

5. *Олифинович, Н. И.* Методические аспекты использования песочной терапии в работе со студенческой молодежью: в 4 ч. / Н. И. Олифинович, А. В. Гонга // Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки: сб. науч. ст. – Вып. 21. – Ч. 4. – Минск: РИВШ, 2021. – С. 298–305.

6. *Моховиков, А. Н.* Кризис и травма в клинической гештальт-терапии: учебное пособие / А. Н. Моховиков, А. Г. Повереннова; ред.-сост. Е. Гончарук. – Львов: Изд. дом «Гельветика», 2018. – 130 с.

7. *Тарабрина, Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса / Н. В. Тарабрина. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.

8. *Malchiodi, C.* Trauma and Expressive Arts Therapy: Brain, Body, and Imagination in the Healing Process / C. Malchiodi. – New York City: The Guilford Press. Copyrighted material, 2000. – 406 p.

9. *Лангер, С.* Философия в новом ключе: исследование символики разума, ритуала и искусства / С. Лангер. – М.: Республика, 2000. – 287 с.

10. *Выготский, Л. С.* Психология искусства / Л. С. Выготский. – М.: Юрайт, 2019. – 414 с.

11. *Старовойтов, А. В.* Системно-аналитическая арт-терапия в коррекции последствий психологических травм / А. В. Старовойтов // Гуманитарные науки (г. Ялта). – 2016. № 1(33). – С. 148–157.

12. *Лебедева, Л. Д.* Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2008. – 256 с.

(Дата подачи: 25.02.2022 г.)

Т. Д. Грицевич

Республиканский институт высшей школы, Минск

Е. Ю. Петкевич

Минский городской институт развития образования, Минск

T. Gritsevich

National Institute for Higher Education, Minsk

E. Petkevich

Minsk City Institute for the Development of Education, Minsk

УДК 159.9.072.43

РЕГИОНАЛЬНЫЕ РАЗЛИЧИЯ В СУБЪЕКТИВНОМ БЛАГОПОЛУЧИИ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

REGIONAL DIFFERENCES IN THE SUBJECTIVE WELL-BEING OF YOUTH AND GIRLS

В статье раскрывается сущность понятия «субъективное благополучие». Приводятся результаты эмпирического исследования субъективного благополучия юношей и девушек в зависимости от региона проживания.

Ключевые слова: субъективное благополучие; юношеский возраст; регион проживания.

The article reveals the essence of the concept of "subjective well-being". The results of an empirical study of the subjective well-being of boys and girls depending on the region of residence are presented.

Keywords: subjective well-being; adolescence; region of residence.

В последние годы мы наблюдаем, как изменяется и усложняется окружающий мир, становится все более разнообразным и неопределенным. Готовность или, наоборот, неготовность молодых людей к постоянным изменениям сказывается не только на их настроении, психологическом самочувствии, способности к адаптации, но и на субъективном благополучии. Психологическая реакция юношества на процессы, происходящие в мире и обществе, подтверждает актуальность исследования субъективного благополучия в раннем юношеском возрасте и требует дополнительных теоретических построений и новых данных по рассматриваемой проблеме.

Изучение проблемы субъективного благополучия необходимо для выработки путей и способов реализации развивающейся личности, ее умения справляться с трудностями социализации, конструктивно относиться к условиям неопределенности и при этом сохранять позитивный подход при решении сложных жизненных задач. Важно определить основания для внутреннего равновесия юношей и девушек, из чего оно складывается, какие эмоции лежат в его основе.

В психологической литературе существует немало тождественных понятий, сходных с трактовкой субъективного благополучия. Среди них «общая удовлетворенность жизнью», «психологическое благополучие», даже «оптимизм» и ощущение счастья. Тем не менее именно субъективное благополучие принято считать наиболее оправданным и точным, поскольку олицетворяет стремление человека к внутреннему равновесию, комфорту, ощущению удовлетворенности и счастья.

С точки зрения Е. Е. Бочаровой, субъективное благополучие личности представляет собой сложное социально-психологическое образование, включающее эмоциональные, когнитивные и конативные компоненты, формирующееся в процессе социально-психологической деятельности, в системе реальных отношений личности к объектам окружающей действительности и складывается на основе социально-психологических установок, ценностей, стратегий поведения [1].

Р. М. Шамионов предложил обновленное определение субъективного благополучия. Это понятие, которое выражает отношение человека к себе, своей личности, жизни и процессам, которые имеют существенное значение для самой личности с точки зрения интернализованных нормативных представлений о внутренней и внешней среде, которое характеризуется ощущением удовлетворенности [2]. Оно характеризуется субъективностью, позитивностью и глобальностью измерения [3].

Сходная точка зрения присутствует и у других авторов: субъективное благополучие как позитивное эмоциональное состояние удовлетворенности собой, своей жизнью, окружающим миром и своим местом в нем, традиционно описываемое в житейских терминах душевного равновесия [4].

Субъективное благополучие личности определяется через «отношение человека к своей личности, жизни и процессам, имеющим важное для нее значение с точки зрения усвоенных нормативных представлений о «благополучной» внешней и внутренней среде и характеризующееся переживанием удовлетворенности» [5, с. 42].

Ряд авторов придерживаются научных взглядов, что именно сама личность, ее черты во многом определяют уровень субъективного благополучия. Его детерминантами «выступают своеобразно (порой противоречиво) связанные инстанции личности – как внешние, так и внутренние. Поэтому смысложизненные ориентации, представления о себе в связи с объективными показателям жизнедеятельности, социального познания и составляют детерминанты комплекса субъективного благополучия [6, с. 45].

Наиболее развернутый подход к структуре субъективного благополучия предлагает Л. В. Куликов. Он рассматривает субъективное благополучие как сложное интегрированное переживание и выделяет в нем пять компонентов:

1. Социальное благополучие как удовлетворенность своим социальным статусом и межличностными отношениями в макросоциальном окружении.
2. Духовное благополучие – осознание и конструктивное переживание смысла своей жизни, вера в благосклонность судьбы или высших сил, помогающих реализовать личностные потенциалы на жизненном пути.
3. Физическое благополучие – ощущение физического здоровья и телесного комфорта.
4. Материальное благополучие – удовлетворенность материальной стороной своей жизни, полнотой материальной обеспеченности, надежностью финансового состояния.
5. Психологический (душевный) комфорт – переживание гармонии чувств и желаний, ощущение внутреннего равновесия [7].

Чувство субъективного благополучия/неблагополучия весьма значимо для здоровья и всего внутреннего (субъективного) мира личности. Оно объединяет в себе целый ряд ощущений и переживаний, связанных с различными сторонами бытия человека.

Формирование субъективного благополучия основано на качественных эффектах социализации, поскольку именно они определяют установки в отношении себя и социума, жизни, других и всех ситуаций, в которые попадает индивид. Критерии субъективного благополучия изменяются в зависимости от эффектов социализации. На ранних ее этапах критерии определяются внешними инстанциями, которые задают их в чистом виде (посредством социальных требований, моды, рекламы и пр.), затем – всё больше – внутренними инстанциями, где основным критерием становится самореализация личности [6, с. 46].

Существует точка зрения, что переживание субъективного благополучия является одним из внутренних оснований психологического здоровья человека, а если речь идет о юношестве, то и необходимым условием его гармоничного развития.

В становлении субъективного благополучия важную роль играют внешние в отношении личности объекты социального мира и социальные институты, которые обеспечивают социализацию человека. Возникает же субъективное благополучие при постижении некоторой цели или предмета потребности, которые в свою очередь связаны с мотивами и установками человека.

Нами было проведено исследование, в котором приняли участие 115 учащихся 10–11 классов, относящихся, согласно общепринятой периодизации, к раннему юношескому возрасту, из них 55 юношей и 60 девушек, проживающих в г. Минске и агрогородке. Базами исследования стали: ГУО «Нарочская средняя школа № 1» Мядельского района, Минской области и две средних школы г. Минска.

Для определения уровня субъективного благополучия использовалась методика «Шкала субъективного благополучия» Perrudet-Badoux, Mendelsohn, Chiche, адаптированная М. В. Соколовой.

Результаты исследования показали (таблица 1), что у преобладающего большинства респондентов диагностирован средний уровень субъективного благополучия вне зависимости от места проживания (у 59 %, проживающих в агрогородке и у 67 % – в школах г. Минска). При этом у 41 % испытуемых сельской школы выявлен низкий уровень субъективного благополучия и ни одного – с высоким. Наличие низкого уровня субъективного благополучия у респондентов, согласно авторской интерпретации методики, свидетельствует об умеренном эмоциональном комфорте испытуемых: они не испытывают серьезных эмоциональных проблем, достаточно уверены в себе, активны, успешно взаимодействуют с окружающими, адекватно управляют своим поведением. У городских представителей юношества выявлено гораздо меньшее количество субъективно неблагополучных – примерно у каждого третьего (29 %); в то же время у них, в отличие от сельских, – 4 % отметили высокий уровень субъективного благополучия, что характерно для испытуемых, склонных к депрессии и тревогам, пессимистичных, замкнутых, зависимых, плохо переносящих стрессовые ситуации.

Таблица 1

Уровень СБ респондентов в зависимости от региона проживания

Регион проживания	Уровень		
	Низкий	Средний	Высокий
агро-городок	41 %	59 %	-
г. Минск	29 %	67 %	4 %

Далее рассмотрим результаты по шкалам методики (рис. 1).

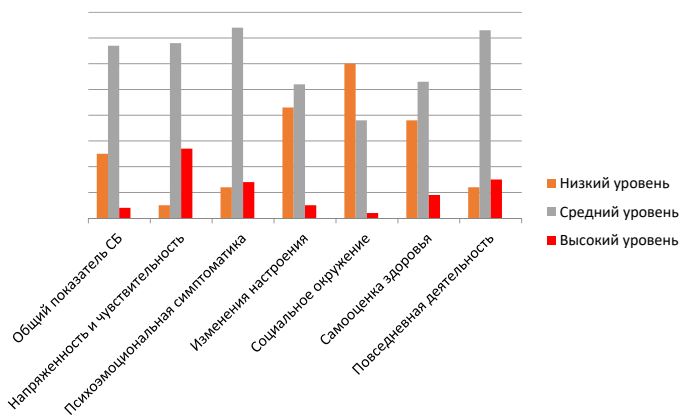


Рис. 1. Процентное отображение параметров субъективного благополучия респондентов г. Минска

У городских старшеклассников преобладают высокие показатели, что, согласно ключу методики, свидетельствует о некотором неблагополучии у них в тех или иных сферах жизни. Полученные данные можно интерпретировать следующим образом: большую половину городских старшеклассников устраивает их социальное окружение, они не чувствуют себя одинокими, в случае затруднения знают, к кому могут обратиться за помощью, а самое главное – испытывают удовольствие от общения с друзьями, близкими, одноклассниками. Вместе с тем, у 15 % юношей и девушек выявлены трудности по шкале, «повседневная деятельность», от которой большинство, видимо, испытывает неудовлетворенность. Однако 27 % высокую напряженность и чувствительность. Некоторые юноши и девушки плохо себя чувствуют, у них имеются различные признаки психосоматических расстройств, часто происходит смена настроения (5 %).

У респондентов из агрогородка диагностировано значительно меньше жизненных затруднений, что сказалось на отдельных показателях их субъективного благополучия (рис. 2).

У большинства юношей и девушек сельской школы преобладает хорошее настроение, они оптимистично настроены в отношении своего будущего, в случае возникновения какого-либо затруднения у них есть к кому обратиться, они довольны сложившимися отношениями в семье и школе. Большинство оценивают свое здоровье как хорошее, чувствуют себя бодро, находятся в прекрасной форме. В то же время, у некоторых представителей юношества выявлены такие показатели, по которым существуют определенные трудности – это такие показатели, как удовлетворенность повседневной деятельностью (6 %), напряженность и чувствительность (18 %), психомоциональная симптоматика (9 %).

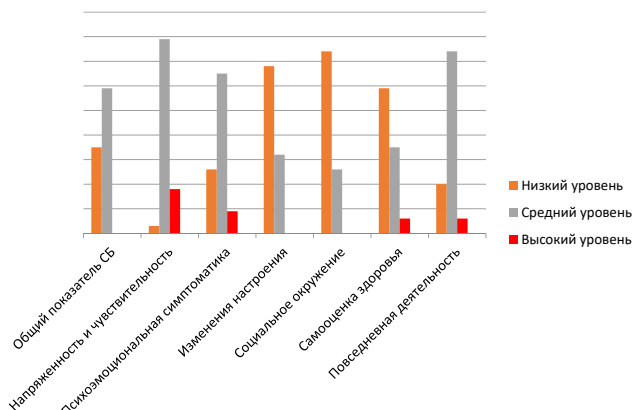


Рис. 2. Процентное отображение параметров субъективного благополучия респондентов агрогородка

Для выявления различий между двумя независимыми выборками по уровню определяемого признака был применен метод математического анализа, а именно значение U-критерия Манна-Уитни, используемого для сравнения двух выборок, независимо от характера их распределения.

В ходе проведения расчета были получены следующие результаты: U-критерий Манна-Уитни равен 20. Критическое значение U-критерия Манна-Уитни при заданной численности сравниваемых групп составляет 23. Так как $20 \leq 23$, различия уровня признака в сравниваемых группах статистически значимы ($p < 0,05$).

Представлял научный интерес также вопрос о гендерных различиях в ощущении субъективного благополучия. Следует отметить, что статистически значимых различий по шкалам методики у юношей и девушек не выявлено; все составляющие субъективного благополучия у них находятся примерно на одном и том же уровне.

Анализ результатов позволяет сделать следующие выводы: субъективное благополучие основной части выборки испытуемых находится на среднем уровне, что свидетельствует о том, что у них нет серьезных психологических и эмоциональных проблем. Однако обучение в выпускных классах оказывает сильную нагрузку на их психику, связанную с предстоящим тестированием, профессиональным самоопределением, что несомненно, приводит к повышенной тревожности.

Рассматривая же конкретные составляющие изучаемого феномена, можно констатировать, что наибольшее благополучие у юношей и девушек выявлено в удовлетворенности социальным окружением, у большей половины респондентов нет проблем с настроением. Все остальные составляющие субъективного благополучия находятся на среднем уровне.

Исследование показало, что в целом старшекласники, проживающие в крупном столичном городе, субъективно чувствуют себя менее благополучно, чем их сверстники, проживающие в небольшом агрогородке. Вероятно, условия проживания, скорость жизни и другие факторы жизни в большом городе оказывают свое влияние на ощущение субъективного благополучия, но не фатально.

Кто в будущем окажется более адаптирован и субъективно благополучен – выпускники столичных или сельских школ? Этот вопрос будет рассмотрен в дальнейших исследованиях. Разработка проблемы субъективного благополучия и особенностей социализации современной молодежи является актуальной для определения путей развития личности, а также тех условий, при которых отношение личности к жизни, себе, происходящему вокруг способствует ее конструктивной самореализации [8].

Список использованных источников

1. *Бочарова, Е. Е.* Взаимосвязь ценностных ориентаций, стратегий поведения и субъективного благополучия личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Е. Е. Бочарова. – Саратов, 2005. – 160 с.
2. *Шамионов, Р. М.* Психология субъективного благополучия: к разработке интегративной концепции / Р. М. Шамионов // Мир психологии. – 2012. – № 2. – С. 143–148.
3. *Шамионов, Р. М.* Психология субъективного благополучия личности / Р. М. Шамионов. – Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2004. – 180 с.
4. *Степанов, С. С.* Психологический тезаурус. Избранные страницы / С. С. Степанов. – М.: ЭКСМО, 2013. – 40 с.
5. *Григорьева, М. В.* Субъективное благополучие личности как результат школьной адаптации / М. В. Григорьева // Психологическая наука и образование. – 2009. – № 2. – С. 41–46.
6. *Коломинский, Я. Л.* Субъективное благополучие как критерий психологического здоровья личности / Я. Л. Коломинский, О. В. Белановская // Психологія. – 2008. – № 1. – С. 43–47.
7. *Куликов Л. В.* Психология настроения / Л. В. Куликов – СПб.: Изд-во С.-Петербургского университета, 1997. – 228 с.
8. *Грицевич, Т. Д.* Особенности субъективного благополучия старшекласников, проживающих в городе и сельской местности / Т. Д. Грицевич, Е. Ю. Петкевич // Современные проблемы социальной психологии и социальной работы: материалы XI Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, Санкт-Петербург, 23 мар. 2016 г. / С.-Петерб. гуманитар. ун-т профсоюзов; науч. ред. В. В. Горшкова. – СПб., 2016. – С. 52–54.

(Дата подачи: 25.02.2022 г.)