

15. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Стресс: Хрестоматия. Сост. Л.Л. Панченко. – Владивосток: Мор. гос. ун-т, 2003. – С. 55-68.
16. Психологический словарь / сост. и общ. ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещеряков. – М.: Педагогика – Пресс, 1997. – 440с.
17. Ребер, А. Большой толковый психологический словарь. Том 2 (П – Я): Пер. с англ. / А. Ребер. – М.: Вече, АСТ, 2000. – 560с.
18. Селье, Г. Очерки об адаптационном синдроме / Г. Селье // Стресс: Хрестоматия. Сост. Л. Л. Панченко. – Владивосток: Мор. гос. ун-т, 2003. – С. 4-36.
19. Селье, Г. Стресс без дистресса: Пер. с англ. / Г. Селье. – М.: «Прогресс», 1982. – 128с.
20. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. – СПб.: Питер, 2006. – 256с.

КРОССКУЛЬТУРНЫЕ И ГЕНДЕРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ (на примере российских и канадских студентов)²

Е. В. Осипова³

*НИУ Высшая школа экономики, Международная научно-учебная
лаборатория социокультурных исследований,
г. Москва*

Понятие «психологическое благополучие» принадлежит Н. Брэдбурну. Исследователь отождествляет его с субъективным ощущением счастья и общей удовлетворенностью жизнью. Помимо этого под этим понятием подразумевается ряд других широко используемых понятий, таких как самоактуализация, самооценка, автономия.

² В данной научной работе использованы результаты, полученные в ходе выполнения проекта «Социокультурные и психологические факторы экономической активности и психологического благополучия» (ТЗ 54.0 2012-2013 гг.).

³ Международная научно-учебная лаборатория социокультурных исследований, НИУ ВШЭ, младший научный сотрудник.

Отталкиваясь от модели Н. Брэдбурна структура психологического благополучия представляет собой баланс, достигаемый постоянным взаимодействием двух видов аффекта – позитивного и негативного. События повседневной жизни, несущие в себе радость или разочарование, отражаясь в нашем сознании, накапливаются в виде соответственно окрашенного аффекта. То, что нас расстраивает, и то, из-за чего мы переживаем, суммируется в виде негативного аффекта, те же события повседневной жизни, которые несут нам радость и счастье, способствуют увеличению позитивного аффекта. Разница между позитивным и негативным аффектами является показателем психологического благополучия и отражает общее ощущение удовлетворенностью жизнью.

Взгляды Н. Брэдбурна на природу и строение благополучия личности получили широкое признание в научных кругах, а разработанная им методика применяется в исследованиях, связанных с изучением различных аспектов психологического благополучия.

Важным вкладом в проблему понимания феномена психологического благополучия стали работы Э. Динера. Этот автор вводит понятие «субъективного благополучия». Субъективное благополучие, по мнению исследователя, состоит из трех основных компонентов: удовлетворение, приятные эмоции и неприятные эмоции, все эти три компонента вместе формируют единый показатель субъективного благополучия.

Субъективное благополучие призвано не просто служить индикатором того, насколько человек погружен в депрессию или тревогу, но должно демонстрировать насколько один человек счастливее другого. Таким образом, индивид с высоким уровнем субъективного благополучия в большинстве случаев испытывает удовлетворение от жизни. Наоборот, при низком уровне субъективного благополучия человек неудовлетворен жизнью, он редко испытывает чувства радости и любви, которые замещаются различными отрицательными эмоциями.

Э. Динер отмечает, что теория субъективного благополучия – та область психологии, которую интересует понимание того, как и почему люди оценивают свою жизнь; для исследователей важно научиться отличать не просто различные клинические состояния, но научиться находить различия в уровнях личностного благополучия.

Другим автором, предложившим свою теорию психологического благополучия, стала американская исследовательница, доктор психологии Кэрол Рифф. Во многом, продолжая традиции, заложенные Н. Брэдбурном, она, однако, критически пересматривает его взгляд на психологическое благополучие как баланс между позитивным и негативным аффектами. Выдвигая тезис о том, что гедонистическое решение проблемы психологического благополучия страдает определенной ограниченностью, автор создает собственную теорию, базисом которой послужили основные концепции, так или иначе связанные с понятием психологического благополучия и относящиеся к проблеме позитивного психологического функционирования (теории Маслоу А., Роджерса К., Олпорта Г., Юнга К.Г., Эриксона Э., Бюлер Ш., Ньюгартена Б., Яходы М., Биррена Д.). Подобный подход позволил ей обобщить и выделить шесть основных компонентов психологического благополучия: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни, личностный рост.

Анализ данных подходов показал, что существует многообразие взглядов на проблему оценки психологического благополучия личности, и в рамках различных подходов предлагаются разные индикаторы для оценки данного конструкта. При этом психологическое благополучие не является простой линейной суммой множества критериев и сильно зависит от личностных и культурных переменных. В данной связи проявляются преимущества универсальной многокомпонентной модели психологического благополучия К. Рифф [Ryff, 1989]. Выделенные К. Рифф, компоненты психологического благополучия как позволяют изучить не только общий уровень психологического благополучия личности, но и его различные стороны.

Цель исследования – рассмотреть характеристики психологического благополучия в кросс-культурном и гендерном преломлении.

Гипотеза исследования: существуют социокультурные различия в показателях психологического благополучия.

Исследование проводилось в 2008 - 2009гг. Выборка русских составила 124 респондента, из них 47 мужчин, 77 женщин возраста 20 лет (медиана). Выборка канадских студентов составила 126 респондентов, из них 43 мужчины, 83 женщин возраста 21 (медиана). В таблице 2 представлены основные характеристики выборки.

Теоретический анализ проблемы изучения психологического благополучия и выдвинутые гипотезы определили методологию исследования и состав инструментария. Опросник, использованный в исследовании, включал набор методик и шкал, позволяющих оценить психологическое благополучие и его отдельные компоненты. Методика построена по типу шкал Лайкерта. Ниже приведено описание методик и шкальных вопросов, которые были включены в анкету.

Таблица 1. Характеристики выборки

	N	Кол-во мужчин	Кол-во женщин	Возраст (медиана, размах)
Российские студенты	124	47	77	Me=20 (max-30, min=18)
Канадские студенты	126	43	83	Me=21 (max-37, min=18)
Итого	250	90	160	Me=21 (max-37, min=18)

Шкала Психологического благополучия К. Рифф (Ryff, 1995) с 18 пунктами ($\alpha = 0,71$ для русской выборки, $\alpha = 0,52$ для канадской выборки). Включает в себя 6 подшкал: положительное самовосприятие (включает в себя 3 вопроса); позитивность отношений с окружающими (состоит из 3 вопросов); независимость (состоит из 3 вопросов); умение справляться с окружающей действительностью (включает в себя 3 вопроса); наличие целей в жизни (подшкала состоит из 4 вопросов); личностный рост (включает 2 вопроса). Пример вопроса: Пожалуйста, оцените следующее утверждение, используя шкалу согласия – несогласия с утверждением: «Я подвержен влиянию людей с сильным характером». Для оценки утверждения предложена следующая шкала: 1 – однозначно не согласен, 2 – не согласен, 3 – скорее не согласен, 4 – не знаю, 5 – скорее согласен, 6 – согласен, 7 – однозначно согласен.

Шкала удовлетворенности жизнью ($\alpha = 0,78$ для русской выборки, $\alpha = 0,79$ для канадской выборки). Состоит из 4 вопросов. Пример вопроса: Пожалуйста, выразите свое согласие или несогласие со следующими утверждениями: В большинстве случаев моя жизнь близка к идеальной. Для оценки утверждений также предлагается цифровая шкала: 1 – однозначно не согласен, 2 – не согласен, 3 – скорее не согласен, 4 – не знаю, 5 – скорее согласен, 6 – согласен, 7 – однозначно согласен.

Шкальный вопрос относительно субъективного ощущения счастья. У респондентов интересовались: Принимая во внимание все факты Вашей жизни, сказали бы Вы, что Вы:

1	2	3	4
Очень несчастный	Не очень счастливый	Вполне счастливый	Счастливый

Обработка данных проводилась с помощью пакетов Statistica и SPSS. Для определения достоверности различий между переменными для студентов России и Канады использовался Z-критерий Колмогорова-Смирнова для независимых выборок.

Рассмотрим различия между российскими и канадскими студентами в отношениях к своему здоровью.

Таблица 1. Средние значения и оценка различий между индикаторами отношения к здоровью в объединенной выборке

Переменные	Значение средних для российской выборки		Значение средних для канадской выборки	
	М	SD	М	SD
Уровень психологического благополучия	5,33	0,58	5,45	0,56
Субъективное ощущение счастья	3,15	0,58	3,18	0,54
Уровень удовлетворенности жизнью	4,65*	1,13	5,05*	0,99

* различия достоверны при уровне $< 0,05$

** различия достоверны при уровне $< 0,01$

*** различия достоверны при уровне $< 0,001$

Как видно из таблицы, показатель психологического благополучия на выборке российских и канадских студентов оценивается ими в пять-шесть баллов из семи возможных, значимых различий не обнаружено. Удовлетворенность жизнью у студентов из Саскатчеванского Университета значимо выше, чем у российских студентов.

Далее перейдем к рассмотрению различий между индикаторами отношения к здоровью у мужчин и женщин на всей выборке.

Из таблицы 2 видно, что на объединенной выборке значимых различий среди мужчин и женщин по показателям психологического благополучия, субъективного ощущения счастья и удовлетворенности жизнью не обнаружено.

Таблица 2. Средние значения и оценка различий между показателями психологического благополучия у мужчин и женщин (общая выборка)

Переменные	Значение средних для мужчин		Значение средних для женщин	
	М	SD	М	SD
Уровень психологического благополучия	5,35	0,62	5,42	0,54
Субъективное ощущение счастья	3,10	0,58	3,20	0,51
Уровень удовлетворенности жизнью	4,68	1,13	4,95	1,04

* различия достоверны при уровне $< 0,05$

** различия достоверны при уровне $< 0,01$

*** различия достоверны при уровне $< 0,001$

Рассмотрим средние значения и достоверные различия в показателях психологического благополучия среди мужчин и женщин на российской выборке.

Таблица 3. Средние значения и оценка различий между показателями психологического благополучия у мужчин и женщин (российская выборка)

Переменные	Значение средних для мужчин		Значение средних для женщин	
	М	SD	М	SD
Уровень психологического благополучия	5,32	0,62	5,33	0,55
Субъективное ощущение счастья	3,06	0,56	3,20	0,52
Уровень удовлетворенности жизнью	4,65	1,12	4,65	1,14

* различия достоверны при уровне $< 0,05$

** различия достоверны при уровне $< 0,01$

*** различия достоверны при уровне $< 0,001$

Полученные результаты позволяют сказать, что собственная осведомленность, компетентность в сфере здоровья оценивается значимо выше российскими мужчинами, чем женщинами.

Ниже представлены данные оценки различий между показателями здоровья мужчин и женщин на канадской выборке.

Таблица 4. Средние значения и оценка различий между показателями психологического благополучия у мужчин и женщин (канадская выборка)

Переменные	Значение средних для мужчин		Значение средних для женщин	
	M	SD	M	SD
Уровень психологического благополучия	5,37	0,63	5,50	0,52
Субъективное ощущение счастья	3,14	0,60	3,20	0,51
Уровень удовлетворенности жизнью	4,72	1,15	5,23	0,85

* различия достоверны при уровне $< 0,05$

** различия достоверны при уровне $< 0,01$

*** различия достоверны при уровне $< 0,001$

Данные, представленные в таблице 4, свидетельствуют о том, что в показателях психологического благополучия у мужчин и женщин в канадской выборке также значимых различий не обнаружено.

Выводы исследования:

Проведенное исследование позволяет нам заключить, что гипотеза подтвердилась только частично. Достоверные различия обнаружены только в уровне удовлетворенности жизнью на объединенной выборке. Гендерных различий обнаружено не было.

Данное исследование представляет собой пилотаж. В дальнейшем предполагается провести регрессионный анализ между показателями психологического благополучия с другими переменными и выявить, что несет основной вклад в высокий уровень психологического благополучия и удовлетворенности жизнью.

ЛИТЕРАТУРА

1. Культура имеет значение. Каким образом ценности способствуют общественному прогрессу // Под ред. Л. Харрисона и С. Хантингтона. Изд-во Московской школы политических исследований. М., 2002.

2. Лебедева, Н.М. Введение в этническую и кросс-культурную психологию. М. Изд-во Ключ-С, 1999.
3. Росс, Л., Нисбетт, Р. Человек и ситуация. Уроки социальной психологии. М., 1999.
4. Chirkov, V.I., Ryan, R.M., Kim, Y., & Kaplan, U. Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003, Vol8 (1), p.97-110.
5. Chirkov, V.I., Ryan, R.M., Willness, C. Cultural context and psychological needs in Canada and Brazil: Testing a self-determination approach to internalization of cultural practices, identity and well-being. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2005, 36(4), 425-443.
6. Cockerham, W.C. Health and social change in Russia and Eastern Europe. New York: Routledge, 1999.
7. Culture and subjective well-being / Ed. by E. Diener. E.M Suh . Cambridge–L.: A Bradford Book, The MIT Press, 2000.
8. Hofstede, G. Culture's consequences: International differences in work-related values. Beverly Hills: Sage, 1980.
9. Hofstede, G. & Bond, M.H. The Confucius connection: from cultural roots to economic growth. *Organizational Dynamics*, 1988, 16, 4-21.
10. Inglehart, R. Trust, well-being and democracy. In M. Warren (Ed.), *Democracy and Trust*. New York and Cambridge: Cambridge University Press, 1999, pp. 88-120.
11. Kimmel, M. & Messner, M. Men's lives. New York: Macmillan. 1993.
12. Lyons, A.C., Chamberlain, K. *Health Psychology: A critical Introduction*. Cambridge University Press, 2006.
13. Ryff, C.D. and Keyes, L.M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 1995, 69, pp. 719-727.

ДИАЛОГИЗИРУЮЩИЕ ТЕНДЕНЦИИ ЭГО-ИДЕНТИЧНОСТИ

Е. А. Романова

*ФГАОУ ВПО «Дальневосточный федеральный университет»,
г. Владивосток*

Э. Эриксон (1902–1994) – американский социолог и психоаналитик, представитель так называемой эго-психологии, рассматривает именно