

Гендерні аспекти суб'єктивного благополуччя особистості

А. В. Курова*

Одеський національний університет ім. І.І. Мечникова, м. Одеса, Україна

*Corresponding author. E-mail: nastusha-k@ukr.net

Paper received 16.06.15; Accepted for publication 26.06.15.

Анотація. Стаття присвячена вивченню проблеми суб'єктивного благополуччя особистості, яке розглядається як складне соціально-психологічне утворення, враховуючи його гендерні аспекти. Були вивчені гендерні різні типи внутрішньої та зовнішньої мотивації, різні показники "емоційності комунікативної" та був досліджений їх вплив на відчуття щастя, або суб'єктивного благополуччя особистості.

Ключові слова: суб'єктивне благополуччя, щастя, зовнішня та внутрішня мотивація, позитивна психологія

Вступ. Дослідження суб'єктивного благополуччя засновано на парадигмі позитивної психології. Так, згідно з К. Петерсоном та М. Селігманом в позитивній психології предметом дослідження виступають ті психологічні феномени, які роблять життя людини *гідним того, щоб жити* [5]. Цей напрям досліджень у галузі психології особистості вийшов із традиційних рамок клінічної, соціальної, вікової психології і має своїм завданням дослідити *природу людського щастя*, силу надії, фундаментальні людські прагнення, які спрямовують життя у пошуках змісту. В останні роки позитивній психології приділяється велика увага: зарубіжні дослідники концентруються на тих перспективних напрямках, які вимальовуються у становленні позитивної психології на початку XXI століття.

Огляд публікацій за темою. Перелік найбільш відомих і визнаних представників зарубіжної позитивної психології, з якими пов'язують її розвиток, містить імена А. Бандури, який досліджує проблему суб'єктивної ефективності людини, Е. Діннера – проблему суб'єктивного благополуччя, К. Петерсона і М. Селігмана – "сильні" риси характеру, К. Ріфф - психологічне благополуччя, С.Р. Шнайдера – проблему дослідження надії; Фредріксон - роль позитивних емоцій у зумовленні здоров'я і благополуччя людини тощо.

В рамках позитивної психології розглядається проблема сутності психічного здоров'я та дослідження комплексу особистісних факторів, що забезпечують оптимальне функціонування особистості.

Е. Дінер у своїх роботах ввів поняття "суб'єктивне благополуччя" [4]. Суб'єктивне благополуччя складається з трьох основних компонентів: задоволення, приємні емоції і неприємні емоції, всі ці три компоненти разом формують єдиний показник суб'єктивного благополуччя. Так, виділяються когнітивні (інтелектуальна оцінка задоволеності різними сферами свого життя) та емоційні (наявність поганого чи хорошого настрою) сторони самоприйняття. Е. Дінер вважав, що більшість людей, так чи інакше оцінюють те, що з ними трапляється в дихотомічному вигляді "добре – погано", і така інтелектуальна оцінка завжди має відображатися відповідною емоцією. Суб'єктивне благополуччя покликане відображати рівень задоволення людини, тобто автор зрівнює суб'єктивне благополуччя з переживанням щастя.

Таким чином, можна стверджувати, що людина має високий рівень суб'єктивного благополуччя, якщо в більшості випадків вона відчуває задоволення від

життя, і тільки в окремих ситуаціях вона переживає неприємні почуття.

Високий рівень соціального благополуччя передбачає, що суб'єкт відчуває себе комфортно в оточенні інших людей, впевненість у власних можливостях самоактуалізації у цьому оточенні; сприймає соціальне оточення, в якому людина перебуває, як упорядковане та відчуває себе частиною цього соціального оточення, яке дає можливість зробити певний соціальний внесок.

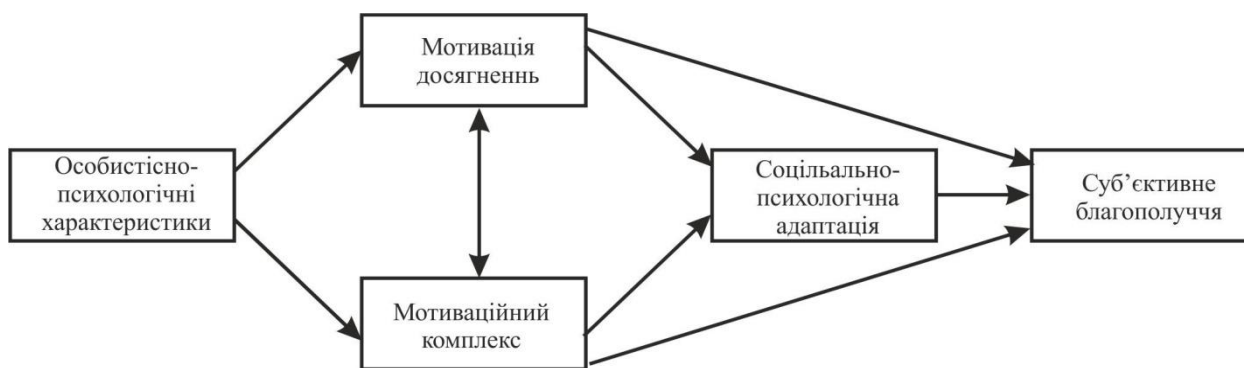
Також ємне та повне з психологічної точки зору є визначення суб'єктивного благополуччя, надане С.Д. Ріфф, яка розуміє даний феномен як багатфакторний конструкт, що представляє собою складний взаємозв'язок культурних, соціальних, психологічних, фізичних, економічних та духовних чинників [6]. За її висновками, суб'єктивне благополуччя – це складний "продукт", який виступає результатом впливу генетичної схильності, середовища та особливостей індивідуального розвитку.

Виклад основного матеріалу. Суб'єктивне благополуччя особистості являє собою складне соціально-психологічне утворення, яке містить емоційні, когнітивні та конативні компоненти, що формуються в процесі соціально-психологічної діяльності, в системі реальних відносин особистості к об'єктам навколишньої дійсності і що складаються на основі соціально-психологічних настанов, цінностей та стратегій поведінки. На суб'єктивне благополуччя особистості впливають внутрішні (цінності та смислові утворення особистості, соціально-психологічні настанови, стратегії поведінки) та зовнішні (умови соціалізації) чинники (Е.Е. Бочарова [2, с. 227]).

Для емпіричного дослідження проблеми суб'єктивного благополуччя студентів-психологів необхідно було зосередити увагу на детальному огляді терміну "суб'єктивне благополуччя" та розгляду його структурної схеми. Виходячи з вищенаведених положень, ми припустили, що формування суб'єктивного благополуччя особистості відбувається послідовно. Базовими індивідуально психологічними якостями виступають індивідуально-типологічні чинники, які, в свою чергу, формують вплив на мотиваційну сферу особистості.

Мотиваційні чинники забезпечують соціально-психологічну адаптацію, а також забезпечують необхідний рівень благополуччя. В свою чергу чинники соціально-психологічної адаптації також впливають на рівень суб'єктивного благополуччя.

Таким чином структурна схема дослідження має наступний вигляд та зображена на мал 1.



Мал. 1. Модель послідовного впливу особистісних детермінант на суб'єктивне благополуччя

Також при вивченні вітчизняних досліджень в області благополуччя ми з'ясували, що між чоловіками та жінками існують відмінності в оцінці та способах відчуття власного благополуччя. Зокрема в дослідженнях Т.В. Бескової проблеми задоволеності життям та відношення к успіхам оточуючих людей визначені існуючі відмінності в засобах переживання задоволеності власним життям [1].

Таким чином ми припустили, що вплив психологічних індивідуально-особистісних детермінант на рівень суб'єктивного благополуччя може відрізнитися за статевою ознакою. Отже, дослідження поставленої гіпотези буде відбуватися у порівняльному аналізі між жінками та чоловіками. В рамках дослідження проблеми нашої наукової праці було обстежено 120 осіб, з них 33 особи – чоловіки та 87 особи – жінки.

Для аналізу впливу біологічної статі на показники психологічного благополуччя особистості проводився однофакторний дисперсійний аналіз та оцінювалися такі описові статистики, як арифметичне середнє (M) та стандартне відхилення (SD) за всіма шкалами застосованих методик. Однофакторний дисперсійний аналіз дозволив виявити статистично значущі відмінності між чоловіками та жінками.

Так, за шкалами опитувальника соціально-психологічної адаптації за показниками "Самоприйняття" та "Прийняття інших", методикою вивчення мотивації професійної діяльності К. Замфір за показниками "Внутрішня мотивація" та "Зовнішня позитивна мотивація", опитувальника формально-динамічних властивостей індивідуальності В.М. Русалова за показниками "Ергічність психомоторна", "Ергічність комунікативна", "Пластичність комунікативна", "Швидкість комунікативна" та "Емоційність інтелектуальна" та "Емоційність комунікативна", ми виявили статистично значущі відмінності між показниками вибірок чоловік та жінок.

Аналіз показників формально-динамічних властивостей індивідуальності, за В.М. Русаловим, необхідно розпочати з комунікативного блоку, у шкалах якого виявлено найбільші рівні показників в опитувальнику, що не суперечить твердженням, що саме комунікативна сфера закладається в основу успішного професійного розвитку майбутнього психолога. Всі шкали цього блоку, а саме "Ергічність комунікативна", "Пластичність комунікативна", "Швидкість комунікативна" та "Емоційність комунікативна" мають статично значущі відмінності між чоловіками та жінками, що свідчить про різне ставлення, різні методи та стратегії при будованні комунікативного процесу. У жінок показни-

ки за всіма шкалами комунікативної сфери вище за чоловіків. Так, у жінок за показниками шкали "Ергічність комунікативна" (M=33,649) існує більша потреба в спілкуванні та тяга до людей, намагання встановити комунікативне лідерство (M=30,606). Проте розподіл значень стандартного відхилення стверджує про більшу гомогенність саме чоловічої вибірки (SD=6,230). За показниками шкали пластичність комунікативна можна впевнено стверджувати про перевагу жінок (M=31,195), тобто у жінок більше бажання встановлення нових контактів та соціальних зв'язків, ніж у чоловіків. Звертаючи увагу на відносно перебільшення значень стандартного відхилення у жінок (SD=5,158) можна казати, що чоловіки (SD=4,532) володіють меншою кількістю комунікативних програм. Шкала швидкість комунікативна виявляє у жінок вищу швидкість мовної активності та вербалізації (M=35,909), також треба зауважити, що значення по цій шкалі є найбільшими в цій методиці та відповідають самим вищим популяційним нормам. Значення стандартного відхилення порівняно за групами вибірок майже однакове (SD=5,355 у чоловіків та SD=5,395 у жінок), тому свідчить про однаковий кількісний рівень володіння навичками пластичності в спілкуванні.

За показниками "Емоційність комунікативна" також виявляється перевага жінок за середніми значеннями вибірки (M=26,242 у чоловіків та M=29,688 у жінок). Жінкам притаманна багатша палітра емоційних станів та більша чутливість до відтінків міжособистісних відношень в процесі спілкування, що є одними із основних навичок в роботі майбутнього психолога. При аналізі показників стандартного відхилення за шкалою емоційність комунікативна (SD=4,373 у чоловіків та SD=4,508 у жінок), тобто у чоловіків вибірка уявляє собою більш гомогенну. Отже, серед чоловіків існує менша відносна доля осіб з високими та низькими значеннями реалізації комунікативної сфери.

Результати дослідження. Розглянемо результати аналізу методик, які відповідають дослідженню мотиваційного комплексу майбутніх студентів психологів.

За показниками за шкалою потреби в досягненнях методики Ю.М. Орлова (табл. 1), можна констатувати, що на жаль, потреби у досягненнях сучасної молоді відповідають майже середньому середньопопуляційному рівню. Значення стандартного відхилення (SD = 1,555 у чоловіків, SD=1,625 у жінок) свідчать про більшу визначеність у своїх потребах до досягнень у чоловіків, та більшу гетерогенність оцінки своїх потреб у жінок.

Таблиця 1. Аналіз потреби в досягненнях (методика Ю.М. Орлова)

Показники		Чол.	Жін.	W	p	F	p	V	p
Шкала потреби в досягненнях	M	4,333	4,169	0,024	0,877	0,243	0,623	-	-
	SD	1,555	1,625						

Внутрішня мотивація, зовнішні позитивні та негативні впливи на мотивацію утворюють єдиний мотиваційний комплекс особистості за методикою вивчення мотивації професійної діяльності К. Замфір [3, с. 48]. За показниками шкал "Внутрішня мотивація" та "Зовнішня позитивна мотивація" виявлено статично значущі відмінності між вибірками чоловіків та жінок (таблиця 2).

Жінки ($M=4,286$) виявились суттєво більш внутрішньо мотивовані за чоловіків ($M=3,712$) та за щільністю розподілу стандартного відхилення ($SD=0,620$ у жінок

та $SD=0,848$ у чоловіків) – більш зосередженні та усвідомленні у внутрішній організації досягнення своїх цілей.

Також за шкалою "Зовнішня позитивна мотивація" жінкам важливіше за чоловіків отримувати задоволення від професії та процесу професійної діяльності ($M=3,766$ у жінок та $M=3,433$ у чоловіків), проте значення стандартного відхилення свідчать по суті про однаковий характер розподілу даних ($SD=0,663$ у жінок та $SD=0,658$ у чоловіків).

Таблиця 2. Аналіз особливостей соціально-психологічної адаптивності особистості

Показники		Чол.	Жін.	W	p	F	p	V	p
Внутрішня мотивація	M	3,712	4,286	6,903	0,010	-	-	12,282	0,001
	SD	0,848	0,620						
Зовнішня позитивна мотивація	M	3,433	3,766	0,101	0,751	5,845	0,017	-	-
	SD	0,658	0,663						
Зовнішня негативна мотивація	M	3,606	3,487	0,702	0,404	0,352	0,554	-	-
	SD	0,899	0,990						

Примітка: жирним шрифтом виділені показники, за якими виявлено статистично значущі ($p<0,05$) розбіжності; W-критерій Левена; F-критерій Фішера; V-критерій Уелча.

Зовнішні негативні мотиваційні прояви майже однаково впливають на мотиваційний фон особистості жінки чи чоловіка. При аналізі показників стандартного відхилення (у чоловіків $SD=0,899$, у жінок $SD=0,990$) зрозуміло, що вибірка чоловіків являє собою більш гомогенну, отож серед обстежених чоловіків відносна доля осіб з високими та низькими значеннями зовнішньої негативної мотивації нижче, ніж у жінок. Тобто, чоловікам притаманні більш "вузькі" коридори реагування на зовнішні негативні впливи.

Такого ж висновку за дослідженнями дійшов К. Замфір, що тип мотивації впливає не тільки на ефективність праці, а й на особистість робітника [3, с.197]. Висока задоволеність можлива, в основному, при переважанні внутрішньої мотивації: якщо переважає зовнішня мотивація, то праця стає просто засобом для досягнення чогось, не будучи самоціллю; вона виступає як обов'язок чогось зовнішнього, як ціна за придбання благ, необхідних людині. Якщо внутрішня мотивація є

джерелом розвитку людини, стимулює вдосконалення професійної майстерності, то зовнішня мотивація орієнтує її на суто особисті інтереси (цілі), пригнічує колективне прагнення, призводить до відчуження від колективу. Зовнішня мотивація не стимулює належною мірою професійного розвитку, перетворює працю в діяльність, що здійснюється під тиском зовнішньої необхідності. Особливо руйнівна для особистості роль негативних мотиваторів, які народжують конформізм, обмеженість, пасивність, безвідповідальність.

Інтегральні показники опитувальника соціально-психологічної адаптації за шкалами "Самоприйняття" та "Прийняття інших" статистично відрізняються між чоловіками та жінками. Результати дослідження зведені наочно у таблиці 3. Так, чоловіки виявились менш схильними до аналізу себе та властивостей своєї особистості, зосереджують менше уваги на прийнятті себе та інших осіб (самоприйняття $M=71,848$, прийняття інших $M=55,636$).

Таблиця 3. Аналіз даних за шкалами опитувальника соціально-психологічної адаптації

Показники		Чол.	Жін.	W	p	F	p	V	p
Самоприйняття	M	71,848	77,870	0,125	0,724	6,804	0,010	-	-
	SD	11,635	10,860						
Прийняття інших	M	55,636	65,286	1,750	0,189	14,590	0,001	-	-
	SD	15,110	10,647						
Емоційний комфорт	M	57,242	61,117	0,888	0,348	1,539	0,217	-	-
	SD	13,560	15,580						
	SD	0,848	0,620						

Примітка: жирним шрифтом виділені показники, за якими виявлено статистично значущі ($p<0,05$) розбіжності; W-критерій Левена; F-критерій Фішера; V-критерій Уелча.

Жінки, навпаки, виявили вищі показники за середньогруповим рівнем даної шкали та відповідно характеризувалися більшим прийняттям своїх та чужих недоліків та меншим рівнем внутрішнього конфлікту (самоприйняття $M=77,870$, прийняття інших $M=65,286$).

Також за значеннями стандартного відхилення ($SD=11,635$ у чоловіків та $SD=10,860$ у жінок) жіноча вибірка виявляє більш гомогенний характер, що також говорить о більшій здібності жінок до свідомого прийняття себе та інших осіб. Відчуття емоційного комфорту притаманне обом групам та не має статистично зна-

чимих відмінностей. Проте, за середньоарифметичними значеннями останньої шкали, жінки почувають себе комфортніше за чоловіків ($M=61,117$ у жінок та $M=57,242$ у чоловіків), що може бути обумовлене більш розвинутою емоційною складовою у жінок.

За даними розрахунків за критеріями Левена та Фішера статистично значимих відмінностей між чоловіками та жінками за шкалою суб'єктивного благополуччя виявлено не було (табл. 4). Таким чином, рівень суб'єктивного благополуччя майже однаковий

у групах порівняння та наближається до середньопуляційних норм (5,5 стена). Отже, використання показника суб'єктивного благополуччя у якості критеріальної змінної, яка відображає оптимальне функціонування індивіда, є доцільним в рамках існуючої схеми дослідження. Стандартне відхилення у вибірці жінок нижче ($SD=1,582$), ніж у чоловіків ($SD=1,878$), що може пояснюватися як міра зосередженості жінок на певних визначених категоріях благополуччя.

Таблиця 4. Аналіз даних за шкалою суб'єктивного благополуччя

Показники		Чол.	Жін.	W	p	F	p	V	p
Шкала суб'єктивного благополуччя	M	5,182	4,844	1,426	0,235	0,939	0,335	-	-
	SD	1,878	1,582						

Отже, за допомогою однофакторного дисперсійного аналізу за критеріями Левена (V), Фішера ($F_{(1, 109)}$) та Уелча (W) були виявлені статично значущі ($p < 0,05$) відмінності між групами жінок та чоловіків. Зокрема, треба зосередити увагу на показниках опитувальника формально-динамічних властивостей індивідуальності В.М. Русалова, який ми застосовували в якості інструментарію для вивчення індивідуально особистісних рис майбутніх психологів.

Висновки. Найбільшу увагу заслуговує той факт, що у жінок виявлена значна перевага за значеннями комунікативного блоку. Жінки виявилися більш схильними до міжособистісного спілкування. Вони охоче заводили розмови та здобували нові контакти, їм знач-

но легше виявилось будувати процес спілкування та володіти ініціативою у комунікації. До того ж, жінки є більш внутрішньо мотивованими, для них важлива сама діяльність за своєю суттю, отже вони можуть досягти більшого успіху та результатів в професійній сфері. Вони готові до самосприйняття власної особистості зі всіма перевагами та недоліками, більш позитивно відносяться до різноманітних життєвих проявів, більш соціально адаптовані, ніж чоловіки. Чоловіки виявили кращі показники предметної діяльності, витривалість до різноманітним навантажень та схильністю до фізичної праці. Виявлено, що суб'єктивне благополуччя є психологічним конструктом, що не залежить від статі.

ЛІТЕРАТУРА

- [1] Бескова Т.В. Социально-демографические детерминанты субъективного благополучия личности / Т.В.Бескова // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 5. – С. 34-45.
- [2] Бочарова Е.Е. К вопросу о внутренних детерминантах субъективного благополучия личности / Е.Е.Бочарова// Известия ПГПУ им. В.Г. Белинского. – 2008. – №10. – С. 226-231.
- [3] Замфир К. Удовлетворенность трудом / К. Замфир. – М.: Инфра'М, 2001. – 224 с.
- [4] Diener, Ed., Oishi Shigehiro, Richard E. Lucas. Personality, Culture and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life // Annu. Rev. Psychol. 2003. Vol. 54. P. 403-425.
- [5] Peterson, C., and Seligman, M.E.P. Character strengths and virtues: A handbook and classification. – 2004, New York: Oxford university Press, P. 32-49.
- [6] Ryff, C.D. Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69. P. 719-727.

REFERENCES

- [1] Beskova, T.V. Socio-demographic determinants of the subjective well-being of a personality / T.V. Beskova // Actual problems of science and education. – 2014. – №5. – P. 34-45.
- [2] Bocharova, E.E. To the question of the inner determinants of the subjective well-being of a personality / E.E. Bocharova // Proceedings of PGPU of the name of V.G. Belinskiy. – 2008. – № 10. – P. 226-231.
- [3] Zamfir, K. Satisfaction of work/ K. Zamfir. – M. : Infra'M, 2001. – 224 p.
- [4] Diener, Ed., Oishi Shigehiro, Richard E. Lucas. Personality, Culture and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life // Annu. Rev. Psychol. 2003. Vol. 54. P. 403-425.
- [5] Peterson, C., and Seligman, M.E.P. Character strengths and virtues: A handbook and classification. – 2004, New York: Oxford university Press, P. 32-49.
- [6] Ryff, C.D. Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69. P. 719-727.

Gender aspects of the subjective well-being of a personality

A.V. Kurova

Abstract. The article is devoted to the problem of the subjective well-being of a personality, which is analyzed as a component socio-psychological formation, including its gender aspects. We have examined gender various types of inner and external motivation, different markers of the "communicative emotionality" and we have analyzed their influence on the experience of happiness and the subjective well-being of a personality.

Keywords: subjective well-being, happiness, external and inner motivation, positive psychology