

УДК 159.9

**РАЗЛИЧИЯ В УРОВНЕ СЧАСТЬЯ, УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ,  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО И СУБЪЕКТИВНОГО СОЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ  
У СТУДЕНТОВ, ОБУСЛОВЛЕННЫЕ ИХ СОЦИАЛЬНО-ДЕМОГРАФИЧЕСКИМИ  
ХАРАКТЕРИСТИКАМИ****А. В. ЛАПТЕВА (ПАРТАСЕВИЧ)****(Представлено: д-р психол. наук, проф. И. Н. АНДРЕЕВА)**

*В статье представлены результаты исследования различий в уровне счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов, обусловленное их социально-демографическими характеристиками на выборке студентов от 17 до 22 лет. Выборку составили 60 человек: 30 юношей и 30 девушек. Гипотеза о наличии значимых различий в выраженности счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов, в зависимости от их социально-демографических характеристик подтвердилась частично.*

Счастье – это одна из основных человеческих ценностей. Тема счастья всегда являлась актуальной как для конкретного индивида, так и для научного исследования.

Понятие «счастье» имеет множество значений. Проведя анализ литературы, мы можем утверждать, что счастье – это состояние переживания удовлетворённости жизнью, общая рефлексивная оценка человеком своего прошлого и настоящего, а также частота и интенсивность положительных эмоций [1]. Кроме того, счастье – обширное понятие, которое означает наше отношение к жизни и нашу работу над собой.

Для уточнения содержания понятия счастья сопоставить его с иными, но сходными по содержанию понятиями (психологическое благополучие, субъективное социальное благополучие и удовлетворённость жизнью).

Психологическое благополучие мы понимаем, как интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими), а также степени реализованности этой направленности, субъективно выражающейся в ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью. Составляющими психологического благополучия являются субъективное социальное благополучие и удовлетворенность жизнью [3].

Часто понятие счастья и психологического благополучия соотносят между собой и считают синонимами, однако нам удалось выделить ряд различий, а именно:

- признаком счастья является удовлетворённость жизнью, а психологического благополучия – положительные эмоции, вовлечённость, смысл, хорошие отношения с людьми и различные достижения;
- счастье – реальное явление, а психологическое благополучие – абстрактное;
- теория счастья одномерна, т. к. является теорией приятных ощущений, в отличие от теории психологического благополучия, которая является многообразной как по сути, так и методам.

Рассмотрим составляющие психологического благополучия. Субъективное социальное благополучие (ССБ) – это интегральное социально-психологическое образование, которое отражает субъективную оценку успешности функционирования индивида в социальной среде [2].

Удовлетворенность жизнью – это система отношений субъекта к собственной жизни, где важными компонентами выступают состояние психологического благополучия, комфорта и принятия содержания своего бытия [4].

На основании сравнения приведённых нами определений субъективного социального благополучия (ССБ) и удовлетворённостью жизнью можно сделать следующий вывод об их сходстве и различии:

- Сходством между ССБ и удовлетворённостью жизнью является то, что оба эти понятия являются составной частью психологического благополучия.
- Различия состоят в том, что субъективное социальное благополучие определяется отношениями с социумом, а удовлетворённость жизнью, в свою очередь выступает как отношение субъекта к своей собственной жизни.

Актуальность исследования объясняется сложившимся в научном обиходе дефицитом данных о тех факторах, которые детерминируют переживание счастья.

Цель исследования: выявить различия в уровне счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов, обусловленное их социально-демографическими характеристиками.

Гипотеза исследования: существуют значимые различия в выраженности счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов, в зависимости от их социально-демографических характеристик (пола респондентов, места проживания, состава семьи, наличия/ отсутствия домашних животных).

Методы исследования:

1) «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Л.В. Жуковская, Е.Г. Трошихина) [3], «Обновленный Оксфордский опросник счастья» М. Аргайл (перевод А. Лисицина) [1], шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (адаптация Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьев) [6], опросник «Субъективное социальное благополучие» (Т. В. Данильченко) [2].

2) Метод обработки данных – U-критерий Манна-Уитни для независимых выборок.

Выборка испытуемых составила 60 человек: 30 юношей и 30 девушек в возрасте от 17 до 22 лет ( $M = 19,2$ ,  $SD = 1,3$ ).

На первом этапе исследования, с помощью U-критерия Манна-Уитни для независимых выборок, сопоставлены выборки с различными социально-демографическими характеристиками.

*Половые различия.* Первоначально мы сравнили юношей и девушек по уровню счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1. – Половые различия в уровне счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов

Методика	Переменная	Ранговые суммы		Значение U-критерия	Уровень статистической значимости
		юноши	девушки		
«Субъективное социальное благополучие»	Социальная заметность	859,0	971,0	394,0	0,41
	Социальная дистантность	866,0	964,0	401,0	0,47
	Хорошие отношения с близкими	912,0	918,0	447,0	0,97
	Социальное одобрение	839,5	990,5	374,5	0,27
	Положительные социальные суждения	895,0	935,0	430,0	0,77
	Общий показатель субъективного социального благополучия	884,0	946,0	419,0	0,65
«Шкала удовлетворенности жизнью»	Удовлетворенность жизнью	902,5	927,5	437,5	0,86
«Обновленный Оксфордский опросник счастья»	Уровень субъективного ощущения счастья	965,5	864,5	399,5	0,46
«Шкала психологического благополучия»	Автономность	1032,0	798,0	333,0	0,09
	Компетентность	937,5	892,5	427,5	0,74
	Личностный рост	852,5	977,5	387,5	0,36
	Позитивные отношения	923,0	907,0	442,0	0,91
	Жизненные цели	946,0	884,0	419,0	0,65
	Самопринятие	950,5	879,5	414,5	0,60
	Общий показатель психологического благополучия	932,0	898,0	433,0	0,81

Из таблицы 1 видно, что значимые различия ( $p \leq 0,05$ ) по представленным переменным используемых методик не выявлены. Это означает, что половые различия в показателях счастья, психологического благополучия, удовлетворённости жизнью и субъективного социального благополучия не выражены. Наши результаты подтверждаются исследованием М. Аргайла [1, с. 87], который в ходе исследования, проведённого в Англии, установил, что значительных различий между мужчинами и женщинами, относительно их удовлетворённости жизнью, не обнаружено. Однако существуют различия в том, что женщины чаще испытывают как отрицательные, так и положительные эмоции.

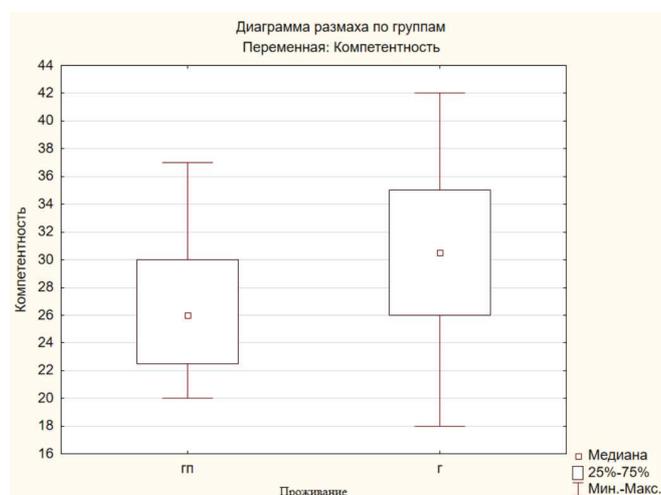
*Место проживания.* Далее по уровню счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия сопоставлялись студенты, проживающих в городе и городском посёлке. Результаты исследования представлены в таблице 2.

Из таблицы 2, видно, что значимые различия выявлены только по шкале «Компетентность» ( $p \leq 0,05$ ).

Затем мы сравнили респондентов, из города или городского посёлка по показателю компетентности. Результаты сравнения медиан представлены на рисунке 1.

Таблица 2. – Различия в уровне счастья, удовлетворенности жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов, проживающих в городе или городском посёлке

Методика	Переменная	Ранговые суммы		Значение U-критерия	Уровень статистической значимости
		город	городской поселок		
«Субъективное социальное благополучие»	Социальная заметность	1365,5	464,5	328,5	0,70
	Социальная дистантность	1310,5	519,5	320,5	0,60
	Хорошие отношения с близкими	1373,5	456,5	320,5	0,60
	Социальное одобрение	1396,0	434,0	298,0	0,37
	Положительные социальные суждения	1431,0	399,0	263,0	0,14
	Общий показатель субъективного социального благополучия	1397,5	432,5	296,5	0,36
«Шкала удовлетворенности жизнью»	Удовлетворенность жизнью	1419,0	411,0	275,0	0,20
«Обновленный Оксфордский опросник счастья»	Уровень субъективного ощущения счастья	1455,0	375,0	239,0	0,06
«Шкала психологического благополучия»	Автономность	1349,0	481,0	345,0	0,91
	Компетентность	1471,5	358,5	222,5	<b>0,03</b>
	Личностный рост	1410,5	419,5	283,5	0,25
	Позитивные отношения	1439,5	390,5	254,5	0,10
	Жизненные цели	1411,5	418,5	282,5	0,25
	Самопринятие	1392,0	438,0	302,0	0,41
	Общий показатель психологического благополучия	1442,0	388,0	252,0	0,10



**Рисунок 1. – Различия между студентами из города или городского поселка по показателю компетентности**

На рисунке 1 можно увидеть, что уровень компетентности выше у респондентов, проживающих в городе, чем у студентов, проживающих в городском посёлке. Полученные нами результаты можно объяснить тем, что люди, проживающие в городе, имеют большее количество вариантов повышения компетентности в различных вопросах, в отличие от людей, проживающих в городских посёлках. Полученные нами результаты не согласуются с исследованием Н. Ли и С. Каназавы, которые сделали вывод, что более счастливыми чувствуют себя люди, проживающие в малонаселённых районах. В этом исследовании прослеживалась следующая тенденция: чем крупнее населенный пункт, тем менее счастливыми чувствуют себя его обитатели [5].

*Состав семьи.* Далее мы сравнили студентов из полных и неполных семей по показателям счастья, психологического благополучия, субъективного социального благополучия и удовлетворённости жизнью. Результаты исследования представлены в таблице 3.

Таблица 3. – Различия в уровне счастья, удовлетворенности жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов из полных и неполных семей

Методика	Переменная	Ранговые суммы		Значение <i>U</i> -критерия	Уровень статистической значимости
		полная семья	неполная семья		
«Субъективное социальное благополучие»	Социальная заметность	1416,0	414,0	309,0	0,83
	Социальная дистантность	1402,0	428,0	321,0	0,99
	Хорошие отношения с близкими	1396,0	434,0	315,0	0,91
	Социальное одобрение	1392,5	437,5	311,5	0,86
	Положительные социальные суждения	1435,5	394,5	289,5	0,58
	Общий показатель субъективного социального благополучия	1417,0	413,0	308,0	0,81
«Шкала удовлетворенности жизнью»	Удовлетворенность жизнью	1420,0	410,0	305,0	0,77
«Обновленный Оксфордский опросник счастья»	Уровень субъективного ощущения счастья	1388,0	442,0	307,0	0,80
«Шкала психологического благополучия»	Автономность	1375,5	454,5	294,5	0,64
	Компетентность	1383,5	446,5	302,5	0,74
	Личностный рост	1399,5	430,5	318,5	0,96
	Позитивные отношения	1453,0	377,0	272,0	0,39
	Жизненные цели	1400,5	429,5	319,5	0,97
	Самопринятие	1421,0	409,0	304,0	0,76
	Общий показатель психологического благополучия	1426,0	404,0	299,0	0,69

На основании данных таблицы 3 можно сделать вывод, что значимые различия между студентами из полных и неполных семей по уровню счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия не выявлены, т. к. уровни значимости по всем шкалам  $p > 0,05$ . Полученные нами результаты можно объяснить тем, что студенты, обучающиеся в вузе, отдалены от своих семей и заняты своей собственной жизнью, и, исходя из этого, они мало сконцентрированы на проблеме полноты родительской семьи, и поэтому этот показатель не оказывает большого влияния на их уровень счастья и благополучия.

Далее определялись различия по уровню счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов, имеющих и не имеющих братьев и сестёр. Результаты исследования представлены в таблице 4.

Таблица 4. – Различия в уровне счастья, удовлетворенности жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов, имеющих и не имеющих братьев и сестёр

Методика	Переменная	Ранговые суммы		Значение <i>U</i> -критерия	Уровень статистической значимости
		есть братья/сестры	нет братьев/сестер		
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
«Субъективное социальное благополучие»	Социальная заметность	1318,0	512,0	328,0	0,69
	Социальная дистантность	1249,0	581,0	259,0	0,12
	Хорошие отношения с близкими	1329,0	501,0	339,0	0,83
	Социальное одобрение	1316,5	513,5	326,5	0,68
	Положительные социальные суждения	1272,0	558,0	282,0	0,24
	Общий показатель субъективного социального благополучия	1336,5	493,5	346,5	0,93
«Шкала удовлетворенности жизнью»	Удовлетворенность жизнью	1288,5	541,5	298,5	0,37

Окончание таблицы 4

1	2	3	4	5	6
«Обновленный Оксфордский опросник счастья»	Уровень субъективного ощущения счастья	1284,5	545,5	294,5	0,34
«Шкала психологического благополучия»	Автономность	1363,5	466,5	330,5	0,72
	Компетентность	1306,5	523,5	316,5	0,56
	Личностный рост	1305,0	525,0	315,0	0,54
	Позитивные отношения	1341,0	489,0	351,0	0,99
	Жизненные цели	1278,5	551,5	288,5	0,29
	Самопринятие	1368,5	461,5	325,5	0,66
	Общий показатель психологического благополучия	1332,5	497,5	342,5	0,88

На основании таблицы 4 можно сделать вывод, что значимые различия между студентами, которые имеют / не имеют братьев и сестёр по уровню счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия не выявлены, т. к. уровни значимости по всем шкалам  $p > 0,05$ . Возможно, отсутствие значимых различий в данном случае можно объяснить тем, что не все люди находятся в хороших отношениях со своими братьями/сёстрами, и поэтому это не является важным фактором счастья и благополучия у студентов.

*Наличие домашних животных.* Затем мы сопоставили студентов, имеющих и не имеющих домашних животных. Результаты представлены в таблице 5.

Таблица 5. – Различия в уровне счастья, удовлетворенности жизнью, психологического и субъективного социального благополучия у студентов, имеющих и не имеющих домашних животных

Методика	Переменная	Ранговые суммы		Значение <i>U</i> -критерия	Уровень статистической значимости
		есть домашнее животное	нет домашнего животного		
«Субъективное социальное благополучие»	Социальная заметность	1530,0	300,0	152,0	0,23
	Социальная дистантность	1577,0	253,0	199,0	0,85
	Хорошие отношения с близкими	1597,0	233,0	197,0	0,82
	Социальное одобрение	1558,0	272,0	180,0	0,55
	Положительные социальные суждения	1536,0	294,0	158,0	0,28
	Общий показатель субъективного социального благополучия	1562,5	267,5	184,5	0,62
«Шкала удовлетворенности жизнью»	Удовлетворенность жизнью	1562,5	267,5	184,5	0,62
«Обновленный Оксфордский опросник счастья»	Уровень субъективного ощущения счастья	1510,5	319,5	132,5	0,10
«Шкала психологического благополучия»	Автономность	1601,0	229,0	193,0	0,75
	Компетентность	1504,0	326,0	126,0	0,07
	Личностный рост	1499,0	331,0	121,0	0,06
	Позитивные отношения	1568,5	261,5	190,5	0,71
	Жизненные цели	1524,0	306,0	146,0	0,18
	Самопринятие	1592,5	237,5	201,5	0,90
	Общий показатель психологического благополучия	1552,5	277,5	174,5	0,47

На основании материалов таблицы 5 можно сделать вывод, что значимые различия между студентами, имеющими и не имеющими домашних животных, по выраженности счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия не выявлены, т. к. уровни значимости по всем шкалам  $p > 0,05$ . Возможно, отсутствие статистически значимых различий в уровне счастья, удовлетворённости жизнью, психологического и субъективного социального благополучия при наличии / отсутствии домашних животных можно объяснить тем, что животные в общем могут способствовать улучшению нашего ментального здоровья, настроения, повышению самооценки, однако пози-

тивного эффекта от контакта с животными недостаточно, чтобы повлиять на наше счастье и психологическое благополучие.

Таким образом, обнаружены достоверные различия между студентами, которые проживают в городе по показателю психологического благополучия «компетентность». Вместе с тем не выявлено значимых различий между студентами в зависимости от их пола, состава семьи, наличия / отсутствия домашних животных. Это значит, что наша гипотеза о том, что в качестве факторов счастья, удовлетворенности жизнью и субъективного социального благополучия выступают определенные социально-демографические характеристики, подтвердилось частично.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб.: Питер, 2003. – 270 с.
2. Данильченко, Т.В. Питальник «Суб'єктивне соціальне благополуччя»: методологічне обґрунтування і процедура розробки / Т.В. Данильченко // East European Scientific Journal. – 2015. – № 3 (4). – С. 20–29.
3. Жуковская, Л.В. Шкала психологического благополучия К. Рифф / Л. В. Жуковская, Е. Г. Трошихина // Психологический журнал. – 2011. – Т32. 2. – С. 82-93.
4. Куликов, Л.В. Субъективное благополучие личности / Л.В. Куликов — СПб.: Питер. – 2004. – С. 162-164.
5. Ли, Н.П. Проселочные дороги, приведите меня домой... К моим друзьям: как уровень интеллекта, плотность населения и количество друзей влияют на ощущение счастья / Н. П. Ли, С. Казанова // Проселочные дороги, приведите меня домой... К моим друзьям: как уровень интеллекта, плотность населения и количество друзей влияют на ощущение счастья [Электронный ресурс]. – 2020. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/2020-03-005-li-n-p-kanazava-s-proselochnye-dorogi-privedite-menya-domoy-k-moim-druzyam-kak-uroven-intellekta-plotnost-naseleniya-i>. – Дата доступа: 20.02.2022
6. Осин, Е.Н. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Сборник Материалов III Всероссийского социологического конгресса. – М.: Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008. – Режим доступа: <http://publications.hse.ru/chapters/78753840>. Дата доступа: 01.06.2022.