

Связь психологического благополучия супругов с различными сферами их жизни

Научный руководитель – Ключева Надежда Владимировна

Сизова Анастасия Витальевна

Студент (магистр)

Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, Ярославль, Россия

E-mail: sizovanastasia.psy@yandex.ru

Аннотация: В статье представлены результаты эмпирического исследования, свидетельствующие о наличии корреляционных связей психологического благополучия супругов с такими жизненными сферами, как профессиональный статус, здоровье, видение будущего семьи.

Теоретическое обоснование. Исследовательница Джидарьян И.А. провела факторизацию опросника, определяющего счастье, рассматривая его в эвдемонистическом направлении, что позволяет нам отождествлять его с понятием психологическое благополучие. Выделилась его внутренняя дифференциация в факторах [1]: целесмысловой (20,8 %); семья и любовь (11 %); успех, престижная работа, положение в обществе, материальное благополучие (9,1 %); умение радоваться жизни, поиску нового (8,7 %); внутреннее спокойствие (7,2 %); ответственность за собственную судьбу (6,2 %) Выявлено влияние различных болезней на психологическое благополучие [3]. По мнению Д. Канемана; М. Селигмана: феномен обеспечивается не только внутренним благополучием, но и состоянием духовно-нравственного здоровья и социальной среды [3].

Учитывая вышеперечисленное, было решено рассмотреть, как жизненные сферы связаны с психологическим благополучием. На основе теоретического анализа, систематизации факторов, составляющих социально-экономический контекст жизни семьи, были выделены жизненные сферы: профессиональный статус, материальное положение, условия проживания, социальная активность, досуг, отношения за пределами семьи, здоровье, творческая самореализация, видение будущего семьи.

Вслед за авторами К. Рифф, Р. Мэй, будем понимать психологическое благополучие - как системное состояние человека, в сложной взаимосвязи факторов, которое отражает восприятие оценки человеком своей самореализации с точки зрения пика потенциальных возможностей [2],[4].

Цель исследования: выявить связь психологического благополучия супругов с их жизненными сферами

Гипотеза: психологическое благополучие супругов будет связано с некоторыми жизненными сферами

Методическое обеспечение:

- 1) Методика «шкала психологического благополучия» (К. Рифф) под адаптацией Т.Д. Шевеленкова, Т.П. Фесенко;
- 2) Авторская анкета на определение удовлетворенностью жизненными сферами (Ключева Н.В., Сизова А.В.);
- 3) Ранговый коэффициент корреляции Спирмена, который позволяет определить силу корреляционной связи между двумя признаками.

Характеристика выборки. В исследовании приняло участие 30 супружеских пар, в возрасте до 35 лет с детьми дошкольного возраста.

Результаты. После применения рангового коэффициента корреляции Спирмена и построения матрицы интеркорреляций были получены следующие взаимоотношения: шкала «Психологическое благополучие» связана с профессиональным статусом (0.27), здоровьем (0.43), видением будущего семьи (0.26). Все составляющие психологического благополучия связаны со здоровьем, а именно: положительные отношения с другими (0.26); автономия (0.26); управление окружением (0.36); личностный рост (0.31); цель в жизни (0.34); самопринятие (0.41). Положительные отношения с другими связаны с профессиональным статусом (0.25); управление окружением с условиями проживания (0.29); положительные отношения с другими с отношениями за пределами семьи (0.26); цель жизни с досугом (0.25); управление окружением (0.27), личностный рост (0.25) и самопринятие (0.31) с видением будущего семьи.

Наиболее тесные связи между шкалой психологическое благополучие, самопринятием (его составляющим) и удовлетворенностью здоровьем при уровне значимости $p < 0,001$. Это можно объяснить тем, что супруги, принимающие себя со всеми особенностями личности, встречаются с меньшим стрессом и беспокойством в семейных отношениях, что отражается на общем уровне здоровья. Также, можем предположить, что люди с высоким уровнем самопринятия больше удовлетворены качеством жизни, и своим местом в нем, что так же может сказываться на ощущении психологического благополучия.

Также, некоторые сферы жизни связаны между собой. Рассмотрим наиболее тесные отношения (при $p < 0,001$): здоровье - досуг; видение будущего своей семьи - здоровье; видение будущего своей семьи - условия проживания; соц. активность - творческая самореализация.

Таким образом, гипотеза, поставленная в начале исследования подтвердилась. Психологическое благополучие супругов связано с некоторыми сферами их жизни, а именно: профессиональный статус, здоровье, видение будущего семьи. Дополнительно были обнаружены жизненные сферы, взаимосвязанные между собой.

Значимость работы можно рассмотреть через установление связей психологического благополучия с ранее не достаточно изученными сферами. При этом, выявленные с помощью разработанной авторской анкеты значимые сферы жизни для психологического благополучия супругов позволяют определить тактику консультирования.

Источники и литература

- 1) Джидарьян, И.А. Психология счастья и оптимизма/ И.А. Джидарьян – М.:Изд-во «Институт психологии РАН», – 2013. – 268с.
- 2) Р. Мэй. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье / Ролло Мэй; [Пер. с англ. М. Будыниной, Г. Пимочкиной]. // М. : Апрель-Пресс : ЭКСМО-Пресс, –2002. – 252с.
- 3) Ryff C.D. Psychological well-being in adult life // Current Direction in Psychological Science. – 1995. – № 4. – P. 99-104.
- 4) Ryff, C.D. Singer, B.H. Best news yet on the six-factor model of well-being. Social Science Research. –2006. –№35. P–1103–1119.

Иллюстрации

