

Интернет-журнал «Мир науки» ISSN 2309-4265 <http://mir-nauki.com/>

2016, Том 4, номер 3 (май - июнь) <http://mir-nauki.com/vol4-3.html>

URL статьи: <http://mir-nauki.com/PDF/05PSMN316.pdf>

Статья опубликована 30.05.2016

Ссылка для цитирования этой статьи:

Бенко Е.В. Специфика субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности // Интернет-журнал «Мир науки» 2016, Том 4, номер 3 <http://mir-nauki.com/PDF/05PSMN316.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

УДК 159.9.07

Бенко Елизавета Вячеславовна

ФГБОУ ВПО «Южно-Уральский государственный университет», Россия, Челябинск
Национальный исследовательский университет
Аспирант
E-mail: benli@mail.ru

Специфика субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности

Аннотация. Данная статья посвящена исследованию специфики субъективного оценивания собственного благополучия индивидами, находящимися в разных фазах нормативных кризисов развития. На основании предположения о том, что переживание собственного благополучия является субъективным критерием происходящих изменений в динамике нормативных кризисов развития, была сформулирована гипотеза об изменении показателей уровня субъективного благополучия в процессе пересмотра собственной эго-идентичности.

С целью проверки данной гипотезы было проведено эмпирическое исследование (N=377). Методы исследования: тест статусов и структуры эго-идентичности, шкала субъективного благополучия, шкала удовлетворенности жизнью, опросник «Удовлетворенность жизнью», шкала депрессии Бека.

На основе анализа результатов было выявлено, что респонденты с диффузной эго-идентичностью имеют статистически значимо более низкие показатели субъективного благополучия и более высокие показатели по уровню депрессии по сравнению с группами предрешенной и автономной эго-идентичности. По сравнению с респондентами с предрешенной эго-идентичностью, группа с автономной имеет статистически значимо более высокие показатели по опроснику «Удовлетворенности жизнью» и более низкие по шкале депрессии Бека.

Уровень субъективного благополучия по всем методикам положительно коррелирует с автономной и предрешенной идентичностью, а уровень депрессии положительно коррелирует с диффузной эго-идентичностью и отрицательно с автономной. Наиболее устойчивыми положительными показателями характеризуется группа респондентов с автономной эго-идентичностью.

Ключевые слова: эго-идентичность; статус эго-идентичности; нормативные кризисы развития; субъективное благополучие; удовлетворенность жизнью; методики измерения субъективного благополучия; счастье; депрессия

Теоретические предпосылки исследования

В современной психологии всё большую популярность обретает позитивное направление, которое делает акцент на поддержании психологического здоровья и благополучного переживания собственной жизни. Позитивная психология ставит своей целью исследование механизмов, благоприятствующих позитивному функционированию, реализации потенциала личности и ощущению счастливого бытия. Одним из ключевых понятий данного направления является субъективное благополучие.

Поскольку согласно результатам современных зарубежных исследований в содержание субъективного благополучия помимо гедонистического аспекта, подразумевающего высокий уровень удовлетворенности жизнью и переживание позитивных аффектов, также входит и эвдемонистический аспект, понимаемый как ощущение осмысленности и значимости собственного бытия [9; 10], постольку становится необходимым рассмотреть механизмы, способствующие поддержанию данного переживания.

Субъективная система ценностей, целей и убеждений индивида, «обеспечивающая ему чувство направленности и осмысленности жизни» [5], в течение жизни претерпевает изменения в связи с регулярными изменениями социальной ситуации развития. Данные этапы, когда индивиду приходится реструктурировать отдельные компоненты своего образа Я в связи с необходимостью решать новые возрастные задачи, получили название нормативных кризисов развития. В данные кризисные периоды происходит пересмотр собственной эго-идентичности в связи с рефлексией происходящих в кризисе изменений. При этом для каждой фазы кризиса соответствует определенный статус эго-идентичности.

Таким образом, в дебюте кризиса наблюдается предрешенная эго-идентичность, заданная новой социальной ситуацией, внешними образцами, характеризующаяся идеализированным, субъективно не принятым восприятием новой социальной ситуации развития. В собственно критической фазе – диффузная, характеризующаяся сомнениями в себе, собственном выборе, обесцениванием прежних ценностей. И в завершении кризиса, в результате принятия новых возрастных задач и выстраивания нового пути развития, формируется автономная эго-идентичность. Для стабильных периодов развития характерен мораторий в поиске эго-идентичности [4].

Согласно основоположнику концепции эго-идентичности Э. Эриксону, «оптимальное чувство идентичности переживается просто как чувство психосоциального благополучия» [8]. Данный тезис позволил нам предположить, что ощущение благополучия различается в разных фазах кризиса, и, соответственно, является субъективным критерием происходящих изменений в динамике нормативного кризиса развития личности. В связи с этим, мы выделили [1] функции субъективного благополучия, которые, предположительно, оно выполняет во взаимосвязи с эго-идентичностью в нормативных кризисах развития:

- отражательная (снижение уровня благополучия в фазе острого кризиса показывает индивиду, что что-то идет не так);
- мотивационная (мотивирует на успешное прохождение кризиса с целью восстановления высокого уровня благополучия);
- подкрепляющая (высокий уровень благополучия способствуют поддержанию новой субъективной системы отношений).

В динамике нормативных кризисов развития личности *социальная ситуация развития (ССР)* представлена несколькими уровнями: объективным, субъективным и рефлексивным [4]. На основании нашего предположения о взаимосвязи субъективного благополучия и эго-идентичности как рефлексивной составляющей ССР, мы определили субъективное

благополучие как когнитивно-аффективную составляющую ССР, которая, предположительно, также подвержена изменениям в динамике нормативного кризиса [1]. Происходящие изменения на различных уровнях ССР в процессе проживания нормативных кризисов представлены в таблице 1.

Таблица 1

Изменения на различных уровнях социальной ситуации развития в процессе проживания нормативных кризисов

	Фазы кризиса		
	I	II	III
Субъективное благополучие (когнитивно-аффективная составляющая ССР)	Относительно высокий уровень	Относительно низкий уровень	Адекватный или умеренно высокий уровень
Эго-идентичность (рефлексивная составляющая ССР)	Предрешенная эго-идентичность	Диффузная эго-идентичность	Автономная эго-идентичность
Субъективная составляющая ССР	Новый идеальный образ Я	Конфликт идеального образа Я с реальностью	Равновесие между различными образами Я
Объективная составляющая ССР	Смена ССР, новая объективная система отношений	Новая объективная система отношений	

На основании вышеуказанных теоретических предположений было решено провести исследование с целью проверки гипотезы об изменении показателей уровня субъективного благополучия в процессе проживания различных фаз нормативных кризисов развития.

Организация исследования

В исследовании приняли участие 377 человек в возрасте от 16 до 72 лет ($M=30.8$, $SD=12.6$), в том числе 203 женщины (53,8%) и 174 мужчины (46,2%), что соответствует в процентном соотношении текущему населению России (женщины – 53,7%, мужчины – 46,3%). Выборка представлена по большей части жителями Челябинска (73,7%) и Челябинской области (18,6%). Менее 30 человек (7,6%) – жители других российских городов (преимущественно Екатеринбург и Свердловская область). Выборка состоит преимущественно из работающих респондентов ($n=263$, 69,7%), среди которых представители свыше 40 профессий различной направленности. Остальные 30% – представители неработающих слоёв населения: школьники, студенты, пенсионеры, безработные.

Респондентам предлагалось заполнить брошюру, содержащую ряд вопросов касательно демографических данных и серию методик, направленных на изучение взаимосвязи статуса эго-идентичности и уровня субъективного благополучия. Перед заполнением методик респондентам предлагалось ответить на вопрос, насколько они счастливы по 10-балльной шкале.

Для определения актуального для респондента статуса эго-идентичности был использован «Тест статусов и структуры эго-идентичности» (СЭИ-тест), разработанный Солдатовой Е.Л. Тест содержит 53 пункта, содержащих «тройки» высказываний с вынужденным выбором одного из них. По результатам данной методики для респондентов

определяется один из трёх статусов эго-идентичности: автономная (А), предрешенная (Ф), диффузная (С) [4].

Диагностика уровня субъективного благополучия осуществлялась при помощи различных отечественных и адаптированных зарубежных методик:

- Шкала субъективного благополучия (ШСБ), адаптация Соколовой М.В. Инструментарий направлен на измерения эмоционального компонента субъективного благополучия. Содержит 17 пунктов, которые предлагается оценить по семизначной шкале Ликерта. Следует отметить, что шкала является обратной – чем выше показатель, тем ниже уровень субъективного благополучия [7].
- Шкала удовлетворенности жизнью (ШУДЖ), адаптирована Леонтьевым Д.А. и Осиным Е.Н. Краткий скрининговый самоопросник, предназначенный для массовых опросов респондентов о степени субъективной удовлетворённости их жизнью. Содержит 5 утверждений, предлагаемых оценить по семизначной шкале Ликерта [3].
- Опросник «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ), разработан Мельниковой Н.Н. Направлен на изучение субъективного чувства удовлетворённости жизнью, содержит 46 утверждений, предлагаемых оценить по пятибалльной шкале [2].

Респондентам также предлагалось заполнить методику «Шкала депрессии Бека» с целью определения уровня депрессии как состояния, противопоставленного ощущению субъективного благополучия. Данная методика содержит в себе 21 группу из четырех утверждений, характеризующихся различной степенью выраженности депрессивных симптомов – от полного их отсутствия (0 баллов) до ярко выраженных (3 балла). Уровень депрессии определяется исходя из суммарного балла по шкале [6].

Для математической обработки и анализа данных исследования использовались методы корреляционного анализа и методы изучения значимости различий с помощью непараметрических критериев.

Анализ результатов исследования

По результатам СЭИ-теста выборка была разделена на три группы: 100 человек со статусом автономной эго-идентичности (А), 122 – со статусом диффузной (С), и 155 – предрешенной (Ф).

По результатам исследования было выявлено, что наиболее низкие значения по уровню субъективного благополучия и высокие по уровню депрессии наблюдаются у группы со статусом диффузной эго-идентичности (кроме ШСБ, поскольку она является обратной, и соответственно, чем выше показатель – тем ниже уровень субъективного благополучия). Сравнение результатов групп с различными статусами эго-идентичности осуществлялось при помощи непараметрического критерия U Манна-Уитни, поскольку распределение выборки является отличным от нормального.

Средние значения по показателям различных методик можно увидеть в таблице 2, статистически значимые различия между группами с различными статусами эго-идентичности по результатам диагностики представлены в таблице 3.

Таблица 2

Средние значения по результатам методик в группах с различным статусом эго-идентичности

группы		Уровень счастья	ШСБ	ШУДЖ	УДЖ	Шкала депрессии
А	Среднее	7,8800	46,9000	26,4900	96,7300	5,1600
	N	100	100	100	100	100
	Стд. Отклонение	1,40906	12,30956	4,45288	20,93031	3,91248
С	Среднее	6,5984	63,9344	20,5902	56,8525	14,0246
	N	122	122	122	122	122
	Стд. Отклонение	1,87043	15,44959	6,87161	27,79193	8,92898
Ф	Среднее	7,9548	49,8194	25,6968	88,9613	7,4774
	N	155	155	155	155	155
	Стд. Отклонение	1,59277	12,96823	6,08423	25,22545	6,80940

Условные обозначения:

А – автономия (статус автономной эго-идентичности);

С – сомнение (диффузная эго-идентичность);

Ф – фиксация (предрешенная эго-идентичность);

N – количество людей в группе с определенным статусом эго-идентичности.

Таблица 3

Значения критерия U Манна-Уитни для оценки различий уровня субъективного благополучия между группами с различными статусами эго-идентичности

Методика	А/С	С/Ф	А/Ф
Субъективный уровень счастья по 10-балльной шкале	-5,60***	-5,99***	-0,43
Шкала субъективного благополучия (ШСБ)	-8,08***	-7,57***	-1,72
Шкала удовлетворенности жизнью (ШУДЖ)	-6,66***	-6,00***	-0,64
Опросник «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ)	-9,65***	-8,57***	-2,6**
Шкала депрессии Бека	-8,15***	-6,56***	-2,28*

Уровень значимости: * $p \leq 0.05$; ** $p \leq 0.01$; *** $p \leq 0.001$.

Как можно увидеть из таблицы, группа респондентов с диффузной идентичностью имеет статистически значимо более низкие показатели уровня субъективного благополучия по всем методикам по сравнению с группами предрешенной и автономной эго-идентичности, а также более высокие показатели по уровню депрессии.

Статистически значимые различия ($p \leq 0.01$) по уровню субъективного благополучия между группами респондентов с автономной и предрешенной эго-идентичностью были выявлены только по результатам методики «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ). Анализ результатов показал, что в группе респондентов с предрешенной эго-идентичностью более высокий показатель уровня депрессии по сравнению с группой респондентов со статусом автономной эго-идентичности ($p \leq 0.05$).

Скорее всего, это вызвано тем, что индивиды, находящиеся в предкритической фазе отличаются большим разбросом в субъективном оценивании собственного благополучия. Вследствие чего представителям данной группы свойственны как завышенные, так и заниженные представления о собственном благополучии, или же несогласующиеся показатели в уровнях значений, полученных по разным методикам. У 44 респондентов с предрешенной эго-идентичностью (что составляет 30% данной группы) присутствуют симптомы депрессии – от слабо выраженных - до симптомов тяжелой депрессии.

В группе респондентов со статусом диффузной эго-идентичности также встречается разброс в показателях субъективного оценивания собственного благополучия, однако в целом прослеживается тенденция к более низкому оцениванию собственного благополучия, и более высоким показателям по шкале депрессии. Симптомы депрессии наблюдаются у 65% респондентов в данной группе (n=79), при этом у 33 из них наблюдаются симптомы выраженной или тяжелой депрессии.

Наиболее устойчивыми положительными показателями характеризуется группа респондентов с автономной эго-идентичностью. В данной группе преобладают высокие и выше среднего показатели уровня субъективного благополучия. У преобладающего количества респондентов отсутствуют депрессивные симптомы (89%). У остальных 11% наблюдаются слабовыраженные симптомы депрессии (n=11).

С целью определения взаимосвязи между показателями уровня субъективного благополучия и количеством баллов, набранных по каждому из трёх показателей статуса эго-идентичности (А – автономия, С – диффузная, Ф – предрешенная), нами был проведён корреляционный анализ. Анализ проводился на полной выборке (N=377) с использованием коэффициент корреляции Пирсона. Полученные в результате корреляционного анализа данные представлены в таблице 4.

Таблица 4

Коэффициенты корреляции уровня субъективного благополучия различных методик с показателями шкал СЭИ-теста

Методика	А	С	Ф
Субъективный уровень счастья по 10-балльной шкале	0,148**	-0,354***	0,262***
Шкала субъективного благополучия (ШСБ)	-0,307***	0,506***	-0,229***
Шкала удовлетворенности жизнью (ШУДЖ)	0,220***	-0,381***	0,189***
Опросник «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ)	0,412***	-0,640***	0,253***
Шкала депрессии Бека	-0,440***	0,535***	-0,066

Уровень значимости: * $p \leq 0.05$; ** $p \leq 0.01$; *** $p \leq 0.001$.

На основе полученных результатов мы можем увидеть, что уровень субъективного благополучия по всем методикам положительно коррелирует с автономной и предрешенной идентичностью. При этом особенно высокие показатели корреляции отмечаются с показателями шкалы диффузной эго-идентичности – отрицательные корреляции с уровнем субъективного благополучия и положительные с уровнем депрессии.

Показатели шкалы автономной идентичности отрицательно коррелируют с показателем депрессии. Примечательно, что не было выявлено никаких статистически значимых корреляций между уровнем депрессии и показателями шкалы предрешенной

идентичности. Возможно, как указывалось выше, это объясняется разбросом оценок уровня собственного субъективного благополучия у группы индивидов с предрешенной идентичностью, вследствие которого в некоторых случаях респонденты указывали высокие показатели как по шкалам субъективного благополучия, так и по шкале депрессии.

Выводы

На основании анализа результатов проведенного исследования мы можем сделать вывод, что наша гипотеза о том, что субъективное оценивание индивидом собственного благополучия зависит от фазы нормативного кризиса развития, получила подтверждение.

Так, в предкритической фазе у людей со статусом предрешенной эго-идентичности наблюдаются в среднем довольно высокие показатели субъективного благополучия. Но это обусловлено тем, что в группе встречаются как завышенные, так и заниженные представления о собственном благополучии, а также несогласованное представление о собственном благополучии, когда у одного индивида сильно разнятся показатели между различными методиками. Это может быть обусловлено тем, что в начальной стадии кризиса некоторые могут идеализировать происходящие изменения социальной ситуации развития, что приводит к завышению показателей субъективного благополучия. Тогда как другие уже столкнулись с расхождением идеального и реального образов Я, что привело к снижению в показателях субъективного благополучия, и, вероятно, означает переход к следующей фазе – собственно критической.

Критическую фазу характеризует резкое снижение всех показателей субъективного благополучия и возрастание уровня депрессии. Присутствие завышенных и несогласованных показателей уровня субъективного благополучия у некоторых индивидов в данной группе может означать попытки отрицания кризиса и желание выглядеть лучше в глазах себя или исследователя. Также, существует вероятность того, что на результаты может влиять эмоциональная нестабильность данной фазы, когда эмоциональное состояние индивида за небольшой промежуток времени может колебаться от крайне высокого до крайне низкого, и наоборот.

На фазе выхода из кризиса наблюдаются наиболее устойчивые высокие и выше среднего показатели субъективного благополучия. Симптоматика депрессии у людей с автономной эго-идентичностью отсутствует или, в редких случаях, представлена крайне незначительно. Разброс в субъективном оценивании собственного благополучия отсутствует.

В дальнейших исследованиях планируется изучить, как меняются показатели удовлетворенности жизнью в различных сферах жизни в разных фазах нормативных кризисов развития.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бенко Е.В. Динамика эго-идентичности и субъективного благополучия в нормативных кризисах взрослости // Научный поиск: материалы седьмой научной конференции аспирантов и докторантов. Социально-гуманитарные науки. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2015. – 161 с.
2. Мельникова Н.Н. Диагностика социально-психологической адаптации личности: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. – 57 с.
3. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия [Электронный ресурс] // Материалы III Всероссийского социологического конгресса (21—22 октября 2008 г.), 2008. URL: <http://publications.hse.ru/chapters/78753840> (дата обращения: 18.09.2014).
4. Солдатова, Е.Л. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости: монография / Е.Л. Солдатова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007. – 267 с.
5. Солдатова, Е.Л. Эго-идентичность в нормативных кризисах развития / Е.Л. Солдатова // Вопросы психологии. – 2006. – №5. – с. 75–84.
6. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб: Питер, 2001. – 272 с: ил. – (Серия «Практикум по психологии»).
7. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., Изд-во Института Психотерапии. – 2002. – 490 с.
8. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ. / Общ. ред. и предисл. Толстых А.В. – М.: Издательская группа "Прогресс", 1996.
9. Berridge K.C., Kringelbach M.L. Building a neuroscience of pleasure and well-being // *Psychology of Well Being: Theory, Research and Practice*, 2011. – 26 p.
10. Huta, V., Ryan, R.M. Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives // *Journal of Happiness Studies*, 2010. – pp. 735-762.

Benko Elizaveta Vyacheslavovna
South Ural state university, Russia, Chelyabinsk
National research university
E-mail: benli@mail.ru

Specificity of subjective well-being in different phases of the normative crisis of personality development

Abstract. The present article is devoted to the study examining the specificity of the one's own subjective well-being assessment by the individuals in the different phases of normative crises of personality development. On the basis of the assumption that the one's own well-being is a subjective measure of the changes in the dynamics of normative crises of development, we formulated the hypothesis according to which the level of subjective well-being changes in the process of reconsidering one's own ego-identity.

In order to verify this hypothesis we conducted the empirical study (N=377). Methods: Statures and Ego-Identity Structure Test, the Scale of Subjective Well-Being, Satisfaction with Life Scale, Questionnaire "Satisfaction with Life", Beck Depression Inventory.

On the basis of the results analysis we revealed that respondents with identity diffusion have significantly lower levels of subjective well-being and higher level of depression in comparison with groups with identity foreclosure and identity achievement. The group of respondents with identity achievement has significantly higher scores on the Questionnaire "Satisfaction with Life" and lower on the Beck Depression Inventory in comparison with group of respondents with identity foreclosure.

The level of subjective well-being is positively correlated with identity foreclosure and identity achievement. The level of depression is positively correlated with identity diffusion and negatively with identity achievement. The most stable positive scores are presented in the group of respondents with identity achievement.

Keywords: ego-identity; ego-identity status; normative crises of personality development; subjective well-being; life satisfaction; methods for measuring subjective well-being; happiness; depression

REFERENCES

1. Benko E.V. Dinamika ego-identichnosti i sub"ektivnogo blagopoluchiya v normativnykh krizisakh vzroslosti // Nauchnyy poisk: materialy sed'moy nauchnoy konferentsii aspirantov i doktorantov. Sotsial'no-gumanitarnye nauki. – Chelyabinsk: Izdatel'skiy tsentr YuUrGU, 2015. – 161 s.
2. Mel'nikova N.N. Diagnostika sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii lichnosti: Uchebnoe posobie. – Chelyabinsk: Izd-vo YuUrGU, 2004. – 57 s.
3. Osin E.N., Leont'ev D.A. Aprobatsiya russkoyazychnykh versiy dvukh shkal ekspress-otsenki sub"ektivnogo blagopoluchiya [Elektronnyy resurs] // Materialy III Vserossiyskogo sotsiologicheskogo kongressa (21—22 oktyabrya 2008 g.), 2008. URL: <http://publications.hse.ru/chapters/78753840> (data obrashcheniya: 18.09.2014).
4. Soldatova, E.L. Struktura i dinamika normativnogo krizisa perekhoda k vzroslosti: monografiya / E.L. Soldatova. – Chelyabinsk: Izd-vo YuUrGU, 2007. – 267 s.
5. Soldatova, E.L. Ego-identichnost' v normativnykh krizisakh razvitiya / E.L. Soldatova // Voprosy psikhologii. – 2006. – №5. – s. 75–84.
6. Tarabrina N.V. Praktikum po psikhologii posttravmaticheskogo stressa. – SPb: Piter, 2001. – 272 s: il. – (Seriya «Praktikum po psikhologii»).
7. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuylov G.M. Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp. – M., Izd-vo Instituta Psikhoterapii. – 2002. – 490 s.
8. Erikson, E. Identichnost': yunost' i krizis: Per. s angl. / Obshch. red. i predisl. Tolstykh A.V. – M.: Izdatel'skaya gruppa "Progress", 1996.
9. Berridge K.C., Kringelbach M.L. Building a neuroscience of pleasure and well-being // Psychology of Well Being: Theory, Research and Practice, 2011. – 26 p.
10. Huta, V., Ryan, R.M. Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives // Journal of Happiness Studies, 2010. – pp. 735-762.