И., Стенгерс И. Порядок из хаоса: новый диалог человека с природой. М., 1986. 431 с.
- Пучкова Г.Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности. Хабаровск, 2003. 124 с.
- Рождерс К. Брак и его альтернативы. Позитивная психология семейных отношений. М., 2012. 318 с.
- Селигман М. Путь к процветанию: новое понимание счастья и благополучия. М., 2013. 422 с.
- Тaleb Н.Н. Антихрупкость: как извлечь выгоду из хаоса. М., 2015. 762 с.
- Фесенко П.П. Имеет ли понятие психологического благополучия социально-культурную специфику? // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. Т. 2, № 4. С. 132–138.
- Шамяионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов, 2008. 296 с.
- Юнг К. Аналитическая психология. М., 2020. 368 с.
- Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being. Chicago, 1969. 320 p.
- Diener E., Diener C. Most People are Happy // Psychological Science. 1996. № 7. P. 181–185. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1996.tb00354.x>
- Ryff C.D. Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Wellbeing // Journal of Personality and Social Psychology. 1989. Vol. 57, iss. 6. P. 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff C.D., Keyes C.L. The Structure of Psychological Well-Being Revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69. P. 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

References:

- Bashkatov, S. A. (2013) Dependence of the Characteristics of Personal Well-Being on Social and Biological Indicators. *Vestnik VEGU*. (2 (64)), 10–20 (in Russian).
- Benko, E. V. (2016) Specificity of Subjective Well-Being in Different Phases of the Normative Crisis of Personality Development. *Mir nauki*. 4 (3), 1–5. Available from: <http://mir-nauki.com/PDF/05PSMN316.pdf> [Accessed 13th March 2022] (in Russian).
- Bradburn, N. (1969) *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago. 320 p.
- Diener, E. & Diener, C. (1996) Most People are Happy. *Psychological Science*. (7), 181–185. Available from: <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1996.tb00354.x>
- Fesenko, P. P. (2005) Is the Concept of Psychological Well-Being Culturally and Socially Specific? *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki*. 2 (4), 132–138 (in Russian).
- Idobaeva, O. A. (2011) On Construction of Research Model to Study Personal Well-Being: Developmental, Psychological and Pedagogical Aspects. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta*. (351), 128–133 (in Russian).
- Kuchina, T. I. & Moroz, T. S. (2022) *Detsko-roditel'skie otnosheniya i psikhologicheskoe blagopoluchie podrostkov [Parent-Child Relationships and Offsprings Positive Mental Well-Being]*. Moscow ; Berlin. 108 p. (in Russian).
- Maslou, A. (2013) *Motivatsiya i lichnost' [Motivation and Personality]*. Moscow. 351 p. (in Russian).
- Moroz, T. S. Study of Deep Personal Scenarios and Marital Satisfaction of Men and Women. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya*. 6 (2A), 147–156 (in Russian).
- Pavlotskaya, Ya. I. (2015) Social-Psychological Analysis of the Levels and Types of Personal Well-Being. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya*. (1-1), 1–11. Available from: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=17955> [Accessed 13th March 2022] (in Russian).
- Prigozhin, I. & Stengers, I. (1986) *Poryadok iz khaosa: novyi dialog cheloveka s prirodoy [Order Out of Chaos: Man's New Dialogue with Nature]*. Moscow. 431 p. (in Russian).
- Puchkova, G. L. (2003) *Sub'ektivnoe blagopoluchie kak faktor samoaktualizatsii lichnosti [Subjective Well-Being as a Factor in Personal Self-Actualisation]*. Khabarovsk. 124 p. (in Russian).
- Rozhders, K. (2012) *Brak i ego al'ternativy. Pozitivnaya psikhologiya semeinykh otnoshenii [Marriage and Its Alternatives. Positive Psychology of Family Relationships]*. Moscow. 318 p. (in Russian).
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. (1995) The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69, 719–727. Available from: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D. (1989) Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57 (6), 1069–1081. Available from: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Seligman, M. (2013) *Put' k protsvetaniyu: novoe ponimanie schast'ya i blagopoluchiya [The Path to Prosperity: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being]*. Moscow. 422 p. (in Russian).
- Shamionov, R. M. (2008) *Subjective Well-Being of Personality: a Psychological Pattern and Factors*. Saratov. 296 p. (in Russian).
- Taleb, N.N. *Antikhrupkost': kak izvlech' vygodu iz khaosa [Antifragile: Things That Gain From Disorder]*. Moscow. 762 p. (in Russian).
- Vesna, E. B. & Shiryayeva, O. S. (2009) Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti v ekstremal'nykh prirodno-klimaticheskikh usloviyakh zhiznedeyatel'nosti [Psychological Well-Being of Individuals in Extreme Natural and Climatic Life Conditions]. *Vestnik Yaroslavl'skogo gosudarstvennogo universiteta im. P.G. Demidova. Seriya: Gumanitarnye nauki*. (2 (8)), 31–41 (in Russian).
- Voronina, M. E. (2015) The Ratio of Middle-Aged Women to Parents in the Context of Her Psychological Well-Being. In: *Psikhologicheskie problemy sovremennoi sem'i*. Ekaterinburg, pp. 289–304 (in Russian).
- Yung, K. (2020) *Analiticheskaya psikhologiya [Analytical Psychology]*. Moscow. 368 p. (in Russian).
- Zhukovskaya, L. V. (2007) Formirovaniye roditel'skikh ustanovok kak faktor profilaktiki zavisimogo povedeniya [Parental Equation Formation as a Factor in Addictive Behaviour Prevention]. In: *Rol' sotsial'nykh institutov v profilaktike narkozavisimosti sredi podrostkov i molodezhi*. Saint-Petersburg, pp. 79–87 (in Russian).

Информация об авторе

Т.И. Кучина – кандидат педагогических наук, доцент, доцент департамента психологии и развития человеческого капитала Финансового университета при Правительстве РФ, Москва, Россия; доцент кафедры психологии Тульского государственного университета, Тула, Россия.
https://www.elibrary.ru/author_items.asp?authorid=660308.

Information about the author

T.I. Kuchina – PhD in Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Psychology and Human Capital Development, Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russia; Associate Professor at the Department of Psychology, Tula State University, Tula, Russia.

https://www.elibrary.ru/author_items.asp?authorid=660308.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted 16.02.2022;
Одобрена после рецензирования / Approved after reviewing 10.03.2022;
Принята к публикации / Accepted for publication 29.03.2022.