

Т. Н. Банщикова

*Северо-Кавказский федеральный университет
Ставрополь, Россия*

СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ С РАЗНОЙ СТЕПЕНЬЮ ВЫРАЖЕННОСТИ РЕГУЛЯТОРНО-ЛИЧНОСТНЫХ РЕСУРСОВ

Результаты пилотажного исследования установили: значимых различий в показателях субъективного благополучия между возрастными группами не установлено. В динамике отмечается снижение средних значений показателей благополучия к 22–24 годам. У юношей более выражены показатели гедонистического и эго-благополучия. Во всех возрастных группах показатели осознанной саморегуляции значимо связаны с показателями субъективного благополучия. Коррелятами эмоционального и социально-нормативного благополучия выступают планирование и программирование; экзистенциально-деятельностного, гедонистического и эго-благополучия — гибкость и настойчивость.

Ключевые слова: субъективное благополучие, осознанная саморегуляция, возрастные группы, юноши, девушки.

Tatiana N. Banshchikova

*North Caucasus Federal University
Stavropol, Russia*

SUBJECTIVE WELL-BEING OF YOUNG PEOPLE WITH VARYING DEGREES OF EXPRESSION OF REGULATORY AND PERSONAL RESOURCES

The results of the established that there were no significant differences in indicators of subjective well-being between age groups. In dynamics, there is a decrease in the average values of well-being indicators by the age of 22–24 in all age groups. Young men have more pronounced indicators of hedonistic well-being and ego well-being. In all age groups, self-regulation indicators are significantly related to indicators of subjective well-being. The correlates of emotional well-being and socio-normative well-being are

planning and programming; existential well-being, hedonistic well-being and ego well-being are represented by flexibility and perseverance.

Keywords: subjective well-being, conscious self-regulation, age groups, boys, girls.

Введение. Возросший интерес к проблеме субъективного благополучия (СБ) в науках о человеке обусловлен тем, что в культуре общества потребления, в которое вступило человечество, благополучие в массовом сознании стало значимым конструктом качества жизни. Качество жизни — это не только обобщенная оценка внешних условий жизни, насколько хорошо живет человек на данной территории, сколько то, как человек ощущает, понимает и принимает собственную жизнь, каково его отношение к себе и миру.

Уровень СБ молодого человека является значимым социальным индикатором, поскольку именно в этом возрасте особо остро переживается этап нахождения своего места в социальной структуре общества, удовлетворенность собственной жизнью и существующими возможностями для самореализации.

Результаты теоретических и эмпирических исследований ученых лаборатории психологии саморегуляции ПИ РАО [1], наших исследований [2] позволяют говорить о том, что осознанная саморегуляция (СР) может выступать в качестве метаресурса, который актуализируется и мобилизует познавательные и личностные ресурсы для достижения поставленных целей. В связи с этим мы предполагаем, что СР может выступать важным фактором СБ молодых людей, что существуют гендерные и возрастные различия в параметрах субъективного благополучия молодых людей с разной степенью выраженности регуляторно-личностных ресурсов.

Материалы и методы. В исследовании приняло участие 1 439 респондентов в возрасте от 18 до 35 лет. Из них 562 юноши, 877 девушек. Диагностика включала оценивание следующих факторов: базовые свойства личности — большая пятерка (Mini-IPIP) [3]; регуляторно-личностные свойства (опросник В. И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения, ССПМ 2020») [4], показатели субъективного благополучия (методика диагностики субъективного благополучия личности Шамионова Р. М., Бесковой Т. В.) [5].

Математико-статистическая обработка данных осуществлялась при помощи расчета описательных статистик, а также многофакторного дисперсионного анализа и коэффициента корреляции рангов.

Результаты. Регрессионный анализ свидетельствует о том, что личностные факторы гибкость, настойчивость, экстраверсия и нейротизм выступают значимыми предикторами всех пяти видов благополучия: эмоционального (ЭБ), экзистенциально-деятельностного (ЭДБ), эго-благополучия (ЭГБ), гедонистического (ГБ) и социально-нормативного благополучия (СНБ).

Исследователи всегда рассматривают в качестве психологических коррелятов СБ именно определенные личностные черты, которые характеризуют прежде всего активность человека по достижению собственных целей и преодолению трудностей, предрасположенности испытывать определенный уровень эмоций, состояние, позволяющие удовлетворять потребности. Коррелятами СБ выступают и когнитивно-операциональные компетенции. Установлено, что в качестве значимого предиктора ЭБ и СНБ выступает программирование ($\beta = 0,11$; $p < 0,001$ и $\beta = 0,20$; $p < 0,001$ соответственно), для ЭДБ — планирование ($\beta = 0,11$; $p < 0,001$). Осознанное, детализированное планирование, продуманная последовательность способов действий для достижения значимых целей определяют меру успешности в реализации личных экзистенциальных проектов.

На следующем этапе был проведен сравнительный анализ показателей СР и СБ в четырех возрастных группах: 1) — от 16 до 18 лет; 2) — от 19 до 21 года; 3) — от 22 до 24 лет; 4) — от 25 до 35 лет. Установлены значимые различия по всем показателям СР. Отмечается рост значений по когнитивным (планирование $\mu =$ от 3,38 до 3,45; программирование $\mu =$ от 3,38 до 3,45; оценка результатов $\mu =$ от 3,15 до 3,31) и регуляторно-личностным показателям (надежность $\mu =$ от 2,77 до 2,97, настойчивость $\mu =$ от 3,71 до 3,72) от первой возрастной группы до четвертой. Моделирование и гибкость снижают свои показатели в возрастной группе 22–24 лет (моделирование $\mu =$ от 3,35 до 3,06; гибкость $\mu =$ от 3,38 до 3,12) и лишь незначительно поднимаются к 25–35 годам. Предполагаем, что на стадии профессиональной адаптации после (окончание вуза, определение места

работы) возникает необходимость в подчинении внешним обстоятельствам в виде выполнения предписаний, алгоритмов решения профессиональных задач, выполнение установленных правил, норм, что несколько снижает актуализацию задач перестройки планов и программы исполнительских действий.

Значимых различий в показателях СБ между возрастными группами не установлено. Исключение составляет социально-нормативный показатель субъективного благополучия. В динамике, по всем показателям СБ отмечается снижение средних значений к 22–24 годам. Предполагаем, что причиной выступает смена ведущего вида деятельности, адаптация к новым условиям жизнедеятельности.

Корреляционный анализ продемонстрировал значимую положительную связь всех регуляторных показателей с показателями СБ. Это свидетельствует о том, что уровень СР молодых людей с 16 до 35 лет влияет на степень их СБ.

На следующем этапе с применением трехфакторного дисперсионного анализа, где факторами выступили пол, возраст, общий уровень СР, а зависимой переменной СБ, было установлено, что общий уровень СР выступает значимым фактором, влияющим на зависимую переменную СБ. Только в двух показателях — ЭГБ и ГБ — значимым фактором выступил и пол. У юношей с высоким уровнем СР выше показатели гедонистического и эго-благополучия.

Заключение. Таким образом, результаты пилотажного исследования позволяют говорить о том, что саморегуляция выступает ресурсом субъективного благополучия молодых людей. Данная гипотеза получила свое подтверждение. Вторая гипотеза лишь частично нашла свое подтверждение. Во всех возрастных группах показатели осознанной саморегуляции значимо связаны с показателями субъективного благополучия. Только в двух показателях — эго-благополучие и гедонистическое благополучие — значимым фактором выступили гендерные особенности выборки. У юношей выше показатели гедонистического и эго-благополучия. Это позволяет обозначить перспективы дальнейшего изучения данной проблематики.

Библиографические ссылки

1. Фомина Т. Г., Ефтимова О. В., Моросанова В. И. Взаимосвязь субъективного благополучия с регуляторными и личностными особенностями у учащихся младшего школьного возраста // Пс.-пед. исследования. 2018. Т. 10. № 2. С. 64–76. DOI: 10.17759/psyedu.2018100206
2. Банищикова Т. Н. Взаимосвязь субъективного благополучия с регуляторными особенностями и личностными диспозициями педагогов // Интеграция педагогической науки и практики в современных условиях : сб. науч. трудов / под ред. В. К. Шаповалова, И. Ф. Игропуло. Ставрополь : Изд-во СКФУ, 2020. 204 с.
3. The Mini-IPIP scales: Tiny-yet-effective measures of the Big Five factors of personality / M. Donnellan, F. Oswald, B. Baird et al. // Psychological Assessment. 2006. № 18. P. 192–203. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.18.2.192>
4. Моросанова В. И., Кондратьев Н. Г. Опросник В. И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ 2020» // Вопр. психологии. 2020. Т. 66. № 4. С. 155–167.
5. Шамянов Р. М., Бескова Т. В. Методика диагностики субъективного благополучия личности // Психологические исследования. 2018. Т. 11, № 60. URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/277> (дата обращения: 06.04.2022).