

16. Ray J. J. Belief in Luck and Locus of control // The J. of Social Psychology. 1980. Vol. 111. P. 299–300.
17. Sagon E., De Caroli M. E. Locus of Control and Beliefs About Superstition and Luck in Adolescents: What's Their Relationship? // Procedia – Social and Behavioral Sciences. 2014. Vol. 140. P. 318–323.
18. Waterman A. S. Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment // Journal of Personality and Social Psychol. 1993. Vol. 64. P. 678–691.
19. Waterman A. S., Schwartz S. J., Conti R. The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation // Journal of Happiness Studies. 2008. Vol. 9. P. 41–79.

*Статья поступила в редакцию 09.02.2018 г.*

УДК 17.023.34 + 159.9.072 + 378.115.15

**М. Е. Пермякова**  
**Е. Л. Глинских**  
**И. А. Ершова**

## **ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ СЧАСТЬЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ С СОБЛЮДЕНИЕМ НРАВСТВЕННЫХ НОРМ У СТУДЕНТОВ**

В статье приводятся данные о связи счастья и психологического благополучия с соблюдением нравственных норм на примере таких норм-запретов, как алчность, гнев, гордыня, похоть, зависть, уныние, чревоугодие. Исследование проводилось на выборке студентов. Для диагностики использовались следующие методики: «Обновленный Оксфордский опросник счастья» (Oxford Happiness Inventory); «Шкала психологического благополучия К. Рифф»; тесты «Алчность», «Гнев», «Гордыня», «Грех похоти», «Чревоугодие», «Зависть», «Уныние» (Ю. В. Щербатых); 10-балльные шкалы самооценки соблюдения этих норм-запретов. В результате были получены противоречивые данные: установлена положительная связь соблюдения норм-запретов с ощущением счастья и отрицательная корреляция с психологическим благополучием.

**К л ю ч е в ы е с л о в а:** счастье; психологическое благополучие; нравственные нормы-запреты; студенты.

В последние десятилетия проблема благополучия человека и определения факторов, его обуславливающих, является одной из ведущих в психологической

---

ПЕРМЯКОВА Маргарита Евгеньевна — кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета (e-mail: pme8@mail.ru).

ГЛИНСКИХ Евгения Львовна — магистрант кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета (e-mail: umberto@mail.ru).

ЕРШОВА Ирина Анатольевна — кандидат философских наук, доцент, доцент кафедры педагогики и психологии образования Уральского федерального университета (e-mail: ershova\_ekb@mail.ru).

© Пермякова М. Е., Глинских Е. Л., Ершова И. А., 2018

науке. Так, в рамках позитивной психологии активно исследуются феномены счастья, субъективного благополучия, психологического благополучия. Среди ученых нет единого мнения по поводу сущности и соотношения между собой этих концептов. Часть исследователей является сторонниками гедонистического подхода (Н. Бредбер, Э. Динер, М. Аргайл, М. Селигман), согласно которому счастье (его психологический синоним — субъективное благополучие) считается субъективным ощущением и трактуется как конструкт, состоящий из когнитивного (удовлетворенность жизнью) и аффективного (баланс положительных и отрицательных эмоций) компонентов. Другая часть придерживается эвдемонистического подхода (К. Рифф, К. Кейес), рассматривая психологическое благополучие как показатель позитивного функционирования личности и связывая его с самореализацией личности, с ее ресурсами и положительными качествами. Между сторонниками гедонистического и эвдемонистического подходов ведется активная дискуссия, высказываются идеи о возможности и продуктивности их сочетания и интеграции [3, 9, 11 и др.]. Многие авторы склоняются к мнению, что хотя счастье и психологическое благополучие и не являются тождественными, они умеренно коррелируют между собой на уровне эмпирических показателей и в совокупности более полно описывают сферу благополучия человека.

Универсальных рецептов счастья для всех людей не существует, оно складывается из своеобразного для каждого индивида сочетания множества факторов. Причем это сочетание динамично, оно меняется в зависимости от возраста. Поэтому в рамках данной проблематики большинство исследований посвящены определению детерминант и коррелятов благополучия, в качестве которых выступают как внешние факторы, характеризующие среду обитания человека (политические, социально-экономические, экологические, этнокультурные), так и внутренние факторы, характеризующие самого человека и его социальные связи (пол, возраст, семейное положение, темперамент, личностные характеристики, наличие свободного времени для досуга, удовлетворенность работой, мировосприятие, вера, жизнестойкость и т. д.).

Несмотря на достаточно глубокую разработанность описываемой проблематики, в научной литературе очень мало исследований о связи счастья и психологического благополучия с нравственностью, с нравственной направленностью личности. По мнению А. Н. Поддьякова [8], в позитивной психологии вообще достаточно редко можно найти явно сформулированное отношение к проблемам добра и зла. На сегодняшний день еще только идет становление такого направления, как изучение нравственных ориентаций в контексте психологического благополучия. При этом результаты немногочисленных исследований довольно противоречивы. Например, в исследованиях Т. В. Бесковой [1] были определены корреляции психологического благополучия с такими компонентами нравственности, как ориентация на добро, ориентация на зло, человечность (нравственность). Результаты показали, что чем сильнее человек ориентирован на зло, тем больше он ощущает свое неблагополучие на психологическом уровне, причем наиболее сильные корреляции были получены с такими компонентами психологического благополучия, как «самопринятие» и «автономность». При этом

значимой связи с ориентацией на добро выявлено не было. И. Н. Нехорошева [5] изучала различия в показателях субъективного качества жизни (среди которых уровень счастья и удовлетворенность жизнью) у людей с разной нравственной направленностью. Оказалось, что в большей степени удовлетворены своей жизнью люди с отрицательной нравственной направленностью, а люди с положительной направленностью менее счастливы. Е. Е. Бочарова [2] исследовала этнические особенности нравственных ориентаций и субъективного благополучия молодежи на выборках респондентов армянской и русской национальности. Полученные результаты свидетельствуют о связи субъективного благополучия с нравственными ориентациями в обеих выборках. При этом нравственные предикторы субъективного благополучия оказались различными. Факторный анализ показал, что для армян — это аутогрупповое безучастие, ингрупповая консолидация, прощение сограждан, а для русских — отзывчивость, сострадание, жертвенность. М. Н. Семенова [10], рассматривая соотношение психологического благополучия и религиозной ориентации личности у взрослых людей, пришла к выводу, что общий показатель психологического благополучия коррелирует с такими показателями, как «наличие религиозного самосознания», «тенденция искать в религии поддержку и утешение», «тенденция верить в творца». В то же время сравнение уровня счастья у православных верующих и атеистов в исследовании М. Е. Пермяковой [6] не выявило достоверных различий между ними. Д. М. Зиновьева [4], изучая связь психологического благополучия с нравственным самоопределением в отношениях с другими людьми, получила данные о положительной корреляции социальной пассивности со всеми составляющими психологического благополучия.

Неоднозначность и противоречивость результатов немногочисленных исследований по этой проблематике делает актуальным ее дальнейшую разработку. Кроме того, практически нет исследований о связи счастья и психологического благополучия с соблюдением конкретных нравственных норм.

Под нравственными нормами в настоящее время понимается совокупность всех типов взаимоотношений между людьми, возникающих в процессе совместного проживания. По сути — это свод правил, определяющих поведение человека во всех сферах жизни (в семье, в межличностных отношениях, в профессиональной деятельности) и направленных на достижение блага для себя и окружающих. Они носят форму общественного договора, именно общество оценивает нравственность или безнравственность поведения индивида. При этом соблюдение или несоблюдение этих норм — выбор самого человека. Существуют разные классификации нравственных норм, в том числе они делятся на нормы-запреты (нежелательные нормы поведения для общества) и нормы-повеления (положительные, желательные нормы поведения человека). Исторически нормы-запреты всегда предшествовали нормам-повелениям. У каждого поколения и общности людей складывалось свое понимание хорошего и плохого, «добродетелей» и «пороков». Те нормы, которые переставали соответствовать условиям жизни общества, отмирали, полезные же закреплялись и передавались из поколения в поколение, становясь социальными установками и частью индивидуального

сознания. Некоторые из них, возникнув в рамках какой-то религиозной концепции, постепенно становились общечеловеческими. К таким нормам-запретам относятся и «семь смертных грехов» из христианской доктрины. Так, исследования показывают, что осуждают гордыню, гнев, алчность, зависть, уныние, похоть, чревоугодие большинство современных молодых россиян, независимо от пола, национальности, от того, принадлежат ли они к какому-нибудь вероисповеданию или являются атеистами. Правда, степень осуждения каждого греха культурно обусловлена [12]. Эти нормы-запреты носят рекомендательный характер. Тем не менее их несоблюдение нередко становится причиной проблем, с которыми люди обращаются к психологу за консультативной помощью.

Целью данного пилотного исследования было определение связи счастья и психологического благополучия с соблюдением нравственных норм у студентов на примере «семи смертных грехов». Были выдвинуты следующие гипотезы исследования:

1. Предположительно существует связь счастья с соблюдением нравственных норм, а именно чем ниже уровень алчности, гнева, гордыни, похоти, зависти, уныния, чревоугодия, тем выше уровень счастья у студентов.

2. Предположительно существует связь психологического благополучия с соблюдением нравственных норм, а именно чем ниже уровень алчности, гнева, гордыни, похоти, зависти, уныния, чревоугодия, тем выше уровень психологического благополучия у студентов.

В исследовании приняли участие 68 человек: 34 студента Уральского федерального университета и 34 студента Уральского колледжа технологий и предпринимательства. Возраст испытуемых варьировал от 17 до 20 лет.

Для диагностики были использованы следующие методики: «Обновленный Оксфордский опросник счастья» (Oxford Happiness Inventory); «Шкала психологического благополучия» К. Рифф; тесты «Алчность», «Гнев», «Гордыня», «Грех похоти», «Чревоугодие», «Зависть», «Уныние» (Ю. В. Щербатых); 10-балльные шкалы самооценки алчности, гнева, гордыни, похоти, зависти, уныния, чревоугодия.

Исследование субъективного ощущения счастья с применением Оксфордского опросника не выявило среди студентов абсолютно счастливых и абсолютно несчастливых, что совпадает с результатами авторского исследования, проведенного ранее на аналогичной выборке [7]. Большинство из респондентов (60 %) оценили свой уровень счастья как средний. Пониженный уровень ощущения счастья наблюдается у каждого третьего из опрошенных студентов. Повышенный уровень счастья присущ наименьшему количеству испытуемых, всего 12 %.

Данные о количестве студентов с разными уровнями психологического благополучия по шкалам методики К. Рифф представлены в табл. 1.

Психологическое благополучие связывается с самореализацией личности, с ее ресурсами, с принятием человеком всех своих качеств, как положительных, так и отрицательных. Результаты исследования показали в целом невысокий уровень психологического благополучия у студентов. Половина респондентов оценивает его как низкий, половина — как средний. Студентов с высоким уровнем

психологического благополучия, как в целом, так и по отдельным шкалам, не выявлено. Особый интерес представляют данные, полученные по шкале «Цель в жизни», свидетельствующие об отсутствии смысла в жизни, ограниченности целей у большинства респондентов (82,3 %).

Таблица 1

**Характеристика уровней психологического благополучия студентов по шкалам методики К. Рифф**

Шкалы К. Рифф	Количество студентов с разными уровнями психологического благополучия, % / абс.		
	низкий	средний	высокий
Позитивные отношения	23,5 / 16	76,5 / 52	0
Автономия	9,0 / 6	91,0 / 62	0
Управление средой	32,4 / 22	67,6 / 46	0
Личностный рост	32,4 / 22	67,6 / 46	0
Цель в жизни	82,3 / 56	17,7 / 12	0
Самопринятие	35,3 / 24	64,7 / 44	0
Психологическое благополучие	50,0 / 34	50,0 / 34	0

Данные, отражающие общую картину соблюдения респондентами норм-запретов, согласно результатам, полученным по тестам Ю. В. Щербатых [13], представлены в табл. 2.

Таблица 2

**Характеристика уровней соблюдения студентами нравственных норм-запретов**

Нравственные нормы-запреты	Количество студентов с разными уровнями соблюдения нравственных норм-запретов, % / абс.			
	низкий или пониженный	средний	повышенный	высокий
Алчность	11,8 / 8	38,2 / 26	23,5 / 16	26,5 / 18
Гнев	5,9 / 4	50,0 / 34	20,6 / 14	23,5 / 16
Гордыня	47,0 / 32	50,0 / 34	3,0 / 2	0,0 / 0
Зависть	0,0 / 0	53,0 / 36	—	47,0 / 32
Уныние	17,7 / 12	38,2 / 26	—	44,1 / 30
Чревоугодие	11,8 / 8	38,2 / 26	23,5 / 16	26,5 / 18
Похоть	11,8 / 8	58,8 / 40	14,7 / 10	14,7 / 10

Анализ данных показывает, что студенты данной выборки наиболее подвержены зависти и унынию, эти нормы-запреты соблюдаются в наименьшей степени. Меньше всего у испытуемых выражены гордыня и похоть.

Так как в тестах Ю. В. Щербатых нет данных о валидизации, было решено проверить их эмпирическую валидность, т. е. степень соответствия их результатов

поставленным задачам для конкретной выборки испытуемых. Для этого испытуемым было предложено непосредственно оценить по 10-балльным шкалам свой уровень соблюдения нравственных норм-запретов (алчность, гнев, гордыня, похоть, зависть, уныние, чревоугодие). Результаты корреляционного анализа показателей тестов и показателей, полученных по 10-балльным шкалам, представлены в табл. 3.

Таблица 3

**Корреляционный анализ показателей нравственных норм-запретов по тестам Ю. В. Щербатых и 10-балльным шкалам самооценки ( $r_s$  – коэффициент корреляции Спирмена)**

Показатели по тестам	Показатели по 10-балльным шкалам						
	алчность	гнев	гордыня	похоть	зависть	уныние	чревоугодие
Алчность	<b>0,34**</b>						
Гнев		<b>0,509**</b>					
Гордыня			<b>0,343**</b>				
Похоть				0,167			
Зависть					<b>0,509**</b>		
Уныние						<b>0,594**</b>	
Чревоугодие							<b>0,573**</b>

\*\* Значимо для  $p \leq 0,01$ .

Корреляционный анализ выявил достоверную связь между показателями алчности, гнева, гордыни, зависти, уныния и чревоугодия. Эти данные подтверждают валидность и правомерность использования тестов на данной выборке испытуемых. Показатели «греха похоти» по тесту и 10-балльной шкале не связаны между собой. Возможно, это объясняется неискренностью ответов студентов на прямой вопрос или небольшим опытом в этой сфере ввиду молодого возраста респондентов.

Для определения связи между показателями счастья и показателями соблюдения нравственных норм-запретов были проведены корреляционный и сравнительный анализы. Корреляционный анализ выявил достоверно значимую отрицательную связь между показателями счастья и показателями алчности, гнева, похоти, зависти, уныния, чревоугодия (табл. 4). Единственно, с чем не связан уровень счастья, — с соблюдением нормы-запрета «гордыня». Это может объясняться однородностью низких показателей по этому тесту у всей выборки испытуемых. Также прослеживается значимая отрицательная связь между счастьем и общим показателем соблюдения нравственных норм-запретов.

Кроме того, для проверки предположения о том, что у счастливых студентов ниже уровень алчности, гнева, гордыни, похоти, зависти, уныния, чревоугодия был проведен сравнительный анализ по  $U$ -критерию Манна – Уитни показателей соблюдения нравственных норм у студентов с повышенным уровнем счастья

и студентов с пониженным уровнем счастья. Было сформировано две группы испытуемых. В первую вошли 8 студентов с повышенным уровнем счастья ( $> 60$  баллов, далее — «счастливые»), а во вторую — 22 студента с пониженным уровнем счастья ( $< 41$  балла, далее — «несчастливые»). Результаты представлены в табл. 5.

Таблица 4

**Корреляционный анализ показателей счастья и соблюдения нравственных норм у студентов ( $r_s$ )**

Нравственные нормы-запреты	Счастье
Алчность	-0,26*
Гнев	-0,415**
Гордыня	-0,087
Похоть	-0,45**
Зависть	-0,455**
Уныние	-0,724**
Чревоугодие	-0,271*
Общий показатель соблюдения нравственных норм	-0,597**

\* Значимо для  $p \leq 0,05$ . \*\* Значимо для  $p \leq 0,01$ .

Таблица 5

**Сравнение по  $U$ -критерию Манна – Уитни показателей соблюдения нравственных норм у счастливых и несчастливых студентов**

Нравственные нормы-запреты	Средние значения показателей соблюдения нравственных норм		Значение $U_{\text{эмп}}$
	несчастливые	счастливые	
Алчность	10,3	7,8	54
Гнев	51,6	34,3	18**
Гордыня	26,1	25,8	88
Похоть	35,9	27,8	44*
Зависть	33,3	23	34**
Уныние	22,9	9,3	8**
Чревоугодие	26,2	20,5	58
Общий показатель	206,2	148,3	8**

\* Значимо для  $p \leq 0,05$ . \*\* Значимо для  $p \leq 0,01$ .

Достоверные различия между счастливыми и несчастливыми студентами наблюдаются по соблюдению таких норм-запретов, как «гнев», «похоть», «зависть», «уныние», а также по общему показателю соблюдения нравственных норм. Результаты корреляционного анализа между показателями психологического благополучия и показателями соблюдения нравственных норм-запретов представлены в табл. 6.

Таблица 6

**Связь показателей психологического благополучия (ПБ) и соблюдения нравственных норм-запретов у студентов ( $r_s$ )**

Шкалы К. Рифф	Нравственные нормы-запреты						
	алчность	гнев	горды- ня	похоть	зависть	уныние	чрево- угодие
Положительные отношения с другими	0,269*	0,088	-0,169	0,27	0,29	0,258*	-0,025
Автономия	0,14	0,34**	-0,149	0,34**	0,281*	0,5**	-0,067
Управление окружением	0,157	0,069	-0,065	0,034	0,127	-0,121	-0,315*
Личностный рост	0,019	0,236	0,183	0,058	-0,001	-0,057	0,026
Цель в жизни	0,115	-0,13	-0,212	0,212	0,146	0,118	-0,161
Самопринятие	0,29*	0,264*	0,216	0,36*	0,517**	0,353*	0,043
Общий показатель ПБ	0,25*	0,193	-0,15	0,288*	0,361*	0,258*	-0,128

\* Значимо для  $p \leq 0,05$ . \*\* Значимо для  $p \leq 0,01$ .

В отличие от счастья, отрицательно коррелирующего с уровнем соблюдения норм-запретов, общий показатель психологического благополучия по Шкале К. Рифф достоверно положительно связан с показателями алчности, похоти, зависти, уныния. С остальными нормами-запретами значимых связей не обнаружено. Наибольшее количество положительных корреляций зафиксировано по шкалам «Автономия» и «Самопринятие». Человек, имеющий высокие значения по шкале «Автономия», отличается независимостью и самостоятельностью в принятии решений, умением противостоять общественному мнению и давлению. Высокие баллы по шкале «Самопринятие» свидетельствуют о том, что человек полностью уверен в себе, принимает себя всецело, в том числе свои отрицательные стороны. Возможно, эти качества позволяют в большей степени принимать в себе, а может и проявлять, такие черты, как жадность, гнев, похоть, зависть и уныние, при этом не испытывая муки совести.

Полученные данные о связи счастья и психологического благополучия с соблюдением нравственных норм у молодежи носят противоречивый характер. С одной стороны, соблюдение нравственных норм-запретов способствует возникновению позитивных эмоций, чувства удовлетворенности жизнью, т. е. ощущению счастья, у молодого человека, а с другой — в определенной степени ограничивает эффективность его функционирования, возможность реализации своего потенциала.

Такие результаты могут объясняться смысловым различием гедонистического и эвдемонистического концептов благополучия. Так, в данном случае исследование связи счастья и общего показателя психологического благополучия выявило их отрицательную, хотя и незначимую корреляцию ( $r_s = -0,129$ ). Но, возможно, эти показатели обусловлены малочисленностью и особенностями выборки испытуемых. В любом случае полученные противоречивые результаты данного



пилотного исследования нуждаются в дальнейшей проверке на более репрезентативной выборке.

1. *Бескова Т. В.* Соотношение психологического благополучия с нравственностью и религиозностью личности // *Вестн. Моск. гос. обл. ун-та : [электрон. журн.]*. 2015. № 4. URL: <http://vestnik-mgou.ru/ru/Articles/Doc/712> (дата обращения: 30.01.2018).
2. *Бочарова Е. Е.* Нравственные ориентации и субъективное благополучие молодежи разных этногрупп // *Изв. Саратов. ун-та. Новая серия : Акмеология образования. Психология развития*. 2016. Т. 5, № 2. С. 143–151. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26374211> (дата обращения: 04.01.2018).
3. *Деменев А. Г.* Эвдемонистические и гедонистические теории в современных исследованиях счастья // *Вестн. ВГУ. Сер. : Философия*. 2016. № 4. С. 15–23.
4. *Зиновьева Д. М.* Нравственное самоопределение в отношениях с другими людьми и психологическое благополучие молодежи [Электронный ресурс] // *Мир науки*. 2017. Т. 5, № 1. URL: <http://mir-nauki.com/PDF/55PSMN117.pdf> (дата обращения: 08.01.2018).
5. *Нехорошева И. В.* Субъективное качество жизни людей с различной нравственной направленностью // *Вестн. Костром. гос. ун-та им. Н. А. Некрасова. Сер. : Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика*. 2012. Т. 18, № 4. С. 25–29.
6. *Пермякова М. Е., Ершова И. А.* Субъективное ощущение счастья у верующих и атеистов // *Изв. Урал. федер. ун-та. Сер. 1 : Проблемы образования, науки и культуры*. 2015. № 3 (141). С. 69–78.
7. *Пермякова М. Е., Муртазина М. А.* Субъективное ощущение счастья у матерей и их детей юношеского возраста // *Изв. Урал. федер. ун-та. Сер. 1: Проблемы образования, науки и культуры*. 2016. № 1 (147). С. 85–91.
8. *Поддьяков А. Н.* Позитивная психология и проблема зла [Электронный ресурс] // *Психол. исслед.* 2012. № 2 (22). С. 1. URL: <http://psystudy.ru /index.php/num/2012n2-22/659> (дата обращения: 08.01.2018).
9. *Рикель А. М., Тунияц А. А., Батырова Н.* Понятие субъективного благополучия в гедонистическом и эвдемонистическом подходах // *Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14 : Психология*. 2017. № 2. С. 64–79.
10. *Семенова М. Н.* Психологическое благополучие и религиозная ориентация личности в период взрослости // *Дискуссия*. 2014. № 3. С. 104–110.
11. *Созонтов А. Е.* Гедонистический и эвдемонический подходы к проблеме психологического благополучия // *Вопр. психологии*. 2006. № 4. С. 105–114.
12. *Хвостов А. А., Гаджимурадова З. М.* Грехи и пороки в моральном сознании российской студенческой молодежи // *Развитие личности (М.)*. 2016. № 1. С. 135–155.
13. *Щербатых Ю. В.* Семь смертных грехов, или Психология порока для верующих и неверующих. М., 2010. 480 с.

*Статья поступила в редакцию 08.03.2018 г.*