

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 вышечисленное, 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

Супруги	Психологическое благополучие	Положительные отношения с другими	Автономия	Управление окружением	Личностный рост	Цель в жизни	Самопринятие	Профессиональный статус	Материальное положение	Условия проживания	Здоровье	Досуг	Отношения за пределами семьи	Социальная активность	Творческая самореализация	Будущее вашей семьи
Психологическое благополучие	1,00	0,68	0,76	0,83	0,72	0,80	0,85	0,27	0,01	0,23	0,43	0,22	0,13	0,02	0,12	0,26
Положительные отношения с другими		1,00	0,41	0,46	0,40	0,42	0,53	0,25	0,07	0,11	0,26	0,20	0,26	0,12	0,03	0,00
Автономия			1,00	0,66	0,45	0,61	0,66	0,09	-0,02	0,01	0,26	0,07	-0,04	0,05	0,08	0,08
Управление окружением				1,00	0,55	0,76	0,73	0,21	-0,01	0,29	0,36	0,18	0,16	-0,11	-0,02	0,27
Личностный рост					1,00	0,57	0,63	0,14	0,01	0,15	0,31	0,24	-0,02	0,10	0,20	0,25
Цель в жизни						1,00	0,63	0,23	0,00	0,12	0,34	0,25	-0,04	-0,12	-0,04	0,19
Самопринятие							1,00	0,20	0,08	0,17	0,41	0,12	0,09	0,02	0,15	0,31
Профессиональный статус								1,00	0,07	0,23	0,03	-0,02	0,05	0,20	0,26	0,16
Материальное положение									1,00	0,12	0,10	0,14	-0,14	0,08	0,08	0,11
Условия проживания										1,00	0,29	0,10	0,17	0,26	0,08	0,52
Здоровье											1,00	0,45	0,19	0,23	0,27	0,54
Досуг												1,00	0,06	0,07	-0,09	0,36
Отношениями за пределами семьи													1,00	0,31	0,23	0,19
Социальная активность														1,00	0,63	0,34
Творческая самореализация															1,00	0,31
Будущее вашей семьи																1,00
								n=60								
								0,25	- корреляции на уровне значимости p<0,05							
								0,33	- корреляции на уровне значимости p<0,01							
								0,41	- корреляции на уровне значимости p<0,001							

Рис. 1. Матрица интеркорреляций среди супружеской выборки. Отражает наличие связей психологического благополучия с некоторыми жизненными сферами