

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования «Южно-Уральский государственный университет  
(национальный исследовательский университет)»**

*На правах рукописи*

БЕН

**Бенко Елизавета Вячеславовна**

**СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЧЕЛОВЕКА,  
ПЕРЕЖИВАЮЩЕГО НОРМАТИВНЫЙ КРИЗИС РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ**

Специальность 19.00.01 – «Общая психология,  
психология личности, история психологии»

Диссертация на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Научный руководитель:  
доктор психологических наук  
профессор Солдатова Е.Л.

Челябинск – 2017

## Оглавление

|   |    |
|---|----|
| ВВЕДЕНИЕ.....   | 4  |
| ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА В НОРМАТИВНЫХ КРИЗИСАХ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ.....                     | 16 |
| 1.1 Исторический обзор и анализ современных исследований субъективного благополучия .....   | 16 |
| 1.1.1 Подходы к пониманию феномена благополучия.....  | 17 |
| 1.1.2 Структура субъективного благополучия .....  | 23 |
| 1.1.3 Диагностика субъективного благополучия .....  | 33 |
| 1.2 Анализ современных подходов к исследованию эго-идентичности .....   | 39 |
| 1.2.1 Развитие представлений об идентичности в психологии .....   | 39 |
| 1.2.2 Современные психодиагностические методы исследования эго-идентичности .....   | 47 |
| 1.2.3 Эго-идентичность в нормативных кризисах развития .....  | 54 |
| 1.3 Теоретическая модель изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности ..... | 60 |
| ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ .....   | 64 |
| 2.1 Цель, задачи, объект, предмет и гипотезы исследования .....   | 64 |
| 2.2. Общая характеристика выборки и организации исследования.....   | 65 |
| 2.3 Методологическая основа диссертационного исследования и методы исследования.....  | 69 |
| 2.3.1 Методологическая основа диссертационного исследования .....   | 69 |
| 2.3.2 Психодиагностические методики исследования .....  | 71 |
| 2.4 Методы обработки данных.....  | 76 |
| ГЛАВА III. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ.....   | 80 |
| 3.1 Результаты исследования представлений о субъективном благополучии ...   | 80 |
| 3.2 Эмпирическая проверка экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ).....   | 90 |

|  |     |
|--|-----|
| 3.3 Исследование особенностей субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности .....   | 106 |
| 3.3.1 Особенности субъективного благополучия у респондентов в разных фазах нормативного кризиса развития личности..... | 106 |
| 3.3.2 Гендерная специфика субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности .....       | 117 |
| 3.3.3 Возрастная специфика субъективного благополучия в динамике нормативного кризиса.....                             | 130 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....   | 138 |
| СПИСОК ТЕРМИНОВ .....  | 142 |
| СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....  | 144 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ.....  | 169 |

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.** В период социально-экономических кризисов исследования благополучия характеризуются особой актуальностью ввиду снижения экономического благополучия населения, которое в свою очередь приводит к увеличению показателей неудовлетворенности социальным и экономическим положением и обуславливает желание отдельных индивидов начать поиски «более счастливого места», что способствует увеличению миграции, уходу от действительности, росту зависимостей и т.д. Зачастую такие поиски не приводят к желаемым изменениям в связи с тем, что благополучие индивида во многом зависит не только от его окружения, материальной обеспеченности и других объективных факторов. Это подтверждается рядом исследований, выявивших весьма низкие корреляции между объективными условиями и удовлетворенностью жизнью (Diener E. et al., 1999). Скорее всего, снижение показателей субъективного благополучия обусловлено внезапными изменениями привычного хода жизни, которые разрушают испытанные способы взаимодействия с действительностью. Кризисы изменяют внутреннюю картину благополучия, которое относительно устойчиво в стабильные периоды. Таким образом, исследования благополучия в кризисные периоды приобретает особое значение.

Несмотря на то, что распространено мнение о глобальном переживании человеком неблагополучия в течение всего кризисного периода, следует рассмотреть особенности изменения благополучия в кризисе, поскольку он охватывает довольно длительный промежуток времени. Определить и изучить основные закономерности динамики субъективного благополучия в кризисах можно на примере нормативных кризисов развития личности, поскольку закономерности проживания, фазовая динамика переживаний личности, изменение системы отношений аналогичны в нормативных и ситуативных кризисах. Именно нормативные кризисы являются более универсальными и доступными в плане изучения, в связи с тем, что все люди неоднократно проживают их на протяжении жизни.

Актуальность исследования субъективного благополучия в процессе проживания нормативных кризисов возрастает в связи с тем, что кризисы являются неотъемлемой реальностью жизни взрослого человека. Исследование субъективного благополучия в этом контексте позволяет раскрыть механизмы, условия и закономерности изменений субъективного благополучия в нормативных кризисах и экстраполировать их на ситуационные кризисы, что позволит определить подходы к диагностике субъективного благополучия и психологической помощи человеку, переживающему кризис разной природы.

**Степень научной разработанности проблемы.** Феномен субъективного благополучия активно изучается уже на протяжении нескольких десятилетий. Разрабатывается и исследуется структура данного феномена (Diener E., Батурин Н.А., Башкатов С.А., Куликов Л.В., Шамионов Р.М.), взаимосвязь с деятельностью и поведением (Csikszentmihalyi M., Carpentier J., Vallerand R.J., Бочарова Е.Е., Шамионов Р.М.), здоровьем (Kahneman D., Krueger A., Серых А.Б., Волочков А.А.), социальными отношениями (Diener E., Eid M., Oishi S., Larsen R.J.) и т.д. Столь повышенный интерес закономерен ввиду неоспоримой важности данного переживания для жизнедеятельности человека. Доказано, что счастливые люди более общительны, активны, имеют более сильную иммунную систему, обладают более развитыми навыками разрешения конфликтных ситуаций (Bergsma A., Eid M., Kahneman D., Krueger A., Larsen R.J., Veenhoven R., Winefield H.R.). Различные компоненты субъективного благополучия связаны с психологическим здоровьем личности (Волочков А.А.), устойчивым психосоматическим здоровьем (Серых А.Б.), жизнеспособностью человека (Рыльская Е.А.), процессами адаптации к стрессовым ситуациям (Зотова О.Ю., Карапетян Л.В.).

Феномен нормативных кризисов рассматривается в современной психологии в контексте развития личности, изменения идентичности личности, возрастных новообразований, связанных с культуральными ожиданиями в отношении жизненных ценностей и смыслов взрослого человека (Зеер Э.Э., Сиврикова Н.В., Солдатова Е.Л., Шляпникова И.А. и др.). Нормативные кризисы

характеризуются качественными изменениями всей системы отношений личности. В концепции нормативных кризисов развития личности (Солдатов Е.Л.) выдвинута и доказана идея о том, что статусы эго-идентичности изменяются последовательно в кризисах перехода к следующему возрастному периоду. Это обусловлено изменениями социо-культурной ситуации развития, связанными с необходимостью решать новые задачи развития. В связи с этим в каждом нормативном кризисе возникает необходимость в поиске и принятии новой идентичности. В рамках концепции сформулированы критерии, характеризующие изменения эго-идентичности в разных фазах кризиса, что позволяет определить ту или иную фазу нормативного кризиса в любом возрастном периоде на протяжении всей взрослости. Поэтому является целесообразным обратиться именно к этой концепции и рассмотреть изменения субъективного благополучия во взаимосвязи с эго-идентичностью в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

В современной психологии был проведен ряд исследований, посвященных изучению взаимосвязи субъективного благополучия и эго-идентичности (Hofer J., Gulfem Cakir S., Luycx K., Manzi C., Regalia C., Sandhu D., Vignoles V.L., Waterman A.S.). Вместе с тем, большинство исследований взаимосвязи субъективного благополучия и эго-идентичности проводились на выборках подросткового и юношеского возраста (до 25 лет), поскольку в классическом понимании эго-идентичность окончательно формируется в этом возрасте. Однако Э. Эриксон, который ввел понятие эго-идентичности и показал ее значение для развития личности, утверждал, что поиск и формирование эго-идентичности продолжается на протяжении всего периода взрослого развития человека. Кроме того, в данных исследованиях изучались лишь некоторые компоненты субъективного благополучия, что сужает понимание психологического содержания данного феномена и сводит его лишь к отдельным компонентам.

Исторически сложилось два основных подхода к пониманию и диагностике субъективного благополучия – гедонический (Bradburn N., Diener E., Lucas R.E., Oishi S. и др.) и эвдемонический (Deci E.L., Ryan R., Ryff C., Seligman M.,

Singer B. и др.). В современной психологии эмпирически установлено, что реальное благополучие индивида включает в себя различные компоненты, выделенные в рамках гедонического и эвдемонического подходов (Berridge K.C., Huta V., Ryan R.M., Waterman A.S.). Это обусловило тенденцию к комплексной диагностике субъективного благополучия (Diener E., Dolan P., Joseph S., Layard R., Maltby J., Metcalfe R., Waldron S., OECD), которая должна включать следующие блоки: удовлетворенность жизнью в целом; удовлетворенность жизненными сферами; позитивный и негативный аффект; эвдемоническое благополучие.

Современный диагностический инструментарий субъективного благополучия довольно разнообразен и позволяет оценить практически все компоненты субъективного благополучия: позитивный и негативный аффект (шкала субъективного благополучия в адаптации Соколовой М.В.; Шкала позитивного и негативного аффекта в адаптации Осина Е.Н.), эвдемоническое благополучие – (опросник «Удовлетворенность жизнью» Мельниковой Н.Н., шкала психологического благополучия в адаптации Шевеленковой Т.Д., Фесенко П.П.), удовлетворенность жизнью в целом (шкала удовлетворенности жизнью в адаптации Леонтьева Д.А. и Осина Е.Н.). Вместе с тем отсутствуют методы, направленные на диагностику удовлетворенности различными жизненными сферами.

Анализ современного состояния изучения кризисов развития и субъективного благополучия выявил следующие **противоречия**:

– в эпоху социально-экономической нестабильности отмечается значительное увеличение интереса исследователей к субъективному благополучию людей, переживающих кризис, однако системный подход к изучению данного феномена с позиции психологии кризисов отсутствует;

– с одной стороны, аргументирована необходимость разработки универсального инструментария измерения субъективного благополучия, с другой стороны, выявлено отсутствие системного подхода к диагностике субъективного благополучия, учитывающего все его компоненты;

– с одной стороны, существуют единичные исследования отдельных компонентов субъективного благополучия у людей с разными статусами эго-идентичности, с другой – отмечается отсутствие комплексного изучения субъективного благополучия как системного явления в связи со статусами идентичности личности.

На основании данных противоречий сформулирована **научно-исследовательская проблема**: для уточнения понятия субъективного благополучия как системного явления необходимо исследовать данный феномен с позиции психологии кризисов; разработать комплексную психодиагностическую процедуру; изучить изменения субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности в связи с закономерно меняющимися статусами эго-идентичности.

**Цель исследования**: изучение субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

**Объект**: нормативный кризис развития личности.

**Предмет**: специфика субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

**Задачи исследования**:

1. На основе теоретико-методологического анализа выявить структуру субъективного благополучия, сформулировать принципы комплексной диагностики всех его компонентов и определить специфику проявления субъективного благополучия в нормативном кризисе развития личности.

2. Выявить и сравнить представления о субъективном благополучии у респондентов разного возраста.

3. Разработать и провести психометрическую проверку методики диагностики удовлетворенности жизненными сферами.

4. Выявить особенности субъективного благополучия у респондентов в разных фазах нормативного кризиса развития личности.



5. Определить гендерную специфику субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

6. Определить возрастную специфику субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

#### **Гипотезы эмпирического исследования:**

1. В содержании субъективного благополучия человека отражается содержание культурального образа возраста.

2. Субъективное благополучие изменяется в процессе нормативного кризиса развития личности и связано с изменением статусов эго-идентичности.

3. Существуют гендерные и возрастные особенности переживания субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

#### **Теоретико-методологическая основа исследования.**

Методологическим основанием работы являются: принципы детерменизма, системности, развития (Блауберг И.В., Петровский А.В., Рубинштейн С.Л., Юдин Э.Г., Ярошевский М.Г.). Общепсихологический уровень диссертационного исследования представлен культурно-исторической концепцией (Выготский Л.С., Леонтьев А.Н.), концепцией эго-идентичности Э. Эриксона, теориями Я-концепции (Джемс У., Бернс Р.). Частно-научная основа исследования – концепция динамики эго-идентичности в нормативных кризисах развития личности взрослого человека Солдатовой Е.Л.; концепции позитивной психологии (Селигман М., Чиксентмихайи М.), концепции субъективного благополучия (Динер Э., Куликов Л.В., Шамионов Р.М.), концепция психологического благополучия (Рифф К., Фесенко П.П., Шевеленкова Т.Д.), концепция личностного благополучия (Батурин Н.А., Башкатов С.А., Гафарова Н.В.).

**Методы исследования** представлены следующими группами.  
**Теоретические методы:** анализ научных источников, теоретическое моделирование.  
**Организационные методы:** метод поперечных срезов.  
**Эмпирические методы:** анкетирование, психодиагностические методы:

специально разработанная методика диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ); шкала субъективного благополучия в адаптации Соколовой М.В.; шкала удовлетворенности жизнью в адаптации Леонтьева Д.А. и Осина Е.Н.; опросник «Удовлетворенность жизнью» Мельниковой Н.Н.; «Шкала депрессии Бека»; «Тест статусов и структуры эго-идентичности» (СЭИ-тест) Солдатовой Е.Л. **Методы обработки результатов:** контент-анализ и метод экспертных оценок в обработке результатов анкетирования, статистическая обработка данных, полученных по результатам психодиагностических методов, методами корреляционного и факторного анализа, методами оценки значимости различий с помощью параметрических и непараметрических критериев.

**Эмпирическая база исследования.** Общее количество человек, принявших участие в исследовании, составило 1605 человека в возрасте от 15 до 79 лет: среди них 862 женщины (53,8%) и 743 мужчины (46,4%), что соответствует в процентном соотношении текущему населению России (женщины – 53,7%, мужчины – 46,3%). Выборка представлена преимущественно жителями крупных российских городов: Москва, Санкт-Петербург, Екатеринбург, Челябинск, Пермь, (n=1256, 78,2%), а также населением небольших городов, поселений Челябинской и Свердловской областей (n=349). В исследовании приняли участие представители свыше 40 профессий различной направленности, а также неработающие слои населения: школьники, студенты, пенсионеры и безработные. С целью проверки критериальной валидности разработанной методики в общую выборку также включена группа соматических больных (онкологические заболевания различной локализации), составившая 32 респондента.

#### **Этапы исследования:**

1. 2012-2014 гг. Анализ основных теорий эго-идентичности и субъективного благополучия, анализ методов диагностики субъективного благополучия, их соответствия целям исследования. Разработка теоретической модели изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

2. 2014 г. Создание и апробация методов исследования субъективного благополучия. Исследование представлений о субъективном благополучии у респондентов разного возраста методом анкетирования. Проведение процедуры контент-анализа и экспертной оценки результатов исследования. Разработка пунктов методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ), направленной на изучение удовлетворенности жизненными сферами.

3. 2014-2015 гг. Психометрическая проверка экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ), отбор пунктов, уточнение инструкции для испытуемых, утверждение окончательной формы предоставления методики.

4. 2015 г. Исследование особенностей изменения различных показателей субъективного благополучия, его возрастной и гендерной специфики в разных фазах нормативных кризисов развития личности.

5. 2016 г. Проведение статистической обработки данных, интерпретация результатов, формулирование основных выводов.

**Надежность и достоверность** данных исследования обеспечена исходными методологическими позициями; всесторонним анализом выполненных ранее научно-исследовательских работ по проблеме исследования; использованием апробированного диагностического инструментария, соответствующего целям и задачам исследования; сочетанием количественного и качественного анализа; применением методов математической статистики для качественной обработки и интерпретации полученных результатов; репрезентативностью выборки, обеспеченной включением в выборку представителей разных классов, профессий и возрастов.

**Научная новизна исследования.** Разработана структурная модель субъективного благополучия, учитывающая его различные компоненты: эвдемоническое благополучие, гедоническое благополучие, включающее аффективный компонент (позитивные и негативные эмоции) и когнитивный компонент (удовлетворенность жизнью и ее отдельными сферами). Разработан новый психодиагностический инструментарий для исследования

удовлетворенности жизненными сферами (экспресс-методика диагностики структуры субъективного благополучия). Впервые исследованы особенности субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности. Выявлена гендерная и возрастная специфика субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса.

**Теоретическая значимость.** 1. Полученные результаты вносят вклад в изучение субъективного благополучия: на основе проведенного анализа отечественных и зарубежных исследований благополучия уточнена и систематизирована структура субъективного благополучия, определены его структурные компоненты, сформулированы принципы комплексной диагностики. 2. Проведенное эмпирическое исследование особенностей субъективного благополучия в разных фазах нормативных кризисов дополняет имеющиеся представления о проживании различных фаз нормативных кризисов развития и механизмах регуляции формирования эго-идентичности.

**Практическая значимость.** 1. Разработанная структурная модель субъективного благополучия позволяет обеспечить комплексную диагностику его компонентов. 2. Разработан психодиагностический инструментарий исследования удовлетворенности жизненными сферами (экспресс-методика диагностики структуры субъективного благополучия). Полученная методика может использоваться в исследованиях субъективного благополучия, самодиагностике и консультационной практике. 3. Сформулированные теоретические положения и результаты эмпирического исследования могут быть включены в программу учебных курсов для студентов психологических специальностей по дисциплинам «Психология личности», «Психология развития и возрастная психология», «Возрастно-психологическое консультирование», «Кризисы зрелого возраста». 4. Понимание особенностей переживания субъективного благополучия в разных фазах нормативных кризисов позволяет выстраивать консультационную работу с людьми, находящимися в кризисах.

**Соответствие диссертации паспорту научной специальности.** Представленные в диссертации положения соответствуют содержанию

специальности 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии». Содержание работы отражает следующие области исследований: п. 15 «Диагностика эмоциональных состояний»; п. 31 «Самосознание и самооценка. Образ Я. Идентичность личности. Психологическое здоровье личности»; п. 34 «Жизненный путь, его структура и периодизация. Субъективная картина жизненного пути. Жизненная цель, жизненная задача, жизненный выбор».

### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Содержание субъективного благополучия различается в разных возрастных группах и связано с культурально-возрастными ожиданиями. Благополучным человек ощущает себя в связи с жизненными достижениями, которые связываются в его представлении с тем, что свойственно его возрасту, т.е. с ключевыми возрастными задачами. Реализуемые задачи отражаются в содержании актуального субъективного благополучия, а субъективно важные, но не реализуемые, – в содержании желаемого.

2. Субъективное благополучие претерпевает изменения в разных фазах нормативного кризиса развития личности, и, соответственно, является субъективным критерием происходящих в кризисах изменений. Предкритической фазе свойственно появление депрессивной симптоматики, показатели субъективного благополучия нестабильны – встречаются как низкие, так и крайне высокие. В критической фазе все показатели субъективного благополучия значительно снижаются, появляются симптомы выраженной депрессии. В фазе выхода из кризиса все показатели субъективного благополучия стабилизируются на высоком уровне, симптомы депрессии отсутствуют.

3. Изменения субъективного благополучия в нормативных кризисах развития личности у лиц разных возрастных групп имеет свою специфику. В юношеском возрасте субъективное благополучие в предкритической фазе отличается довольно низкими показателями эвдемонического компонента, которые снижаются еще больше в собственно критической фазе и резко возрастают в фазе выхода из кризиса, которая сопровождается также резким

увеличением показателей эмоционального компонента. Особенности изменений переживания субъективного благополучия в молодости характеризуются более сглаженной амплитудой: в собственно критической фазе показатели эвдемического и эмоционального компонентов не достигают таких низких значений как в других возрастах. Возраст зрелости характеризуется более низкими показателями физического благополучия, вследствие чего в собственно критической фазе отсутствует значимое психосоматическое снижение данного показателя, отмеченное в других возрастных группах.

4. Изменения субъективного благополучия в нормативных кризисах развития личности имеют гендерную специфику. Несмотря на равнозначные у мужчин и женщин показатели депрессивной симптоматики и удовлетворенности жизнью в целом, женщинам в предкритической и собственно критической фазах свойственны значительно более низкие показатели эвдемического и эмоционального благополучия, а также удовлетворенности жизненными сферами. В фазе выхода из кризиса статистически значимые различия в показателях субъективного благополучия между мужчинами и женщинами отсутствуют, что свидетельствует о том, что вне кризиса мужчины и женщины не отличаются по уровню субъективного благополучия.

**Апробация работы.** Основные результаты диссертационной работы обсуждались на заседаниях кафедры психологии развития Южно-Уральского государственного университета (2013–2016 гг.); были представлены на: XXI и XXII Международных конференциях студентов, аспирантов и молодых учёных «Ломоносов» (Москва, 2014 г. и Москва, 2015 г.); Международной научно-практической конференции молодых ученых «Психология XXI века: российская психология в контексте мировой науки» (Санкт-Петербург, 2016 г.); Международной студенческой научно-практической конференции «Психология в меняющемся мире: проблемы, гипотезы, исследования» (Челябинск, 2016 г.); Третьей всероссийской конференции по психологической диагностике «Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса» (Челябинск, 2015 г.); Всероссийской Конференции «От истоков к современности» (Москва,

2015 г.); четырех научно-практических конференциях студентов, аспирантов и преподавателей Южно-Уральского государственного университета (2014–2016 гг.). Основные аспекты диссертационного исследования отражены в 14 публикациях общим объемом 4,8 печатных листа, в том числе 5 публикаций в изданиях, входящих в перечень ВАК (2,7 печатных листа).

Теоретические положения и результаты эмпирического исследования включены в материалы лекций по курсам «Психология развития и возрастная психология», «Возрастно-психологическое консультирование» (для студентов факультета психологии ЮУрГУ); в материалы курса повышения квалификации по программе «Содержание и методы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса» (для слушателей курсов ГБУ ДПО ЧИППКРО); в материалы курса повышения квалификации по программе «Аналитическая деятельность педагога в условиях введения профессионального стандарта (на основе использования результатов итоговой аттестации обучающихся)» (для слушателей курсов ГБУ ДПО РЦОКИО).

**Структура и объем диссертации.** Работа состоит из введения, трех глав, заключения, библиографического списка и приложений. Работа изложена на 183 страницах, содержит 21 таблицу и 11 рисунков. Библиографический список включает 254 наименования, из них 126 на иностранных языках.

# **ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА В НОРМАТИВНЫХ КРИЗИСАХ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ**

## **1.1 Исторический обзор и анализ современных исследований субъективного благополучия**

В период социально-экономических кризисов исследования благополучия характеризуются особой актуальностью ввиду снижения экономического благополучия населения, которое в свою очередь приводит к увеличению показателей неудовлетворенности жизнью. Скорее всего, снижение показателей субъективного благополучия в данные периоды обусловлено внезапными изменениями привычного хода жизни, которые разрушают испытанные способы взаимодействия с действительностью. Несмотря на то, что распространено мнение о глобальном переживании человеком неблагополучия в течение всего кризисного периода, следует исследовать особенности изменения благополучия в кризисе, поскольку он охватывает довольно длительный период времени.

Это обосновывает необходимость рассмотреть современные зарубежные и отечественные исследования, описывающих результаты теоретического и эмпирического изучения благополучия, с целью формирования представлений о современном понимании данного феномена в психологии. В связи с этим, представляется рациональным обратиться к классическим концепциям благополучия и их развитию, что позволит проследить эволюционирование представлений о структуре и содержании данного феномена, а также определить причины столь повышенного интереса зарубежных и отечественных исследователей к этой теме.



### ***1.1.1 Подходы к пониманию феномена благополучия***

Несмотря на то, что на протяжении последних нескольких десятилетий активно разрабатываются проблемы, связанные с изучением благополучия, до сих пор не существует общепринятого подхода в использовании данного термина, в понимании его структуры, свойств, функций и т.д. Эта проблема представлена не только в отечественном понимании данного термина, но и неоднократно поднимается в зарубежных источниках:

«Благополучие проще представить в качестве концепта, чем попытаться дать ему определение» (Wollny I., Apps J. & Henricson C., 2010, с. 1).

«Благополучие человека – неоднозначный концепт. У него нет универсального общепринятого определения, но при этом существует множество, зачастую конкурирующих, интерпретаций» (McGillivray M. & Clarke M., 2006, с. 2).

«...нет общепринятого определения термина «благополучие»... Благополучие часто используется наравне с другими терминами, такими как «счастье», «процветание», «наслаждение хорошей жизнью» и «удовлетворенность жизнью», но все они имеют совершенно разный подтекст» (McLellan R. et al., 2012, с.9). При этом многие из представленных выше терминов зачастую имеют положительную корреляцию (Samman E., 2007).

Согласно «Руководству по измерению субъективного благополучия», опубликованному Организацией экономического сотрудничества и развития (ОЭСР), необходимо различать термин «субъективное благополучие» и более широкий термин «благополучие», который включает в себя как субъективный компонент, так и объективные факторы, такие как доход, жилье, окружающая среда, здоровье, образование и т.д. (OECD, 2013). Объективные показатели могут влиять на субъективное переживание благополучия (Аргайл М., 2003; Шибанец Е.Ю., 2011; Чумаков М.В., 2015 и др.), однако они «не могут учесть человеческого восприятия, которое имеет фундаментальное значение для понимания благополучия индивида» (Pontin E., 2013, с. 2). В связи с этим, для нас

как психологов наибольший интерес представляет именно субъективные показатели благополучия, а не объективные внешние факторы.

Более того, по мнению некоторых авторов, благополучие считается само по себе субъективным в связи с тем, что люди самостоятельно оценивают степень ощущаемого ими благополучия (Deci E.L., Ryan R.M., 2008). При исследовании субъективного благополучия, могут встречаться вопросы об объективных факторах, однако «эти вопросы делает субъективными тот факт, что они нацелены на оценку респондентами своих чувств относительно этих факторов, а не на получение фактической информации» (Tinkler L., Hinks S., 2011, с.4). Кроме того, согласно многочисленным исследованиям, посвященным изучению влияния объективных факторов на субъективное благополучие (Diener E., 1984; Аргайл М., 2003; Lucas R., 2007; Bergsma A. & Veenhoven R. 2011; Чиксентмихайи М., 2012; López Ulloa B. et al., 2013), это влияние не всегда очевидно, и существует вероятность обратной причинности.

Многие исследователи в качестве рабочего определения термина «Субъективное благополучие» (Subjective Well Being – SWB) используют определение, предложенное Эдом Динером, по мнению которого SWB понимается как переживание положительных эмоций, низкий уровень неприятных эмоций и высокий уровень удовлетворённости жизнью (Diener E., 2002). Как следствие, понимание благополучия в зарубежной психологии в рамках такого подхода дает основания к пониманию его как «гедонии». Субъективное благополучие, оцениваемое подобным образом, часто используется многими зарубежными авторами как синоним счастья (Seligman M., Csikszentmihalyi M., 2000; Deci E.L., Diener E., & Lucas R.E. 2007; 2008; Dolan P., 2011; Oishi S., McLellan R. et al., 2012 и др.).

Такое понимание опирается на очевидно бесспорный тезис о том, что быть счастливым является одной из наиболее главных, если не самой важной, целью человеческого бытия. Согласно некоторым зарубежным исследованиям, счастливые люди более общительны, альтруистичны, активны, нравятся себе, а так же испытывают симпатию к другим людям. Такие люди имеют более крепкое

тело и сильную иммунную систему, обладают более развитыми навыками разрешения конфликтных ситуаций, имеют более низкие показатели дистресса и меньше симптомов психических расстройств (Kahneman D. & Krueger A., 2006; Eid M. & Larsen R.J., 2008; Bergsma A. & Veenhoven R., 2011; Winefield H.R. et al., 2012). Удовлетворенность жизнью является одним из ключевых критериев жизнеспособности человека (Рыльская Е.А., 2013); положительные эмоции способствуют процессу адаптации к стрессовым ситуациям (Зотова О.Ю., 2015; Zotova O.Y., Karapetyan L.V., 2015), поддержанию устойчивого психосоматического здоровья (Серых А.Б. и др., 2011).

Хотя положительные эмоции и оптимизм имеют обычно благотворное влияние на жизнь индивида в целом и на отдельные ее сферы, экстремально высокие уровни счастья могут иметь отрицательное влияние. Легкое недовольство текущими жизненными обстоятельствами может послужить хорошей мотивацией для достижения больших результатов, например, заработать больше денег, получить более высокий уровень образования и т.д. Люди, которые полностью удовлетворены текущей ситуацией, с меньшей вероятностью захотят повысить свою квалификацию или сменить работу на более высокооплачиваемую (Oishi S., Diener E., & Lucas R.E., 2007).

И это подводит нас ко второму подходу к пониманию благополучия, согласно которому, оно представляет собой нечто большее, чем просто переживание счастья, и опирается на тезис об их нетождественности: мнение людей о том, что они счастливы, еще не означает, что они психологически благополучны. Согласно этому подходу, благополучие представляет собой не результат и не конечное состояние, а процесс реализации индивидом своего потенциала (Deci E.L., 2008), что лежит в основе понимания его как «эвдемонии».

В рамках эвдемонического подхода получила развитие теория самодетерминации, предложенная Deci E.L. и Ryan R. (2000), согласно которой благополучие индивида зависит от удовлетворения трех базовых психологических потребностей – в автономии, компетентности и взаимосвязи с

другими людьми. Nefferon K. и Boniwell I. (2011) также указывают на наличие, возможно, еще одной потребности – позитивной самооценки.

М. Чиксентмихайи (Csikszentmihalyi M., 1975) связывает переживание благополучия с состоянием потока – погружение индивида в деятельность, при котором он полностью включается в нее и забывает о потребностях. Однако некоторые характеристики потока, такие как забывание о течении времени и о своих проблемах, скорее относятся к гедоническому благополучию. Мартин Селигман (Seligman M., 2002), основоположник позитивной психологии, показал, что люди, увлеченные гедонической деятельностью (развлечениями, отдыхом и т.д.) испытывают больше позитивных эмоций, чем люди, увлеченные эвдемонической деятельностью (развитие своего потенциала, навыков, изучение чего-либо). Однако эти эмоции сиюминутны, тогда как те, кто ведут более эвдемонический образ жизни, в долгосрочной перспективе испытывают больше удовлетворения от своей жизни.

С точки зрения М. Селигмана (Селигман. М., 2006; 2012), благополучие индивида обеспечивается следующими позитивными характеристиками: положительные эмоции, вовлеченность в деятельность, наличие позитивных целей и смыслов, хорошие взаимоотношения с людьми, достижения (успехи в деятельности). Достижение данных позитивных показателей обеспечивается развитием и реализацией основных шести добродетелей (мудрость, мужество, гуманизм, справедливость, умеренность и духовность), что способствует ощущению благополучия не только отдельного индивида, но и процветанию общества в целом.

Ещё одной из наиболее известных концепций в рамках эвдемонического подхода считается концепция психологического благополучия Кэрол Рифф (Carol Ryff). Объединив наиболее распространённые представления о позитивном функционировании, она выделила на их основе шесть ключевых параметров позитивного психологического функционирования: самопринятие, управление средой, личностный рост, цель в жизни, позитивные отношения с окружающими, автономия (Ryff C., 1996).

По мнению Boniwell I. (Hefferon K., Boniwell I., 2011) на сегодняшний день нет однозначного определения эвдемонического благополучия. Однако в целом, на основании анализа различных теорий наиболее часто под эвдемоническим благополучием понимается: ощущение осмысленности своего существования, переживание своей жизни как значимой и ценной, оптимизм в отношении будущего, реализация своего потенциала, личностный рост, способность справляться со своей повседневной деятельностью, вовлеченность в деятельность, понимание и принятие самого себя, позитивные взаимоотношения с людьми, спокойствие, энергичность, уверенность в собственных силах (Ryff С., 1996; Seligman М., Csikszentmihalyi М., 2000; Ryan R.M. & Deci E.L., 2001; Hefferon K., Boniwell I., 2011; OECD, 2013; Селигман. М., 2012).

Как мы можем увидеть, в теоретическом плане эти два подхода очень отличаются друг от друга. Однако в последнее время в зарубежных публикациях отражается мнение о том, что благополучие, или счастье, индивида содержит, по крайней мере, два основных компонента – и гедонию и эвдемонию. При этом гедония в психологических терминах характеризуется как позитивный аффект или удовольствие, а эвдемония по существу означает переживание жизни как полноценной, значимой, привлекательной. В публикациях описываются результаты эмпирических исследований, подтверждающих тезис о том, что реальное благополучие индивида включает в себя оба этих компонента (Berridge К.С., 2011; Huta V. & Ryan R.M., 2010). Таким образом, индивид, считающий себя счастливым, с большой вероятностью указывает на ощущение наполненности жизни позитивными целями и смыслом (Berridge К.С., 2011), а сочетание гедонического и эвдемонического благополучия коррелирует с более высоким уровнем субъективного благополучия (Huta V. & Ryan R.M., 2010).

Предположение о взаимосвязи гедонического и эвдемонического компонентов субъективного благополучия выдвигалось Watermn A.S. (2008), который утверждал, что удовольствие как один из аспектов субъективного благополучия возникает в случае достижения индивидом желаемого. При этом, параметры эвдемонического благополучия олицетворяют весь спектр того, что

люди могут хотеть. Таким образом, достижение эвдемонического благополучия является достаточным, но не обязательным условием ощущения субъективного благополучия.

Вместе с тем, в зарубежных публикациях находит отражение предположение о том, что некоторые параметры эвдемонического благополучия оказывают на ощущение субъективного благополучия совсем не большое влияние, если оказывают его вообще. В частности, выделенные Кэрол Рифф (C. Ryff) самопринятие и управление средой, скорее всего, способствуют ощущению удовлетворенности жизнью, в то время как четыре других параметра (личностный рост, цель в жизни, позитивные отношения с окружающими, автономия) имеют очень низкие корреляции с удовлетворенностью жизнью (Schindler I., 2014). Таким образом, взаимосвязь эвдемонического и гедонического благополучия не вызывает сомнений, однако следует учитывать, что не все компоненты субъективного благополучия имеют корреляции друг с другом.

В отечественной психологии в настоящее время исследования благополучия набирают особую популярность, но ввиду отсутствия однозначных формулировок определения субъективного и психологического благополучия, происходит путаница в использовании данных терминов. Очень часто, под психологическим и субъективным благополучием «подразумевается целый ряд близких, но не тождественных по своему значению понятий» (Подольский А.И., Идобаева О.А., 2011, с. 29). Исследования благополучия в отечественной психологии ведутся чаще всего в рамках одного из вышеуказанных подходов, однако, на основании результатов последних зарубежных исследований, подтверждающих корреляции гедонического и эвдемонического компонентов субъективного благополучия, мы можем сделать вывод о том, что реальное благополучие индивида подразумевает наличие обоих аспектов. Это обуславливает необходимость в уточнении взаимосвязи и структуры гедонического и эвдемонического (психологического) благополучия индивида, как составляющих субъективного благополучия.

### ***1.1.2 Структура субъективного благополучия***

Базовые представления о структуре субъективного благополучия (его гедонического компонента) отражены в известной статье «Субъективное благополучие» (Diener E., 1984) и свидетельствуют о трехкомпонентной структуре, включающей в себя удовлетворенность жизнью (Life Satisfaction), позитивный (Positive Affect – PA) и негативный аффекты (Negative Affect – NA). В более поздней по времени публикации Э. Динер (Diener E. et al., 1999) также включил в структуру субъективного благополучия удовлетворенность жизненными сферами (Domain Satisfaction – DS).

Удовлетворенность жизнью и удовлетворенность жизненными сферами считаются когнитивными образованиями, так как они основаны на оценочных убеждениях (установках) о своей жизни. Включение Э. Динером в структуру субъективного благополучия еще одного когнитивного компонента обусловило появление теорий, объясняющих взаимосвязь этих двух компонентов. «Восходящие» теории (bottom-up theories) предполагают, что представление индивида об удовлетворенности жизнью в целом основывается на оценке своей удовлетворенности в отдельных сферах жизни. Тогда как «нисходящие» теории (topdown theories) постулируют обратное направление причинности: удовлетворенность жизнью обуславливает удовлетворенность в отдельных сферах (Shimmack U., 2008).

Позитивный и негативный аффект представляют собой аффективную составляющую субъективного благополучия, и отражают совокупность приятных и неприятных чувств, которые люди испытывают в течение жизни. Базовые положения для различения позитивного и негативного аффекта как отдельных компонентов субъективного благополучия представлены в фундаментальной работе «Структура психологического благополучия» N. Bradburn (1969). N. Bradburn определил три типа независимости PA и NA – структурную, каузальную и моментную. Структурная независимость означает, что на протяжении определенного периода времени индивид может испытать различные эмоции, как положительные, так и отрицательные, и при этом не существует

никакой тенденции, определяющих их соотношении. В случае каузальной независимости считается, что РА и НА зависят от различных причин. Наконец, моментная независимость означает, что сиюминутные переживания положительных эмоций не зависят от сиюминутных переживаний негативных эмоций (Shimmack U., 2008).

Другой подход к пониманию структуры был представлен авторами D. Kahnemann и J. Riis (Kahneman D. & Riis J., 2005), которые рассматривают субъективное благополучие как гибридный концепт (hybrid concept of well-being), состоящий из двух компонентов, которые могут быть обозначены как «переживаемое благополучие» (experienced well-being) и «оцениваемое благополучие» (evaluated well-being). Эти компоненты не являются независимыми, но при этом не всегда коррелируют друг с другом. Оба эти компонента являются субъективными и оба охватывают определенный период времени, который может исчисляться как днями, так и месяцами. Первый компонент представляет собой переживание кратковременных аффективных состояний, происходящих в этот период времени. Второй же включает в себя глобальную субъективную оценку жизни в этот же период времени.

Судя по всему, подход D. Kahnemann и J. Riis отличается от подхода Э. Динера тем, что объединяет два компонента – позитивный аффект и негативный аффект – в один компонент «переживаемое благополучие» (experienced well-being). А удовлетворенность жизнью и удовлетворенность жизненными сферами, представляющие по мнению Э. Динера когнитивную составляющую субъективного благополучия, интегрированы в один компонент «оцениваемое благополучие» (evaluated well-being).

Структура субъективного благополучия помимо аффективного и когнитивного компонентов, выделенных Э. Динером, по мнению Шамионова Р.М. (2008), содержит также третий компонент – конативный (поведенческий). Данный компонент включает конкретные формы поведения, которые позволяют улучшать качество жизни (во всех ее сферах), позволяют достигать высокой степени самореализации. В отечественных как теоретических,



так и эмпирических исследованиях, посвященных изучению субъективного благополучия, существование конативного компонента в структуре субъективного благополучия неоднократно подтверждалось (Пучкова Г.Л., 2003; Бочарова Е.Е., 2005; Виничук Н.В. 2008; Бочарова Е.Е., 2008; Сокольская М.В. 2009; Елисеева О.А., 2011; Свередюк Е.В., 2011). В содержании конативного компонента субъективного благополучия указываются «оптимистическое отношение к окружающей действительности и поведение человека» (Свередюк Е.В., 2011), «личностный рост, самоактуализация и самореализация» (Пучкова Г.Л., 2003), «широкий диапазон поведенческих стратегий» (Бочарова Е.Е., 2008), «готовность, намерения, предпочтения, интересы» (Сокольская М.В. 2009), «мотивации, потребности, цели» (Афанасенко И.В., Чепрасова Э.М., 2015).

Наличие конативного компонента подтверждается также современными зарубежными исследованиями, согласно которым одним из способов содействия достижению благополучия может быть увлеченность индивидом деятельностью, которая делает его счастливым (Csikszentmihalyi M., 1998; Carpentier J. et al., 2012; Vallerand R.J., 2012; Litwin H. & Shiovitz-Ezra S., 2006). Согласно современным исследованиям (Carpentier J. et al., 2012; Vallerand R.J., 2012), «страсть к деятельности» (passion for an activity) представляет собой особо важный вид вовлеченности в деятельность, которая может привести к устойчивому положительному эффекту на психологическое благополучие. Люди, которые имеют страсть к определенному виду деятельности, как правило, занимаются этой деятельностью на протяжении нескольких часов в неделю. Вследствие этого они могут испытывать положительные эмоциональные переживания, которые в свою очередь содействуют достижению психологического благополучия. Однако навязчивая страсть способствует формированию беспокойства и депрессии, негативно сказывается на удовлетворенности жизнью, и не имеет корреляций со смыслом жизни (Vallerand R.J., 2012).

Сферы, в которых индивид пытается достичь благополучия, согласно Р.М. Шамионову (2008), представляют собой различные модусные комплексы:

- Модус материального пополнения (личная значимость материального обогащения, степень ее полноты);
- Модус личностного (смыслового) самоопределения (реализация личностных смыслов, жизненного сценария);
- Модус социального самоопределения (система связей и отношений, необходимые для сохранения внутреннего равновесия);
- Модус личностного (характерологического) благополучия (субъективная оценка собственного характера, свойств личности с точки зрения их приемлемости для широкого круга явлений личности);
- Модус профессионального самоопределения и роста (адекватность профессионального самоопределения, удовлетворенность избранной профессией);
- Модус физического (соматического) и психологического здоровья (система взглядов на ценность здоровья, направленность на оптимизацию здорового образа жизни, поправление здоровья).

Невозможность достичь благополучия в одной из сфер (модусов) индивид пытается возместить активностью и достижениями в другой, и вместе с тем стремится к глобальному благополучию (Шамяонов Р.М., 2008). Таким образом, конативный компонент является основополагающим элементом поддержания оптимального уровня субъективного благополучия. Данный компонент, вполне вероятно относится к эвдемоническому компоненту субъективного благополучия, поскольку является необходимым условием реализации индивидом своего жизненного потенциала, а также, согласно различным отечественным представлениям о его содержании, отражает многие из указанных параметров эвдемонического благополучия (см. 1.1.1).

Другой наиболее часто выделяемый подход к определению сфер, в которых индивид пытается достичь благополучия, предполагает наличие трёх основных составляющих субъективного благополучия: физическое, социальное и психологическое благополучие (Созонтов А.Е., 2006). Данный подход согласуется с теорией внутренней структуры личности У. Джеймса, которая содержит физическое Я, социальное Я и духовное Я (Джеймс У., 1991). Поскольку

физическое, психологическое и социальное в субъективном восприятии интегрируются и образуют целое, то, согласно Р.М. Шамионову (2008), целесообразно ввести понятие социально-психологического субъективного благополучия личности. По мнению Савельевой О.С. (2009), это обусловлено также тем, что качественные компоненты субъективное благополучия определяются в основном социумом и институтами социализации, которые обладают мощным воздействием на индивида, а также группами, в которых удовлетворяются наиболее значимые потребности и стремления индивида.

Более развернутый подход, который также согласуется с теорией У. Джеймса, был предложен Куликовым Л. В. (2004), согласно которому субъективное благополучие включает в себя пять составляющих:

- социальное благополучие (удовлетворенность личности своим социальным статусом, межличностными связями);
- духовное благополучие (ощущение причастности к духовной культуре общества, продвижение в понимании сущности и предназначения человека, осознание и переживание смысла своей жизни);
- физическое благополучие (хорошее физическое самочувствие, телесный комфорт, удовлетворяющий индивида физический тонус);
- материальное благополучие (удовлетворенность материальной стороной своего существования: жилье, питание, отдых...)
- психологическое благополучие (слаженность психических процессов и функций, ощущение целостности, внутреннего равновесия).

По мнению автора, все эти составляющие тесно связаны между собой, и отнесение феноменов к какой-либо из них довольно условно, поскольку может иметь отражение сразу в нескольких. На наш взгляд, центральной, основной составляющей в данной структуре является психологическое благополучие, которое является как самостоятельной составляющей, так и частично интегрирующей в себя остальные составляющие, связывая их между собой. Структуру составляющих субъективного благополучия, таким образом, можно представить в виде круговой схемы (Рис. 1).



Рисунок 1. Структура составляющих субъективного благополучия.

Согласно более современному отечественному подходу, предложенному коллективом авторов под руководством Н. А. Батурина (Батурин Н.А., Башкатов С.А., Гафарова Н.В., 2013) помимо аффективного и когнитивного компонентов, предложенных Э. Динером, в структуре субъективного благополучия следует также учитывать когнитивно-аффективный компонент. В соответствии с данной трехкомпонентной структурой уточняется содержание ее отдельных компонентов:

- аффективный компонент – устойчивое, глобальное, позитивное, эмоциональное по своей природе отношение к себе и миру.
- когнитивно-аффективный компонент – совокупность интегрально-устойчивых оценок себя и окружающего мира.
- когнитивный компонент – совокупность позитивных знаний о себе и мире, являющихся результатом рефлексивных суждений.

Феномен субъективного благополучия в данной теории рассматривается как один из уровней (уровень субъективно-личностных факторов) системы личностного благополучия человека, которая также включает в себя:

- уровень внешних (внеличностных) факторов – биологические, социальные и материальные блага.
- уровень личностных факторов – свойства темперамента, базовые свойства личности, позитивные черты характера.

– уровень межличностных факторов – позитивные поступки и действия, благоприятное межличностное взаимодействие, социально-значимые достижения (Башкатов С.А., 2013).

Поскольку структура субъективного благополучия содержит в себе помимо гедонического благополучия еще и эвдемоническое, то это обуславливает необходимость в рассмотрении также и данного компонента.

Однозначного подхода к структуре эвдемонического благополучия на сегодняшний день нет. Более того, содержание эвдемонического благополучия чаще всего представлено не в виде четкой структуры, а в виде перечня позитивных параметров, необходимых для благополучного функционирования. Так, в теории самодетерминации, предложенной Deci E.L. и Ryan R. (2000), эвдемоническое благополучие обусловлено удовлетворением трех базовых психологических потребностей:

- Автономия – потребность быть активным созидателем собственной жизни, самостоятельно определять для себя деятельность.
- Компетентность – потребность чувствовать себя уверенно в реализации своей деятельности.
- Взаимосвязь с другими людьми – потребность в близких и безопасных взаимоотношениях с другими людьми, которые не нарушают автономию индивида и содействуют обретению компетентности.

В концепции К. Рифф, модель психологического благополучия представлена в виде шести параметров, которые были сформулированы ею на основе зарубежных концепций позитивного психологического функционирования, (Ryff C., 1995). Согласно данной модели структура психологического (эвдемонического) благополучия содержит:

1. Самопринятие – позитивная оценка себя и своего прошлого.
2. Личностный рост – чувство непрерывного роста, саморазвития, реализации своего потенциала.
3. Цель в жизни – ощущение осмысленности, цели в жизни, её направленности.

4. Позитивные отношения с окружающими – способность поддерживать тёплые, доверительные межличностные отношения, способность любить.

5. Управление средой – способность индивида выбирать или создавать окружение, подходящее для его психического состояния.

6. Автономия – самоопределение, независимость, саморегуляция поведения (Ryff С., 1996).

Как можно увидеть, некоторые из параметров, выделенных К. Рифф, схожи с потребностями, предложенными Deci E.L. и Ryan R. Отличие данных теорий заключается в том, что К. Рифф определяет психологическое благополучие через выделенные ею параметры, тогда как в теории самодетерминации автономность, компетентность и взаимосвязь с другими лишь способствуют ощущению благополучия.

В отечественной психологии концепцию К. Рифф продолжили развивать Фесенко П. П. и Шевеленкова Т. Д., которые определили психологическое благополучие как интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (самопринятия, личностного роста, 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. Таким образом, психологическое (эвдемоническое) благополучие – это «переживание удовлетворённости собственной жизнью как результата позитивного функционирования, достигнутого посредством личностного саморазвития» (Минюрова С.А., Заусенко И.В., 2013, с. 96). Психологическое благополучие непосредственно взаимосвязано с психологическим здоровьем личности (Волочков А.А., 2016) и уровнем жизнестойкости (Холодкова О.Г., 2016).

По мнению Фесенко П. П. и Шевеленкова Т. Д., также следует выделить такие понятия как «актуальное психологическое благополучие» и «идеальное психологическое благополучие». Актуальное психологическое благополучие – это переживание человеком того, кем он по своему мнению является, отражающее

степень реализованности компонентов позитивного функционирования. Идеальное психологическое благополучие характеризует потенциальные аспекты функционирования личности, степень направленности на реализацию компонентов позитивного функционирования (Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П., 2005; Фесенко П.П., 2005). При этом, согласно проведенному Фесенко П.П. (2005) исследованию, показатели идеального психологического благополучия статистически значимо выше показателей актуального. Соответственно, чем выше показатели актуального психологического благополучия, тем больше его структура соответствует идеальному психологическому благополучию.

В связи с тем, что психологическое благополучие является эвдемоническим компонентом субъективного благополучия, то вполне обоснованным является предположение о том, что субъективное благополучие также может быть актуальным и идеальным. Однако, на наш взгляд, в данном случае в связи с неоднозначностью трактовки термина «идеальное» уместнее использовать термин «желаемое субъективное благополучие». Так, актуальное субъективное благополучия включает в себя когнитивное представление об удовлетворенности жизнью и жизненными сферами, совокупность положительных и негативных аффектов, а также степень реализованности параметров эвдемонического благополучия. Желаемое субъективное благополучие представляет собой индивидуальное представление индивида о комфортных для него уровнях удовлетворенности жизнью и ее отдельными сферами, желаемой совокупности позитивных и негативных аффектов, а также степень направленности индивида на реализацию параметров эвдемонического благополучия. Актуальное и желаемое субъективное благополучие не являются константой на протяжении жизни человека, они изменяются в разные возрастные периоды и связаны с задачами возрастного развития, которые каждый представитель данного общества принимает как задачи своего индивидуального развития и интегрирует в собственную систему ценностей и целей.

Таким образом, анализ различных подходов к структуре гедонического и эвдемонического благополучия позволил определить структуру субъективного

благополучия. Субъективное благополучие включает в себя эвдемоническое благополучие, которое обеспечивается реализацией компонентов позитивного функционирования, и гедоническое благополучие, содержащие аффективный и когнитивный компоненты. Когнитивный компонент гедонического благополучия представлен удовлетворенностью жизнью в целом и удовлетворенностью жизненными сферами. Удовлетворенность жизненными сферами представлена пятью основными составляющими: психологическое, социальное, материальное, физическое и духовное благополучие.

На основании вышеизложенных выводов, структуру субъективного благополучия можно представить в виде следующей схемы (рисунок 2):





### *1.1.3 Диагностика субъективного благополучия*

На сегодняшний день существует несколько десятков различных психодиагностических инструментариев, предназначенных для оценки уровня благополучия. Однако, согласно мнению Kashdan T.B. (2004), ставится под сомнение, что некоторые опросники действительно оценивают субъективное благополучие. Например, в одном из опросников субъективное благополучие было операционализировано как степень заинтересованности респондента в других людях, наличие у него теплых чувств по отношению к другим, ощущение, что он выглядит привлекательно и т.д. Однако эти положительные качества являются скорее причинами, коррелятами и / или последствиями счастья (Kashdan T.B., 2004).

В конце концов, удовлетворенность жизнью не является ни поддающимся эмпирической проверке опытом, ни известным личностным фактом, как например возраст. Это глобальное ретроспективное суждение, которое в большинстве случаев формулируется только тогда, когда о нем спрашивают, и частично определяется настроением респондента, его воспоминаниями, а также условиями, в которых проводился опрос (Kahneman D. & Krueger A., 2006).

Более того, в связи с тем, что структура благополучия содержит в себе когнитивный, аффективный и эвдемонический компоненты, соответственно необходим комплексный подход к изучению данного конструкта. В связи с этим, в последнее время всё чаще разрабатываются методики, состоящие из блоков, каждый из которых оценивает один из компонентов.

Коллектив авторов под руководством P. Dolan (Dolan P., Layard R. & Metcalfe R., 2011) выделяют три основных блока оценки субъективного благополучия: 1) глобальная оценка благополучия; 2) переживание (переживание чувств в определенные короткие временные периоды); и 3) «эвдемония» – наличие цели и смысла в жизни. Они также указывают на то, что оцениваемый, переживаемый и эвдемонический компоненты должны оцениваться отдельно с целью получения более комплексной оценки жизни индивида.

Другим примером оценки разных компонентов субъективного благополучия является современный опросник PFI-12 (опросник позитивного функционирования). Опросник включает в себя следующие элементы: позитивный аффект (счастье, спокойствие, расслабленность); негативный аффект (безрадостность, огорчение, напряженность, обеспокоенность); удовлетворенность жизнью (удовлетворенность, неудовлетворенность), и, в меньшей степени, психологическое благополучие, представленное самопринятием и целью в жизни (Joseph S. & Maltby J., 2014).

В «Руководстве по измерению субъективного благополучия» (OECD, 2013) на основе анализа многочисленных исследований субъективного благополучия были сформулированы основные рекомендации по созданию методики комплексного изучения субъективного благополучия. Согласно данным рекомендациям такая методика состоит из нескольких блоков:

- удовлетворенность жизнью;
- удовлетворенность жизненными сферами;
- позитивный и негативный аффекты;
- эвдемоническое (психологическое) благополучие;
- переживаемое благополучие.

Проанализировав различные методики диагностики уровня субъективного благополучия, S. Waldron (2010) определил, что наиболее часто задаваемые вопросы в опросниках просят респондентов:

- а) оценить уровень своей удовлетворенности жизнью или счастья;
- б) оценить различные сферы своей жизни (например, работа, здоровье, отношения);
- в) оценить испытываемый позитивный или негативный аффект;
- г) оценить свое психологическое благополучие.

Для исследования удовлетворенности жизнью в «Руководстве по измерению субъективного благополучия» рекомендуется использовать шкалу удовлетворенности жизнью, разработанная Эдом Динером (Diener E. et al., 2002). Данная шкала прошла психометрическую проверку, является надежной

методикой экспресс-диагностики удовлетворенности жизнью в целом (Pavot W. & Diener E., 1993), в связи с чем используется во многих зарубежных исследованиях. Шкала была адаптирована отечественными психологами Осиным Е.Н. и Леонтьевым Д.А. (2008) и широко используется, в том числе, и в отечественных исследованиях. Однако уровень общей удовлетворенности жизнью не говорит ничего о том, что могло на него повлиять (Campbell A., Converse S.E., & Rodgers W.L., 1976), в связи с этим необходимо исследовать и другие компоненты субъективного благополучия.

Так как не существует единого мнения о том, какие сферы жизни следует оценивать при исследовании субъективного благополучия, К.Е. Evers с соавторами перечислили некоторые из них. Наиболее часто в методиках встречаются такие сферы, как: физическое и психическое здоровье, отдых, социальные отношения, семья, финансовая стабильность, личная безопасность, удовлетворенность работой (Evers K.E. et al., 2012). В «Руководстве по измерению субъективного благополучия» (OECD, 2013) помимо вопросов относительно этих сфер предлагается также включить удовлетворенность окружающей средой (local environment) и уровнем жизни (standard of living).

Однако не все сферы вносят одинаковый вклад в общую удовлетворенность жизнью (Schneider I. & Schimmack U., 2010). В связи с этим, необходимо выявить наиболее важные для субъективного благополучия респондентов сферы, и наиболее простым способом это сделать – это попросить их указать наиболее значимые для них сферы (Zou C., 2010). Таким образом, вполне обоснованным является создание методики диагностики жизненными сферами, в основу которой легли бы предпочтения респондентов.

Для оценки позитивного и негативного аффектов в исследованиях субъективного благополучия используют несколько способов диагностики:

– специально разработанные методики оценки аффективного компонента субъективного благополучия, как например методика PANAS (шкала диагностики позитивного и негативного аффектов), существующая также в расширенном и сокращенном вариантах (Watson D. et al., 1988; 1994; Thompson E.R., 2007);

– методики диагностики различных эмоциональных состояний, как, например, опросник Спилбергера для оценки выраженности гнева (Spielberger C.D., 1988), опросник Спилбергера для оценки тревоги (Spielberger C.D., 1984), шкала руминации гнева (Sukhodolsky D.G., 2001) или шкала депрессии Бека (Beck A.T. et al., 1961);

– включение в комплексную методику диагностики субъективного благополучия блок вопросов, исследующих эмоции и переживания, которые респондент испытывал в последнее время, при этом вопросов, направленных на оценку негативных переживаний, обычно больше, чем позитивных, в связи с тем, что их спектр значительно шире (OECD, 2013).

В отечественных исследованиях для оценки аффективного компонента часто используется Шкала субъективного благополучия, которая была разработана в 1988 году французскими психологами Perrudet-Badoux, Mendelsohn и Chiche, и была адаптирована на русский язык Соколовой М.В. (1996). Известно также об адаптации Осиным Е.Н. (2012) зарубежной методики PANAS (Positive and Negative Affect Schedule), которая получила название «Шкала позитивного аффекта и негативного аффекта» (ШПАНА).

Для оценки эвдемического компонента субъективного благополучия в многочисленных как зарубежных, так и отечественных исследованиях использовалась шкала психологического благополучия К. Рифф, содержащая шесть шкал, соответствующих выделенным ею параметрам: самопринятие, личностный рост, цель в жизни, позитивные отношения с окружающими, управление средой, автономия (Ryff C., 1996). В отечественной психологии концепцию К. Рифф продолжили развивать Фесенко П.П. и Шевеленкова Т.Д., которые в 2005 году представили русскую адаптацию данной методики (Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П., 2005). Существуют и другие, более современные, адаптации данной методики – адаптация Лепешинского Н.Н. (2007) и Жуковской Л.В. и Трошихиной Е.Г. (2011), а также экспресс-вариант данной методики (Жуковская Л.В., 2011).

Однако результаты зарубежных исследований показывают, что четыре из этих шести параметров (самопринятие, личностный рост, позитивные отношения с окружающими и управление средой) значительно перекрываются, и, скорее всего, представляют собой один параметр. Вполне возможно, что часть перекрытия между четырьмя параметрами обусловлена проблемами с факторной валидностью исходного опросника (Van Dierendonck D., 2004; Van Dierendonck D. et al, 2008; Abbott R.A. et al., 2006; Abbott R.A. et al., 2010). Другими исследователями также указываются проблемы и с конструктивной валидностью оригинальной версии методики (Burns R.A., 2009).

В более раннем исследовании конструктивной валидности данного опросника было отмечено, что альтернативная короткая версия сочетает в себе приемлемую факторную валидность с хорошей внутренней согласованностью (Van Dierendonck D., 2004). В частности, некоторые пункты, содержание которых перекрывалось в разных шкалах, были исключены. Van Dierendonck с соавторами указывают также, что другими исследователями также была выявлена необходимость убрать некоторые вопросы с большим показателем перекрытия (Van Dierendonck D. et al, 2008).

Исследования внешней валидности опросника Рифф (Springer K.W. & Hauser R.M., 2006) также подтвердили, что подшкалы опросника не отражают шесть эмпирически различных параметров психологического благополучия. Таким образом, шкала психологического благополучия на сегодняшний день является ненадежным и невалидным инструментарием для диагностики эвдемонического благополучия.

В отечественных исследованиях благополучия продолжают использовать в качестве основного метода диагностики эвдемонического (психологического) благополучия полную версию методики К. Рифф (Бучацкая М.В., 2006; Дубовик Ю.Б., 2011; Заусенко И.В., 2012; Козьмина Л.Б., 2013). Мы полагаем, что наиболее целесообразным для диагностики эвдемонического благополучия является использование методики «Удовлетворенность жизнью» (Мельникова Н.Н., 2004) в связи с тем, что содержание шкал направлено на

изучение параметров эвдемонического благополучия личности. В частности в ней содержатся вопросы, направленные на оценку: ощущения полноты жизни, активности и желания что-то делать, душевного равновесия, удовлетворенности реализацией деятельностью и планов, а также противоположных эвдемоническому благополучию состояний – невозможности реализации планов, ощущения усталости, пассивности, отсутствия желаний, неуверенности в завтрашнем дне, ощущения нестабильности и небезопасности.

Таким образом, в соответствии со сформулированной нами моделью структуры субъективного благополучия (см. 1.2.2), можно увидеть, что для комплексной диагностики субъективного благополучия необходимо учитывать все его компоненты. Проанализировав существующий на сегодняшний день отечественный инструментарий, предназначенный для диагностики субъективного благополучия, нами были подобраны методики для оценки практически всех его компонентов:

- эвдемонический компонент субъективного благополучия: опросник «Удовлетворенность жизнью» Мельниковой Н.Н.;
- гедонический компонент субъективного благополучия:
  - аффективный компонент: шкала субъективного благополучия в адаптации Соколовой М.В.
  - когнитивный компонент: шкала удовлетворенности жизнью в адаптации Леонтьева Д.А. и Осина Е.Н.

Однако отсутствие инструментария, предназначенного для диагностики удовлетворенности отдельными жизненными сферами, а не только жизнью в целом, не позволяет в полной мере исследовать когнитивный компонент субъективного благополучия и обуславливает необходимость создания подобной методики. В связи с этим, одной из задач диссертационного исследования является разработка и психометрическая проверка методики, направленной на диагностику удовлетворенности жизненными сферами.

## **1.2 Анализ современных подходов к исследованию эго-идентичности**

Одной из актуальных проблем современных исследований благополучия является изучение особенностей изменения субъективного благополучия взрослого человека в кризисах. Определить и изучить основные закономерности динамики субъективных переживаний в кризисах можно на примере нормативных кризисов развития личности, поскольку закономерности проживания, фазовая динамика переживаний личности, изменение системы отношений аналогичны в нормативных и ситуативных кризисах. Именно нормативные кризисы являются более универсальными и доступными в плане изучения, в связи с тем, что все люди неоднократно проживают их на протяжении жизни.

Нормативные кризисы развития взрослого человека характеризуются качественным изменением структуры эго-идентичности (Солдатова Е.Л., 2007). В связи с этим, с целью изучения основных особенностей субъективного благополучия взрослого человека в нормативных кризисах развития личности, нам необходимо сначала обратиться к понятию идентичности и актуализировать накопленные на сегодняшний день представления отечественных и зарубежных исследователей о феномене идентичности, и затем рассмотреть, как меняется структура эго-идентичности в процессе проживания нормативных кризисов развития взрослого человека.

### ***1.2.1 Развитие представлений об идентичности в психологии***

Основоположником разработки проблемы идентичности считается У. Джеймс, который хоть и не использовал термин «идентичность», однако сформулировал базовое представление об идентичности как о последовательности, непротиворечивости личности, чувстве соответствия себе (Джеймс У., 1991). Он рассматривал личностное Я (Self) как двойственное образование, состоящее из Я-сознающего (I) и Я-как-объекта (Me), которые представляют собой две стороны одного целого и не мыслимы одно без другого. Я-сознающее являет собой чистый опыт, Я-как-объект – содержание этого опыта,

которое состоит из составных элементов – духовное Я, социальное Я и физическое Я, и олицетворяет «все то, что человек может назвать своим» (Бернс Р. 1986).

Дальнейшее развитие представлений У. Джеймса продолжилось в рамках символического интеракционизма, последователи которого (Ч. Кули, Дж. Мид, И. Гоффман и т.д.) также не использовали слово «идентичность», оперируя понятием «self», которое в отечественной психологии было переведено как «самость» (Захарова О.В., 2010). Базовые представления о самости в дальнейшем легли в основу понимания феномена идентичности. По мнению данных авторов, самость также как и у Джеймса имеет двойственную природу, состоящую из «I» – субъективного представления индивидом себя, и «Me» – обобщенных представлений других, которые усваиваются индивидом (Mead G.H., 1967; Cooley Ch.H., 1902). В рамках данного подхода Ч. Кули разработал «теорию зеркального Я», которую, как считает Кравченко С.А. (2002), правильнее обозначить «теорией зеркальной самости» (Looking-Glass Self). Теория «зеркального Я» основывается на трех постулатах: 1) в процессе взаимодействия друг с другом люди способны представлять, как они воспринимаются обобщенными другим; 2) люди способны осознавать характер ответных реакций обобщенных других; 3) люди развивают самопредставления, чувства гордости или подавленности в зависимости от того, каким им видятся представления обобщенных других (Кравченко С.А., 2002). Согласно данной теории на развитие самости в большей степени влияют первичные группы (семья, сверстники, соседи), реакции которых подкрепляют определенную самость, в соответствии с которой будет складываться определенное поведение. Таким образом, самоидентификация формируется под воздействием общества.

Идеи Ч. Кули в дальнейшем были развиты Дж. Мидом, который также делает акцент на социальной обусловленности самости – она формируется только в результате социального взаимодействия, при условии включенности индивида в социальную группу (Mead G.H., 1967). Дж. Мид выделял два типа самости – осознаваемую, которая возникает, когда индивид размышляет о себе и о своем



поведении, и неосознаваемую, которая основана на неосознанно принятых нормах. Отсюда следует, что механизмом формирования и развития самости выступает рефлексивность – способность осознавать свое сознание, наблюдать его, размышлять о нем, переживать его (Дорфман Л.Я., 2004). Благодаря рефлексивности самосознания в Я вводится отношение, которым Я отделяет себя от самого себя: поэтому Я есть одновременно субъект и объект. Дж. Мид выделил две основные стадии развития самости – стадию игры, в которой ребенок осваивает роли взрослого, и стадию коллективной (соревновательной) игры, в которой он учится помимо своей видеть также роли других участников и общую цель игры. В данном случае участники игры выступают в качестве обобщенного другого, через контроль которого формируется индивидуальная идентичность.

Сам термин «идентичность» был введен З. Фрейдом, однако получил распространение в научных кругах благодаря Эрику Эриксону, наиболее подробно описавшему данный конструкт. В силу сложности данного понятия автор избегал однозначного определения идентичности и представлял суть данного феномена, рассматривая ее с разных сторон: «эго-идентичность – это способность интегрировать прошлые идентификации, способности, навыки и возможности, предлагаемые обществом; это сознательное ощущение собственной уникальности, внутренней тождественности, непрерывности, гармонии и единства; это ощущение, что жизнь имеет согласованность и смысл, и что собственная идентичность имеет смысл для уважаемых данным человеком других людей» (Фрейджер Р., 2004).

Механизм формирования эго-идентичности, по Эриксону, во многом схож с описанным Ч. Кули и Дж. Мидом действием «обобщенного другого», однако согласно Э. Эриксону, этот процесс протекает в основном в сфере бессознательного. Р. Бернс указывает на то, что Э. Эриксон критиковал такие понятия, как «самоконцептуализация», «самооценка», «образ Я» в связи с их статичностью, в то время как, по его мнению, «главной чертой этих образований является динамизм, ибо идентичность никогда не достигает завершенности, не является чем-то неизменным» (1986). Формирование идентичности больше

напоминает самоактуализацию по К.Р. Роджерсу, «он характеризуется динамизмом кристаллизирующихся представлений о себе, которые служат основой постоянного расширения самосознания и самопознания» (Бернс Р., 1986).

Формирование эго-идентичности, согласно концепции Э. Эриксона, приходится в основном на подростковый и юношеский возраст, который знаменуется кризисом эго-идентичности (Эриксон Э., 1996а). Неблагополучное прохождение данного кризиса приводит к смешению ролей, которое в большинстве случаев означает неспособность установить профессиональную идентичность, выбрать карьеру, может также повлиять на способность продолжать образование, а в некоторых случаях может привести к сомнениям в половой идентичности (Эриксон Э., 1996б). «В предельных случаях патология идентичности провоцирует выбор в качестве единственного способа самоутверждения индивида и масс людей настойчивое стремление стать ничем, самоубийственную логику чем хуже – тем лучше» (Эриксон Э., 1996б, с. 18).

Данная стадия, несмотря на то, что является ключевой в развитии идентичности, однако не является конечной. Становление идентичности начинается с самого детства, последовательно проходя стадии развития, и продолжается на протяжении всего периода взрослости, претерпевая изменения в связи с прохождением ряда психосоциальных кризисов (Эриксон Э., 1996б). Характер разрешения возникающих в каждый возрастной период задач развития обуславливает уникальность эго-идентичности каждого отдельно взятого индивида, которая, тем не менее, имеет общие характерные черты для всех людей данного возраста в связи с культуральными представлениями общества о специфике данной стадии развития.

Таким образом, идентичность помимо личной тождественности и уникальности (персональная идентичность) подразумевает также солидарность с групповой идентичностью (социальная идентичность), включающую в себя различные аспекты (расовая, этническая, религиозная, гендерная идентичности и т.д.). Выделенные Э. Эриксоном персональная и социальная идентичность впоследствии стали объектом исследования целого ряда авторов.

Последователь Дж. Мида Э. Гоффман (Goffman E., 1964) выделил три типа идентичности: социальную, личную и эго-идентичность. Социальная идентичность представляет собой «типизацию личности другими людьми на основе атрибутов социальной группы, к которой он принадлежит» (Антонова Н.В., 1996, с. 138). Личная идентичность отражает индивидуальные физиологические и биографические признаки человека. Свой концепт эго-идентичности Э. Гоффман связывает с понятием, введенным Э. Эриксоном, и характеризует его как «субъективное переживание индивидом своей жизненной ситуации, своей непрерывности и своей личности, обретенной в результате социального экспериментирования» (Goffman E., 1964).

В отечественной психологии похожий подход к структуре идентичности был предложен Коном И.С. (1984). По его мнению, идентичность содержит три модальности – психофизиологическую, социальную и личную. Под психофизиологической идентичностью он понимает единство и преемственность физиологических и психических процессов и структуры организма. Под социальной понимается система свойств, благодаря которым индивид становится членом определенного общества. И под личной – «преемственность жизнедеятельности, целей, мотивов, смысложизненных установок личности, осознающей себя как самость» (Кон И.С., 1984, с. 15). При этом, психофизиологическую и социальную идентичности можно описать объективно, тогда как личная идентичность является субъективным переживанием и во многом схожа с зарубежным пониманием эго-идентичности.

Наибольший вклад в разработку понятия социальной идентичности внесли Х. Тэджфел и Дж. Тэрнер (Tajfel H., Turner J.C.), работающие в рамках когнитивной психологии. По мнению данного коллектива авторов, идентичность, или «Я-концепция», представляет собой когнитивную систему, регулирующую поведение индивида в соответствии с определенной ситуацией. Идентичность представлена двумя подсистемами: личностной – самоопределение в терминах физических, нравственных и интеллектуальных черт, и социальной – совокупность различных социальных идентификаций, определяемых

принадлежностью личности к расе, национальности, полу и т.д. (Tajfel H., & Turner J.C., 1986). Данная социальная идентичность «конструируется через определенное количество социальных категорий, которые отчасти заданы ситуацией, отчасти индивидуальны» (Сулимина О.В., 2014, с. 96).

С появлением данной теории возникли противоречия о соотношении личностной и социальной идентичности (Микляева А.В., Румянцева П.В., 2008). «Поскольку же очень трудно представить, как можно в каждый данный момент, одновременно чувствовать себя и подобным членам группы (проявляя социальную идентификацию), и отличным от них (в рамках личностной идентичности), то это противоречие породило идею о неизбежности определенного конфликта между двумя видами идентичности, об их несовместимости и, соответственно, о том, что в каждый данный момент времени только одна из них может быть актуализирована» (Павленко В.Н., 2000, с. 136).

Некоторыми зарубежными исследователями была выдвинута гипотеза, что данные идентичности вовсе не противоречат друг другу, а взаимодополняют (Moscovici S., 1988; Doise W. et al., 1988; Breakwell G.M., 1993; Deschamps J.C., Devos T., 1998; Jones S.R., & McEwen M.K., 2000; Abes E.S., & Jones S.R., 2004). Так, согласно концепции С. Московичи (Moscovici S., 1988), сознание человека организовано по типу идентификационной матрицы, содержащей множество идентичностей, среди которых можно выделить общечеловеческую, гендерную, религиозную, этическую, профессиональную и др. Идентификационная матрица, по мнению Т. Шибутани (1969), представляет собой совокупность «Я»-образов, интегрированных в «Я»-концепцию на основе непрерывности опыта и интериоризации усвоенных ранее значений. Психологи Jones S.R. и McEwen M.K. (2000) разработали многомерную модель идентичности, в центре которой находится личностная идентичность, окруженная пересекающимися окружностями – измерениями идентичности (гендер, раса, сексуальная ориентация, принадлежность к той или иной культуре, социальному классу и религии), взаимосвязанными друг с другом.

Немецкий философ и социолог Ю. Хабермас сформулировал модель взаимосвязи личностной и социальной идентичности – концепцию баланса идентичности. В данной концепции социальная идентичность (горизонтальное измерение) отражает возможность выполнять различные требования в ролевых системах, а личностная (вертикальное измерение) обеспечивает связность истории жизни (Антонова Н.В., 1996). «Эго-идентичность» в данной модели представляет собой совокупность личностной и социальной идентичностей, их баланс.

Таким образом, мы можем увидеть, что, несмотря на тот факт, что некоторые исследователи противопоставляли личностную и социальную идентичности (Tajfel H., 1979; Turner J.C. 1987; Jaromowic M., 1998), они являются взаимосвязанными и взаимодополняющими компонентами эго-идентичности, интегрирующей в себе различные социальные идентификации и представления о себе и имеющей протяженность во времени.

Поскольку представления Э. Эриксона об эго-идентичности «носили довольно фигуральный и абстрактный характер, что сильно затрудняло операционализацию данного понятия» (Cote, J.E., 1993), некоторые исследователи предприняли попытки уточнить понятие идентичности и выделить в его структуре элементы, которые можно было бы продиагностировать. В своей теории статусов идентичности Джеймс Марсиа (Marcia J.E., 1966) решил операционализировать понятие идентичности при помощи двух основных терминов — поиск и принятие обязательств (*exploration and commitment*).

Согласно теории статусов идентичности, исследование (поиск) идентичности — степень вовлеченности индивида в поиск целей и ценностей и экспериментирование с различными социальными ролями и идеологиями. Термин «принятие обязательств» используется для обозначения соблюдения и приверженности определённым убеждениям, целям и ценностям (Duriez V., Luycx K., Soenens B., Berzonsky M., 2012). Основываясь на этих двух измерениях, было выделено 4 статуса эго-идентичности: достигнутая идентичность (высокие уровни поиска и принятия), мораторий (высокий уровень поиска и низкий —

принятия), предрешённая идентичность (низкий уровень поиска и высокий — принятия) и диффузная идентичность (низкие уровни поиска и принятия).

Существование данных четырех статусов эго-идентичности неоднократно подтверждалось эмпирическими исследованиями (Bourne E., 1978; Marcia J.E., 1980; Waterman A.S., 1982). A.S. Waterman исследовал, как меняются статусы эго-идентичности при переходе к ранней взрослости, и «выделил четыре сферы жизни, наиболее значимые для формирования идентичности: 1) выбор профессии и профессионального пути; 2) принятие и переоценка религиозных и моральных убеждений; 3) выработка политических взглядов; 4) принятие набора социальных ролей, включая половые роли и ожидания в отношении супружества и родительства» (Антонова Н.В., 1996, с. 134). A.S. Waterman также указал на необходимость исследовать динамику изменений эго-идентичности во взрослых возрастах (Waterman A.S., 1982). Однако в связи с тем, что Э. Эриксон уделял наибольшее внимание именно подростковому возрасту (Зиглер Д., Хьелл Л., 2003), большинство как зарубежных, так и отечественных исследований эго-идентичности посвящены именно этому возрастному периоду.

Другим подходом в попытках операционализировать понятие идентичности стала модель Берзонского М. (Berzonsky M.D., 1989). Согласно данной модели существуют три стиля формирования идентичности, которые подразумевают различные способы определения и уточнения различных аспектов собственной идентичности — целей, ценностей, интересов (Berzonsky M.D., 1990). *Информационный стиль* свойственен подросткам, которые исследуют и оценивают различные виды идентичности перед принятием какой-либо идентичности и её обязательств. Такие подростки обладают хорошо развитыми когнитивными способностями, эмпатией, они самокритичны и открыты для новой информации, и впоследствии они чаще всего имеют хорошо дифференцированное и интегрированное чувство собственной идентичности. *Нормативный стиль* типичен для подростков, которые полагаются на пример и ожидания значимых для них людей. Такие подростки очень конформны по отношению к традиционному мнению, имеют очень негибкую систему ценностей и стараются

отгородиться от информации, которая может угрожать их системе ценностей и целей. Часто их представления о себе ограничены их семьей, традициями, этнической принадлежностью и религией. *Диффузно-избегающий стиль* характерен для подростков, избегающих и откладывающих принятие решений до тех пор, пока ситуация не вынудит их действовать. Они довольно импульсивны, часто склонны к экстеральному локусу контроля, их восприятие себя фрагментарно и формируется в большей мере на основе их репутации и популярности (Berzonsky M.D., 1994; Soenens B. et al., 2005; Berzonsky M.D., Cieciuch J., Duriez V. & Soenens B., 2011).

На сегодняшний день две вышеуказанные теории пользуются большой популярностью в современных зарубежных как теоретических, так и эмпирических исследованиях эго-идентичности. Они легли в основу создания различных методик диагностики идентичности, и большинство эмпирических исследований эго-идентичности строится в основном в соответствии с какой-либо из данных концепций. В связи с этим, представляется целесообразным рассмотреть современные методы исследования эго-идентичности, используемые в зарубежной и отечественной психологии, а также проследить, как продвинулись представления об эго-идентичности в связи с операционализацией понятия.

### ***1.2.2 Современные психодиагностические методы исследования эго-идентичности***

Современные зарубежные исследования развития эго-идентичности проводятся в основном в рамках одной из трёх наиболее известных концепций:

- эпигенетическая теория Э. Эриксона;
- теория статусов идентичности Дж. Марсия;
- модель стилей формирования идентичности М. Берзонского.

Самой популярной на сегодняшний день является теория статусов идентичности Джеймса Марсия. Для определения статуса эго-идентичности Дж. Марсия разработал две полуструктурированные методики (Marcia J.E., 1966):

проективная методика незаконченных предложений (Ego Identity Incomplete Sentence Blank) и полуструктурированное интервью (Identity Status Interview, ISI), в которых изначально содержались вопросы относительно 3 жизненных сфер – профессия, религия и политика (Schwartz S.J., 2001). Позже, в связи с включением в теорию статусов идентичности межперсональных сфер, была разработана новая методика – Интервью эго-идентичности (Ego Identity Interview; Grotevant H.D. & Cooper C.R., 1981), содержащая такие сферы как: дружеские отношения, гендерные роли и взаимоотношения с противоположным полом.

Однако использование данных методов в массовых исследованиях сопряжено с целым рядом трудностей: неоднозначность интерпретаций, длительность обработки полученных результатов, а для интервью это также длительность интервьюирования – от 20 до 120 минут и необходимость участия минимум двух кодировщиков с целью сокращения числа ошибок (Bartholomew K., Henderson A.J.Z., Marcia J.E., 2000).

В связи с этим на основе данной теории был создан целый ряд опросников закрытого типа, среди которых, по мнению S. Schwartz (2009), наиболее популярными на сегодняшний день являются «Расширенный вариант объективной меры статусов эго-идентичности» (Extended Objective Measure of Ego Identity Status, EOM–EIS–II; Bennion & Adams, 1986), созданный на основе «Объективной меры статусов эго-идентичности» (Adams G.R., Shea J.A. & Fitch S.A., 1979), и «Опросник развития эго-идентичности» (Ego Identity Process Questionnaire, EIPQ; Balistreri E., Busch-Rossnagel N.A., & Geisinger K.F., 1995). Во Франции на основе этой же теории была разработана «Многомерная шкала процессов идентичности» (l'Échelle multidimensionnelle des processus identitaires, EMPI; Barbot B., 2008), в Нидерландах были созданы «Шкала развития идентичности Гронингена-Утрехта» (Utrecht-Groningen Identity Development Scale, U-GIDS; Meeus W., Deković M., 1995) и «Шкала принятия идентичности Утрехта» (Utrecht-Management of Identity Commitments Scale, U-MICS; Crocetti E., Rubini M., & Meeus W., 2008). Данные опросники содержат ряд утверждений, которые



предлагается оценить по шкале Ликерта (Лайкерта), на основании чего можно судить о статусе эго-идентичности.

Однако теория статусов идентичности Дж. Марсия подверглась критике со стороны многих исследователей ввиду ее расхождений с концепцией Э. Эриксона (Côté J.E. & Levine C., 1988; Van Hoof A., 1999; Duriez B., Luycx K., Soenens B., Berzonsky M., 2012; Hoare C., 2013). Согласно Э. Эриксону, идентичность не может быть достигнута, потому что она не может быть чем-то статичным и неизменным. Развитие идентичности — это постоянный процесс, который длится на протяжении всей взрослости, а не заканчивается в юношеском возрасте (Hoare C., 2013). Однако большинство исследований в рамках концепции Дж. Марсия проводятся в основном на выборках подросткового и юношеского возраста (Klimstra T.A., 2010; Lannegrand-Willems L., 2008; Mullis R.L., 2009; Good M., 2008; Marcotte J., 2009; Syed M., 2013; Akman Y., 2007; Crocetti E., 2009; Kunnen E.S., 2008; Klimstra T.A., 2012; etc.). Эта же тенденция прослеживается и в отечественных исследованиях эго-идентичности (Белинская Е.П., 2006; Гордеева О.А., 2011; Соболева Н.С., 2006; Кузьмин М.Ю., 2012; Смирнягина М.М., 2008; Яблонская Т.Н., 2013).

На основании теории Э. Эриксона были разработаны диагностические инструментариумы, которые также используются в современных зарубежных исследованиях: «Методика диагностики психосоциальных стадий развития Эриксона» (Erikson Psychosocial Stage Inventory, EPSI; Rosenthal D., Gurney R., & Moore S., 1981) и «Шкала эго-идентичности» (Ego Identity Scale, EIS; Tan A.L., Kendis R.J., Fine J.T., & Porac J., 1977). В методике EPSI лишь одна шкала из шести посвящена диагностике эго-идентичности, и содержит всего 12 вопросов. «Шкала эго-идентичности» состоит из 12 вопросов с принудительным выбором из 2 предложенных высказываний и позволяет определить степень эго-целостности и эго-диффузии. Однако оба этих опросника были стандартизированы на выборках подростков и предназначены для диагностики респондентов данных возрастных групп.

В рамках своей концепции М. Берзонский разработал «Опросник стиля идентичности» (Identity Style Inventory), последняя версия которого (ISI-5) была модифицирована в 2013 году (Berzonsky M.D. et al., 2013). На основе данной теории был также создан «Опросник стилей развития идентичности Q-сортировка» (Identity Processing Styles Q-sort, IPSQ; Pittman J.F. et al., 2009), однако он используется в исследованиях значительно реже. Данные опросники позволяют определить стиль идентичности, свойственный данному человеку, однако применяются данные методы опять же только на выборках подростков (Crocetti E. et al., 2009; Eryigit S. & Kerpelman J., 2009; Seabi J., 2009; Yang, H.-Y., 2010; Zahed-Babelan A. et al., 2013; Topolewska E. & Ciecuch J., 2015; Monacis L. et al., 2016; и др). Несмотря на растущую популярность концепции стилей идентичности, данные опросники, как и опросники на основании эпигенетической теории Э. Эриксона, используются значительно реже в зарубежных эмпирических исследованиях по сравнению с методиками, основанными на теории статусов эго-идентичности Дж. Марсиа.

Интерес к проблеме идентичности в отечественной психологии существенно возрос в начале XXI в., и на сегодняшний день исследования данного феномена продолжают оставаться одной из ведущих тенденций различных гуманитарных наук (Кузьмин М.Ю., Конопак И.А., 2014; Андреева Г.М., 2011; Кисляковская В.В., 2013; Патырбаева К.В., 2012). Это обусловлено реалиями современного общества, которое подвержено всеобъемлющим процессам глобализации, таким как модернизация и информатизация общества, происходящими столь стремительно, что человеку становится сложно адаптироваться в постоянно меняющемся мире. И хотя на сегодняшний день диагностический инструментарий, позволяющий изучать эго-идентичность, представлен не так широко, однако исследования идентичности набирают всё большую популярность, в результате чего число отечественных методик диагностики эго-идентичности постоянно растет. Наиболее часто встречающимися в отечественных исследованиях эго-идентичности методиками в последнее время являются:

- Методика двадцати утверждений М. Куна и Т. Макпартленда «Кто Я?»;
- Методика незаконченных предложений и полуструктурированное интервью Дж. Марсиа, адаптированные Орестовой В.Р. и Карабановой А.А. (2005);
- методика исследования личностной идентичности (МИЛИ) Шнейдер Л.Б. (2007);
- Тест статусов и структуры эго-идентичности (СЭИ-тест) Солдатовой Е.Л. (2006).

Из вышеуказанных методик наиболее часто используется проективная методика М. Куна и Т. Макпартленда «Кто Я?» (Цельмина М.В., 2003; Соболева Н.С., 2006; Кузьмин М.Ю., 2012; Гринфельд И.Л., 2004; Белинская Е.П., 2006; Ярышева А.А., 2012; Яблонская Т.Н., 2013; Кузьмин М.Ю., Конопак И.А., 2014; Ярышева А.А., Ланина Е.М., 2015; и др). Однако данная методика не информативна в отношении процесса и условий развития эго-идентичности, в связи с чем не позволяет диагностировать стадию развития идентичности (Татарко С.А., 2009; Овчинникова Ю.Г., 2000). Более того, согласно концепции Э. Эриксона этот процесс происходит по большей части бессознательно, и сознательный ответ на вопрос «Кто я?» положит конец процессу становления личности, в связи с чем Э. Эриксон был против использования методик, направленных на получение перечня слов-самоописаний (Татарко С.А., 2009; Ноаре С., 2013). Таким образом, совершенно очевидно, что данная методика не предназначена для диагностики эго-идентичности личности.

Полуструктурированные методы Дж. Марсиа, адаптированные Орестовой В.Р. и Карабановой А.А., используются также довольно часто, но опять же в основном на выборках подросткового возраста (Сорин А.В., 2011; Ярышева А.А., 2012; Яблонская Т.Н., 2013; Подольский А.И., Карабанова О.А., Идобаева О.А., Хейманс П., 2011; Ярышева А.А., Ланина Е.М., 2015). Известно также об еще одной адаптации на русский язык полуструктурированного интервью Дж. Марсиа, предложенной Татарко С.А. и Сырцевой А. (Татарко С.А., 2009), которая рассчитана, в том числе, и на респондентов взрослых возрастов.

Однако исследований с использованием данного интервью представлено не так много, и чаще всего они посвящены отдельным аспектам идентичности, как например – религиозной (Соколовская И.Э., 2012), или супружеской (Голиков В.В., 2016). Более того, ограничением использования данных методов является высокая субъективность интерпретации полученных результатов, а также сложность и продолжительность проведения данных методов, в частности интервью, что затрудняет применение данных методов на больших выборках.

Известно также, что были предприняты попытки стандартизации и некоторых других популярных зарубежных методик: ЕОМ–ЕIS–II (Гаврилова Т.А., Глушак Е.В., 2009; 2011) и ISI-5 (Исаева А.Н., Зайцева Ю.Е., 2015). Однако на сегодняшний день они также были стандартизованы на выборках подросткового и юношеского возраста и используются пока что только в исследованиях самих авторов (Глушак Е.В., 2013; Зайцева Ю.Е., Исаева А.Н., 2015; Зайцева Е.Ю., 2015).

Методика изучения личностной идентичности (МИЛИ) Шнейдер Л.Б. представляет собой проективную методику, построенную на принципах прямого и цепного ассоциативного теста. По результатам теста определяются типы личностной идентичности: преждевременная идентичность, диффузная идентичность, мораторий, достигнутая позитивная идентичность, псевдопозитивная идентичность (Шнейдер Л.Б., 2007). Ограничением данного метода является высокая субъективность интерпретаций, а также длительность и сложность обработки ввиду проективного характера методики.

Тест статусов и структуры эго-идентичности (СЭИ-тест) Солдатовой Е.Л. (2006) был предложен в рамках концепции нормативных кризисов развития, которая объединяет в себе теорию статусов Дж. Марсиа, эпигенетическую концепцию Э. Эриксона и отечественные культурно-исторические представления о закономерностях психического развития личности. Разделяя идею Э. Эриксона о том, что становление эго-идентичности продолжается на протяжении всей жизни, Солдатова Е.Л. (2006) полагает, что в соответствии с возрастными задачами развития индивидуальная структура личности трансформируется в динамике

нормативных кризисов развития, которые разграничивают стабильные этапы развития. В данные кризисные периоды индивид пересматривает цели и ценности своей личности, переопределяет собственную идентичность. При этом формирование эго-идентичности проходит разные уровни в соответствии с фазами кризиса, т.е. каждой фазе кризиса соответствует определенный статус эго-идентичности. В дебюте кризиса – предрешенная, заданная новой социальной ситуацией, внешними образцами; в апогее кризиса – диффузная; в завершении кризиса – достигнутая эго-идентичность; для стабильных периодов развития характерен мораторий в поиске эго-идентичности (Солдатова Е.Л., 2007). Следует учитывать, что в данной концепции статусы моратория и диффузной идентичности отличаются от статусов, введенных Дж. Марсиа. Таким образом, диффузная идентичность характеризуется высоким уровнем поиска и низким – принятия, а мораторий – низкими уровнями обоих показателей.

Данная методика обладает рядом преимуществ: удобство и быстрота заполнения методики; быстрота обработки результатов; высокая сопротивляемость подделке результатов ввиду ее стимульного материала, основанного на процедуре вынужденного выбора. Однако наиболее значимым преимуществом является возможность применения СЭИ-теста на выборках практически любой возрастной группы, начиная со старшего подросткового и заканчивая пожилым возрастом. Необходимость изучения эго-идентичности на протяжении всего периода взрослости указывалась еще A.S. Waterman (1982), однако, как мы можем увидеть, большинство современных исследований изучают данный конструкт только лишь в подростковом и юношеском возрастах.

Среди отечественных методик, предназначенных для диагностики идентичности, в том числе и у взрослых респондентов, следует отметить опросник кризисной идентичности (Дмитриева Н.В. и др., 2011) и методику диагностики аддиктивной идентичности (Дмитриева Н.В. и др., 2013). Обе методики данного коллектива авторов предназначены для выявления кризиса идентичности и различных негативных аспектов идентичности, сформированных в результате неблагоприятного прохождения кризиса. Данные методики

используются в исследованиях эго-идентичности довольно редко ввиду их сравнительно недавнего появления и специфики изучаемых конструктов.

Концепция Самойлик Н.А., в рамках которой были созданы данные опросники, разграничивает нормативные кризисы и собственно кризис идентичности, приводя следующие доводы: в отличие от нормативного кризиса кризис идентичности не привязан к определенному возрасту, вызван изменением ценностно-смысловой системы, а не социальной ситуации развития, переживается как внутренний, а не как внешний, и носит явный дезадаптивный характер в отличие от адаптивного характера нормативных кризисов (Самойлик Н.А., 2012). Таким образом, исходя из логики данной концепции, можно увидеть, что данные методики исследуют только дезадаптивные изменения идентичности, происходящие в ненормативных кризисах.

Поскольку для нас наибольшую значимость представляют именно механизмы изменения субъективного благополучия в нормативных кризисах развития личности, то мы будем рассматривать эго-идентичность в рамках концепции Солдатовой Е.Л., в которой подробно описаны основные закономерности проживания основных фаз нормативных кризисов развития.

### ***1.2.3 Эго-идентичность в нормативных кризисах развития***

В основе любого развития лежат изменения. В стабильных периодах развития личности взрослого человека – это последовательные, поступательные эволюционные изменения. Однако при смене социальной ситуации развития (ССР), свойственной каждому человеку в определенном возрастном периоде, перед индивидом возникают новые задачи развития, требующие перестройки всей системы отношений личности. Эти периоды переживаются личностью как кризисные, а изменения носят революционный характер (Солдатова Е.Л., 2007).

Кризис понимается как «состояние человека при блокировании его целенаправленной жизнедеятельности внешними по отношению к его личности

причинами либо внутренними причинами, обусловленными развитием личности и ее переходом к другому этапу развития» (Лопес Е.Г., Сыманюк Э.Э., 2011). В связи с этим, выделяют ненормативные кризисы – необязательные, вызванные критическими событиями, и нормативные – типичные, необходимые для нормального развития (Зеер Э.Ф., 1997).

Поскольку социальное бытие определяет развитие и формирование основных новообразований возраста, ССР является исходным моментом для всех динамических изменений (Солдатова Е.Л., 2005). К моменту трансформации предыдущей социальной ситуации развития перед человеком открывается новая система отношений – объективная составляющая ССР, которая представлена на каждом возрастном этапе культуральным образом возраста.

В процессе прохождения нормативных кризисов индивид интериоризирует задачи следующего возрастного этапа, которые ему необходимо реализовать в соответствии с культуральным образом данного возрастного периода. В исследовании Солдатовой Е.Л., посвящённом изучению обобщенного образа каждого возрастного этапа человека, были выделены ведущие для каждого возраста задачи развития личности взрослого человека (Солдатова Е.Л., 2007):

- Период юности (18–23 года): личностное и профессиональное самоопределение, установление интимно-личностных отношений.
- Молодость (24–33 лет): профессионализация, создание семьи, разотождествление с родительской семьей, вхождением в социум и культуру, становлением мировоззрения, духовности и отношения к себе.
- Средняя зрелость (34–45 лет): укрепление достижений в профессии, в супружеских и родительских отношениях, в гражданской и духовной позиции.
- Зрелость (46–55 лет): передача опыта и стремление к стабильности, надежности и уверенности в себе.

На основании теоретического анализа современной геронтопсихологической литературы Завьяловой И.Ю. (2014) были выделены задачи развития поздних возрастов:

- Пожилой возраст (55–75 лет): обретение способности к отстраненному, созерцательному восприятию происходящего; перенос энергии на другие формы активности и новые социальные роли; новая, отличная от прежней, любовь к своим родителям; осознание необходимости дальнейшего развития.

- Старость (75-90): осознание ценностей, имеющих сверхличностное значение; позитивное отношение к прожитой жизни, принятие своего жизненного пути как единственно должного; принятие несовершенства как самого себя, так и окружающего мира; осознание и решение экзистенциальной проблемы конечности бытия, разрушение стереотипа отрицания смерти.

Однако следует учитывать, что в «нормативном определении женственности, а следовательно и в женском самосознании, семье придается большее значение, чем профессии. Отсюда – разное соотношение компонентов мужской и женской идентичности» (Кон И.С., 1989, с. 82). Таким образом, на разных возрастных этапах для мужчин и женщин в приоритете могут быть разные возрастные задачи, в связи с чем существуют межполовые различия в развитии эго-идентичности, которые неоднократно подтверждались различными исследованиями (Орестова В.Р., 2001; Солдатова Е.Л., 2007; Akman Y., 2007; Basak R. & Ghosh A., 2008; Waterman A.S., 1982;).

Интериоризация данных возрастных задач (объективной составляющей ССР) требует перестройки субъективной системы отношений (особенностей личности), с которой они вступают в противоречие. Преодоление кризиса осуществляется за счет ценностно-мотивационных перестроек. Таким образом, нормативный кризис представляет собой «период конфликта между сложившейся конфигурацией элементов идентичности и соответствующим способом вписывания себя в окружающий мир» (Заковоротная М.В., 2009, с. 114). Процесс проживания кризиса «представляет собой уникальный опыт, который может быть осмыслен как «катастрофа» или как «ресурс» для дальнейшей жизни» (Сиврикова Н.В., 2013, с. 12). Этот период характеризуется дисгармоничным функционированием смысловых, когнитивных, эмотивных и поведенческих структур личности (Гунгер Н.Н., 2007). Но, «какой бы болезненной ни казалась



эта перестройка, для данной фазы развития она закономерна, статистически нормальна» (Кон И.С., 1984, с. 109).

На момент изменения социальной ситуации развития у индивида формируется новый образ идеального Я, который зачастую не соответствует реальности. Согласно концепции нормативных кризисов развития личности взрослого человека, этот этап является предкритическим, для него характерны идеализированный образ будущего, эгоцентризм, предрешенный выбор дела, стремление к новым ценностям, самоуверенность (Солдатова Е.Л., 2007). Этому этапу соответствует предрешенный статус эго-идентичности, при котором индивид, идеализируя происходящие изменения социальной ситуации развития, принимает обязательства новых возрастных задач, не интериоризировав их.

Однако в процессе выполнения обязательств новой объективной системы отношений, у индивида постепенно складывается новый образ реального Я, который противоречит образу идеального Я. «Большое расхождение между реальным и идеальным Я нередко ведет к депрессии, обусловленной недостижимостью идеала» (Бернс Р. 1986). Этот период является критическим, ему, согласно концепции нормативных кризисов, соответствует диффузный статус эго-идентичности (Солдатова Е.Л., 2007). Для него характерны утрата собственной непрерывности, сомнение и неуверенность, неумение, фиксация на или обесценивание прежних ценностей, сомнение в социальных контактах. Данный период может сопровождаться утратой профессиональной идентичности, что в свою очередь порождает «профессиональный маргинализм» – внутреннее самоотрицание в профессии (Дементий Л.И., 2009).

Особенности собственно критической фазы описываются в терминах, схожих с характеристиками эвдемонического неблагополучия, что позволяет предположить, что в данной фазе происходит значительное снижение субъективного благополучия, обусловленное в первую очередь снижением его эвдемонического компонента. Тем не менее, пространство нормативного кризиса является необходимым условием для субъективации представлений о себе, осознания собственных ценностей, целей и смысла жизни (Смирнягина М.М.,

2008). Преодоление кризиса осуществляется за счет ценностно-мотивационных перестроек, принятия индивидом новой системы ценностей, целей, отношений (Горелова Г.Г., 2002; Гунгер Н.Н., 2007). Индивиду необходимо выстроить субъективную систему отношений в соответствии с объективной, и обрести равновесие среди различных образов Я. В этой фазе возможен как прогресс, так и регресс развития индивида.

В фазе выхода из кризиса индивид обретает внутреннюю тождественность, целостность Я, автономию. Этой фазе соответствует статус достигнутой (автономной) эго-идентичности, индивид обретает равновесие между различными образами Я. При этом, данная идентичность не является неизменной и окончательной, поскольку чрезмерное чувство идентичности, согласно Э.Эриксону, жесткое и негибкое, дисгармонирует с реальностью, не позволяет встраиваться новым элементам личности, а, следовательно, не позволяет личности развиваться. Автономная идентичность – это постоянный баланс между принятием одних идентификаций, и отказом от других, противоречащих задачам данного этапа развития. Идентичность – это «процесс саморазвития, дающий устойчивость, которую человеку необходимо открыть, освоить, принять» (Клочко В.Е., Лукьянов О.В., 2009, с. 336)

Личность со сформированной автономной эго-идентичностью характеризуется высокой осмысленностью жизнью, устойчивым интересом к профессии, сформированностью ценностно-смысловой сферы, уверенностью в себе (Аксенова Н.М., 2004); адекватностью в выборе дела, самостоятельностью, принятием настоящего и прошлого, направленностью на будущее, принятием себя (Солдатова Е.Л., 2007); глобальным доверием, стабильностью, оптимизмом в отношении будущего (Смирнягина М.М., 2012); большей устойчивостью к профессиональному выгоранию (Андреева Н.Ю., 2011). Автономная эго-идентичность способствует достижению личностной зрелости, обеспечивающей наиболее эффективное решение жизненных задач, поскольку является ее рефлексивным компонентом наряду с личностным и функциональным (Шляпникова И.А., 2010; Soldatova E.L., Shlyapnikova I.A., 2013).

В своей книге «Идентичность: юность и кризис», Э. Эриксон писал, что «оптимальное чувство идентичности переживается просто как чувство психосоциального благополучия» (1996б, с. 175). Это позволяет предположить, что развитие эго-идентичности является необходимым условием достижения субъективного благополучия, а ощущение благополучия является субъективным критерием происходящих изменений в динамике нормативного кризиса. В работах Шамионова Р.М. и его коллег доказано, что субъективное благополучие связывается с социальными установками, этническими и поколенными ценностями, и во многом детерминировано процессами социализации (Шамионова Р.М., 2008; 2014; 2015; Шамионов Р.М., Григорьева М.В., 2014; Бочарова Е.Е., 2016 и др.). На основании данных исследований и исследований обобщенного образа возраста (Солдатова Е.Л., 2007; 2009; Завьялова И.Ю., 2014 и др.), мы предполагаем, что содержание культурального образа возраста, существующего в данном обществе, получает отражение в содержании субъективного благополучия. Таким образом, в представлении индивида о его субъективном благополучии будут наличествовать основные задачи развития, соответствующие его возрасту.

В связи с этим нам представляется необходимым разработать теоретическую модель изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

### **1.3 Теоретическая модель изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности**

Согласно основоположнику концепции эго-идентичности Э. Эриксону, «оптимальное чувство идентичности переживается просто как чувство психосоциального благополучия» (Эриксон Э., 1996б, с.175). В зарубежных исследованиях данный тезис был отчасти подтвержден: были выявлены положительные корреляции показателей субъективного благополучия со статусом достигнутой идентичности и негативные корреляции со статусом диффузной. Взаимосвязи между статусами моратория и предрешенной эго-идентичности с показателями субъективного благополучия выявлено не было (Waterman A.S., 2007; Hofer J. et al., 2007; Luycx K. et al., 2008). При взаимосвязи с психологическим благополучием были выявлены положительные корреляции со статусом достигнутой идентичности и отрицательные корреляции между некоторыми показателями психологического благополучия и тремя статусами идентичности: мораторий, предрешенная и диффузная (Gulfem Cakir S., 2014; Sandhu D. Et al., 2011).

Тем не менее, эти исследования проводились только на выборках подростков и молодых людей в возрасте до 25 лет, на взрослых выборках подобные исследования на сегодняшний день практически не проводились. Группа исследователей из Великобритании и Италии (Manzi C., Vignoles V.L., Regalia C., 2010) провели исследование взаимосвязи идентичности и благополучия на выборке взрослых респондентов (17-53), однако данное исследование имеет ряд ограничений. Во-первых, исследовалась взаимосвязь только с эмоциональным компонентом субъективного благополучия. Во-вторых, для изучения идентичности исследователи использовали сокращенный вариант методики 20 утверждений М. Куна и Т. Макпартленда, который не в полной мере является подходящим инструментарием для диагностики идентичности (Hoare C., 2013). В-третьих, выборка состояла только из студентов и пар, которые впервые должны были стать родителями.

Таким образом, в современной психологии отсутствует полноценное представление о взаимосвязи отдельных компонентов субъективного благополучия и эго-идентичности личности, как конструкта, который развивается на протяжении всей жизни индивида. На основании представлений Э. Эриксона об эго-идентичности и проведенных зарубежных исследований взаимосвязи эго-идентичности и субъективного благополучия мы можем предположить, что достижение эго-идентичности является необходимым условием для переживания эвдемонического благополучия и, соответственно, субъективного благополучия в целом. А поскольку развитие эго-идентичности длится на протяжении всей жизни, соответственно эго-идентичность не раз претерпевает изменения в связи с регулярными изменениями социальной ситуации развития (ССР), которые переживаются личностью как кризисные периоды.

Согласно концепции нормативных кризисов развития личности данные кризисные периоды состоят из трех фаз (см. 1.1.3), каждой из которых соответствует определенный статус эго-идентичности. В динамике нормативных кризисов развития личности социальная ситуация развития (ССР) представлена несколькими уровнями: объективным, субъективным и рефлексивным (Солдатова Е.Л., 2007). На объективном уровне происходят объективные изменения ССР, которые характеризуются новой объективной системой отношений. На субъективном уровне изменения затрагивают систему ценностей индивида, жизненных целей и отношение к жизни. Рефлексивный уровень представлен рефлексией индивидом изменений, происходящих в ходе кризиса, и отражает поиск и принятие собственной идентичности. 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 в соответствии со сменой статусов эго-идентичности.

Таким образом, в предкритической фазе новый культуральный образ возраста, представленный основными задачами развития, получает отражение в

содержании желаемого субъективного благополучия. Вступая в новую объективную систему отношений, индивид идеализирует происходящие изменения социальной ситуации развития, что способствует увеличению показателей актуального субъективного благополучия в связи с встраиванием данных возрастных задач в содержание актуального субъективного благополучия, что приближает его к желаемому субъективному благополучию. Однако несоответствие Я-идеального и Я-реального ввиду отсутствия интериоризации обязательств данной стадии развития приводит к резкому снижению всех показателей актуального субъективного благополучия. При этом в большей степени данные изменения коснутся эвдемонического благополучия в связи с особенностями протекания собственно критической фазы (см. 1.2.3), что может отразиться и на гедонической удовлетворенности жизнью. Снижение уровня субъективного благополучия выступает для индивида индикатором того, что «что-то идёт не так», и мотивирует индивида на активность, направленную на поиск выхода из кризиса.

При успешном прохождении кризиса, индивид принимает обязательства данной стадии развития, обретает согласие с самим собой, равновесие между различными образами Я, автономию и самодостаточность. В связи с этим стабилизируются на удовлетворительном и высоком уровне как эвдемонические, так и гедонические показатели субъективного благополучия, которые в свою очередь способствуют поддержанию новой субъективной системы отношений. При отсутствии ненормативных кризисов, которые могут негативно сказаться на уровне благополучия, показатели различных компонентов субъективного благополучия остаются на удовлетворительных и высоких отметках до следующего нормативного или ненормативного кризиса. Эго-идентичность, при этом, является ключевым условием и основой эвдемонического (психологического) благополучия, а, следовательно, является и одним из важных условий ощущения субъективного благополучия. Происходящие изменения на различных уровнях ССР в процессе проживания нормативных кризисов представлены в таблице 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                | Удовлетворительный 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 | Интегрированный образ Я                         |
| Объективная составляющая ССР  | Смена ССР, новая объективная система отношений | Новая объективная система отношений        |   |

Таким образом, субъективное благополучие претерпевает изменения в разных фазах нормативного кризиса развития личности, и, соответственно, является субъективным критерием происходящих изменений в кризисах. В связи с этим, мы выделили функции субъективного благополучия, которые, предположительно, оно выполняет во взаимосвязи с эго-идентичностью в нормативных кризисах развития личности:

- «функция обратной связи» (снижение уровня благополучия в фазе острого кризиса является показателем для индивида, что «что-то идёт не так»)
- функция мотивации (мотивирует на успешное прохождение кризиса с целью восстановления высокого уровня благополучия)
- функция подкрепления (высокий уровень благополучия способствуют поддержанию новой субъективной системы отношений)

Для проверки сформулированной теоретической модели изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности была разработана программа эмпирического исследования.

## ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Теоретический анализ позволил предположить, что субъективное благополучие представляет собой когнитивно-аффективную составляющую социальной ситуации развития и является субъективным критерием происходящих изменений в разных фазах нормативного кризиса развития личности. В связи с этим, уровень субъективного благополучия меняется в зависимости от статуса эго-идентичности, а культуральный образ возраста получает отражение в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия.

С целью эмпирической проверки теоретической модели изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности была разработана программа эмпирического исследования.

### **2.1 Цель, задачи, объект, предмет и гипотезы исследования**

**Целью** диссертационного исследования является изучение благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

**Объект:** нормативный кризис развития личности.

**Предмет:** специфика субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

#### **Задачи эмпирического исследования:**

1. Выявить и сравнить представления о субъективном благополучии у респондентов разного возраста.
2. Разработать и провести психометрическую проверку методики диагностики удовлетворенности жизненными сферами.
3. Выявить особенности субъективного благополучия у респондентов в разных фазах нормативного кризиса развития личности.



4. Определить гендерную специфику субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

5. Определить возрастную специфику субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

### **Гипотезы эмпирического исследования:**

1. В содержании субъективного благополучия человека отражается содержание культурального образа возраста.

2. Субъективное благополучие изменяется в процессе нормативного кризиса развития личности и связано с изменением статусов эго-идентичности.

3. Существуют гендерные и возрастные особенности переживания субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

## **2.2. Общая характеристика выборки и организации исследования**

### ***Общая характеристика выборки:***

В исследовании приняли участие 1605 человека в возрасте от 15 до 79 лет: среди них 862 женщины (53,8%) и 743 мужчины (46,4%). Выборка представлена преимущественно жителями нескольких крупных российских городов: Челябинск, Екатеринбург, Пермь, Москва, Санкт-Петербург (n=1256, 78,2%), а также населением небольших городов, поселков и деревень Челябинской и Свердловской области (n=349). В исследовании приняли участие представители свыше 40 профессий различной направленности, а также неработающие слои населения: школьники, студенты, пенсионеры и безработные.

### ***Этапы исследования:***

**Первый этап:** 2012-2014 гг. На данном этапе был произведен теоретический анализ литературы по проблемам субъективного благополучия и эго-идентичности, а также анализ существующих методов диагностики

субъективного благополучия, их соответствия целям исследования. На основании данного анализа была уточнена и систематизирована структура субъективного благополучия, определены его структурные компоненты, выявлена необходимость в создании психодиагностического инструментария диагностики удовлетворенности жизненными сферами; разработана теоретическая модель изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности; написана программа эмпирического исследования.

**Второй этап:** 2014 г. Данный этап был посвящен изучению представлений о субъективном благополучии у респондентов разного возраста. Для данной цели была разработана анкета, которая имела бумажную и электронную форму и содержала в себе несколько вопросов-фильтров и два ключевых вопроса относительно представлений респондентов о содержании их актуального и желаемого субъективного благополучия (Приложение А).

В анкетировании приняли участие 788 человек в возрасте от 15 до 76 лет ( $M=30.6$ ,  $SD=12.1$ ). Среди них 430 женщин (54,6%) и 358 мужчин (45,4%), что соответствует в процентном соотношении текущему населению России (женщины – 53,7%, мужчины – 46,3%). Респонденты являются преимущественно жителями нескольких крупных российских городов: Челябинск, Екатеринбург, Пермь, Москва, Санкт-Петербург ( $n=596$ , 75,6%), а также населением небольших городов, поселков и деревень Челябинской и Свердловской областей ( $n=192$ , 24,4%).

В исследовании приняли участие респонденты с разным материальным и семейным положением. Большая часть респондентов состоит в браке (41,5%), треть респондентов холосты (32,6%), остальные респонденты состоят в отношениях или гражданском браке (25,9%). Преимущественно респонденты оценивали свое материальное положение как удовлетворительное (54,4%) и хорошее (32,9%). Процент респондентов, отметивших очень хороший уровень материального положения, составил 2,5%, плохое и очень плохое указали 9% и 1,2% соответственно.

По результатам анкетирования была получена совокупность ответов, на основании которой были сформулированы пункты экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ), которые легли в основу рабочей версии методики. С целью определения формы представления в методике шкалы оценивания был проведён опрос пятнадцати случайных респондентов в возрасте от 16 до 52 лет, которым предлагалось ответить на вопрос, на какой шкале, вертикальной или горизонтальной, им было бы удобнее отмечать уровень своей удовлетворенности жизнью. На основании ответов была определена форма предоставления шкалы оценивания.

**Третий этап:** 2014-2015 гг. Данный этап был посвящен психометрической проверке экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ), отбору пунктов, уточнению инструкции для испытуемых, утверждению окончательной формы предоставления методики. Психометрическая проверка полученной методики проводилась на выборке, которая составила 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 также соответствует в процентном соотношении текущему населению России.

Респондентам предлагалось заполнить брошюру, содержащую ряд вопросов относительно демографических данных, авторскую методику диагностики структуры субъективного благополучия и серию методик, направленных на изучение уровня субъективного благополучия с целью эмпирической проверки конвергентной валидности методики. Большинство принявших участие в исследовании респондентов состоят в браке (42,2%). Остальные респонденты состоят в отношениях или гражданском браке (25,5%) либо холосты (32,3%). Выборка представлена по большей части жителями нескольких крупных российских городов: Челябинск, Екатеринбург, Москва (81,4%), а также населением небольших городов, поселков и деревень Челябинской и Свердловской области (18,6%). 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 (9,5%), студенты (13,8%), пенсионеры (3,2%), безработные (2,9%).

По результатам эмпирической проверки был произведен отбор и переформулирование отдельных пунктов, уточнение инструкции для испытуемых, утверждение окончательной формы предоставления методики. Полученная методика была предложена контрастной группе респондентов с онкологическими заболеваниями с целью проверки критериальной валидности. Данное исследование проводилось на базе Челябинского областного клинического онкологического диспансера с добровольного согласия больных.

Выборка составила 32 человека в возрасте от 35 до 79 лет, в том числе 18 женщин и 14 мужчин, у которых были диагностированы онкологические заболевания различной локализации. Выборка представлена жителями Челябинска (n=19) и Челябинской области (n=13). Респондентам предлагалась заполнить брошюру, содержащую итоговый вариант экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) и ряд вопросов социально-демографического блока.

**Четвертый этап:** 2015 г. На данном этапе исследовались особенности изменения различных показателей субъективного благополучия, его возрастная и гендерная специфика в разных фазах нормативных кризисов развития личности; исследовались корреляции между показателями различных методик измерения субъективного благополучия и показателями статусов эго-идентичности.

Выборка, на которой проводилось исследование, представлена в количестве 408 человек в возрасте от 16 до 72 лет ( $M=31.2$ ,  $SD=12.8$ ), в том числе 211 женщин (51,7%) и 197 мужчин (48,3%). Выборка состоит преимущественно из работающих респондентов (n=279, 68,4%), среди которых представители свыше 40 профессий различной направленности. Представители неработающих слоёв населения: школьники (n=37; 9%); студенты (n=64; 15,7%); пенсионеры (n=16; 3,9%); безработные (n=12; 3%).

Выборка представлена по большей части населением крупных Российских городов: Челябинск, Екатеринбург, Москва (n=334, 81,8%), а также населением

небольших городов, поселков и деревень Челябинской и Свердловской областей (n=74, 18,2%). Большинство принявших участие в исследовании респондентов состоят в браке (n=178, 43,6%). Остальные респонденты состоят в отношениях или гражданском браке (25,2%) либо холосты (n=127, 31,2%).

Респондентам предлагалось заполнить брошюру, содержащую:

- ряд вопросов относительно демографических данных;
- окончательную форму авторской экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия;
- серию методик, направленных на изучение уровня субъективного благополучия (Шкала удовлетворенности жизнью, Шкала субъективного благополучия, опросник «Удовлетворенность жизнью»);
- методику определения уровня депрессии (шкала депрессии Бека), как состояния, противопоставленного ощущению субъективного благополучия;
- «Тест статусов и структуры эго-идентичности» (СЭИ-тест), разработанный Солдатовой Е.Л, с целью определения у респондентов текущей фазы нормативного кризиса.

**Пятый этап:** 2016 г. Проведение при помощи программы SPSS Statistics статистической обработки данных, полученных в ходе исследования особенностей изменения различных показателей субъективного благополучия, его возрастной и гендерной специфики в разных фазах нормативных кризисов развития личности. Интерпретация полученных результатов, формулирование основных выводов по результатам исследования.

## **2.3 Методологическая основа диссертационного исследования и методы исследования**

### ***2.3.1 Методологическая основа диссертационного исследования***

На уровне общенаучной методологии: принцип детерменизма, требующий истолковывать изучаемые феномены исходя из их закономерного взаимодействия и каузальности (Петровский А.В., Ярошевский М.Г., 1998); принцип системности,

требующий исследовать явления в виде системы – совокупности элементов, связанных взаимодействием и приобретающих благодаря внутренней связанности новые свойства, присущие целому (Петровский А.В., Ярошевский М.Г., 1998; Блауберг И.В., Юдин Э.Г., 1973); принцип развития, требующий исследовать явления в их развитии, в процессе их движения и изменения (Рубинштейн С.Л., 1989).

Общепсихологический уровень диссертационного исследования представлен культурно-исторической концепцией (Выготского Л.С., Леонтьев А.Н.), концепцией эго-идентичности Э. Эриксона, теориями Я-концепции (У. Джемс, Р. Бернс). Частно-научная основа исследования – концепция динамики эго-идентичности в нормативных кризисах развития личности взрослого человека Солдатовой Е.Л.; концепции позитивной психологии (Селигман М., Чиксентмихайи М.), концепции субъективного благополучия (Динер Э., Куликов Л.В., Шамионов Р.М.), концепция психологического благополучия (Рифф К., Фесенко П.П., Шевеленкова Т.Д.), концепция личностного благополучия (Батулин Н.А., Башкатов С.А.).

**Методы исследования** представлены следующими группами:

- теоретические методы: анализ научных источников, теоретическое моделирование.
- организационные методы: метод поперечных срезов.
- эмпирические методы: анкетирование, психодиагностические методы: специально разработанная экспресс-методика диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ); шкала субъективного благополучия в адаптации Соколовой М.В.; шкала удовлетворенности жизнью в адаптации Леонтьева Д.А. и Осина Е.Н.; опросник «Удовлетворенность жизнью» Мельниковой Н.Н.; «Шкала депрессии Бека»; «Тест статусов и структуры эго-идентичности» (СЭИ-тест) Солдатовой Е.Л.
- методы обработки результатов: контент-анализ и метод экспертных оценок в обработке результатов анкетирования, статистическая обработка данных, полученных по результатам психодиагностических методов, методами

корреляционного и факторного анализа, методами оценки значимости различий с помощью параметрических и непараметрических критериев.

### ***2.3.2 Психодиагностические методики исследования***

#### *Анкета исследования представлений о субъективном благополучии*

Целью первого этапа было исследование представлений о субъективном благополучии у респондентов разного возраста. Поскольку субъективное благополучие представляет собой «научный термин того, что люди, как правило, называют счастьем» (Seligman M., Csikszentmihalyi M., 2000), то в связи с этим нами была разработана анкета, которая помимо нескольких вопросов-фильтров (пол, возраст, город, семейное и материальное положение) содержала также два основных вопроса:

1. «Что делает Вас счастливым?» – субъективная оценка респондентом содержания актуального субъективного благополучия.
2. «Что могло бы сделать Вас более счастливым?» – субъективная оценка респондентом содержания желаемого субъективного благополучия.

Включение в анкету двух вопросов было обусловлено гипотезой исследования, согласно которой в актуальном и желаемом субъективном благополучии человека отражается содержание культурального образа возраста. Таким образом, предполагалась, что, наряду с другими возможными ответами, в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия будут также указываться ключевые для данного возраста задачи развития. Соответственно, указание соответствующих задач в содержании актуального субъективного благополучия рассматривается как субъективное принятие индивидом новой системы отношений, которая теперь является ключевым условием его субъективного благополучия. А указание задач развития в содержании желаемого субъективного благополучия рассматривается как готовность респондента вступления в новую социальную ситуацию развития. Более того, включение в анкету двух вопросов значительно увеличило количество возможных ответов,

поскольку большинство респондентов в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия часто указывали разные категории.

Собранные посредством электронного (342) и бумажного (446) анкетирования ответы респондентов обрабатывались при помощи контент-анализа экспертами. В ходе экспертной оценки схожие по семантическому значению ответы кодировались в одну категорию. Сформулированные экспертами категории были положены в основу создания экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия.

#### *Экспресс-методика диагностики структуры субъективного благополучия*

На основании контент-анализа и экспертной оценки результатов, полученных в ходе исследования представлений о субъективном благополучии у респондентов разного возраста, были сформулированы основные пункты для экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ). Методика была стандартизирована и прошла психометрическую проверку на выборке из 377 человек от 16 до 72 лет (203 женщины и 174 мужчины). Процедура разработки и результаты психометрической проверки представлены в третьей главе (см. 3.2). Бланк методики представлен в приложении Б.

#### *Шкала субъективного благополучия (ШСБ)*

Шкала субъективного благополучия (ШСБ) разработана в 1988 году французскими психологами Perrudet-Badoux, Mendelsohn и Chiche, и была адаптирована на русский язык Соколовой М.В. (1996) в НПЦ «Психодиагностика» Ярославского государственного университета. Выборку стандартизации опросника составили 215 испытуемых (118 мужчин и 97 женщин) в возрасте от 18 до 60 лет. Максимальная тестовая оценка в данной выборке составила 100 баллов, минимальная 25 баллов (среднее значение – 59,14, стандартное отклонение – 14,81).

Шкала представляет собой небольшой скрининговый инструмент, измеряющий эмоциональный компонент субъективного благополучия



(Фетискин Н.П. и др., 2002). Содержит 17 пунктов, которые делятся на шесть кластеров: напряженность и чувствительность; признаки, сопровождающие основную психиатрическую симптоматику, такие как депрессия, сонливость, рассеянность; изменения настроения; значимость социального окружения; самооценка здоровья; степень удовлетворенности повседневной деятельностью.

Утверждения предлагается оценить по семизначной шкале Ликерта от «полностью согласен» (1 балл) до «полностью не согласен» (7 баллов). В связи с этим шкала является обратной – чем выше показатель, тем ниже уровень субъективного благополучия. Полученные сырые баллы переводятся в стеновые при помощи таблицы перевода сырых баллов в стандартные, на основании которых можно проинтерпретировать полученные результаты:

Средние оценки (4-7 стенов) свидетельствуют об умеренном субъективном благополучии. Более высокие оценки говорят о субъективном неблагополучии (8-9 стенов), а крайне высокие оценки (10 стенов) свидетельствуют о значительно выраженном эмоциональном дискомфорте. Низкие оценки (2-3 стенов) являются показателем субъективного благополучия, а крайне низкие оценки по шкале (1 стенов) свидетельствуют о полном эмоциональном благополучии испытуемого и отрицании им серьезных психологических проблем.

Данная методика довольно часто используется в исследованиях субъективного благополучия в связи с лёгкостью и быстротой заполнения и обработки.

#### *Шкала удовлетворенности жизнью (ШУДЖ)*

Одной из наиболее известных и популярных зарубежных методик исследования субъективного благополучия является Шкала удовлетворенности жизнью (Satisfaction with Life Scale), разработанная Эдом Динером с соавторами (Diener E. et al., 1985). Эта методика экспресс-диагностики субъективного благополучия, состоящая всего из 5 вопросов, была адаптирована отечественными психологами Осиным Е.Н. и Леонтьевым Д.А. (Осин Е.Н., Леонтьев Д.А., 2008). Общая выборка стандартизации составила свыше 1500

человек, однако состояла преимущественно из студентов и школьников. На выборке студентов старших курсов были получены статистические нормы для данной шкалы (среднее значение – 21,9, стандартное отклонение – 5,52).

Шкала удовлетворенности жизнью измеряет когнитивную оценку соответствия жизненных обстоятельств ожиданиям респондента. Шкала содержит 5 утверждений, которые предлагается оценить по семизначной шкале Ликерта от «полностью не согласен» (1 балл) до «полностью согласен» (7 баллов). Таким образом, в результате респондент может набрать от 5 до 35 баллов, и чем выше показатель, тем выше уровень субъективного благополучия респондента.

#### *Опросник «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ)*

Опросник «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ) разработан в 2001 году лабораторией социально-психологической адаптации личности при кафедре социальной психологии Южно-Уральского государственного университета под руководством Мельниковой Н.Н. (Мельникова Н.Н., 2004). Данный опросник используется с целью оценки субъективного уровня удовлетворённости жизнью и может быть использован для диагностики испытуемых в возрасте от 18 до 55 лет.

Опросник УДЖ стандартизирован на выборке 961 человек, прошёл полную психометрическую проверку. Опросник содержит 46 утверждений, которые испытуемый должен оценить по пятибалльной шкале (1 – почти никогда; 2 – редко; 3 – периодически; 4 – достаточно часто; 5 – постоянно).

В результате факторного анализа в общей структуре опросника УДЖ были выделены четыре фактора: жизненная включенность (F1), разочарование в жизни (F2), усталость от жизни (F3), беспокойство о будущем (F4). Общий балл рассчитывается по формуле  $ОБ = 100 + F1 - F2 - F3 - F4$ . Полученные сырые баллы переводятся в станайны при помощи специальных таблиц, которые отличаются для студентов и работающих взрослых, а также для мужчин и женщин. Полученные результаты отображают уровень удовлетворённости жизнью респондента: 1–3 станайна – низкий уровень удовлетворенности, 4–6 станайнов – средний, и 7–9 станайнов – уровень выше среднего.

*«Шкала депрессии Бека»*

Шкала депрессии Бека была разработана А. Т. Беком в 1961 г. на основе клинических наблюдений за психиатрическими депрессивными пациентами. На основе данных наблюдений, были выявлены наиболее часто встречающиеся значимые симптомы и жалобы пациентов, которые впоследствии были сформулированы в форме 21 группы утверждений (Шаманина М.В., 2012).

Каждая из выделенных 21 шкал отражает отдельный тип психосоматической симптоматики: 1) печаль; 2) пессимизм; 3) ощущение невезучести; 4) неудовлетворенность собой; 5) чувство вины; 6) ощущение наказания; 7) самоотрицание; 8) самообвинение; 9) наличие суицидальных мыслей; 10) плаксивость; 11 раздражительность; 12) чувство социальной отчужденности; 13) нерешительность; 14) дисморфофобия; 15) трудности в работе; 16) бессонница; 17) утомляемость; 18) потеря аппетита; 19) потеря в весе; 20) озабоченность состоянием здоровья; 21) потеря сексуального влечения (Тарабрина Н.В., 2001).

Каждая шкала содержит 4 утверждения, первое из которых характеризует отсутствие депрессивной симптоматики и оценивается в 0 баллов. Каждое последующее утверждение отражает всё более выраженную симптоматику и оценивается от 1 до 3 баллов. Таким образом, респондент может набрать от 0 до 63 баллов, при этом, чем больше набранный балл, тем более выражены депрессивные симптомы у данного респондента.

Если суммарный балл по шкале составил меньше 10, то депрессивные симптомы отсутствуют; сумма баллов от 10 до 18 характеризуется как слабо выраженная депрессивная симптоматика; от 19 до 29 баллов – умеренный уровень депрессии; и от 30 до 63 баллов характеризуют явно выраженную депрессивную симптоматику.

*«Тест статусов и структуры эго-идентичности» (СЭИ-тест)*

Для определения актуального для респондента статуса эго-идентичности был использован «Тест статусов и структуры эго-идентичности» (СЭИ-тест),

разработанный Солдатовой Е.Л. в 2006 году. Тест содержит 50 пунктов, содержащих «тройки» высказываний с вынужденным выбором одного из них. Каждое из высказываний в каждой тройке отражает представление о себе с позиции предрешенной, диффузной или автономной идентичности.

По результатам данной методики в соответствии с предложенными нормами для респондентов определяется один из трёх статусов эго-идентичности: автономная (А), предрешенная (Ф), диффузная (С). В структуре теста было выделено 7 шкал, к каждой из которых также прилагаются нормы с прилагаемой интерпретацией:

1. Шкала «Ответственность за выбор» или «творческая сила развития» (ТС).
2. Шкала «Самодостаточность» или «сила эго» (СЭ).
3. Шкала «Осознанность жизненного пути» (ОЖ).
4. Шкала «Эмоциональная зрелость» (ЭЗ).
5. Шкала «Принятие настоящего» (ПН).
6. Шкала «Осознанность собственных ценностей» (ОЦ).
7. Шкала «Соответствие себе» (СС).

Данная методика прошла полную психометрическую проверку на группе испытуемых в возрасте от 18 до 52 лет и может использоваться для диагностики структуры эго-идентичности взрослых людей. Для пожилых людей Завьяловой И.Ю. был разработан модифицированный вариант теста, рассчитанный на людей в возрасте от 53 до 79 лет (Завьялова И.Ю., 2016). «Тест структуры эго-идентичности для пожилых людей» также прошёл психометрическую проверку и является надежным и валидным психодиагностическим инструментарием.

## **2.4 Методы обработки данных**

С целью обработки результатов анкетирования представлений о субъективном благополучии у респондентов разного возраста был использован контент-анализ, что обусловлено необходимостью перевода ответов на открытые вопросы анкеты в количественные данные с целью дальнейшей интерпретации. Контент-анализ (англ. content analysis; от content — содержание) —

формализованный метод изучения текстовой и графической информации, заключающийся в переводе изучаемой информации в количественные показатели и ее статистической обработке (БПС, 2003).

Процедура подсчёта смысловых единиц осуществлялась при помощи специально разработанных таблиц в Microsoft Office Excel 2007. Для достижения большей объективности при объединении различных смысловых единиц в обобщённые категории с целью дальнейшей обработки был использован метод экспертной оценки.

Метод экспертных оценок заключается в проведении компетентными специалистами анализа проблемы с количественной оценкой суждений и формальной обработкой результатов. Получаемое в результате обработки обобщенное мнение экспертов принимается как решение проблемы (Киреева З.А., 2014). Полученные в результате экспертной оценки категории подверглись последующей процедуре контент-анализа, а также легли в основу при создании пунктов для методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ).

Проверка соответствия содержания пунктов выделенным на основе теоретического анализа шкалам для методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) проводилась при помощи факторного анализа. «Отбор с помощью факторного анализа рекомендуется, если изначально планируется создать тест, состоящий из нескольких шкал» (Батурин Н.А., 2009, с. 15), поскольку факторный анализ позволяет определить, какие из этих оценок имеют тенденцию группироваться вместе (Купер К., 2000).

Факторный анализ представляет собой многомерный статистический метод, применяемый для изучения взаимосвязей между значениями переменных (Гусева Е.Н., 2011). Факторный анализ позволяет установить для большого числа исходных признаков сравнительно узкий набор «свойств», характеризующих связь между группами этих признаков и называемых факторами (Наследов А.Д., 2011). Таким образом, факторный анализ может выявить ряд особенностей:

- сколько отдельных шкал входит в состав теста;

- какие задания принадлежат к каким шкалам (указывая, таким образом, как тест следует обрабатывать);
- какие задания должны быть удалены из теста (Купер К., 2000).

Для определения пригодности выборки для процедуры факторного анализа использовался критерий адекватности выборки Кайзера–Мейера–Олкина (тест КМО) и критерий Бартлетта. Факторный анализ следует считать пригодным, если КМО находится в пределах от 0,5 до 1, а тест Бартлетта при уровне значимости ниже 0,05.

Процедура факторного анализа, а также расчёт критериев КМО и Бартлетта, осуществлялись при помощи статистического пакета IBM SPSS Statistics 20. Факторный анализ осуществлялся методом вращения Варимакс с нормализацией Кайзера. Вращение требуется в связи с тем, что «изначально структура факторов трудна для интерпретации, и целью вращения является получение простой структуры, которой соответствует большое значение нагрузки каждой переменной только по одному фактору и малое по всем остальным факторам» (Наследов, А.Д., 2011, с.281).

Интерпретация полученных данных осуществляется исходя из следующих критериев: значение нагрузки для рассматриваемого фактора является большим (более 0,5), а для остальных факторов — малым (менее 0,2). В данном случае фактору присваивается название исходя из содержания наполняющих его пунктов. Пункты, которым не удалось как следует нагрузить ни один из выделенных факторов, удаляются. Полученные факторы должны объяснять достаточно большой процент всей дисперсии переменных. Критический процент объясняемой дисперсии должен быть выше 50%, при хорошем факторном решении суммарный процент всех факторов превышает 70% (Гусев А.Н. и др., 1998).

Для проверки внутренней согласованности полученных шкал был использован коэффициент  $\alpha$  Кронбаха. Коэффициент  $\alpha$  Кронбаха может принимать значения от 1 до  $-\infty$ , но интерпретации поддаются только положительные значения. Уровень внутренней согласованности считается

приемлемым при  $\alpha > 0,7$ , хорошим при  $\alpha > 0,8$  и отличным при  $\alpha > 0,9$ . При коэффициенте  $\alpha < 0,6$  внутренняя согласованность является недостаточной.

Для оценки конвергентной валидности методики диагностики структуры субъективного благополучия использовался коэффициент корреляции Пирсона. Коэффициент валидности считается низким при  $r = 0,20 - 0,30$ , средним –  $0,30 - 0,50$  и высоким – свыше  $0,60$  (Психологическая диагностика, 1997). При этом если полученный коэффициент корреляции слишком высок, то новый тест практически дублирует уже имеющийся, и встает вопрос о необходимости создания новой методики (Батурин Н.А., 2009, с. 23).

Нормальность распределения полученных результатов в выборке проверялась при помощи непараметрического критерия Колмогорова-Смирнова для одной выборки. На основе полученных результатов принималось решение об использовании параметрических или непараметрических критериев для оценки значимости различий в показателях субъективного благополучия между выборками (мужской и женской выборками, выборками с различными статусами эго-идентичности). Отклонение от нормального распределения считается существенным при значении  $p < 0,05$ . Параметрический критерий  $t$  Стьюдента применяется только при сравнении двух групп количественных признаков с нормальным распределением.  $U$ -критерий Манна-Уитни по назначению аналогичен  $t$ -критерию для независимых выборок, но применяется для оценки значимости различий в выборках с распределением, отличным от нормального. Критерий Манна–Уитни можно применять и для нормально распределенных данных, однако он менее чувствителен к различиям, чем  $t$ -критерий (Наследов А.Д., 2011).

Для расчета коэффициента  $\alpha$  Кронбаха, коэффициента корреляции Пирсона, параметрических и непараметрических критериев также использовался статистический пакет IBM SPSS Statistics 20.

## **ГЛАВА III. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ**

В соответствии с программой исследования (см. главу 2), эмпирическое исследование включает в себя изучение представлений о субъективном благополучии у людей разного возраста, разработку и психометрическую проверку методики диагностики удовлетворенности жизненными сферами, определение взаимосвязи показателей субъективного благополучия и статусов эго-идентичности, соответствующих разным фазам нормативного кризиса, выявление гендерной и возрастной специфики субъективного благополучия в динамике нормативного кризиса.

### **3.1 Результаты исследования представлений о субъективном благополучии**

С целью изучения представлений о субъективном благополучии у респондентов разного возраста, а также с целью проверки гипотезы об отражении культурального образа возраста в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия, была разработана анкета. Поскольку субъективное благополучие представляет собой «научный термин того, что люди, как правило, называют счастьем» (Seligman M., Csikszentmihalyi M., 2000), ключевые вопросы анкеты были сформулированы следующим образом:

1. «Что делает Вас счастливым?» – представление респондента об актуальном субъективном благополучии.
2. «Что могло бы сделать Вас более счастливым?» – представление респондента о желаемом субъективном благополучии.

Собранные посредством электронного (342) и бумажного (446) анкетирования ответы респондентов обрабатывались при помощи контент-анализа. Частота встречаемости одинаковых по семантической нагрузке ответов была подсчитана в специально разработанных таблицах в Microsoft Office Excel 2007 и затем подверглась процедуре экспертной оценки с целью объединения ответов по категориям.



В соответствии с процедурой проведения экспертного оценивания, специально составленные таблицы с частотой упоминания выделенных смысловых единиц были предложены группе экспертов, состоящей из 7 психологов, в числе которых 3 кандидата и 1 доктор психологических наук. Исходя из целей исследования, схожие по семантическому значению ответы кодировались каждым экспертом индивидуально в категории, которым давались первоначальные названия. Сформированные каждым из экспертов категории были сопоставлены между собой всеми экспертами, и на основе группового обсуждения приведены к единому списку категорий, каждой из которых было дано наиболее соответствующее название. Так, например, в ходе экспертной оценки была выделена категория «создание семьи и рождение детей», которая присваивалась таким ответам респондентов как: «Свадьба», «Брак», «Замужество», «Создание семьи», «Своя собственная семья в плане муж, дети», «Дети и будущая жена», «Жена, ребенок», «Прибавление в семье» и т.д.

Сформулированные на основе результатов анализа представлений о субъективном благополучии у людей разного возраста категории представлены в таблице 2.

Таблица 2

**Частотное распределение категорий по результатам анализа исследования представлений о субъективном благополучии**

|     | <b>Категории</b>   | <b>Актуальное СБ</b> | <b>Желаемое СБ</b> | <b>Сумма ответов</b> |
|-----|--|----------------------|--------------------|----------------------|
| 1.  | Создание семьи и рождение детей                                      | 261                  | 104                | <b>365</b>           |
| 2.  | Взаимоотношения с окружающими людьми (друзья, коллеги, родственники) | 238                  | 14                 | <b>252</b>           |
| 3.  | Материальное благополучие  | 59                   | 157                | <b>216</b>           |
| 4.  | Благополучие и здоровье близких                                      | 112                  | 63                 | <b>175</b>           |
| 5.  | Отдых / путешествия  | 85                   | 87                 | <b>172</b>           |
| 6.  | Профессиональная / учебная деятельность                              | 121                  | 41                 | <b>162</b>           |
| 7.  | Интимно-личностные отношения   | 102                  | 55                 | <b>157</b>           |
| 8.  | Самореализация, саморазвитие, достижение цели                        | 105                  | 62                 | <b>167</b>           |
| 9.  | Хобби / досуг / творчество   | 136                  | 5                  | <b>141</b>           |
| 10. | Здоровье   | 36                   | 39                 | <b>75</b>            |
| 11. | Психологические ресурсы личности                                     | 52                   | 11                 | <b>63</b>            |

|     | <b>Категории</b>        | <b>Актуальное<br/>СБ</b> | <b>Желаемое<br/>СБ</b> | <b>Сумма<br/>ответов</b> |
|-----|-------------------------|--------------------------|------------------------|--------------------------|
| 12. | Мирное время            | 4                        | 41                     | <b>45</b>                |
| 13. | Настроение / эмоции     | 32                       | 9                      | <b>41</b>                |
| 14. | Питание                 | 30                       | 2                      | <b>32</b>                |
| 15. | Время (ресурс)          | 7                        | 24                     | <b>31</b>                |
| 16. | Погода                  | 20                       | 5                      | <b>25</b>                |
| 17. | Мировоззрение / религия | 17                       | 6                      | <b>23</b>                |
| 18. | Животные                | 12                       | 5                      | <b>17</b>                |
| 19. | Прочее                  | 36                       | 32                     | <b>68</b>                |

В категорию «прочее» вошли неконструктивные ответы, такие как «не знаю», «ничего», «всё», «наркотики», «алкоголь», а также единичные ответы, не подходящие ни под одну категорию – «эскапизм», «помощь», «справедливость», «старость», «любовь к Родине» и т.д.

Следует отметить, что в ходе контент-анализа была выделена категория «психологические ресурсы личности», которая включает в себя множество разнородных ответов, часто встречающихся в единичном экземпляре, но между тем объединенных семантически. Примеры ответов данной категории: «я», «найти себя», «гармония с самим собой», «любовь к себе», «уверенность в себе», «отсутствие внутренних проблем», «доброта», «умение быть здесь и сейчас» и т.д. Данную категорию ответов можно отнести к рефлексивному компоненту личностной зрелости (эго-идентичности). Ответы встречаются во всех возрастных периодах, и составляют 8% (n=63) от числа всей выборки.

Наиболее часто встречающейся стала категория «создание семьи и рождение детей» (365 ответов), которая наравне с категорией «Профессиональная / учебная деятельность» представляет собой основную задачу сразу нескольких возрастных периодов: молодости (24-33 лет), средней зрелости (34-45 лет), и в период зрелости (46-55 лет) данная категория отражает задачу укрепления и сохранения супружеских и родительских отношений. В содержании актуального субъективного благополучия она была указана 261 раз, и 104 раза в содержании желаемого субъективного благополучия.

Графическое отображение количества мужчин и женщин разных возрастов (в процентах), указавших в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия категорию «создание семьи и рождение детей» представлено на рисунке 3.

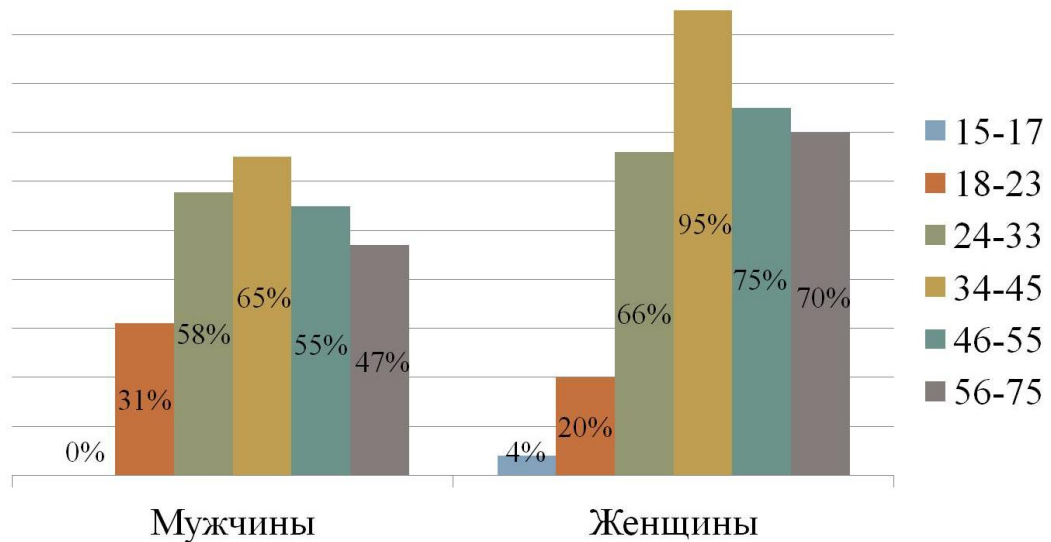


Рисунок 3. Процент респондентов разного возраста, указавших в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия категорию «создание семьи и рождение детей».

В старшем школьном возрасте (16-17 лет) данная категория была указана только двумя респондентами женского пола. Наиболее часто указываемой категорией в данном возрасте стала категория «Взаимоотношения с окружающими людьми» – с родителями и друзьями, которая была указана 51 респондентом (69%) в содержании актуального субъективного благополучия. Другими наиболее часто указываемыми категориями для данной возрастной группы стали – «Хобби / досуг / творчество» (38%), «Профессиональная / учебная деятельность» (31%), «Самореализация, саморазвитие, достижение цели» (21,5%), «Интимно-личностные отношения» (17,5%). Категории «Профессиональная / учебная деятельность» и «Самореализация, достижение цели» представлены в большей степени в содержании желаемого субъективного благополучия (n=25, 34%) такими ответами как «поступление в университет», «успешная сдача экзаменов», «найти работу» и т.д., которые отражают одну из основных задач периода юности – профессиональное самоопределение.

В период юности (18-23 лет) самой наиболее часто указываемой категорией в данном возрасте также как и в старшем школьном возрасте стала категория «Взаимоотношения с окружающими людьми» – с родителями и друзьями, которую указали 79 респондентов (45,1%). Одной из наиболее часто встречающихся была выделена категория «интимно-личностные отношения», которая является одной из задач данного периода и подразумевает под собой отношения с партнёром, потенциально направленные на создания семьи. Данную категорию в содержании актуального и желаемого благополучия указали 38,5% (n=35) женщин и 23,8% (n=20) у мужчин. Другой важной задачей периода юности является личностное и профессиональное самоопределение, которое представлено категориями «Профессиональная / учебная деятельность» (n=45, 25,7%), «Самореализация, саморазвитие, достижение цели» (n=36, 20,6%), «Мировоззрение / религия» (n=4, 2,2%).

В данном возрасте в содержании субъективного благополучия появляется категория «Создание семьи и рождение детей»: ее указали 20% (n=18) женщин и 31% (n=26) мужчин. В данном случае такой достаточно высокий процент у мужчин данного возраста вызван тем, что в выборке присутствовали военнослужащие, которые уже обзавелись семьей. Преимущественно, данную категорию указывали в содержании желаемого субъективного благополучия (n=30, 17,5%), поскольку данная категория является основной возрастной задачей периода молодости.

В возрасте молодости (24-33) категория «Создание семьи и рождение детей» была указана 101 раз в женской выборке (65,6%) и 86 раз в мужской (57,7%). При этом данная категория была указана преимущественно в содержании актуального субъективного благополучия – 129 респондентов (42,5%), в содержании желаемого субъективного благополучия – 58 (19,1%). Второй по значимости в данном возрасте оказалась категория «интимно-личностные отношения», которая подразумевает под собой отношения с партнёром, потенциально направленные на создания семьи. Ее указали 28,5% женщин (n=44) и 16,7% мужчин (n=25). В категории «Профессиональная / учебная деятельность» в

данном возрасте больше не присутствуют ответы касательно учебной деятельности, только касательно профессиональной. Данную категорию указали 19,5% женщин (n=30) и 16,1% мужчин (n=24). Однако стоит отметить, что в данном возрасте наблюдается довольно большой процент ответов, относящихся к категории «Самореализация, саморазвитие, достижение цели», которую указали 15% женщин (n=23) и 24% мужчин (n=36). Вполне возможно, что многие из этих ответов относятся именно к самореализации и саморазвитию именно в сфере профессии.

Категория «Взаимоотношения с окружающими людьми» – с родителями, коллегами и друзьями, которая в предыдущих возрастах была наиболее часто указываемой, в молодости становится менее значимой. Данная категория была указана 57 раз в мужской и женской выборках (18,8%). При этом родительская семья в данном возрасте в содержании субъективного благополучия указывалась всего 6% респондентов (n=18), что может означать одну из задач данного возраста – разотождествление с родительской семьей.

Еще одной важной задачей периода молодости является «становлением мировоззрения, духовности и отношения к себе», которая представлена категориями «Психологические ресурсы личности» и «Мировоззрение / религия». В данные категории вошли такие ответы респондентов как «осознание собственной значимости», «понимание себя», «я сама», «гармония с собой», «зрелость», «мое мировоззрение», «религия», «вера», «душевное равновесие» и т.д. Данную задачу указали 15,6% женщин (n=24) и 10% мужчин (n=15).

Средняя взрослость (34–45 лет): в данном возрастном периоде категорию «Создание семьи и рождение детей» указали 95% (61) женщин и 65% (35) мужчин. Данная категория представлена в большей степени в содержании актуального субъективного благополучия, что говорит об основной задаче данного возраста – укреплении в супружеских и родительских отношениях. В содержании желаемого субъективного благополучия данная категория встречается реже, и представлена чаще всего желанием завести еще одного

ребенка (n=14, 12%). Категория «интимно-личностные отношения» в данном возрастном периоде сходит на нет: 6% (4) женщин и 5,5% (3) мужчин.

Также, в данном возрасте появляются специфические ответы, которые в более ранних возрастах не встречаются. Примеры таких ответов: «благополучие детей» и «успехи детей». Таким образом, человек данного возраста может не указывать в актуальном содержании субъективного благополучия категорию семьи, однако при этом указать «благополучие детей». Категория «Профессиональная / учебная деятельность» как реализация задачи укрепления достижений в профессии указана 31% женщин (n=20) и 24% мужчин (n=13).

В зрелости (46–55 лет) категория «Создание семьи и рождение детей» также является одной из наиболее часто указываемых категорий, и указывается в большей степени в содержании актуального субъективного благополучия, и практически полностью отсутствует в содержании желаемого субъективного благополучия. Данную категорию указали 75% (n=39) женщин и 54,5% (n=12) мужчин. Как и в предыдущем возрастном периоде, довольно часто указываются ответы относительно благополучия и успехов детей. Однако по сравнению с предыдущими периодами, количество ответов относительно благополучия и здоровья близких в целом увеличивается. Так, если в предыдущих возрастных периодах это число колебалось в пределах 10-15%, то в зрелости оно встречается у 50% (n=27) женщин и 27,2% (n=6) мужчин. Как и в предыдущем периоде, человек данного возраста может не указывать в содержании актуального субъективного благополучия категорию семьи, однако при этом указать «благополучие близких».

Категория «интимно-личностные отношения» практически отсутствует и представлена только в содержании желаемого субъективного благополучия: ее указали 5,8% (n=3) женщин и 2% (n=1) мужчин. Все 4 респондента, указавшие данную категорию холосты, находятся в разводе или являются вдовцами. На рисунке 4 можно увидеть, как изменяется количество респондентов разных возрастов (в процентах), указавших в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия категорию «интимно-личностные отношения».

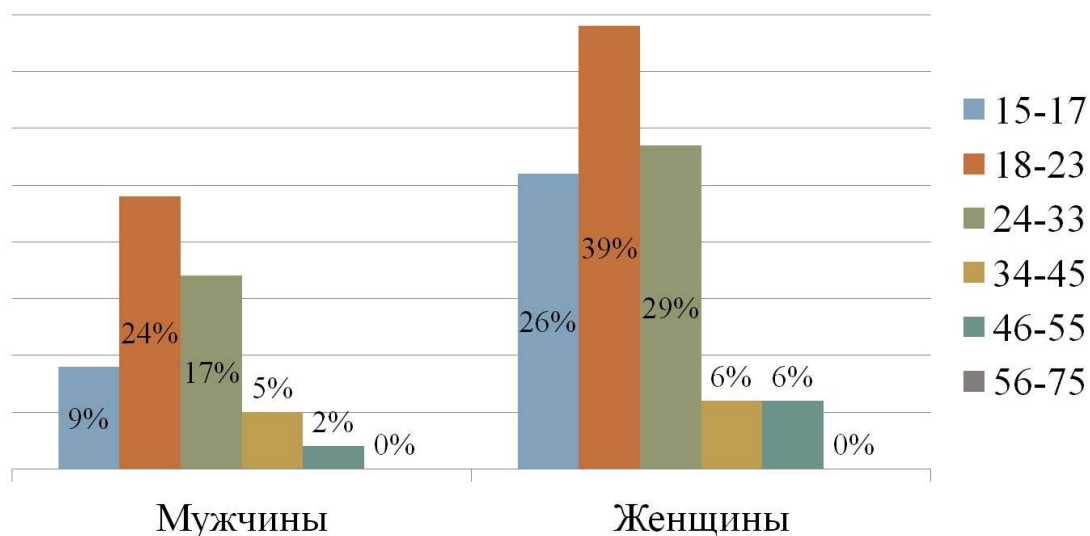


Рисунок 4. Процент респондентов разного возраста, указавших в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия категорию «интимно-личностные отношения».

Для пожилого возраста (56-75) также наиболее часто встречаемой категорией стала семья ( $n=27$ , 61,4%), которая указывалась только в содержании актуального субъективного благополучия. Кроме того пожилыми людьми указывались преимущественно категории, характерные для возрастных задач данного возрастного периода:

- «внуки», «правнуки», «успехи внуков» (перенос энергии на новые социальные роли) – 75% ( $n=33$ );
- «успехи на работе», «хобби» (осознание необходимости дальнейшего развития) – 38,6% ( $n=17$ );
- «внутренняя гармония», «отдых», «спокойствие», «оптимизм» (обретение способности к отстраненному, созерцательному восприятию происходящего) – 22,7% ( $n=10$ ).

Как мы можем увидеть, процент мужчин, указавших категорию «профессиональная / учебная деятельность», которая является основной задачей сразу нескольких возрастов, колеблется в пределах 20-25% во всех возрастах, за исключением старшего школьного (9-12%). В женской выборке данный процент колеблется от 20% до 30%, что, возможно, обусловлено желанием успеть

реализоваться и в семье и в профессии. Учебная деятельность (как этап профессионализации) встречается крайне редко и только в первых двух возрастных группах. Процентное соотношение респондентов разных возрастов, указавших данную категорию, представлено на рисунке 5.

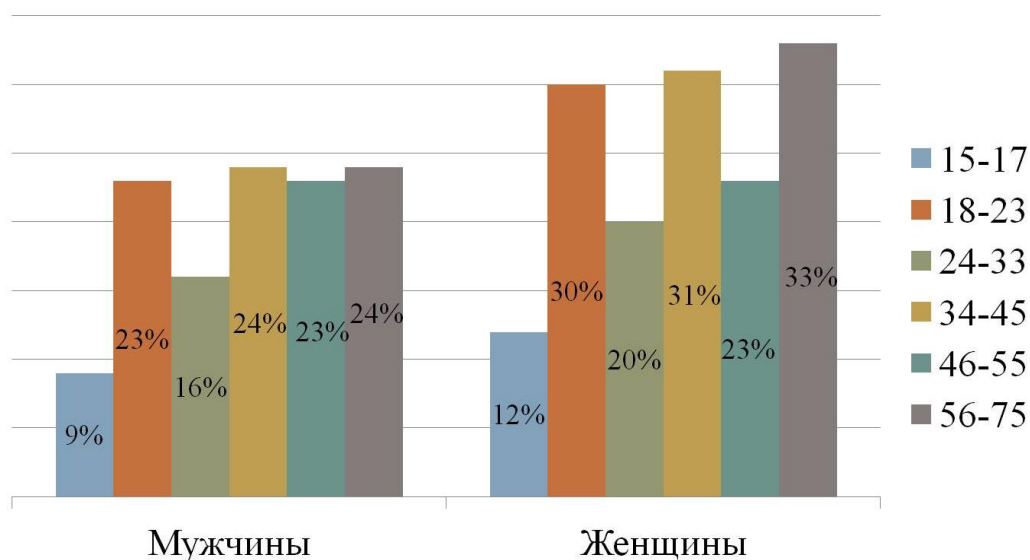


Рисунок 5. Процент респондентов разного возраста, указавших в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия категорию «профессиональная / учебная деятельность».

Помимо возрастных задач, респондентами также указывались некоторые функциональные компоненты личностной зрелости, которые представляют собой результат сформированной эго-идентичности. Так, ответ «саморазвитие» был указан 25 респондентами (3,1%), «самореализация» – 24 респондентами (3%). Как составляющие самоактуализации и самореализации можно также выделить такие ответы как «достижение цели», «успехи в профессиональной деятельности», «успехи в учебе», «мои достижения», которые были указаны 118 респондентами (15%). Возможно, как результат самоопределения и как средство самореализации, могут выступать «увлечения» респондентов («творчество», «хобби», «спорт» и т.д.), которые были указаны в содержании актуального субъективного благополучия 136 респондентами (17,2%).



### ***Выводы по разделу***

Таким образом, анализ результатов показал, что в содержании актуального и желаемого субъективного благополучия отражается содержание культурального образа возраста. Ключевые в определенных возрастных периодах задачи развития указываются респондентами данного возраста как необходимое условие их субъективного благополучия. Реализуемые задачи указываются в содержании актуального субъективного благополучия, актуальные, но пока не реализуемые, – в содержании желаемого субъективного благополучия. Кроме того, среди ответов респондентов встречаются функциональный и рефлексивный компоненты личностной зрелости. Данные результаты показывают, что формирование и поддержание автономной эго-идентичности личности, личностной зрелости и, как следствие, успешное прохождение нормативных кризисов развития, представляют собой ключевые условия для достижения более высоких показателей субъективного благополучия.

Полученные в ходе контент-анализа категории легли в основу разработки пунктов методики диагностики структуры субъективного благополучия.

### 3.2 Эмпирическая проверка экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ)

#### *Разработка пунктов методики*

Исходя из анализа существующего диагностического инструментария (см. 1.2.3), была выявлена необходимость в создании методики диагностики удовлетворенности жизненными сферами. На основе теоретической модели структуры субъективного благополучия, разработанной в ходе теоретического анализа (см. 1.2.2), были выделены 5 шкал будущей методики: психологическое, социальное, духовное, физическое и материальное благополучие.

Конструктивная валидность методики обеспечивается теоретической моделью и подбором каждой шкале соответствующих теоретических конструктов в процессе формирования пунктов методики, в основу которых легли:

- выделенные категории, определенные экспертами в ходе анализа результатов анкетирования представлений о субъективном благополучии;
- теоретический анализ зарубежных исследований, посвященных изучению субъективного благополучия;
- рекомендации по созданию методик, представленных в «Руководстве по измерению субъективного благополучия» (OECD);
- теоретические предположения Куликова Л.В. о содержании данных пяти составляющих.

Обоснование содержания пунктов каждой шкалы представлено в таблице 3.

Таблица 3

#### **Обоснование содержания пунктов экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ)**

| №                                      | Содержание пункта                     | Обоснование  |
|--|---------------------------------------|--|
| <b>Шкала «Социальное благополучие»</b> |                                       |  |
| 1                                      | Профессиональная учебная деятельность | /<br>Ответы респондентов («учеба», «работа», «интересная работа», «профессиональное самоопределение» и т.д.);<br>OECD конструктор («How satisfied are you with your job?») |

| №  | Содержание пункта  | Обоснование   |
|--|--|---|
| 2  | Социальный статус / положение в обществе                             | Ответы респондентов («признание», «достижения», «успехи», «востребованность», «положение в обществе» и т.д.); теоретические предположения Куликова Л.В. («удовлетворенность социальным статусом»)   |
| 3  | Личная жизнь / семейные отношения                                    | Ответы респондентов («моя любимая», «жена», «муж», «своя семья» и т.д.); теоретические предположения Куликова Л.В. («удовлетворенность межличностными связями»); OECD конструктор («How satisfied are you with your personal relationships?»);                |
| 4  | Взаимоотношения с окружающими людьми (друзья, коллеги, родственники) | Ответы респондентов («друзья», «коллеги», «сослуживцы», «общение» и т.д.); теоретические предположения Куликова Л.В. («удовлетворенность микросоциальным окружением»); OECD конструктор («How satisfied are you with feeling part of your community?»)        |
| 5  | Безопасность   | Ответы респондентов («мирное небо над головой», «мир во всём мире», и т.д.); OECD конструктор («How satisfied are you with how safe you feel?»)   |
| <b>Шкала «Материальное благополучие»</b> |  |   |
| 1  | Жилищные условия   | Ответы респондентов («собственное жилье», «квартира», «переезд»); теоретические предположения Куликова Л.В. («удовлетворенность жильем»);   |
| 2  | Питание  | Ответы респондентов («еда», «вкусная еда»); теоретические предположения Л.В. Куликова («удовлетворенность питанием»)  |
| 3  | Отдых / досуг  | Ответы респондентов («отдых», «хобби», «путешествия», «» и т.д.); теоретические предположения Куликова Л.В. («удовлетворенность отдыхом»); OECD конструктор («How satisfied are you with the amount of time you have to do the things that you like doing?»); |
| 4  | Финансы  | Ответы респондентов («деньги», «зарплата», «финансовое положение» и т.д.); теоретические предположения Куликова Л.В. («стабильность материального достатка»);   |
| 5  | Экология, окружающая природа   | Ответы респондентов («природа», «экология», «погода»); OECD конструктор (How satisfied are you with the quality of your local environment?);  |
| <b>Шкала «Физическое благополучие»</b>   |  |   |
| 1  | Здоровье   | Ответы респондентов («здоровье», «отсутствие болезни»); OECD конструктор («How satisfied are your with your health?»);  |
| 2  | Внешний вид  | Ответы респондентов («хорошо выглядеть», «внешний вид»)   |
| 3  | Физическая форма   | Ответы респондентов («хорошее самочувствие»); теоретические предположения Куликова Л.В. («удовлетворяющий индивида физический тонус», «телесный комфорт»);  |

| №   | Содержание пункта  | Обоснование  |
|---|--|--|
| 4   | Самочувствие   | Ответы респондентов («хорошее самочувствие»); теоретические предположения Куликова Л.В. («хорошее физическое самочувствие»);   |
| 5   | Возможность поддерживать здоровье                          | Ответы респондентов («возможность поддерживать здоровье»)  |
| <b>Шкала «Психологическое благополучие»</b> |  |  |
| 1   | Реализация Ваших жизненных задач/планов                    | Ответы респондентов («самореализация», «достижение моих целей»); OECD конструктор («How satisfied are you with what you are achieving in life?»)                                 |
| 2   | Самооценка (насколько Вы удовлетворены тем, какой Вы есть) | Ответы респондентов («я», «принятие себя», «любовь к себе»); OECD конструктор («In general, I feel very positive about myself»)  |
| 3   | Личностный рост, саморазвитие                              | Ответы респондентов («саморазвитие»); концепция К. Рифф (параметр «личностный рост»);  |
| 4   | Возраст (насколько Вы удовлетворены Вашим возрастом)       | Ответы респондентов («вернуться в детство», «вернуться в молодость», «старость»)   |
| 5   | Уверенность в себе   | Ответы респондентов («уверенность в себе», «чувство собственной значимости»)   |
| <b>Шкала «Духовное благополучие»</b>        |  |  |
| 1   | Творчество, самовыражение                                  | Ответы респондентов («творчество», «искусство», «вдохновение» и т.д.)  |
| 2   | Образованность, интеллектуальное развитие                  | Ответы респондентов («познание», «наука», «искусство», «учеба» и т.д.)   |
| 3   | Религия, вера, мировоззрение                               | Ответы респондентов («мировоззрение», «Бог», «вера», «духовная зрелость» и т.д.); теоретические предположения Куликова Л.В. («приверженность к своей вере»);                     |
| 4   | Ценности, традиции   | Ответы респондентов («доброта», «помощь другим», «честность», «верность», «справедливость» и т.д.); теоретические предположения Куликова Л.В. (причастность к духовной культуре) |
| 5   | Гармония с собой / внутренние переживания                  | Ответы респондентов («гармония», «гармония с самим собой», «отсутствие негативных переживаний», «отсутствие внутренних проблем», «душевный покой»)                               |

На основании рекомендаций по созданию методик, представленных в «Руководстве по измерению субъективного благополучия» (OECD, 2012), для оценки удовлетворенности выделенными сферами была выбрана десятибалльная шкала измерения. С целью определения формы представления в методике шкалы оценивания был проведён опрос пятнадцати случайных респондентов в возрасте от 16 до 52 лет, которым предлагалось ответить на вопрос, на какой шкале, вертикальной или горизонтальной, им было бы удобнее отмечать уровень своей

удовлетворенности жизнью. Ответы распределились следующим образом: «горизонтальная шкала» (4 ответа), «вертикальная шкала» (7 ответов), «не имеет значения» (2 ответа), «диагональная шкала» (1 ответ).

На основании полученных ответов было принято решение об использовании десятибалльной шкалы в форме «лесенки», поскольку данная форма отвечает одновременно индивидуальным предпочтениям всех респондентов. Полученная шкала представлена на рисунке 6.

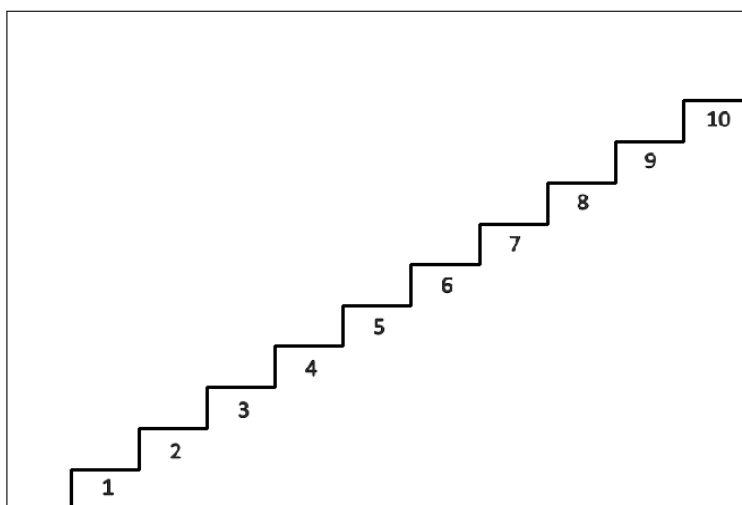


Рисунок 6. Шкала оценивания для методики диагностики структуры субъективного благополучия.

#### *Эмпирическая апробация пунктов методики*

Изначально методика содержала в себе 26 вопросов (1 относительно общего уровня удовлетворенности жизнью и по 5 вопросов в каждой шкале), которые предлагалось оценить по 10-балльной шкале и отметить соответствующий уровень на прилагаемой к каждому вопросу «лесенке».

Отбор пунктов проводился при помощи факторного анализа и коэффициента внутренней согласованности шкал  $\alpha$  Кронбаха. По результатам теста выборочной адекватности Кайзера-Мейера-Олкина (КМО), который составил 0,923, и критерию Бартлетта ( $p \leq 0.001$ ) был сделан вывод об общей пригодности имеющихся данных для факторного анализа. Факторный анализ следует считать пригодным, если КМО находится в пределах от 0,5 до 1, а тест Бартлетта при уровне значимости ниже 0,05.

В результате факторного анализа методом вращения Варимакс с нормализацией Кайзера были получены 4 фактора: материальное, физическое, духовное и психосоциальное благополучие. Включение пункта в рассматриваемый фактор осуществлялось при значении его факторной нагрузки больше 0,5. Пункты, которым не удалось, как следует, нагрузить ни один из полученных факторов, были отброшены. Результаты факторного анализа оставшихся 20 вопросов можно увидеть в таблице 4.

Таблица 4

**Результаты факторного анализа шкал методики ССБ, полученные методом вращения Варимакс с нормализацией Кайзера**

| Матрица повернутых компонент |  |                    |              |              |              |
|------------------------------|--|--------------------|--------------|--------------|--------------|
| Шкалы теоретической модели   | Наименование пункта  | Выделенные факторы |              |              |              |
|                              |  | ПСБ                | ФБ           | МБ           | ДБ           |
| Социальное благополучие      | Профессиональная / учебная деятельность                              | <b>0,650</b>       | 0,023        | 0,196        | 0,199        |
|                              | Социальный статус / положение в обществе                             | <b>0,616</b>       | 0,246        | 0,356        | 0,166        |
|                              | Личная жизнь / семейные отношения                                    | <b>0,594</b>       | 0,199        | 0,171        | -0,022       |
|                              | Взаимоотношения с окружающими людьми (друзья, коллеги, родственники) | <b>0,573</b>       | 0,445        | 0,185        | -0,032       |
| Материальное благополучие    | Жилищные условия   | 0,098              | -0,005       | <b>0,777</b> | 0,141        |
|                              | Питание  | 0,131              | 0,195        | <b>0,759</b> | 0,013        |
|                              | Отдых / досуг  | 0,229              | 0,245        | <b>0,603</b> | 0,092        |
|                              | Финансы  | 0,184              | 0,226        | <b>0,709</b> | 0,227        |
| Физическое благополучие      | Здоровье   | 0,137              | <b>0,783</b> | 0,215        | 0,214        |
|                              | Внешний вид  | 0,460              | <b>0,688</b> | 0,249        | 0,100        |
|                              | Физическая форма   | 0,338              | <b>0,737</b> | 0,162        | 0,151        |
|                              | Самочувствие   | 0,269              | <b>0,774</b> | 0,159        | 0,267        |
| Духовное благополучие        | Творчество, самовыражение  | 0,302              | 0,080        | 0,166        | <b>0,503</b> |
|                              | Образованность, интеллектуальное развитие                            | 0,467              | 0,002        | 0,057        | <b>0,579</b> |
|                              | Религия, вера, мировоззрение   | 0,072              | 0,173        | 0,087        | <b>0,783</b> |
|                              | Ценности, традиции   | 0,130              | 0,351        | 0,193        | <b>0,694</b> |

| Матрица повернутых компонент |  |                    |       |       |       |
|------------------------------|--|--------------------|-------|-------|-------|
| Шкалы теоретической модели   | Наименование пункта  | Выделенные факторы |       |       |       |
|                              |  | ПСБ                | ФБ    | МБ    | ДБ    |
| Психологическое благополучие | Реализация Ваших жизненных задач/планов                    | <b>0,641</b>       | 0,262 | 0,279 | 0,248 |
|                              | Самооценка (насколько Вы удовлетворены тем, какой Вы есть) | <b>0,737</b>       | 0,371 | 0,040 | 0,207 |
|                              | Личностный рост, саморазвитие                              | <b>0,724</b>       | 0,188 | 0,092 | 0,408 |
|                              | Уверенность в себе   | <b>0,709</b>       | 0,350 | 0,049 | 0,148 |

**Примечания:**

1. **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие.

2. Жирным шрифтом выделены пункты, набравшие высокие значения нагрузки для рассматриваемых факторов (более 0,5).

Внутренняя согласованность выявленных шкал определялась при помощи коэффициента  $\alpha$  Кронбаха. По шкале материального благополучия  $\alpha$  составила 0,76, физического благополучия  $\alpha=0,88$ , духовного  $\alpha=0,71$ , психосоциального  $\alpha=0,89$ . Общая согласованность методики составила 0,92. Таким образом, мы можем увидеть, уровень внутренней согласованности по шкалам духовного и материального благополучия считается приемлемым, по шкалам психосоциального и физического – очень хорошим, и отличным по общему баллу методики. На основании полученных результатов можно говорить о том, что методика внутренне согласована.

Тот факт, что шкалы психологического и социального благополучия представлены в одном факторе, обусловлен тем, что психологическое благополучие напрямую зависит от успешности реализации возрастных задач, которые задаются социальной ситуацией развития. Поскольку возрастные задачи в большей мере затрагивают именно социальную сферу (профессиональная самореализация, межличностные взаимоотношения, создание семьи), то соответственно они в наибольшей степени представлены в шкале социального благополучия. В связи с тем, что фактор психосоциального благополучия представлен двумя теоретическими шкалами и содержит больше вопросов, чем

другие шкалы методики (8 пунктов), его процент объясняемой дисперсии превышает процент других факторов и составляет 22,2%. Процент объясняемой дисперсии других факторов составил: физическое благополучие – 16%, материальное благополучие – 13%, духовное благополучие – 11,4%. Суммарный процент объясняемой дисперсии составил 62,6%.

Как видно из таблицы 4, некоторые вопросы коррелируют в достаточно большой мере с несколькими факторами. Например, факторный коэффициент второго вопроса шкалы физического благополучия (удовлетворенность своим внешним видом) составил по фактору физического благополучия 0,688 и довольно высокий коэффициент по фактору психосоциального благополучия – 0,460 (хотя и ниже минимального значения нагрузки по фактору, равного 0,5). При изъятии шкалы психологического благополучия, второй вопрос шкалы физического благополучия всё равно обладает довольно высоким факторным коэффициентом по фактору социального благополучия (0,420). Это обусловлено, скорее всего, тем, что удовлетворенность своим внешним видом имеет также и социальный подтекст, и влияет на удовлетворенность отношениями с другими людьми, так и наличие хороших удовлетворительных отношений с людьми в свою очередь влияет на самооценку своего внешнего вида.

В шкале духовного благополучия также был выявлен пункт (образованность, интеллектуальное развитие), который наравне с большой факторной нагрузкой по шкале духовного благополучия (0,579) получил также большую факторную нагрузку (0,467) по шкале психосоциального благополучия. Скорее всего, это обусловлено высокой значимостью данной характеристики как для духовного благополучия индивида, так и для социального, ввиду высокой интеллектуальной развитости общества и, соответственно, высокими требованиями к интеллекту и образованности отдельного индивида.

В число методик, использованных для оценки конвергентной валидности экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия, вошли три методики, направленные на диагностику различных компонентов субъективного благополучия (удовлетворенность жизнью, аффективные



переживания и эвдемоническое благополучие) и одна методика оценки депрессивной симптоматики. Как и ожидалось, коэффициенты корреляции оказались статистически значимыми во всех случаях ( $p \leq 0.001$ ), и составили:  $r=0,60$  со Шкалой субъективного благополучия (аффективный компонент субъективного благополучия);  $r=0,60$  со Шкалой удовлетворенности жизнью (удовлетворенность жизнью);  $r=0,62$  с опросником «Удовлетворенность жизнью» (эвдемонический компонент субъективного благополучия); со «Шкалой депрессии Бека» корреляция отрицательна –  $r = -0,463$ .

Достаточно высокие показатели корреляции на уровне 0,60-0,62 с методиками диагностики различных компонентов субъективного благополучия свидетельствуют о том, что полученная экспресс-методика действительно изучает компонент субъективного благополучия. Однако данные показатели не являются чрезвычайно высокими, что свидетельствует о том, что методика ССБ изучает отличный от диагностируемых в вышеуказанных методиках конструкт. Низкий показатель отрицательной корреляции со шкалой депрессии обусловлен тем, что методика диагностики структуры субъективного благополучия измеряет когнитивную составляющую, тогда как шкала депрессии измеряет только негативный аффект. А корреляции, согласно зарубежным исследованиям, между аффективными и когнитивными переменными составляют в среднем 0,4–0,5 (Аргайл М., 2003).

Максимальный общий балл по методике составил 200, минимальный – 55. Распределение показателей по всем шкалам, кроме шкалы материального благополучия, отлично от нормального в связи со спецификой изучаемого конструкта, обусловленной тенденцией респондентов к высокому оцениванию показателей собственного благополучия. Однако результаты общего балла удовлетворенности жизненными сферами близки к нормальному распределению, хотя имеют асимметрию. Полученные показатели по критерию Колмогорова-Смирнова представлены в таблице 5, кривая распределения по общему баллу удовлетворенности представлена на рисунке 7.

**Результаты теста Колмогорова-Смирнова для отдельных шкал ССБ и  
общего балла удовлетворенности жизненными сферами**

|                                     | <b>МБ</b> | <b>ФБ</b>    | <b>ДБ</b>    | <b>ПСБ</b>   | <b>Общий балл</b> |
|-------------------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|-------------------|
| <b>N</b>                            | 377       | 377          | 377          | 377          | 377               |
| <b>Среднее</b>                      | 28,27     | 28,63        | 28,64        | 58,89        | 144,44            |
| <b>Стандартное отклонение</b>       | 6,61      | 6,69         | 6,33         | 11,87        | 25,86             |
| <b>Минимум</b>                      | 9         | 7            | 4            | 10           | 55                |
| <b>Максимум</b>                     | 40        | 40           | 40           | 80           | 200               |
| <b>Z Колмогорова-Смирнова</b>       | 1,254     | 1,665        | 1,413        | 1,400        | 1,177             |
| <b>Асимпт. знч. (двухсторонняя)</b> | 0,086     | <b>0,008</b> | <b>0,037</b> | <b>0,040</b> | 0,125             |

**Примечания:**

1. **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **N** – объем выборки; **Минимум** – минимальный балл по шкале; **Максимум** – максимальный балл по шкале.

2. Жирным шрифтом выделены статистически значимые показатели по критерию Колмогорова-Смирнова ( $p \leq 0.05$ ).

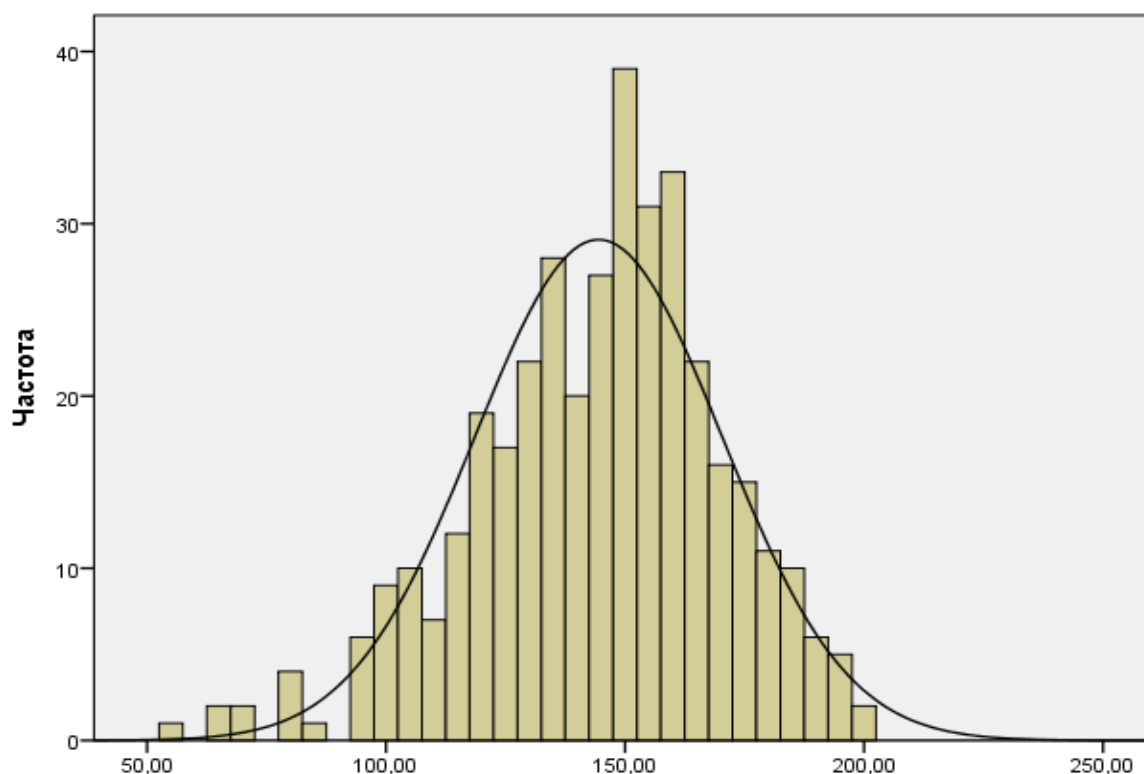


Рисунок 7. Кривая распределения по общему баллу удовлетворенности жизненными сферами.

### Проверка критериальной валидности

С целью проверки критериальной валидности окончательная форма экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия была предложена контрастной группе респондентов с онкологическими заболеваниями. Данное исследование проводилось на базе Челябинского областного клинического онкологического диспансера с добровольного согласия больных. Выборка составила 32 человека в возрасте от 35 до 79 лет, в том числе 18 женщин и 14 мужчин, у которых были диагностированы онкологические заболевания различной локализации.

Полученные в ходе исследования результаты были сопоставлены с результатами контрольной группы соответствующего возрастного диапазона из общей выборки здоровых респондентов (n=32). В связи с тем, что в обеих группах по результатам критерия Колмогорова-Смирнова было выявлено нормальное распределение, то для оценки значимости различий использовался t-критерий Стьюдента. Полученные результаты по шкалам методики ССБ и показатели t-критерия представлены в таблице 6, по отдельным вопросам в приложении В.

Таблица 6

#### Показатели t-критерия для оценки значимости различий между контрольной группой и группой онкологических больных по шкалам методики ССБ

| Шкала | Группы      | N  | Среднее  | Стд. отклонение | Стд. ошибка среднего | t-критерий | p      |
|-------|-------------|----|----------|-----------------|----------------------|------------|--------|
| ОБ    | контрольная | 32 | 141,5739 | 26,44792        | 2,46628              | 2,717**    | 0,07   |
|       | онкобольные | 32 | 126,7500 | 30,22283        | 5,34269              |            |        |
| ПСБ   | контрольная | 32 | 58,7565  | 11,29865        | 1,05360              | 1,056      | 0,293  |
|       | онкобольные | 32 | 56,3438  | 11,88550        | 2,10108              |            |        |
| МБ    | контрольная | 32 | 27,6435  | 7,09731         | 0,66183              | 0,124      | 0,902  |
|       | онкобольные | 32 | 27,4688  | 6,90948         | 1,22144              |            |        |
| ФБ    | контрольная | 32 | 26,4435  | 6,81355         | 0,63537              | 5,124***   | <0,001 |
|       | онкобольные | 32 | 19,2188  | 7,87702         | 1,39247              |            |        |
| ДБ    | контрольная | 32 | 28,3217  | 6,55817         | 0,61155              | 3,244***   | 0,001  |
|       | онкобольные | 32 | 23,7188  | 8,80701         | 1,55687              |            |        |

#### Примечания:

1. **ОБ** – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **N** – объем выборки; **p** – уровень значимости.

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

На основе результатов, представленных в таблице 6 и приложении В, можно увидеть, что группа с онкологическими заболеваниями отличается на очень высоком уровне значимости ( $p \leq 0,001$ ) от контрольной выборки по всем показателям физического и духовного благополучия. По нескольким показателям шкалы психосоциального благополучия также были выявлены статистически значимые различия ( $p \leq 0,05$ ). По шкале материального благополучия значимых различий выявлено не было, все показатели данной шкалы практически полностью идентичны у выделенных групп.

Снижение на очень высоком уровне значимости ( $p \leq 0,001$ ) всех показателей удовлетворенности своим физическим благополучием (здоровье, самочувствие, внешний вид, физическая форма) является ожидаемым и закономерным явлением, обусловленным последствиями столь тяжелого заболевания. Следует отметить, что несколько респондентов указали удовлетворительные оценки (6 – 8 баллов) по всем вопросам шкалы физического благополучия. В ходе беседы с данными респондентами, было выявлено, что это обусловлено ремиссией и ближайшим завершением лечения.

Выявленные различия ( $p \leq 0,05$ ) по нескольким пунктам шкалы психосоциального благополучия (самооценка и личностный рост/саморазвитие) также являются закономерными в связи со спецификой заболевания. Снижение самооценки во многом обусловлено снижением удовлетворенности своим внешним видом. Снижение удовлетворенности своим саморазвитием и возможностью личностного роста является следствием регулярного нахождения в медицинском учреждении. Комментарий больных по поводу данного пункта методики: «Вы видите, где я нахожусь... Какое здесь может быть саморазвитие?»

Длительное пребывание в медицинском учреждении обусловило также снижение уровня духовного благополучия: невозможность заниматься творчеством и самообразованием, кризис мировоззрения и изменение системы ценностей привели к значительному снижению удовлетворенности духовной сферой. Многие из респондентов с онкологическими заболеваниями указывали на

необходимость поиска нового хобби, смысла жизни или присутствия религии в их жизни.

В связи со значительным снижением показателей удовлетворенности духовной и физической сферами, общий уровень удовлетворенности жизненными сферами также оказался значительно ниже ( $p \leq 0,01$ ), чем в группе здоровых респондентов. Таким образом, полученные результаты подтверждают, что методика диагностики структуры субъективного благополучия отражает изменения показателей удовлетворенности в различных сферах жизни.

### *Стандартизация методики*

Для расчета норм методики ССБ было необходимо определить, имеются ли различия между мужской и женской выборками. С целью определения наиболее подходящего критерия для оценки значимости различий между мужчинами и женщинами по методике диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) использовался критерий Колмогорова-Смирнова. Полученные результаты для женской и мужской выборок представлены в таблице 7.

Таблица 7

### **Проверка мужской и женской выборок на нормальность распределения по результатам отдельных шкал и общего балла методики ССБ**

| Пол |                                   | МБ    | ФБ    | ДБ           | ПСБ          | ОБ    |
|-----|-----------------------------------|-------|-------|--------------|--------------|-------|
| Ж   | N                                 | 203   | 203   | 203          | 203          | 203   |
|     | Статистика Z Колмогорова-Смирнова | 1,276 | 1,286 | 1,429        | 1,704        | 1,259 |
|     | Асимпт. знч. (двухсторонняя)      | 0,077 | 0,073 | <b>0,034</b> | <b>0,006</b> | 0,84  |
| М   | N                                 | 174   | 174   | 174          | 174          | 174   |
|     | Статистика Z Колмогорова-Смирнова | 0,880 | 1,153 | 1,042        | 0,710        | 0,545 |
|     | Асимпт. знч. (двухсторонняя)      | 0,421 | 0,140 | ,228         | 0,694        | 0,928 |

#### **Примечания:**

1. **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **ОБ** – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; **Ж** – женщины; **М** – мужчины; **N** – объем выборки.

2. Жирным шрифтом выделены статистически значимые показатели по критерию Колмогорова-Смирнова.

На основе результатов теста Колмогорова-Смирнова мы можем увидеть, что в мужской выборке данные распределены нормально, тогда как в женской выборке наблюдается отличное от нормального распределение оценок по двум шкалам – духовное и психосоциальное благополучие. По остальным шкалам (материальное и физическое благополучие), а также по общему баллу в женское выборке наблюдается близкое к нормальному распределение. Баллы в обеих выборках распределились в сторону субъективного благополучия в связи со спецификой конструкта.

Поскольку нормальность распределения в мужской и женской выборках по разным шкалам сильно различается, то для оценки значимости различий между группами были использованы как параметрический критерий Стьюдента, так и непараметрический критерий Манна-Уитни. Средние значения мужчин и женщин по всем шкалам и общему баллу, а также значения t-критерия Стьюдента и U-критерия Манна-Уитни представлены в таблице 8.

Таблица 8

**Показатели t-критерия, U-критерия и средние значения мужчин и женщин по общему баллу и по каждой шкале методики ССБ**

| шкала | пол | Среднее  | Станд. откл. | Стд. ошибка среднего | t-критерий | U-критерий | p      |
|-------|-----|----------|--------------|----------------------|------------|------------|--------|
| ОБ    | Ж   | 138,9356 | 25,67944     | 1,80680              | -4,560***  |            | <0,001 |
|       | М   | 150,8057 | 24,64779     | 1,86320              |            |            |        |
| ПСБ   | Ж   | 56,4158  | 12,46549     | 0,87707              |            | -3,650***  | <0,001 |
|       | М   | 61,7429  | 10,49670     | 0,79348              |            |            |        |
| МБ    | Ж   | 27,4802  | 6,75823      | 0,47551              | -2,540*    |            | 0,011  |
|       | М   | 29,2000  | 6,31546      | 0,47740              |            |            |        |
| ФБ    | Ж   | 26,8960  | 6,54142      | 0,46025              | -5,677***  |            | <0,001 |
|       | М   | 30,6629  | 6,28769      | 0,47531              |            |            |        |
| ДБ    | Ж   | 27,0248  | 7,04247      | 0,49551              |            | -2,987**   | <0,001 |
|       | М   | 29,3314  | 6,33399      | 0,47880              |            |            |        |

**Примечания:**

1. **ОБ** – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **Ж** – женщины; **М** – мужчины; **p** – уровень значимости.

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

При сравнении средних значений у мужчин и женщин по общему баллу методики и отдельно по шкалам были выявлены статистически значимые различия. Данные показатели по всем шкалам и общему баллу методики ССБ у мужчин статистически значимо выше, чем у женщин. Это обусловило необходимость создания норм отдельно для мужчин и для женщин. В связи с тем, что нормальность распределения в мужской и женской выборках по разным шкалам сильно различается (см. таблицу 7), стандартизация данных осуществлялась при помощи шкалы перцентилей. Критическими значениями, отсекающими высокие и низкие значения, были выбраны 25-й и 75-й перцентили, 5-й и 95-й перцентили отсекают зоны очень низких и очень высоких значений. Нормы по общему баллу удовлетворенности жизненными сферами, по выделенным шкалам и отдельно по вопросам для женщин представлены в таблице 9, для мужчин в таблице 10.

Таблица 9

#### Нормы для методики ССБ (женщины)

| Шкалы                        | Очень низкий | Низкий | Удовлетв. | Высокий | Очень высокий |
|------------------------------|--------------|--------|-----------|---------|---------------|
| Общий балл                   | <94          | 94-121 | 122-158   | 159-175 | >175          |
| Психосоциальное благополучие | <32          | 32-49  | 50-65     | 66-72   | >72           |
| Материальное благополучие    | <15          | 15-22  | 23-32     | 33-36   | >36           |
| Физическое благополучие      | <15          | 15-21  | 22-31     | 31-35   | >35           |
| Духовное благополучие        | <13          | 13-22  | 23-31     | 32-35   | >35           |
| Отдельные вопросы            | <4           | 4-5    | 6-8       | 9       | 10            |

Таблица 10

#### Нормы для методики ССБ (мужчины)

| Шкалы                        | Очень низкий | Низкий  | Удовлетв. | Высокий | Очень высокий |
|------------------------------|--------------|---------|-----------|---------|---------------|
| Общий балл                   | <105         | 105-134 | 135-165   | 166-191 | >191          |
| Психосоциальное благополучие | <42          | 42-54   | 55-68     | 69-77   | >77           |
| Материальное благополучие    | <18          | 18-24   | 25-33     | 34-38   | >38           |

| Шкалы                   | Очень низкий | Низкий | Удовлетв. | Высокий | Очень высокий |
|-------------------------|--------------|--------|-----------|---------|---------------|
| Физическое благополучие | <19          | 19-26  | 27-34     | 34-39   | >39           |
| Духовное благополучие   | <17          | 17-24  | 25-33     | 34-38   | >38           |
| Отдельные вопросы       | <4           | 4-5    | 6-8       | 9       | 10            |

На основании соотнесения сырого балла с выделанными нормами определяется уровень удовлетворенности жизненными сферами: очень низкий, низкий, удовлетворительный, высокий или очень высокий. В связи со спецификой конструкта, в норме у респондентов должны преобладать удовлетворительные и высокие баллы по методике. Удовлетворительные оценки свидетельствуют о том, что в целом испытуемый удовлетворен различными сферами своей жизни, однако уровень субъективного благополучия недостаточно высок.

Высокие оценки говорят о достаточном уровне удовлетворенности различными сферами жизни, успешности самореализации в той или иной сфере, и при этом возможности расти дальше в данной сфере. Характеризуют людей уверенных в себе, довольных жизнью и обладающих перспективой развития.

Очень высокие баллы свидетельствуют о полной удовлетворенности жизненными сферами, однако преобладание крайних высоких значений по всем вопросам и шкалам, скорее всего, свидетельствует о неискренности респондента или отрицании им своих проблем.

Низкие баллы по шкалам означают очень слабую удовлетворенность или неудовлетворенность данными сферами жизни. Преобладание низких оценок по всем шкалам свидетельствует о неудовлетворенности жизнью в целом, характерно для людей, находящихся в кризисе.

Крайне низкие оценки по всем шкалам свидетельствуют о том, что индивид переживает тяжелый критический период и, возможно, находится в депрессии. Очень низкие оценки по отдельным вопросам говорят о необходимости испытуемого уделять данным аспектам жизни больше внимания или, при невозможности, компенсировать другими видами активности.



По завершению заполнения экспресс-методики некоторыми респондентами были даны комментарии по поводу полученной методики. Наиболее часто указанные респондентами характеристики:

1. Привлекательность в связи с нестандартной формой стимульного материала.
2. Легкость и быстрота заполнения.
3. Увеличение рефлексии в отношении собственной жизни.
4. В некоторых случаях увеличение положительной оценки собственной жизни в связи с позитивной формулировкой вопросов.

### ***Выводы по разделу***

Методика диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) представляет собой валидный инструментарий экспресс-диагностики удовлетворенности жизненными сферами. Методика прошла психометрическую проверку на выборке из 377 человек в возрасте от 16 до 72. В ходе факторного анализа были выделены 4 шкалы: материальное, физическое, духовное и психосоциальное благополучие. Общая согласованность методики составила  $\alpha=0,92$ , показатель конвергентной валидности с другими методиками диагностики субъективного благополучия составил 0,6-0,62, со шкалой депрессии  $r = -0,463$ . Результаты общего балла удовлетворенности жизненными сферами близки к нормальному распределению. На основании полученного эмпирическим путём распределения оценок сформулированы нормы по всем шкалам и общему баллу методики.

Полученная методика предназначена для изучения удовлетворенности жизненными сферами, может использоваться в исследованиях субъективного благополучия, самодиагностике и консультационной практике. Для более точного измерения когнитивного компонента субъективного благополучия рекомендуется использовать совместно со Шкалой удовлетворенности жизнью. В целом, разработанная экспресс-методика легка для восприятия, не занимает много времени, и характеризуется позитивными оценками со стороны респондентов.

### **3.3 Исследование особенностей субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности**

В соответствии с разработанной нами теоретической моделью изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности (см. 1.3), было определено, что субъективное благополучие является субъективным критерием происходящих изменений в динамике нормативного кризиса развития личности и выполняет функции обратной связи, мотивации и подкрепления. Для подтверждения данной теоретической модели, а также с целью выявления гендерной и возрастной специфики проживания нормативных кризисов, нами было проведено исследование особенностей субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

В ходе данного исследования решались следующие основные задачи:

1. Выявить особенности субъективного благополучия у респондентов в разных фазах нормативного кризиса развития личности.
2. Определить гендерную специфику субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.
3. Определить возрастную специфику субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности.

Результаты исследования в соответствии с выделенными задачами представлены в отдельных подразделах.

#### ***3.3.1 Особенности субъективного благополучия у респондентов в разных фазах нормативного кризиса развития личности***

Для определения актуального для респондента статуса эго-идентичности, отражающего одну из трех фаз нормативного кризиса развития личности, был использован «Тест статусов и структуры эго-идентичности» (СЭИ-тест), разработанный Солдатовой Е.Л. Диагностика уровня субъективного благополучия осуществлялась при помощи следующих методик:

- Шкала субъективного благополучия (ШСБ), адаптация Соколовой М.В.
- Шкала удовлетворенности жизнью (ШУДЖ), адаптация Леонтьева Д.А. и Осина Е.Н.
- Опросник «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ), разработан Мельниковой Н.Н.
- Авторская методика диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ).

Респондентам также предлагалось заполнить методику «Шкала депрессии Бека» с целью определения уровня депрессии как состояния, противопоставленного ощущению субъективного благополучия.

На основании результатов СЭИ-теста выборка была разделена на три группы: 114 человек со статусом автономной эго-идентичности (А), 133 – со статусом диффузной (С), и 161 – предрешенной (Ф). С целью определения наиболее подходящего критерия для оценки значимости различий уровня субъективного благополучия между выделенными группами была проведена проверка нормальности выборочного распределения при помощи непараметрического критерия Колмогорова-Смирнова. Результаты данного анализа представлены в таблице 11.

Таблица 11

**Проверка выборок с различными статусами эго-идентичности на нормальность распределения по результатам различным методик и отдельных шкал методики ССБ**

| методики               | Предрешенная эго-идентичность |                | Диффузная эго-идентичность |       | Автономная эго-идентичность |               |
|------------------------|-------------------------------|----------------|----------------------------|-------|-----------------------------|---------------|
|                        | Z                             | p              | Z                          | p     | Z                           | p             |
| <b>ШСБ</b>             | 0,735                         | 0,653          | 0,749                      | 0,630 | 0,927                       | 0,356         |
| <b>ШУДЖ</b>            | 1,358                         | <b>0,050*</b>  | 0,694                      | 0,720 | 1,290                       | 0,072         |
| <b>УДЖ</b>             | 0,728                         | 0,663          | 0,491                      | 0,969 | 0,794                       | 0,553         |
| <b>Шкала депрессии</b> | 1,892                         | <b>0,002**</b> | 1,109                      | 0,171 | 1,399                       | <b>0,040*</b> |
| <b>ССБ</b>             | 0,818                         | 0,515          | 0,614                      | 0,845 | 0,765                       | 0,890         |
| <b>ПСБ (шкала ССБ)</b> | 0,666                         | 0,767          | 0,900                      | 0,392 | 0,890                       | 0,407         |

| методики              | Предрешенная<br>эго-идентичность |          | Диффузная<br>эго-идентичность |               | Автономная<br>эго-идентичность |          |
|-----------------------|----------------------------------|----------|-------------------------------|---------------|--------------------------------|----------|
|                       | <b>Z</b>                         | <b>p</b> | <b>Z</b>                      | <b>p</b>      | <b>Z</b>                       | <b>p</b> |
| <b>МБ</b> (шкала ССБ) | 0,883                            | 0,416    | 0,849                         | 0,467         | 0,997                          | 0,274    |
| <b>ФБ</b> (шкала ССБ) | 0,983                            | 0,289    | 1,435                         | <b>0,033*</b> | 0,981                          | 0,290    |
| <b>ДБ</b> (шкала ССБ) | 1,053                            | 0,218    | 0,943                         | 0,336         | 1,055                          | 0,216    |

**Примечание:** ШСБ – шкала субъективного благополучия; ШУДЖ – шкала удовлетворенности жизнью; УДЖ – опросник «Удовлетворенность жизнью»; Шкала депрессии – шкала депрессии Бека; ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; ПСБ – психосоциальное благополучие; МБ – материальное благополучие; ФБ – физическое благополучие; ДБ – духовное благополучие; **Z** – статистика Z Колмогорова-Смирнова; **p** – уровень значимости.

Как видно из таблицы 11 в группе с предрешенной идентичностью две методики – шкала удовлетворенности жизнью и шкала депрессии Бека набрали статистически значимые значения ( $p \leq 0.05$ ), что свидетельствует о ненормальности распределения ответов по данным методикам. В группе со статусом диффузной идентичности статистически значимое значение ( $p \leq 0.05$ ) получила шкала физического благополучия методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ). В группе с автономной идентичностью статистически значимое значение ( $p \leq 0.05$ ) получила шкала депрессии Бека.

В связи с тем, что распределение выборок с разным статусом идентичности по некоторым шкалам является отличным от нормального, то для оценки значимости различий был применен непараметрический критерий U Манна-Уитни. Средние значения уровня субъективного благополучия по показателям различных методик и значения уровня удовлетворенности жизненными сферами (по методике диагностики структуры субъективного благополучия, ССБ) у респондентов с разными статусами эго-идентичности можно увидеть в приложении Г. Показатели значимости различия между группами с различными статусами эго-идентичности по результатам диагностики представлены в таблице 12.

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

| Методика  | Статус эго-идентичности |        |           |        |         |       |
|---|-------------------------|--------|-----------|--------|---------|-------|
|   | А/С                     |        | С/Ф       |        | А/Ф     |       |
|   | U                       | p      | U         | p      | U       | p     |
| Шкала субъективного благополучия (ШСБ)                          | 2657,5***               | <0,001 | 5145,5*** | <0,001 | 7922,5* | 0,05  |
| Шкала удовлетворенности жизнью (ШУДЖ)                           | 3536,5***               | <0,001 | 6205***   | <0,001 | 8588,5  | 0,364 |
| Опросник «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ)                       | 1892,5***               | <0,001 | 4463,5*** | <0,001 | 7214**  | 0,003 |
| Шкала депрессии Бека  | 2548***                 | <0,001 | 5604,5*** | <0,001 | 7530**  | 0,01  |
| Методика диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) | 4304***                 | <0,001 | 6291,5*** | <0,001 | 8980    | 0,762 |
| Психосоциальное благополучие (шкала ССБ)                        | 3968,5***               | <0,001 | 5744***   | <0,001 | 9001    | 0,768 |
| Материальное благополучие (шкала ССБ)                           | 6022,5**                | 0,005  | 8166,5*** | <0,001 | 8627    | 0,397 |
| Физическое благополучие (шкала ССБ)                             | 5063***                 | <0,001 | 7647***   | <0,001 | 9077    | 0,877 |
| Духовное благополучие (шкала ССБ)                               | 5573***                 | <0,001 | 7644***   | <0,001 | 8882    | 0,649 |

**Примечания:**

1. **А** – автономия (статус автономной эго-идентичности); **С** – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); **Ф** – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); **U** – критерий U Манна-Уитни; **p** – уровень значимости.

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

Как можно увидеть из таблицы 12, группа респондентов с диффузной идентичностью имеет статистически значимо более низкие показатели уровня субъективного благополучия по всем методикам и по отдельным шкалам методики ССБ по сравнению с группами предрешенной и автономной эго-идентичности, а также более высокие показатели по уровню депрессии ( $p \leq 0,001$  по всем методикам). Более того, как мы можем увидеть в приложении Г, в группе со статусом диффузной эго-идентичности встречается самый высокий максимальный балл по уровню депрессии.

По уровню субъективного благополучия именно у группы респондентов со статусом диффузной эго-идентичности наблюдаются самые низкие минимальные баллы по всем методикам субъективного благополучия (кроме шкалы субъективного благополучия, поскольку она является обратной) и по отдельным шкалам методики диагностики структуры субъективного благополучия. По шкале субъективного благополучия (ШСБ), наоборот, представлен самый высокий максимальный балл по сравнению с другими группами. В данной группе симптомы депрессии наблюдаются у 67% респондентов ( $n=89$ ), при этом у 37 из них (27,8%) наблюдаются симптомы выраженной или тяжелой депрессии. В данной группе встречается максимальный балл, который можно набрать по шкале депрессии Бека (40). Для сравнения, в группе с автономной эго-идентичностью данный балл составил 19, с предрешенной – 33.

Полученные данные свидетельствуют не только о том, что уровень субъективного благополучия в собственно критической фазе значительно снижается, но также и о том, что отдельные респонденты в собственно критической фазе испытывают значительные негативные переживания, которые вообще не встречаются в других фазах кризиса. При этом негативные переживания затрагивают абсолютно все компоненты субъективного благополучия – эвдемоническое благополучие, эмоциональное благополучие и удовлетворенность, как жизненными сферами, так и жизнью в целом.

В группе с автономной эго-идентичностью, что соответствует фазе благополучного выхода из кризиса, наоборот, преобладают удовлетворительные и высокие показатели уровня субъективного благополучия. В отличие от группы со статусом диффузной эго-идентичности, у преобладающего количества респондентов с автономной эго-идентичностью отсутствуют депрессивные симптомы (90%), у остальных 11 респондентов (10%) наблюдаются слабовыраженные симптомы депрессии. Симптомы выраженной и тяжелой депрессии в данной группе отсутствуют. По шкале депрессии у группы с автономной эго-идентичностью самый низкий максимально набранный балл (19 по сравнению с 40 у группы с диффузной и 33 у группы с предрешенной).

На основании результатов, представленных в приложении Г, мы можем увидеть, что минимальные значения по уровню субъективного благополучия, встречающиеся у группы респондентов со статусом автономной эго-идентичности, превышают минимальные значения у респондентов с диффузной и предрешенной эго-идентичностью (кроме методики ШСБ, поскольку она является обратной). Так, по шкале удовлетворенности жизнью (ШУДЖ) данный балл составил 13 по сравнению с 5 и 9 соответственно, и 40 по методике «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ) по сравнению с 1 и 23 соответственно. По методике диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) минимальный набранный балл составил 94, тогда как у групп с диффузной и предрешенной эго-идентичностью он составил 55 и 87 соответственно. Схожая картина наблюдается и по отдельным шкалам данной методики (см. таблицу 2 в приложении Г). Таким образом, низкие значения по уровню субъективного благополучия, которые встречаются в других группах, у группы респондентов с автономной эго-идентичностью не наблюдаются. Стандартное отклонение в данной группе по всем методикам и шкалам меньше, чем в других группах, что говорит о том, что сильного разброса в оценках нет. Полученные данные свидетельствуют о стабильном положительном оценивании собственного благополучия респондентами в фазе выхода из нормативного кризиса.

Что касается группы респондентов со статусом предрешенной эго-идентичности, в данной группе средние показатели уровня субъективного благополучия практически не отличаются от показателей респондентов с автономной эго-идентичностью. Статистически значимые различия между группами респондентов со статусами автономной и предрешенной эго-идентичности были выявлены по результатам методики «Удовлетворенность жизнью» ( $p \leq 0.01$ ), Шкала субъективного благополучия ( $p \leq 0.05$ ) и шкала депрессии Бека ( $p \leq 0.01$ ). При этом у респондентов с автономной эго-идентичностью в целом наблюдаются более высокие показатели субъективного благополучия по методике УДЖ и более низкие по шкале депрессии Бека и

Шкале субъективного благополучия по сравнению с группой со статусом предрешенной эго-идентичности.

Таким образом, у респондентов в предритической фазе отмечаются более низкие показатели эмоционального и эвдемонического компонентов субъективного благополучия по сравнению с группой респондентов в фазе выхода из кризиса. Полученные данные свидетельствуют о возникновении психологического и эмоционального дискомфорта в предритической фазе кризиса, несмотря на высокие уровни когнитивных показателей удовлетворенности жизнью и ее отдельными сферами.

На рисунке 8 графически представлена разница между средними значениями уровня субъективного благополучия и депрессии у респондентов с разными статусами эго-идентичности. Следует напомнить, что шкала субъективного благополучия (ШСБ) является обратной, и соответственно, чем выше показатель – тем ниже уровень субъективного благополучия.

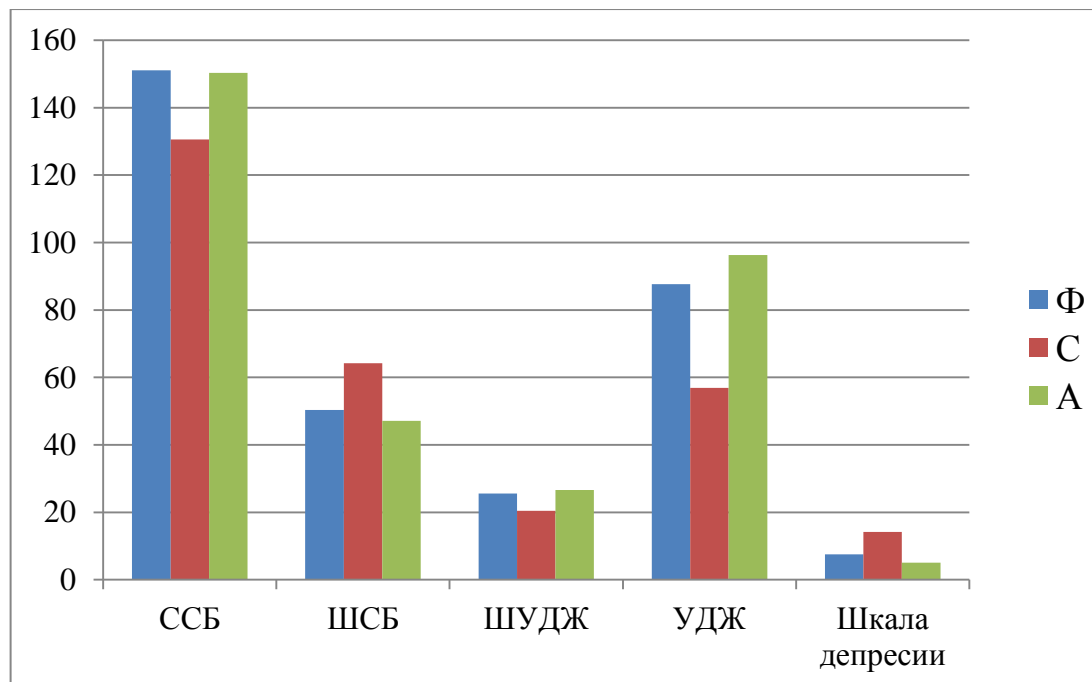


Рисунок 8. Средние значения по результатам методик в группах с различным статусом эго-идентичности

**Примечание:** ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; ШСБ – шкала субъективного благополучия; ШУДЖ – шкала удовлетворенности жизнью; УДЖ – опросник «Удовлетворенность жизнью»; Шкала депрессии – шкала депрессии Бека; Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности).



Как и в группе со статусом диффузной эго-идентичности в группе респондентов со статусом предрешенной эго-идентичности наблюдается большой разброс в субъективном оценивании собственного благополучия. Максимальные баллы по уровню субъективного благополучия, которые встречаются в группе предрешенной эго-идентичности, не отличаются от максимальных баллов в группе с автономной идентичностью, или же превышают их. При этом, минимальные значения по уровню субъективного благополучия у респондентов с предрешенной эго-идентичностью ниже по сравнению с группой с автономной эго-идентичностью (см. приложение Г). По шкале депрессии в данной группе встречается более высокий максимальный балл (33) по сравнению с группой автономной эго-идентичности (19).

Таким образом, представителям данной группы свойственны как завышенные, так и заниженные представления о собственном благополучии.. Схожая картина наблюдается и у группы с диффузной эго-идентичностью, однако в целом в группе с диффузной эго-идентичностью прослеживается тенденция к более низкому оцениванию собственного благополучия, и более высоким показателям по шкале депрессии. Тогда как у группы с предрешенной эго-идентичностью наблюдается тенденция к более высоким показателям субъективного благополучия и низким уровня депрессии.

У 48 респондентов с предрешенной эго-идентичностью (что составляет 30% данной группы) присутствуют симптомы депрессии. У большинства из них наблюдаются слабо выраженные ( $n=28$ ) и умеренно выраженные симптомы ( $n=12$ ). Симптомы выраженной и тяжелой депрессии наблюдаются только у 7 респондентов (4,5%). Можно увидеть, что по уровню депрессии у группы с предрешенной эго-идентичностью встречаются более высокие показатели по сравнению с группой с автономной эго-идентичностью и более низкие по сравнению с группой с диффузной эго-идентичностью.

Наиболее устойчивыми положительными показателями характеризуется группа респондентов с автономной эго-идентичностью. В данной группе встречаются преимущественно высокие и удовлетворительные баллы по

методикам субъективного благополучия и отсутствуют симптомы депрессии. Группы со статусом диффузной и предрешенной эго-идентичности отличаются большим разбросом в оценивании своего благополучия, при этом группа с предрешенной эго-идентичностью имеет тенденцию к более высоким оценкам по показателям благополучия и низким по шкале депрессии, а группа с диффузной эго-идентичностью – к более низким по уровню благополучия и высоким по шкале депрессии.

Таким образом, на основании полученных результатов можно увидеть, как изменяются показатели субъективного благополучия в разных фазах нормативных кризисов развития личности. Так, в предкритической фазе наблюдаются в среднем довольно высокие показатели субъективного благополучия. Однако данные результаты обусловлены тем, что в данной фазе некоторые индивиды могут идеализировать происходящие изменения социальной ситуации развития, что приводит к завышению показателей субъективного благополучия, что характеризуется чрезвычайно высокими оценками по всем или большинству показателей субъективного благополучия. Тогда как другие индивиды уже столкнулись с расхождением идеального и реального образов Я, что привело к снижению в показателях субъективного благополучия, особенно эвдемонического и эмоционального его компонентов, как и предполагалось в теоретической модели изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности (см. 1.3). В связи с этим в данной группе наблюдаются более низкие показатели эмоционального и эвдемонического благополучия по сравнению с группой автономной эго-идентичности, что, вероятно, свидетельствует о том, что, несмотря на общую удовлетворенность жизнью и ее отдельными сферами, индивиды в предкритической фазе начинают испытывать эмоциональный и психологический дискомфорт.

Для собственно критической фазы характерно значительное снижение всех показателей субъективного благополучия и возрастание депрессивной симптоматики. Наличие высоких и завышенных показателей субъективного

благополучия у отдельных индивидов в данной группе свидетельствует о возможных попытках отрицания кризиса, а также желание выглядеть лучше в глазах себя или исследователя. Существует вероятность того, что на результаты может также влиять эмоциональная нестабильность данной фазы, когда эмоциональное состояние индивида за короткий промежуток времени может колебаться от крайне высокого до крайне низкого, и наоборот.

В фазе выхода из кризиса наблюдаются наиболее устойчивые высокие и выше среднего показатели всех компонентов субъективного благополучия. Симптоматика депрессии у людей с автономной эго-идентичностью отсутствует или, в редких случаях, представлена крайне незначительно. Полученные результаты подтверждают нашу гипотезу о том, что уровень субъективного благополучия связан со статусами эго-идентичности и изменяется в процессе проживания различных фаз нормативных кризисов развития.

С целью определения взаимосвязи между различными компонентами субъективного благополучия и статусами эго-идентичности нами был проведён корреляционный анализ. Нами были сопоставлены показатели различных методик, диагностирующих различные компоненты субъективного благополучия, и показатели, полученные по трем шкалам СЭИ-теста, соответствующим трем статусам эго-идентичности (Ф – предрешенная, С – диффузная, А – автономия). Анализ проводился на полной выборке (N=408) с использованием коэффициент корреляции Пирсона. Полученные в результате корреляционного анализа данные представлены в таблице 13.

Таблица 13

**Коэффициенты корреляции показателей различных методик диагностики субъективного благополучия с показателями шкал СЭИ-теста**

| Методика  | Статус эго-идентичности |        |           |        |         |       |
|---|-------------------------|--------|-----------|--------|---------|-------|
|   | Ф                       |        | С         |        | А       |       |
|   | г                       | р      | г         | р      | г       | р     |
| Методика диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) | 0,284***                | <0,001 | -0,366*** | <0,001 | 0,140** | 0,005 |

| Методика                                  | Статус эго-идентичности |        |           |        |           |        |
|---|-------------------------|--------|-----------|--------|-----------|--------|
|   | Ф                       |        | С         |        | А         |        |
|   | г                       | р      | г         | р      | г         | р      |
| Шкала субъективного благополучия (ШСБ)    | -0,209***               | <0,001 | 0,505***  | <0,001 | -0,313*** | <0,001 |
| Шкала удовлетворенности жизнью (ШУДЖ)     | 0,177***                | <0,001 | -0,384*** | <0,001 | 0,226***  | <0,001 |
| Опросник «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ) | 0,232***                | <0,001 | -0,630*** | <0,001 | 0,408***  | <0,001 |
| Шкала депрессии Бека                      | -0,040                  | 0,417  | 0,544***  | <0,001 | -0,457*** | <0,001 |

**Примечания:**

1. **Ф** – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); **С** – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); **А** – автономия (статус автономной эго-идентичности); **г** – коэффициент корреляции; **р** – уровень значимости.

2. 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 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 по подразделу**

На основании анализа результатов мы можем сделать вывод, что гипотеза о том, что субъективное благополучие изменяется в процессе нормативного кризиса развития личности и связано со статусами эго-идентичности, получила

подтверждение. Так, предкритическая фаза характеризуется высоким разбросом показателей субъективного благополучия (от крайне низких до крайне высоких показателей). Собственно критическая фаза характеризуется очень низкими показателями субъективного благополучия и высоким уровнем депрессии. В фазе выхода из кризиса наблюдаются наиболее устойчивые высокие и выше среднего показатели всех компонентов субъективного благополучия, депрессивная симптоматика отсутствует.

### ***3.3.2 Гендерная специфика субъективного благополучия в разных фазах нормативного кризиса развития личности***

В предыдущем подразделе (3.3.1) были выявлены различия в субъективном благополучии у респондентов с различными статусами эго-идентичности. С целью проверки, существует ли данная тенденция в женской и мужской выборках, был проведен анализ различий в субъективном переживании мужчин и женщин собственного благополучия в разных фазах нормативных кризисов развития. Для реализации данной задачи общая выборка (N=408) была разделена на 6 групп:

- женщины со статусом предрешенной эго-идентичности (n=72)
- мужчины со статусом предрешенной эго-идентичности (n=89)
- женщины со статусом диффузной эго-идентичности (n=74)
- мужчины со статусом диффузной эго-идентичности (n=59)
- женщины со статусом автономной эго-идентичности (n=65)
- мужчины со статусом автономной эго-идентичности (n=49)

С целью определения наиболее подходящего критерия для оценки значимости различий между выделенными группами была проведена проверка нормальности выборочного распределения при помощи непараметрического критерия Колмогорова-Смирнова (см. приложение Д, таблицы 1 и 2). В связи с тем, что распределение оценок в выборках по всем методикам и шкалам (кроме

шкалы депрессии у группы мужчин с предрешенной эго-идентичностью) является нормальным, для оценки значимости различий между разными выборками был использован t-критерий Стьюдента.

Средние значения по результатам различных методик в группах женщин с различным статусом эго-идентичности представлены в таблице 14. В таблице 15 представлены показатели значимости различий между группами с различными статусами эго-идентичности в женской выборке.

Таблица 14

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

|   |                   | ССБ           | ШСБ          | ШУДЖ         | УДЖ          | Шкала депрессии |
|---|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|
| Ф | Среднее           | <b>145,85</b> | <b>54,80</b> | <b>24,89</b> | <b>80,98</b> | <b>7,94</b>     |
|   | N                 | 72            | 72           | 72           | 72           | 72              |
|   | Станд. отклонение | 19,32         | 12,17        | 5,51         | 23,92        | 6,04            |
|   | Минимум           | 97            | 26           | 12           | 33           | 0               |
|   | Максимум          | 180           | 83           | 35           | 132          | 31              |
| С | Среднее           | <b>120,80</b> | <b>68,12</b> | <b>19,59</b> | <b>50,13</b> | <b>15,23</b>    |
|   | N                 | 74            | 74           | 74           | 74           | 74              |
|   | Станд. отклонение | 26,19         | 13,69        | 6,75         | 26,19        | 9,19            |
|   | Минимум           | 55            | 42           | 8            | 1            | 1               |
|   | Максимум          | 166           | 107          | 34           | 104          | 40              |
| А | Среднее           | <b>149,94</b> | <b>48,69</b> | <b>26,32</b> | <b>93,63</b> | <b>5,62</b>     |
|   | N                 | 65            | 65           | 65           | 65           | 65              |
|   | Станд. отклонение | 20,07         | 11,37        | 4,50         | 20,24        | 4,04            |
|   | Минимум           | 94            | 23           | 13           | 40           | 0               |
|   | Максимум          | 187           | 83           | 35           | 134          | 19              |

**Примечание:** ШСБ – шкала субъективного благополучия; ШУДЖ – шкала удовлетворенности жизнью; УДЖ – опросник «Удовлетворенность жизнью»; Шкала депрессии – шкала депрессии Бека; ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; N – объем выборки; Минимум – минимальный балл по шкале; Максимум – максимальный балл по шкале; Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности).

**Значения критерия t Стьюдента для оценки различий уровня субъективного благополучия между группами с различными статусами эго-идентичности (женщины)**

| Методика        | Статус эго-идентичности |        |           |        |          |       |
|-----------------|-------------------------|--------|-----------|--------|----------|-------|
|                 | А/С                     |        | С/Ф       |        | А/Ф      |       |
|                 | t                       | p      | t         | p      | t        | p     |
| ШСБ             | -9,030***               | <0,001 | 6,206***  | <0,001 | -3,028** | 0,001 |
| УДЖ             | 10,843***               | <0,001 | -7,427*** | <0,001 | 3,321*** | 0,001 |
| ШУДЖ            | 6,811***                | <0,001 | -5,184*** | <0,001 | 1,657    | 0,1   |
| Шкала депрессии | -7,793***               | <0,001 | 5,642***  | <0,001 | -2,623*  | 0,01  |
| ССБ             | 7,285***                | <0,001 | -6,562*** | <0,001 | 1,215    | 0,227 |
| ПСБ (шкала ССБ) | 7,844***                | <0,001 | -7,365*** | <0,001 | 0,676    | 0,5   |
| МБ (шкала ССБ)  | 3,825***                | <0,001 | -3,487*** | 0,001  | 0,592    | 0,555 |
| ФБ (шкала ССБ)  | 5,644***                | <0,001 | -3,375*** | 0,001  | 2,245*   | 0,026 |
| ДБ (шкала ССБ)  | 4,174***                | <0,001 | -3,821*** | <0,001 | 0,318    | 0,751 |

**Примечания:**

1. **ШСБ** – шкала субъективного благополучия; **УДЖ** – опросник «Удовлетворенность жизнью»; **ШУДЖ** – шкала удовлетворенности жизнью; **Шкала депрессии** – шкала депрессии Бека; **ССБ** – общий балл по методике диагностики структуры субъективного благополучия; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **А** – автономия (статус автономной эго-идентичности); **С** – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); **Ф** – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); **t** – t-критерий Стьюдента; **p** – уровень значимости.

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

Как можно увидеть по результатам, представленным в таблице 15, группа женщин со статусом диффузной эго-идентичности отличается наиболее низкими показателями субъективного благополучия по всем методикам и шкалам методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) по сравнению с респондентами со статусами автономной и предрешенной эго-идентичности на очень высоком уровне значимости ( $p \leq 0.001$ ). Также данная группа отличается самыми высокими показателями по шкале депрессии по сравнению с другими группами ( $p \leq 0.001$ ).

Как можно увидеть в таблице 14, в группе с диффузной эго-идентичностью по всем методикам субъективного благополучия (кроме шкалы субъективного

благополучия, ШСБ) встречаются самые низкие минимальные и максимальные значения по сравнению с другими группами. По шкале депрессии и шкале субъективного благополучия (ШСБ) встречаются самые высокие максимальные значения по сравнению с группами автономной и предрешенной эго-идентичности. Таким образом, мы можем увидеть, что в целом все показатели в данной группе распределяются в сторону сниженного благополучия, что подтверждает нашу теоретическую модель о снижении уровня субъективного благополучия в собственно критической фазе нормативных кризисов.

Самые высокие показатели субъективного благополучия отмечаются в группе женщин с автономной эго-идентичностью. По сравнению с группой женщин со статусом предрешенной эго-идентичности у данной группы отмечаются статистически значимо более высокие показатели субъективного благополучия по шкале субъективного благополучия ( $p \leq 0.01$ ) и по результатам опросника «Удовлетворенность жизнью» ( $p \leq 0.001$ ). Показатели уровня депрессии у женщин с автономной эго-идентичностью статистически значимо ниже по сравнению с группой со статусом предрешенной эго-идентичности ( $p \leq 0.05$ ). Это свидетельствует о том, что, несмотря на удовлетворенность жизнью и ее отдельными сферами (когнитивный компонент субъективного благополучия), в предкритической фазе у женщин наблюдается снижение психологического и эмоционального комфорта.

По общему баллу экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) статистически значимых различий выявлено не было. Однако по шкале физического благополучия данной методики были отмечены более высокие показатели у женщин с автономной эго-идентичностью по сравнению с женщинами со статусом предрешенной эго-идентичности. Возможно, полученные данные свидетельствуют о возникновении психосоматических реакций в связи со снижением уровня эвдемонического и эмоционального благополучия.

В целом, на основе результатов, представленных в таблицах 14 и 15, можно увидеть, что группа респондентов со статусом автономной эго-идентичности отличается наиболее устойчивыми позитивными показателями по сравнению с



группами предрешенной и диффузной эго-идентичности. В группе с предрешенной эго-идентичностью показатели субъективного благополучия значительно превышают значения в группе с диффузной эго-идентичностью, однако по результатам нескольких методик статистически значимо ниже, чем в группе с автономной эго-идентичностью.

Рассмотрим данные показатели в мужской выборке. Средние значения по результатам различных методик в группах мужчин с различным статусом эго-идентичности представлены в таблице 16. В таблице 17 представлены показатели значимости различий между группами с различными статусами эго-идентичности в мужской выборке.

Таблица 16

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

|   |                   | ССБ           | ШСБ          | ШУДЖ         | УДЖ          | Шкала депрессии |
|---|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|
| Ф | Среднее           | <b>155,31</b> | <b>46,83</b> | <b>26,23</b> | <b>93,21</b> | <b>7,19</b>     |
|   | N                 | 89            | 89           | 89           | 89           | 89              |
|   | Станд. отклонение | 25,66         | 13,21        | 6,39         | 26,03        | 7,28            |
|   | Минимум           | 87            | 17           | 9            | 23           | 0               |
|   | Максимум          | 200           | 82           | 35           | 146          | 33              |
| С | Среднее           | <b>143,03</b> | <b>59,46</b> | <b>21,69</b> | <b>65,56</b> | <b>12,91</b>    |
|   | N                 | 59            | 59           | 59           | 59           | 59              |
|   | Станд. отклонение | 24,05         | 15,92        | 6,81         | 25,72        | 7,93            |
|   | Минимум           | 82            | 17           | 5            | 3            | 0               |
|   | Максимум          | 192           | 90           | 35           | 128          | 37              |
| А | Среднее           | <b>150,88</b> | <b>45,00</b> | <b>26,92</b> | <b>99,84</b> | <b>4,47</b>     |
|   | N                 | 49            | 49           | 49           | 49           | 49              |
|   | Станд. отклонение | 17,91         | 12,18        | 4,00         | 19,66        | 3,24            |
|   | Минимум           | 114           | 17           | 18           | 60           | 0               |
|   | Максимум          | 194           | 72           | 33           | 146          | 13              |

**Примечание:** ШСБ – шкала субъективного благополучия; ШУДЖ – шкала удовлетворенности жизнью; УДЖ – опросник «Удовлетворенность жизнью»; Шкала депрессии – шкала депрессии Бека; ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; N – объем выборки; Минимум – минимальный балл по шкале; Максимум – максимальный балл по шкале; Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности).

**Значения критерия t Стьюдента для оценки различий уровня субъективного благополучия между группами с различными статусами эго-идентичности (мужчины)**

| Методика        | Статус эго-идентичности |        |           |        |         |       |
|-----------------|-------------------------|--------|-----------|--------|---------|-------|
|                 | А/С                     |        | С/Ф       |        | А/Ф     |       |
|                 | t                       | p      | t         | p      | t       | p     |
| ШСБ             | -5,512***               | <0,001 | 5,241***  | <0,001 | -0,801  | 0,425 |
| УДЖ             | 7,652***                | <0,001 | -6,357*** | <0,001 | 1,553   | 0,123 |
| ШУДЖ            | 4,731***                | <0,001 | -4,123*** | <0,001 | 0,677   | 0,5   |
| Шкала депрессии | -6,980***               | <0,001 | 4,517***  | <0,001 | -2,481* | 0,014 |
| ССБ             | 1,888                   | 0,062  | -2,922**  | 0,004  | -1,074  | 0,285 |
| ПСБ (шкала ССБ) | 2,706**                 | 0,008  | -3,348*** | 0,001  | 0,711   | 0,478 |
| МБ (шкала ССБ)  | 0,298                   | 0,767  | -1,607    | 0,11   | -1,313  | 0,192 |
| ФБ (шкала ССБ)  | 1,315                   | 0,191  | -2,263*   | 0,025  | -1,049  | 0,296 |
| ДБ (шкала ССБ)  | 1,136                   | 0,259  | -1,888    | 0,061  | -0,605  | 0,547 |

**Примечания:**

1. **ШСБ** – шкала субъективного благополучия; **УДЖ** – опросник «Удовлетворенность жизнью»; **ШУДЖ** – шкала удовлетворенности жизнью; **Шкала депрессии** – шкала депрессии Бека; **ССБ** – общий балл по методике диагностики структуры субъективного благополучия; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **Ф** – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); **С** – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); **А** – автономия (статус автономной эго-идентичности); **t** – t-критерий Стьюдента; **p** – уровень значимости.

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

В группе мужчин с диффузной эго-идентичностью по всем методикам субъективного благополучия (кроме экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия, ССБ) наблюдаются статистически значимо более низкие значения по сравнению с группами с автономной и предрешенной эго-идентичностью. Также, как и в группе женщин с диффузной эго-идентичностью, в мужской группе с данным статусом наблюдается больший разброс в оценивании своего субъективного благополучия по всем методикам. Показатели депрессии превышают значения в других двух группах. По результатам экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ) статистически значимых различий по общему баллу нет, однако по шкале психосоциального благополучия в группе с диффузной эго-идентичности наблюдаются более низкие баллы по сравнению с другими группами ( $p \leq 0.01$ ).

Это говорит о том, что, по сравнению с женской выборкой, в мужской выборке в период нормативного кризиса удовлетворенность материальной, физической и духовной сферой у многих мужчин остаётся на прежнем уровне. Возможно, для многих мужчин эти сферы являются психологическими ресурсами личности, которые помогают переживать нормативные кризисы. Также возможно, что мужчины в период нормативных кризисов более объективно оценивают уровень своего субъективного благополучия и не переносят негативные переживания, вызванные кризисом, на сферы, которые данный кризис не затрагивает. Однако в данной группе по сравнению с группой автономной эго-идентичности встречается больший разброс в оценивании удовлетворенностью данными сферами (стандартное отклонение больше, чем в группе с автономной эго-идентичностью, минимальные встречающиеся баллы ниже – см. таблицу 16).

Средние значения по результатам различных шкал методики ССБ в группах мужчин с различным статусом эго-идентичности представлены в таблице 18.

Таблица 18

**Средние значения уровня удовлетворенности жизненными сферами в мужской выборке (шкалы методики ССБ)**

|   |                   | ПСБ          | МБ           | ФБ           | ДБ           |
|---|-------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Ф | Среднее           | <b>63,82</b> | <b>29,98</b> | <b>31,46</b> | <b>30,06</b> |
|   | N                 | 89           | 89           | 89           | 89           |
|   | Станд. отклонение | 10,85        | 6,50         | 6,97         | 6,18         |
|   | Минимум           | 38           | 11           | 10           | 8            |
|   | Максимум          | 80           | 40           | 40           | 40           |
| С | Среднее           | <b>57,78</b> | <b>28,24</b> | <b>28,98</b> | <b>28,03</b> |
|   | N                 | 59           | 59           | 59           | 59           |
|   | Станд. отклонение | 10,59        | 6,38         | 5,78         | 6,67         |
|   | Минимум           | 33           | 11           | 11           | 7            |
|   | Максимум          | 77           | 40           | 40           | 40           |
| А | Среднее           | <b>62,59</b> | <b>28,57</b> | <b>30,30</b> | <b>29,41</b> |
|   | N                 | 49           | 49           | 49           | 49           |
|   | Станд. отклонение | 7,17         | 5,04         | 4,41         | 5,73         |
|   | Минимум           | 47           | 14           | 18           | 13           |
|   | Максимум          | 79           | 40           | 40           | 38           |

**Примечание:** ПСБ – психосоциальное благополучие; МБ – материальное благополучие; ФБ – физическое благополучие; ДБ – духовное благополучие; N – объем выборки; Минимум – минимальный балл по шкале; Максимум – максимальный балл по шкале; Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности).

Между группами мужчин с автономной и предрешенной эго-идентичностью статистически значимых результатов по методикам субъективного благополучия отмечено не было. Однако выборка мужчин с предрешенной эго-идентичностью также отличается большим разбросом в субъективном оценивании собственного благополучия. В данной выборке встречаются наиболее завышенные показатели субъективного благополучия по сравнению с остальными группами, как мужчин, так и женщин. При этом, минимальные баллы, встречающиеся по данным методикам в данной группе, ниже минимальных баллов в группе мужчин с автономной эго-идентичностью (см. таблицу 16).

Показатели выраженности симптомов депрессии в группе со статусом предрешенной эго-идентичности ниже, чем в группе с диффузной эго-идентичностью, однако значительно превышают показатели депрессии в группе с автономной эго-идентичностью.

Таким образом, мы можем увидеть, что переживание субъективного благополучия в мужской и женской выборках несколько различается. С целью проверки значимости различий в субъективном переживании мужчин и женщин собственного благополучия в процессе проживания нормативных кризисов развития, были сопоставлены группы мужчин и женщин с различными статусами эго-идентичности. Показатели t-критерия представлены в таблице 19.

Таблица 19

**Значения t-критерия Стьюдента для оценки различий уровня субъективного благополучия между группами мужчин и женщин с различными статусами эго-идентичности**

| Методика        | Статус эго-идентичности |        |           |        |        |       |
|-----------------|-------------------------|--------|-----------|--------|--------|-------|
|                 | Ф                       |        | С         |        | А      |       |
|                 | t                       | p      | t         | p      | t      | p     |
| ШСБ             | 3,944***                | <0,001 | 3,373***  | 0,001  | 1,664  | 0,99  |
| УДЖ             | -3,072**                | 0,003  | -3,401*** | 0,001  | -1,640 | 0,104 |
| ШУДЖ            | -1,413                  | 0,160  | -1,776    | 0,078  | -0,732 | 0,466 |
| Шкала депрессии | 0,703                   | 0,483  | 1,531     | 0,128  | 1,628  | 0,106 |
| ССБ             | -2,591**                | 0,01   | -5,043*** | <0,001 | -0,259 | 0,796 |
| ПСБ (шкала ССБ) | -1,998*                 | 0,047  | -5,229*** | <0,001 | -0,636 | 0,526 |

| Методика       | Статус эго-идентичности |        |           |        |        |       |
|----------------|-------------------------|--------|-----------|--------|--------|-------|
|                | Ф                       |        | С         |        | А      |       |
|                | t                       | p      | t         | p      | t      | p     |
| МБ (шкала ССБ) | -1,514                  | 0,132  | -2,927**  | 0,004  | 0,491  | 0,624 |
| ФБ (шкала ССБ) | -3,852***               | <0,001 | -4,665*** | <0,001 | -0,802 | 0,424 |
| ДБ (шкала ССБ) | -0,759                  | 0,449  | -2,271*   | 0,025  | 0,693  | 0,828 |

**Примечания:**

1. **ШСБ** – шкала субъективного благополучия; **УДЖ** – опросник «Удовлетворенность жизнью»; **ШУДЖ** – шкала удовлетворенности жизнью; **Шкала депрессии** – шкала депрессии Бека; **ССБ** – общий балл по методике диагностики структуры субъективного благополучия; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **Ф** – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); **С** – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); **А** – автономия (статус автономной эго-идентичности); **t** – t-критерий Стьюдента; **p** – уровень значимости.

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

На основе показателей t-критерия, представленных в таблице 19, мы можем увидеть, что статистически значимых различий в показателях субъективного благополучия между мужчинами и женщинами с автономной эго-идентичностью обнаружено не было. По всем методикам, как у мужчин, так и у женщин оценки распределились в сторону субъективного благополучия. Это свидетельствует о том, что успешное прохождение нормативных кризисов развития способствует достижению устойчивых высоких показателей субъективного благополучия как в женской, так и мужской выборках.

В группе со статусом диффузной эго-идентичности были обнаружены статистически значимые различия между мужской и женской выборкой по методикам: шкала субъективного благополучия, опросник «Удовлетворенность жизнью» и методика диагностики структуры субъективного благополучия. По результатам данных методик на очень высоком уровне значимости ( $p \leq 0,01$  и  $p \leq 0,001$ ) были выявлены более низкие показатели субъективного благополучия у женщин по сравнению с мужчинами. Таким образом, в критической фазе у женщин наблюдаются более низкие показатели удовлетворенности жизненными сферами, эмоционального и эвдемонического благополучия. При этом, по показателям депрессивной симптоматики и удовлетворенности жизнью в целом

статистически значимых различий между мужчинами и женщинами выявлено не было.

На рисунке 9 представлены средние значения показателей субъективного благополучия и депрессии мужчин и женщин со статусом диффузной эго-идентичности по результатам разных методик.

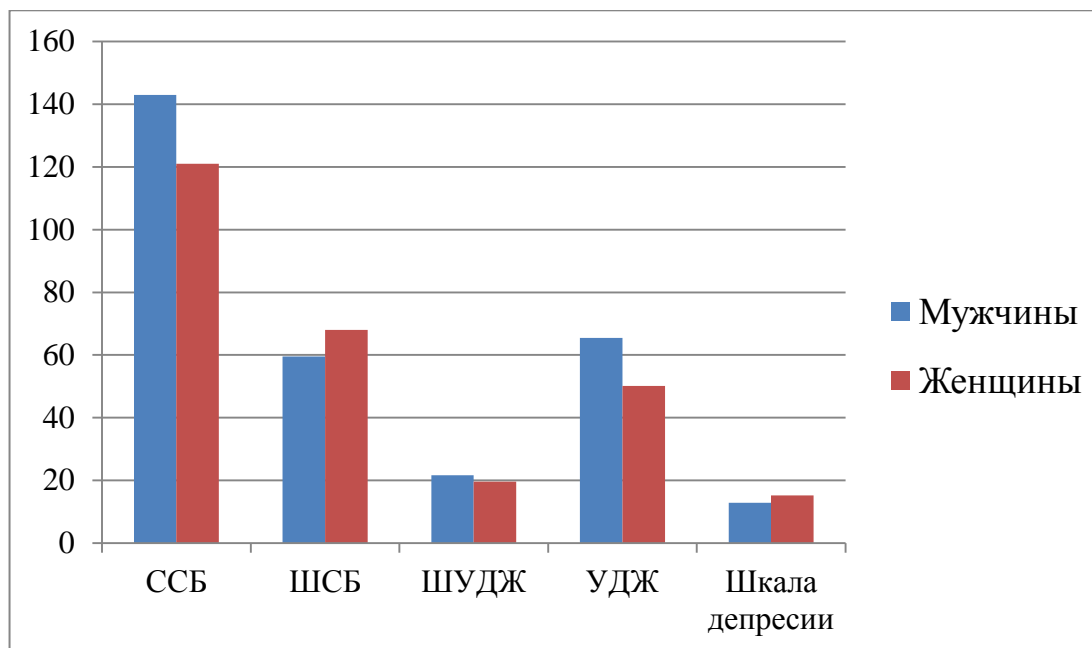


Рисунок 9. Средние значения по результатам методик мужчин и женщин со статусом диффузной эго-идентичности.

**Примечание:** **ССБ** – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; **ШСБ** – шкала субъективного благополучия; **ШУДЖ** – шкала удовлетворенности жизнью; **УДЖ** – опросник «Удовлетворенность жизнью»; **Шкала депрессии** – шкала депрессии Бека.

Выявленные статистически значимые различия в субъективной оценке собственного благополучия между мужской и женской выборками могут говорить о том, что женщины более склонны к негативным эмоциональным переживаниям и психологическому дискомфорту в период нормативных кризисов, либо об отрицании мужчинами своих негативных переживаний в связи с социальными ожиданиями в отношении проявлений чувств мужчинами. Также, женщинам свойственна более низкая оценка удовлетворенности жизненными сферами. В целом, по сравнению с группой с автономным статусом эго-идентичности как у женщин, так и у мужчин наблюдаются более низкие уровни субъективного благополучия и более высокий показатель по шкале депрессии.

На основании результатов t-критерия в группе со статусом предрешенной эго-идентичности (таблица 19) были также выявлены статистически значимые различия между мужчинами и женщинами по методикам: шкала субъективного благополучия ( $p \leq 0,001$ ), опросник «Удовлетворенность жизнью» ( $p \leq 0,01$ ), экспресс-методика диагностики структуры субъективного благополучия ( $p \leq 0,05$ ). При этом, показатели субъективного благополучия по вышеуказанным методикам в мужской выборке превышают показатели в женской. По результатам экспресс-методики диагностики структуры субъективного благополучия были выявлены более высокие показатели у мужчин по сравнению с женщинами по шкале удовлетворенности психосоциальным благополучием ( $p \leq 0,05$ ) и по шкале удовлетворенности физическим благополучием ( $p \leq 0,001$ ). Это может свидетельствовать о том, что, возможно, у мужчин с предрешенным статусом эго-идентичности более идеализированные представления о данных сферах своей жизни, поскольку в мужской выборке со статусом предрешенной эго-идентичности встречаются самые высокие максимальные баллы по не которым показателям субъективного благополучия по сравнению с остальными группами как женской, так и в мужской выборках (см. таблицы 16 и 18 – средние значения в мужской и женской выборках по результатам различных методик). Тогда как женщины с предрешенной эго-идентичностью меньше удовлетворены некоторыми аспектами своей жизни по сравнению как с мужской выборкой, так и с группой женщин с автономной эго-идентичностью.

В целом, по результатам всех методик в группе со статусом предрешенной эго-идентичности в большей мере наблюдаются показатели, расположенные в сторону субъективного благополучия. На рисунке 10 представлены средние значения показателей субъективного благополучия и депрессии мужчин и женщин со статусом предрешенной эго-идентичности по результатам разных методик.

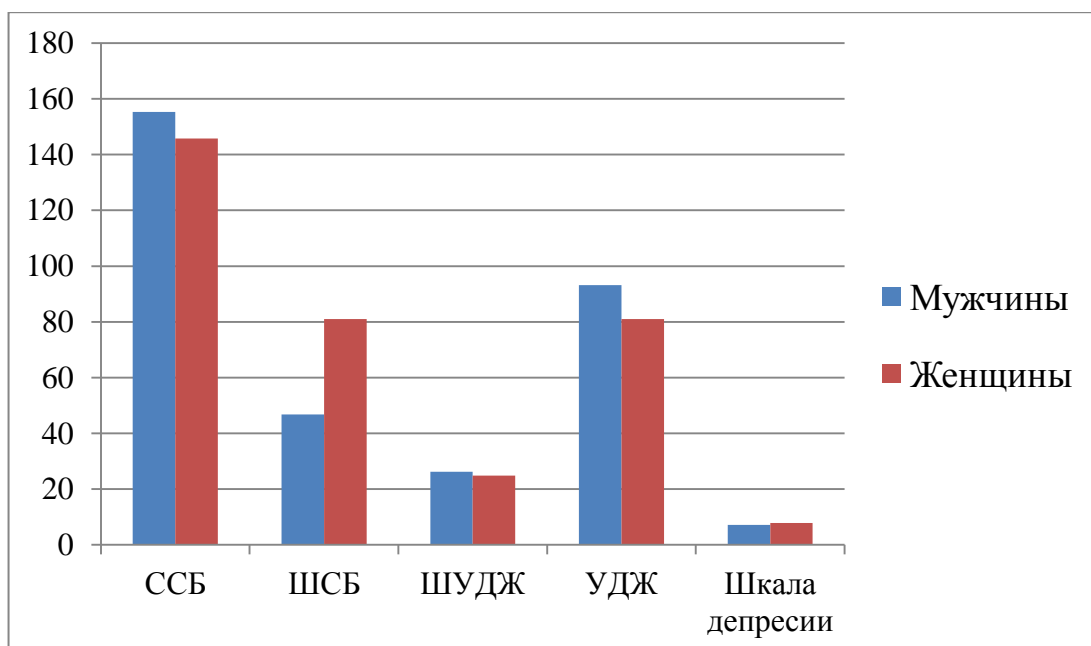


Рисунок 10. Средние значения по результатам методик мужчин и женщин со статусом предрешенной эго-идентичности.

**Примечание:** ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; ШСБ – шкала субъективного благополучия; ШУДЖ – шкала удовлетворенности жизнью; УДЖ – опросник «Удовлетворенность жизнью»; Шкала депрессии – шкала депрессии Бека

Таким образом, на основе анализов результатов исследования были выявлены гендерные особенности проживания нормативных кризисов развития. В нормативных кризисах как у мужчин, так и у женщин наблюдаются нестабильные оценки в предкритической фазе, которые чаще отклоняются в сторону субъективного благополучия, хотя при этом также наблюдаются и довольно высокие показатели депрессивной симптоматики. При этом, по некоторым показателям у мужчин наблюдаются статистически значимо более высокие показатели субъективного благополучия по сравнению с женской выборкой. В частности, отмечаются значительно более высокие показатели эмоционального благополучия (однако по шкале депрессии данных различий выявлено не было), эвдемонического благополучия и удовлетворенности жизненными сферами (особенно удовлетворенность своим физическим благополучием).

Также у мужчин с предрешенной эго-идентичностью наиболее часто встречаются завышенные показатели субъективного благополучия по сравнению с другими группами как мужчин, так и женщин с другими статусами эго-



идентичности. Это свидетельствует о том, что, возможно, как мы предполагали в теоретической модели субъективного благополучия (1.3), мужчины, находящиеся в предкритической фазе идеализируют происходящие изменения социальной ситуации развития. Тогда как у женщин в данной фазе, наоборот, встречаются более низкие показатели субъективного благополучия по сравнению с выборкой со статусом автономной эго-идентичности, что свидетельствует о том, что женщины меньше склонны идеализировать происходящие изменения социальной ситуации развития, и испытывают в этот период большее эмоциональное и психологическое напряжение.

При переходе в собственно критическую фазу в женской и мужской выборках отмечается значительное снижение уровня субъективного благополучия и увеличение показателей депрессивной симптоматики. Статистически значимых различий по уровню депрессии между мужской и женской выборками выявлено не было, однако показатели эмоционального и эвдемонического благополучия, а также удовлетворенности жизненными сферами, в группе со статусом диффузной эго-идентичности в мужской выборке значительно превышают показатели в женской. Возможно, данные различия обусловлены либо склонностью мужчин завышать уровень своего СБ в связи с социальными ожиданиями в отношении мужчин, либо наличием больших по сравнению с женщинами психологических ресурсов для совладания с критическими ситуациями, частности в сферах материального, физического и духовного благополучия, показатели удовлетворенности которыми остаются на прежнем уровне при переходе к критической фазе.

В фазе окончания нормативного кризиса при достижении статуса автономной эго-идентичности как в мужской, так и в женской выборках стабилизируются показатели субъективного благополучия. В данной фазе у всех респондентов отсутствуют депрессивная симптоматика, либо присутствуют незначительные слабовыраженные симптомы. Показатели субъективного благополучия на удовлетворительном и высоком уровне. Статистически значимых различий между мужчинами и женщинами нет, низкие оценки по

уровню субъективного благополучия не встречаются. Это свидетельствует о том, что вне кризиса мужчины и женщины не отличаются по уровню субъективного благополучия.

### ***Выводы по подразделу***

Существует гендерная специфика переживания субъективного благополучия в нормативных кризисах развития. В предкритической фазе отмечается наличие депрессивной симптоматики у представителей обеих гендерных групп, но мужчинам свойственны более высокие показатели субъективного благополучия по сравнению с женщинами. Критическая фаза характеризуется сильным снижением всех показателей субъективного благополучия, при этом женщины отличаются более низкими показателями по сравнению с мужчинами. В фазе выхода из кризиса субъективное благополучие характеризуется высокими устойчивыми показателями, статистически значимые различия между мужчинами и женщинами отсутствуют.

### ***3.3.3 Возрастная специфика субъективного благополучия в динамике нормативного кризиса.***

С целью определения возрастной спецификации субъективного переживания благополучия в нормативных кризисах развития, общая выборка (N=408) была разделена на 4 возрастные группы:

- юность: 16-23 лет (n=141)
- молодость: 24-33 лет (n=125)
- средняя взрослость: 34-45 лет (n=75)
- зрелость: 46-60 лет (n=57)

Ввиду того, что пенсионный возраст мужчин начинается с 60 лет, а также в связи с тенденцией женщин сохранять свою профессиональную деятельность после выхода на пенсию и общемировой тенденцией увеличения продолжительности и качества жизни, мы увеличили верхнюю границу возраста

зрелости с 55 до 60 лет. Поскольку возрастная группа пожилого возраста, в которую входят люди старше 60 лет, представлена всего 10 респондентами, данная группа не была включена в анализ возрастной специфики субъективного благополучия.

На основании результатов СЭИ-теста каждая из выделенных возрастных групп была разделена на три подгруппы в соответствии со статусом эго-идентичности: автономный (А), диффузный (С) и предрешенный (Ф). Таким образом, было выделено 12 подгрупп. Количество респондентов в каждой из девяти подгрупп в соответствии с возрастом и статусом эго-идентичности представлено в таблице 20.

Таблица 20

**Количество респондентов в подгруппах, выделенных в соответствии с  
возрастом и статусом эго-идентичности**

| Возраст                     | Статус эго-идентичности |    |    | N          |
|-----------------------------|-------------------------|----|----|------------|
|                             | Ф                       | С  | А  |            |
| юность: 16-23 лет           | 62                      | 53 | 26 | <b>141</b> |
| молодость: 24-33 лет        | 56                      | 34 | 35 | <b>125</b> |
| средняя зрелость: 34-45 лет | 19                      | 23 | 33 | <b>75</b>  |
| зрелость: 46-60 лет         | 21                      | 20 | 16 | <b>57</b>  |

**Примечание:** Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности); N – объем выборки.

С целью определения наиболее подходящего критерия для оценки значимости различий между выделенными группами была проведена проверка нормальности выборочного распределения при помощи непараметрического критерия Колмогорова-Смирнова (см. приложение Е, таблицы 1 и 2). В связи с выявленной во всех подгруппах нормальностью распределения, было принято решение об использовании t-критерия Стьюдента. Средние значения по всем методикам во всех подгруппах представлены в таблице 2 приложения Е. Показатели t-критерия Стьюдента для оценки значимости различий между подгруппами представлены в таблице 21.

**Значения t-критерия Стьюдента для оценки значимости различий показателей субъективного благополучия между подгруппами разного возраста с различными статусами эго-идентичности**

| Методики               | Статус | Возраст      |        |              |        |              |        |              |        |
|------------------------|--------|--------------|--------|--------------|--------|--------------|--------|--------------|--------|
|                        |        | 16-23        |        | 24-33        |        | 34-45        |        | 46-60        |        |
|                        |        | t            | p      | t            | p      | t            | p      | t            | p      |
| <b>ШСБ</b>             | A/C    | <b>-5,79</b> | <0,001 | <b>-3,26</b> | 0,002  | <b>-8,43</b> | <0,001 | <b>-2,6</b>  | 0,014  |
|                        | C/Ф    | <b>4,38</b>  | <0,001 | <b>3,78</b>  | <0,001 | <b>6,97</b>  | <0,001 | <b>2,41</b>  | 0,021  |
|                        | A/Ф    | <b>-2,83</b> | 0,006  | 0,35         | 0,726  | 0,06         | 0,96   | -0,42        | 0,677  |
| <b>ШУДЖ</b>            | A/C    | <b>3,89</b>  | <0,001 | <b>4,55</b>  | <0,001 | <b>4,81</b>  | <0,001 | <b>2,92</b>  | 0,006  |
|                        | C/Ф    | <b>-4,02</b> | <0,001 | <b>-2,98</b> | 0,004  | <b>-3,85</b> | <0,001 | <b>-2,42</b> | 0,021  |
|                        | A/Ф    | 0,95         | 0,346  | 1,49         | 0,138  | -0,45        | 0,65   | 0,64         | 0,524  |
| <b>УДЖ</b>             | A/C    | <b>7,72</b>  | <0,001 | <b>5,37</b>  | <0,001 | <b>8,73</b>  | <0,001 | <b>3,93</b>  | <0,001 |
|                        | C/Ф    | <b>-4,99</b> | <0,001 | <b>-4,85</b> | <0,001 | <b>-7,07</b> | <0,001 | <b>-3,7</b>  | 0,001  |
|                        | A/Ф    | <b>3,93</b>  | <0,001 | 0,39         | 0,7    | -0,61        | 0,55   | 0,57         | 0,57   |
| <b>Шкала депрессии</b> | A/C    | <b>-5,22</b> | <0,001 | <b>-3,46</b> | 0,001  | <b>-8,68</b> | <0,001 | <b>-4,33</b> | <0,001 |
|                        | C/Ф    | <b>4,27</b>  | <0,001 | <b>2,63</b>  | 0,01   | <b>4,27</b>  | <0,001 | <b>2,56</b>  | 0,014  |
|                        | A/Ф    | <b>-2,43</b> | 0,017  | -0,94        | 0,35   | -1,81        | 0,076  | -1,48        | 0,148  |
| <b>ССБ</b>             | A/C    | <b>3,7</b>   | <0,001 | <b>2,47</b>  | 0,016  | <b>4,65</b>  | <0,001 | <b>2,11</b>  | 0,042  |
|                        | C/Ф    | <b>-4,03</b> | <0,001 | <b>-3,55</b> | 0,001  | <b>-2,84</b> | 0,007  | <b>-2,52</b> | 0,016  |
|                        | A/Ф    | 1,01         | 0,318  | -1,31        | 0,195  | 0,36         | 0,717  | -0,27        | 0,79   |
| <b>ПСБ</b>             | A/C    | <b>4,38</b>  | <0,001 | <b>2,92</b>  | 0,005  | <b>4,51</b>  | <0,001 | <b>2,05</b>  | 0,048  |
|                        | C/Ф    | <b>-5,07</b> | <0,001 | <b>-3,83</b> | <0,001 | <b>-2,72</b> | 0,009  | <b>-2,83</b> | 0,007  |
|                        | A/Ф    | 1            | 0,32   | -1,12        | 0,26   | 0,59         | 0,554  | -0,72        | 0,47   |
| <b>МБ</b>              | A/C    | 1,43         | 0,156  | <b>1,98</b>  | 0,05   | <b>2,83</b>  | 0,021  | 1,48         | 0,147  |
|                        | C/Ф    | -1,6         | 0,11   | <b>-2,67</b> | 0,009  | <b>-2,18</b> | 0,035  | -1,43        | 0,159  |
|                        | A/Ф    | 0,87         | 0,389  | -0,65        | 0,516  | -0,39        | 0,696  | 0,03         | 0,97   |
| <b>ФБ</b>              | A/C    | <b>3,14</b>  | 0,002  | <b>2,07</b>  | 0,042  | <b>3,77</b>  | <0,001 | 1,78         | 0,084  |
|                        | C/Ф    | <b>-2,19</b> | 0,03   | <b>-2,45</b> | 0,016  | <b>-1,98</b> | 0,05   | -1,7         | 0,098  |
|                        | A/Ф    | 1,48         | 0,143  | -0,52        | 0,602  | 0,37         | 0,716  | 0,11         | 0,913  |
| <b>ДБ</b>              | A/C    | <b>2,19</b>  | 0,032  | 0,07         | 0,947  | <b>3,38</b>  | 0,001  | <b>2,25</b>  | 0,031  |
|                        | C/Ф    | <b>-2,62</b> | 0,01   | -1,73        | 0,087  | -1,85        | 0,071  | <b>-2,17</b> | 0,036  |
|                        | A/Ф    | 0,52         | 0,602  | -1,73        | 0,087  | 0,47         | 0,643  | 0,03         | 0,977  |

**Примечания:**

1. **ШСБ** – шкала субъективного благополучия; **ШУДЖ** – шкала удовлетворенности жизнью; **УДЖ** – опросник «Удовлетворенность жизнью»; **Шкала депрессии** – шкала депрессии Бека; **ССБ** – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **A** – автономия (статус автономной эго-идентичности); **C** – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); **Ф** – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); **t** – значения t-критерия Стьюдента; **p** – уровень значимости.

2. Жирным шрифтом выделены статистически значимые показатели по t-критерию Стьюдента.

На основании результатов, представленных в таблице 21 и в таблице 3 приложения Е, мы можем увидеть, что во всех возрастных группах наблюдается выявленная нами специфика изменений субъективного благополучия в процессе проживания нормативных кризисов развития (см. 3.3.1). Во всех возрастных группах испытуемых (16-60 лет) в фазе кризиса, которому соответствует статус диффузной эго-идентичности, наблюдаются статистически значимо более низкие показатели по всем методикам субъективного благополучия по сравнению с предкритической фазой и фазой выхода из кризиса (статусы предрешенной и автономной эго-идентичности соответственно).

По методике диагностике удовлетворенности жизненными сферами (ССБ) во всех возрастных группах отмечается снижение удовлетворенности в сфере психосоциального благополучия. Также отмечается статистически значимое снижение показателей физического благополучия во всех возрастных группах (кроме группы зрелости), что, вероятно, обусловлено, психосоматическими проявлениями в фазе острого кризиса. Отсутствие статистически значимых различий с собственно критической фазой по показателям физического благополучия в возрасте зрелости (46-60) обусловлено общим снижением удовлетворенности физическим благополучием (см. приложение Е, таблицы 3-7), которое, скорее всего, вызвано возрастными физическими изменениями. В отдельных возрастных группах в собственно критической фазе отмечается также снижение показателей духовного благополучия (возраст юности, средней зрелости и зрелости) и материального благополучия (возраст молодости и средней зрелости).

В юношеском возрасте (16-23) нами также были выявлены статистически значимые различия между предкритической фазой и фазой выхода из кризиса по некоторым параметрам субъективного благополучия. В частности в данной возрастной группе в предкритической фазе отмечаются более низкие показатели эвдемонического благополучия (методика «Удовлетворенность жизнью»), более низкие показатели эмоционального благополучия (шкала субъективного благополучия) и более высокие показатели депрессивной симптоматики (шкала

депрессии Бека), что свидетельствует либо о возникновении психологического и эмоционального дискомфорта в данной фазе, либо о чрезвычайно высоких показателях в фазе выхода из кризиса. Во взрослых возрастах значимых различий в предкритической фазе и фазе выхода из кризиса выявлено не было.

С целью выявления возрастных тенденций изменения субъективного благополучия в разных фазах кризиса, мы провели проверку значимости различий показателей субъективного благополучия между различными возрастными группами внутри каждой из фаз кризиса. Ввиду большого объема данных, показатели уровня значимости различий представлены в приложении Е.

Как видно из таблиц 4-7 приложения Е, по показателям когнитивного компонента субъективного благополучия (удовлетворенность жизнью и жизненными сферами – шкалы ШУДЖ и ССБ) между возрастными группами с разными статусами эго-идентичности не было выявлено никаких статистически значимых различий, за исключением шкалы физического благополучия методики ССБ. Как было указано выше, данные различия вызваны возрастными физическими изменениями в возрастной группе зрелости (46-60), вследствие чего представители данной группы вне зависимости от фазы кризиса указывают более низкие показатели физического благополучия, чем респонденты других возрастных групп.

В *предкритической фазе* (статус предрешенной эго-идентичности) отмечается наиболее высокие показатели эвдемонического благополучия (шкала «Удовлетворенность жизнью») у группы средней взрослости (34-45 лет), и самые низкие – у возрастной группы юности (16-23). Статистически значимые различия по уровню эвдемонического благополучия ( $p \leq 0,05$ ) были выявлены только между данными группами.

В группе респондентов *в собственно критической фазе* (статус *диффузной эго-идентичности*) наблюдается синусовая возрастная тенденция по показателям эмоционального компонента и эвдемонического благополучия. Так, в возрастной группе молодости (24-33 лет) представлены самые низкие показатели депрессивной симптоматики (статистически значимые различия со всеми

возрастными группами,  $p \leq 0,01$ ) и самые низкие показатели (поскольку методика является обратной) по шкале субъективного благополучия (статистически значимые различия с группами юности ( $p \leq 0,05$ ) и средней взрослости ( $p \leq 0,01$ )). Также в данной группе наблюдаются самые высокие показатели эвдемонического благополучия (статистически значимые различия с группами юности ( $p \leq 0,01$ ) и средней взрослости ( $p \leq 0,01$ )). Таким образом, можно сказать, что данная возрастная группа отличается наибольшей эмоциональной и психологической устойчивостью в собственно критической фазе нормативного кризиса.

В *фазе выхода из кризиса* (статус *автономной эго-идентичности*) респонденты юношеского возраста (16-23) характеризуется самыми высокими показателями по уровню эвдемонического благополучия на уровне значимости  $p \leq 0,05$  со всеми возрастными группами. В этой же возрастной группе отмечаются статистически значимо более высокие показатели ( $p \leq 0,05$ ) эмоционального благополучия (по методике ШСБ) по сравнению с группами молодости (24-33) и зрелости (46-60).

На рисунке 11 представлено графическое отображение возрастных изменений в уровне эвдемонического благополучия в каждой из фаз нормативного кризиса. Показатели эмоционального компонента субъективного благополучия имеют схожую возрастную специфику.

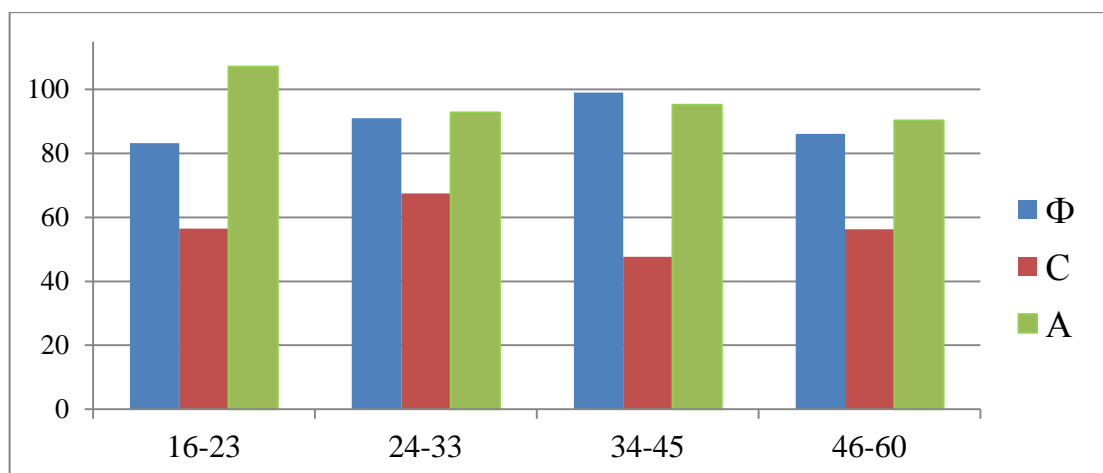


Рисунок 11. Возрастная специфика переживания эвдемонического благополучия в каждой фазе нормативного кризиса.

**Примечание:** Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности).

На основании полученных данных можно увидеть, что в юношеском возрасте (16-23) предкритическая фаза характеризуется значительным снижением показателей эвдемического благополучия, что не встречается больше ни в одной из возрастных групп. Данные показатели снижаются еще больше в собственно критической фазе и резко возрастают в фазе выхода из кризиса. Также в фазе выхода из кризиса отмечается значительное увеличение показателей эмоционального компонента. Вероятно, это обусловлено особенностью психики подросткового и юношеского возраста, которая проявляется в излишней категоричности и эмоциональности суждений, так называемом юношеском максимализме.

В фазе острого кризиса отмечается снижение всех показателей субъективного благополучия во всех возрастных группах. Наибольшим уровнем субъективного благополучия в фазе острого кризиса характеризуется группа молодости (24-33), которая характеризуется статистически значимо более высокими показателями эвдемического и эмоционального благополучия по сравнению с другими возрастами. Таким образом, переживание субъективного благополучия в период кризиса в молодости характеризуются наиболее сглаженной амплитудой. Вероятно, это обусловлено спецификой социальной ситуации развития данного возраста, которая характеризуется появлением определенной стабильности в профессиональной и семейной сферах. При этом у молодых людей все еще присутствует ощущение, что «вся жизнь еще впереди», что позволяет им легче переживать возможные неудачи и ошибки в данных сферах, которые в более позднем возрасте воспринимаются намного тяжелее.

В фазе выхода из кризиса во всех возрастных группах отмечаются наиболее высокие устойчивые показатели благополучия по всем шкалам. Кроме того, вне зависимости от фазы кризиса с возрастом отмечается снижение показателей удовлетворенности физической сферой. В связи с этим возраст зрелости (46-60 лет) характеризуется самыми низкими показателями по шкале физического благополучия, что обуславливает отсутствие статистически значимых различий



между показателями физического благополучия в разных фазах кризиса, которые отмечаются в других возрастных группах.

### ***Выводы по подразделу***

Существует возрастная специфика переживания субъективного благополучия в нормативных кризисах развития. Предкритическая фаза характеризуется довольно низкими показателями эвдемнического благополучия только в возрасте юности (16-23 лет). В остальных возрастных группах показатели субъективного благополучия в предкритической фазе не отличаются от показателей в фазе выхода из кризиса. Собственно критическая фаза во всех возрастах характеризуется резким снижением всех показателей субъективного благополучия. Наиболее высокими по сравнению с другими возрастными группами показателями эвдемнического и эмоционального благополучия в собственно критической фазе характеризуется возраст молодости (24-33 лет). В фазе выхода из кризиса самые высокие показатели эвдемнического и эмоционального благополучия отмечаются в юношеском возрасте (16-23 лет). Вне зависимости от фазы кризиса с возрастом отмечается снижение показателей удовлетворенности физической сферой. В связи с этим возраст зрелости (46-60 лет) характеризуется самыми низкими показателями по шкале физического благополучия, что обуславливает отсутствие статистически значимых различий между показателями физического благополучия в разных фазах кризиса, которые отмечаются в других возрастных группах.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Работа была направлена на изучение особенностей изменения субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативных кризисов развития личности. Теоретический анализ литературы по проблеме субъективного благополучия и эго-идентичности позволил выявить ряд противоречий: между значительным увеличением интереса исследователей к субъективному благополучию людей, переживающих кризис, и отсутствием системного подхода к изучению данного феномена с позиции психологии кризисов; между необходимостью в разработке универсального инструментария измерения субъективного благополучия и отсутствием системного подхода к диагностике субъективного благополучия; между исследованиями отдельных компонентов субъективного благополучия у людей с разными статусами эго-идентичности и отсутствием комплексного изучения СБ как системного явления в связи со статусами идентичности личности.

Выявленные в ходе теоретического исследования противоречия обусловили необходимость в эмпирическом исследовании особенностей субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности. Отсутствие единого подхода к диагностике субъективного благополучия послужило причиной теоретического исследования существующих подходов диагностики субъективного благополучия и уточнения структуры данного конструкта с целью выделения принципов комплексной диагностики всех его компонентов. В ходе теоретического исследования, на основе уточненной структуры субъективного благополучия и проведенного анализа методик диагностики различных компонентов субъективного благополучия, была также выявлена необходимость в разработке диагностического инструментария изучения удовлетворенности жизненными сферами.

В соответствии с выделенными научно-исследовательскими проблемами было проведено теоретическое и эмпирическое исследование, по результатам которого были сделаны следующие **выводы**:

1. Уточнена структура субъективного благополучия, согласно которой субъективное благополучие включает эвдемоническое и гедоническое благополучие. Компоненты гедонического благополучия: аффективный, предполагающий преобладание позитивных аффектов над негативными, и когнитивный, который представлен удовлетворенностью жизнью в целом и ее отдельными сферами. Выявлена необходимость в разработке инструментария, предназначенного для диагностики удовлетворенности жизненными сферами.

2. Разработана теоретическая модель изменений субъективного благополучия в нормативных кризисах развития личности, в которой субъективное благополучие выполняет когнитивно-аффективную функцию и изменяется в соответствии со сменой статусов эго-идентичности. Переживание благополучия, таким образом, является субъективным критерием происходящих изменений в динамике нормативного кризиса развития личности и выполняет функции обратной связи, мотивации и подкрепления.

3. Проведено исследование представлений о субъективном благополучии у респондентов разного возраста. В содержании актуального и желаемого субъективного благополучия отражается содержание культурального образа возраста. Ключевые в определенных возрастных периодах задачи развития указываются респондентами данного возраста как необходимое условие их субъективного благополучия. Реализуемые задачи указываются в содержании актуального субъективного благополучия, актуальные, но пока не реализуемые, – в содержании желаемого субъективного благополучия.

4. Разработана экспресс-методика диагностики структуры субъективного благополучия (ССБ), предназначенная для изучения удовлетворенности жизненными сферами, в основу которой легли полученные в ходе исследования представлений о субъективном благополучии категории. Разработанная экспресс-методика прошла психометрическую проверку и может использоваться в

исследованиях субъективного благополучия, самодиагностике и консультационной практике.

5. Проведено эмпирическое исследование особенностей изменений субъективного благополучия в связи со статусами эго-идентичности в разных фазах нормативного кризиса развития личности. По результатам исследования выявлено, что уровень субъективного благополучия изменяется в процессе проживания различных фаз нормативных кризисов развития личности и связан со статусом эго-идентичности. Так, предкритическая фаза характеризуется высоким разбросом показателей субъективного благополучия (от крайне низких до крайне высоких показателей). Собственно критическая фаза характеризуется очень низкими показателями субъективного благополучия и высоким уровнем депрессии. В фазе выхода из кризиса наблюдаются наиболее устойчивые высокие и выше среднего показатели всех компонентов субъективного благополучия, депрессивная симптоматика отсутствует.

6. Существует гендерная специфика переживания субъективного благополучия в нормативных кризисах развития. В предкритической фазе отмечается наличие депрессивной симптоматики у представителей обеих гендерных групп, но мужчинам свойственны более высокие показатели субъективного благополучия по сравнению с женщинами. Критическая фаза характеризуется сильным снижением всех показателей субъективного благополучия, при этом женщины отличаются более низкими показателями по сравнению с мужчинами. В фазе выхода из кризиса субъективное благополучие характеризуется высокими устойчивыми показателями, статистически значимые различия между мужчинами и женщинами отсутствуют.

7. Существует возрастная специфика переживания субъективного благополучия в нормативных кризисах развития. Предкритическая фаза характеризуется довольно низкими показателями эвдемонического благополучия только в возрасте юности (16-23 лет). В остальных возрастных группах показатели субъективного благополучия в предкритической фазе не отличаются от показателей в фазе выхода из кризиса. Собственно критическая фаза во всех

возрастах характеризуется резким снижением всех показателей субъективного благополучия. Наиболее высокими по сравнению с другими возрастными группами показателями эвдемического и эмоционального благополучия в собственно критической фазе характеризуется возраст молодости (24-33 лет). В фазе выхода из кризиса самые высокие показатели эвдемического и эмоционального благополучия отмечаются в юношеском возрасте (16-23 лет). Вне зависимости от фазы кризиса с возрастом отмечается снижение показателей удовлетворенности физической сферой. В связи с этим возраст зрелости (46-60 лет) характеризуется самыми низкими показателями по шкале физического благополучия, что обуславливает отсутствие статистически значимых различий между показателями физического благополучия в разных фазах кризиса, которые отмечаются в других возрастных группах.

Таким образом, полученные выводы подтверждают нашу гипотезу о том, что субъективное благополучие подвержено изменениям в процессе нормативного кризиса развития личности и связано с изменением статусов эго-идентичности, а в актуальном и желаемом субъективном благополучии человека отражается содержание культурального образа возраста.

Перспективы дальнейших исследований в данном направлении предполагает: расширение выборки испытуемых с целью уточнения выделенной возрастной специфики переживания субъективного благополучия в нормативных кризисах взрослости; разработку и апробацию единого комплексного диагностического инструментария для изучения феномена субъективного благополучия с целью сокращения числа избыточных вопросов при использовании нескольких методик разных авторов; разработку и апробацию программ психологического сопровождения личности в нормативных кризисах развития с учетом особенностей переживания субъективного благополучия в разных половозрастных группах.

## СПИСОК ТЕРМИНОВ

**Субъективное благополучие** – переживание, основанное на оценке личностью себя, своей жизни, различных жизненных сфер, совокупности испытываемых эмоций и своей самореализации, регулирующее и направляющее активность личности в различных сферах жизнедеятельности с целью поддержания или изменения этого переживания.

**Гедоническое благополучие** – когнитивно-аффективный компонент субъективного благополучия, который представляет собой переживание положительных эмоций, низкий уровень негативных эмоций и высокий уровень удовлетворенности жизнью и жизненными сферами.

**Эвдемоническое благополучие** – мотивационно-смысловой компонент субъективного благополучия, который представлен следующими параметрами: осмысленность своего существования, переживание своей жизни как значимой и ценной, оптимизм в отношении будущего, личностный рост, способность справляться со своей повседневной деятельностью, вовлеченность в деятельность, понимание и принятие самого себя, позитивные взаимоотношения с окружающими, спокойствие, энергичность, уверенность в собственных силах.

**Актуальное субъективное благополучие** – переживаемое в данный момент времени субъективное благополучие. Включает в себя когнитивное представление об удовлетворенности жизнью и жизненными сферами, совокупность положительных и негативных аффектов, а также степень реализованности параметров эвдемонического благополучия.

**Желаемое субъективное благополучие** – индивидуальное представление индивида о комфортных для него уровнях удовлетворенности жизнью и ее отдельными сферами, желаемой совокупности позитивных и негативных аффектов, а также степень направленности индивида на реализацию параметров эвдемонического благополучия.

**Культуральный образ возраста** – идеальная культуральная форма развития, представленная в виде общепринятых в данном обществе задач развития соответствующего возрастного этапа.

**Эго-идентичность** – процесс самоотождествления личности, который отражает отношение личности к себе, измененной в результате динамических преобразований ситуации развития.

**Статусы эго-идентичности** – закономерно изменяющиеся в период нормативных кризисов особенности эго-идентичности личности, определяемые исходя из соотношения параметров «поиска» и «принятия» своей идентичности.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аксенова, Н. М. Личностные характеристики эго-идентичности как фактор профессионального самоопределения студентов в вузе : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Аксенова Наталья Михайловна. – Кемерово, 2004. – 137 с.
2. Андреева, Г. М. К вопросу о кризисе идентичности в условиях социальных трансформаций [Электронный ресурс] / Г. М. Андреева // Психологические исследования: электрон. науч. журн. – 2011, № 6(20). – С. 1. – Режим доступа: <http://psystudy.ru/index.php/num/2011n6-20/580-andreeva20.html#e3>.
3. Андреева, Н. Ю. Эго-идентичность в структуре профессионального выгорания педагогов: дис. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / Андреева Наталья Юрьевна. – Н. Новгород, 2011. – 177 с.
4. Антонова, Н. В. Проблема личностной идентичности в интерпретации современного психоанализа, интеракционизма и когнитивной психологии / Н. В. Антонова // Вопросы психологии. – 1996. – № 1. – С. 131-143.
5. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2003. — 271 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
6. Афанасенко, И. В. Духовные ценности лиц с разным уровнем субъективного благополучия / И. В. Афанасенко, Э. М. Чепрасова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2015. – №10 (41). – С. 68-70.
7. Батулин, Н.А. Технология разработки тестов: часть II / Н. А. Батулин, Н. Н. Мельникова // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2009. – Вып. 7, № 42 (175). – С. 11–25.
8. Батулин, Н. А. Теоретическая модель личностного благополучия / Н. А. Батулин, С. А. Башкатов, Н. В. Гафарова // Вестник ЮУрГУ. – 2013. – Т. 6, № 4. – С. 4–14.
9. Башкатов, С. А. Разноуровневые факторы личностного благополучия : автореф. дис. ...канд. психол. наук : 19.00.01 / Башкатов Сергей Александрович. – Челябинск, 2013. – 179 с.: ил.



10. Белинская, Е. П. Идентичность личности в условиях социальных изменений : дис. ...д-ра психол. наук : 19.00.05 / Белинская Елена Павловна. – Москва, 2006. – 479 с.
11. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. – М.: Прогресс, 1986. – 422 с.
12. Блауберг, И. В. Становление и сущность системного подхода / И. В. Блауберг, Э. Г. Юдин. – М.: Наука, 1973. – 271 с.
13. Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – М.: 2003. – 672 с.
14. Бочарова, Е. Е. Взаимосвязь ценностных ориентаций, стратегий поведения и субъективного благополучия личности : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Бочарова Елена Евгеньевна. – Саратов, 2005. – 160 с.
15. Бочарова, Е. Е. К вопросу о внутренних детерминантах субъективного благополучия личности / Е. Е. Бочарова // Изв. ПГПУ им. В. Г. Белинского. – 2008. – № 10. – С. 226–231.
16. Бочарова, Е. Е. Нравственные ориентации и субъективное благополучие молодежи разных этногрупп / Е. Е. Бочарова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2016. – Т. 5. № 2. – С. 143– 151.
17. Бучацкая, М. В. Психологическое благополучие работающих женщин : дис. ...канд. психол. наук : 19.00.01 / Бучацкая Марина Викторовна. – М., 2006. – 250 с.
18. Виничук, Н. В. Психосемантический анализ представлений о счастье китайских и российских студентов: дисс. . канд. психол. наук: 19.00.01 / Виничук Наталья Владимировна. – Хабаровск, 2008. – 223 с.
19. Волочков, А. А. Структура психологического здоровья студентов / А. А. Волочков, Е. В. Репина // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. – 2016. – № 1. – С. 38-51.

20. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т.1. – М.: Педагогика, 1982. – 488 с.
21. Гаврилова, Т. А. К вопросу об адаптации методики объективного измерения статуса эго-идентичности Дж. Р. Адамса / Т. А. Гаврилова, Е. В. Глушак // Психологическая диагностика. – 2009. – № 5. – С. 53—65.
22. Гаврилова, Т. А. Психометрическое исследование шкалы интерперсональной идентичности методики объективного измерения статуса Эго-идентичности Дж. Р. Адамса / Т. А. Гаврилова, Е. В. Глушак // Психологическая диагностика. – 2011. – № 3. – С. 3-18.
23. Глушак, Е. В. Исследование влияния аутомортальной тревожности на статус эго-идентичности / Е. В. Глушак // Педагогическое образование в России. – 2013. – № 1. – С.75-80.
24. Голиков, В. В. Становление супружеской идентичности у девушек в период перехода от юношеского возраста к ранней взрослости: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / Голиков Владимир Владимирович. – Минск, 2016. – 26 с.
25. Гордеева, О. А. Динамика становления идентичности младших и средних подростков в различных социальных контекстах: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Гордеева Ольга Александровна. – Москва, 2011. – 189 с.: ил.
26. Горелова, Г. Г. Профессионально-личностная реадаптация в условиях кризиса : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.03 / Горелова Галина Газимовна. – Челябинск, 2002. – 398 с.
27. Гринфельд, И. Л. Динамика процесса формирования социокультурной идентичности в подростковом возрасте : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Гринфельд Ирина Львовна. – Москва, 2004. – 165 с.
28. Гунгер, Н. Н. Психологические средства становления идентичности личности в период нормативного кризиса взрослости : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Гунгер Наталья Николаевна. – Новосибирск, 2007. – 221 с.
29. Гусев А. Н., Измайлов Ч.А., Михалевская М.Б. Измерение в психологии: общий психологический практикум. / 2-е изд. – М.: Смысл, 1998. – 286 с. – (Серия «Практикум». Вып. 2).

30. Гусева, Е. Н. Теория вероятностей и математическая статистика : учеб. пособие / Е. Н. Гусева. – 5-е изд. – М., 2011. – 220 с.
31. Дементий, Л. И. Проблемы профессиональной идентичности и маргинальности в ситуации сознательной смены профессии (на примере получения второго высшего психологического образования) // Известия Алтайского государственного университета. – 2009. – № 2. – С. 48–53.
32. Джеймс, У. Психология / под ред. Л. А. Петровской. – М.: Педагогика, 1991. – 368 с. (Классики мировой психологии).
33. Дмитриева, Н. В. «Разработка и психометрический анализ методики «Опросник кризисной идентичности» (ОКИ)» / Н. В. Дмитриева, С. Б. Перевозкин, Ю. М. Перевозкина, Н. А. Самойлик // Мир науки, культуры, образования. – Барнаул: АРТИКА, 2011. – № 4 (29). – С. 228-237.
34. Дмитриева, Н. В. Разработка и психометрический анализ методики диагностики аддиктивной идентичности / Н. В. Дмитриева, С. Б. Перевозкин, Ю. М. Перевозкина, Н. А. Самойлик // Сибирский психологический журнал. – 2013. – № 48. – С. 14-17.
35. Дорфман, Л. Я. Я-концепция: дифференциация и интеграция // Интегральная индивидуальность, Я-концепция, личность / Под ред. Л. Я. Дорфмана. – М.: Смысл, 2004. – С. 96– 123.
36. Дубовик, Ю. Б. Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. – 2011. – №1(15). – Режим доступа: <http://psystudy.ru>
37. Елисеева, О. А. Структура субъективного благополучия подростков в образовательной среде с низким уровнем психологической безопасности / О. А. Елисеева // Известия Российского государственного педагогического университета имени А. И. Герцена. – СПб, 2011. – № 132. – С. 368-375.
38. Жуковская, Л.В. Психологическое благополучие и родительские установки женщин : дис. ...канд. психол. наук : 19.00.13 / Жуковская Лидия Валерьевна. – СПб, 2011. – 193 с.

39. Жуковская, Л. В. Шкала психологического благополучия К. Рифф / Л. В. Жуковская, Е. Г. Трошихина // Психологический журнал – 2011. – №2. – С. 82-93.
40. Завьялова, И. Ю. Модификация методики диагностики статусов эго-идентичности личности для пожилых людей / И. Ю. Завьялова // Научное обозрение: гуманитарные исследования. – 2016. – № 6. – С. 98-105.
41. Завьялова, И. Ю. Теоретические основания разработки процедуры диагностики фазовой динамики нормативных кризисов поздних возрастов / И. Ю. Завьялова // Вестник ЮУрГУ. – 2014. – Т. 7, № 2. – с. 35-39.
42. Зайцева, Е. Ю. Конструирование личной идентичности в ситуации жизненного выбора: к методологии исследования субъективных стратегий / Ю. Е. Зайцева // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 12, Психология. Социология. Педагогика. – 2015. – Вып. 1. – С. 5-18.
43. Зайцева, Ю. Е. Временная перспектива и смысложизненные ориентации молодых людей с различными стратегиями конструирования идентичности / Ю. Е. Зайцева, А. Н. Исаева // Тенденции развития науки и образования. Сборник научных трудов по материалам IX международной научной конференции 25 декабря 2015., Изд НИЦ "Л-Журнал". – Самара, 2015. – С. 31–41.
44. Заковоротная, М. В. Идентичность человека. Социально-философские аспекты / М.В. Заковоротная. – Ростов-на-Дону : Изд-во Северо-Кавказского науч. центра высш. школы. – 1999. – 161 с.
45. Заусенко, И. В. Психологическое благополучие педагога / И. В. Заусенко // Педагогическое образование в России. – 2012. – № 2. – С. 28-31.
46. Захарова, О. В. Социальная идентификация и социальная идентичность в изменяющемся обществе [Текст] : учебно-методическое пособие / О. В. Захарова. – Иркутск : Изд-во Иркутского гос. ун-та, 2010. – 95 с.
47. Зеер, Э.Ф. Психология профессий: учебное пособие/ Э.Ф. Зеер. – Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. проф.-пед. ун-та, 1997. – 244 с.
48. Зиглер, Д., Хьелл, Л. Теории личности / Пер. С. Меленевской, Д. Викторовой. – СПб.: Питер, 2003. – 608 с.

49. Зотова, О. Ю. Психологические механизмы формирования субъективного неблагополучия / О. Ю. Зотова // Человеческий капитал. – 2015. – № 9 (81). – С. 107–109.
50. Иванова, Н. Л. Самоопределение личности в бизнесе: монография / Н. Л. Иванова. – М.; Ярославль: МАПН-Аверс-Плюс, 2008. – 204 с.
51. Исаева, А. Н. Временная перспектива у лиц с различными стилями конструирования личностной идентичности / Ю. Е. Зайцева, А. Н. Исаева // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. – СПб.: Изд-во С.-Петербург. ун-та. – 2015. – С. 48 – 56.
52. Киреева, З.А. Методы психологического исследования / сост. З.А. Киреева. – Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2014. – 186 с.
53. Кисляковская, В. В. Подходы к идентичности в русскоязычной психологии // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. XI междунар. студ. науч.-практ. конф. № 11. – 2013. – Режим доступа: [sibac.info/archive/humanities/11.pdf](http://sibac.info/archive/humanities/11.pdf)
54. Ключко В. Е., Личностная идентичность и проблема устойчивости человека в меняющемся мире: системно-антропологический ракурс / В. Е. Ключко, О. В. Лукьянов // Вестник Томского государственного университета. – 2009. – № 324. – С. 333–336.
55. Козьмина, Л. Б. Самоотношение и самооценка как предикторы психологического благополучия личности студентов психологов / Л. Б. Козьмина // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2013. – №1. – С. 193–197.
56. Кон, И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 221 с.
57. Кон, И.С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – М: Просвещение, 1989. – 226 с.
58. Кравченко, С.А. Социология: Парадигмы через призму социологического воображения: Учеб. пособие для вузов / С. А. Кравченко. – М., 2002. – 511 с.
59. Кузьмин, М. Ю. Изучение идентичности личности при помощи эгоскопии / М. Ю. Кузьмин, И. А. Конопак // Известия Иркутского государственного

университета. Серия "Психология". – 2014б. – Т. 10. – С. 22-30.

60. Кузьмин, М. Ю. Кризис идентичности у студентов и его связь с жизнестойкостью : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / М. Ю. Кузьмин. – Иркутск, 2012. – 191 с.

61. Куликов, Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: Учебное пособие / Л. В. Куликов. – СПб.: Питер, 2004. – 464 с.: ил. (Серия «Учебное пособие»).

62. Купер, К. И. Индивидуальные различия / Пер. с англ. Т. М. Марютиной, под ред. И. В. Равич-Щербо. – М.: Аспект Пресс, 2000. – 527 с.

63. Леонтьев, А. Н. Избранные психологические произведения. В 2 т. – М., Педагогика, 1983.

64. Лепешинский, Н. Н. Адаптация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф / Н. Н. Лепешинский // Психологический журнал. – 2007. – № 3(15). – С. 24-27.

65. Мельникова, Н. Н. Диагностика социально-психологической адаптации личности: Учебное пособие / Н. Н. Мельникова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. – 57 с.

66. Микляева, А. В. Социальная идентичность личности: содержание, структура, механизмы формирования: Монография / А. В. Микляев., П. В. Румянцева. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. – С. 58-81.

67. Минюрова С. А. Личностные детерминанты психологического благополучия педагога / С. А. Минюрова, И. В. Заусенко // Педагогическое образование в России. – 2013. – № 1. – С. 94–101.

68. Наследов, А. Д. SPSS 19: профессиональный статистический анализ данных / А. Д. Наследов. – СПб.: Питер, 2011. – 400 с.: ил.

69. Овчинникова, Ю. Г. К проблеме кризиса идентичности / Ю. Г. Овчинникова // Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология. – 2000. – № 2. – С. 84–89.

70. Орестова, В. Р. Формирование личностной идентичности в старшем подростковом и юношеском возрасте : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 /

Орестова Василиса Руслановна. – Москва, 2001. – 207 с.

71. Орестова, В. Р. Методы исследования идентичности в концепции статусов эго-идентичности Дж. Марсиа / В. Р. Орестова, О. А. Карabanова // Психология и школа. – 2005. – № 1. – С. 39–90.

72. Осин, Е. Н. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия [Электронный ресурс] / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Материалы III Всероссийского социологического конгресса, 2008. – Режим доступа: <http://publications.hse.ru/chapters/78753840>

73. Осин, Е. Н. Шкалы позитивного и негативного аффекта (ШПАНА): разработка русскоязычного аналога методики PANAS / Е. Н. Осин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2012. – Т. 9, № 4. – С. 91-110.

74. Павленко, В. Н. Представления о соотношении социальной и личностной идентичности в современной западной психологии / В. Н. Павленко // Вопросы психологии. – 2000. – №1. – С. 135-142.

75. Патырбаева, К. В. Идентичность: социально-психологические и социально-философские аспекты: коллективная монография / К. В. Патырбаева, В. В. Козлов, Е. Ю. Мазур, Г. М. Конобеев, Д. В. Мазур, К. Марицас, М. И. Патырбаева; науч. ред. К.В. Патырбаева. – Пермь, 2012. – 250 с.

76. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Основы теоретической психологии / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – М., 1998. – 528 с.

77. Подольский, А. И. Психологическое благополучие личности как условие и результат ее позитивного развития / А. И. Подольский, О. А. Идобаева // Образование личности. – 2011. – №1. – С. 24-30.

78. Подольский, А. И. Психоэмоциональное благополучие современных подростков и ресурсы его повышения: опыт международного исследования / А. И. Подольский, О. А. Идобаева, О. А. Карabanова, П. Хейманс // Вестник МГУ. Серия 14, «Психология». – 2011. – №2. – С.9-20.

79. Психологическая диагностика. Учебное пособие / Под ред. К.М. Гуревича и Е.М. Борисовой. – М.: УРАО, 1997. – 304 с.

80. Пучкова, Г. Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности : дис. ...канд психол. наук : 19.00.01 / Пучкова Галина Леонидовна. – Хабаровск, 2003. – 163 с.
81. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии // К. А. Абульханова-Славская, А. В. Брушлинский. В 2 т. – 1989.
82. Рыльская, Е. А. Жизнеспособность человека: критерии, факторы, генезис / Е. А. Рыльская // Теория и практика общественного развития. – 2013. – Т. 1, № 12. – С. 170–174.
83. Савельева, О. С. Субъективное благополучие как проблема социальной психологии личности / О. С. Савельева // Материалы межрегиональной заочной научно-практической конференции «Актуальные проблемы психологии личности». – Новосибирск, 2009.
84. Самойлик, Н.А. Психолого-педагогические условия переживания кризиса идентичности студентов вуза на начальном этапе обучения : автореф. дис.... канд. психол. наук / Самойлик Наталья Анатольевна. – Кемерово, 2012. – 23 с.
85. Свередюк, Е.В. Ментальные репрезентации счастья студентов-психологов / Е. В. Свередюк // Современные научные исследования и инновации. – 2011. – № 1. – С. 5–13.
86. Селигман, М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни: пер. с англ. / М. Селигман. – М.: София, 2006. – 368 с.
87. Селигман, М. Путь к процветанию. Новое понимание счастья и благополучия / М. Селигман. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. – 440 с.
88. Серых, А. Б. Эмоциональная дезадаптация и психосоматическое здоровье юношей и девушек / А. Б. Серых, Ю. Е. Морозов, Г. Н. Будиловский, А. А. Лифинцева // Вестник Балтийского федерального университета им. И.Канта. – 2011. – №4. – С. 60-69.
89. Сиврикова, Н. В. Типология переживания кризиса 30 лет / Н. В. Сиврикова // Biosocial characteristics of the modern human psychology. Materials digest of the LIX International Research and Practice Conference and II stage of the Championship in psychological sciences. – London, 2013. – С. 11–15.



90. Смирнягина, М.М. Психологическое содержание и сопровождение нормативного кризиса перехода к юности: дис. ...канд. психол. наук : 19.00.07 / Смирнягина Майя Максовна. – Челябинск, 2008. – 186 с.
91. Смирнягина, М. М. Психологическое содержание и сопровождение нормативного кризиса перехода к юности: монография / М. М. Смирнягина. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2012. – 310 с.
92. Соболева, Н. С. Социально-психологические характеристики идентичности учащейся молодежи : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Соболева Наталья Сергеевна. – Самара, 2006. – 171 с.
93. Созонтов, А. Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия / А.Е. Созонтов // Вопросы психологии. – 2006. – № 4. – С. 105-114.
94. Соколова, М. В. Шкала субъективного благополучия / М.В. Соколова. – Ярославль: НПЦ «Психодиагностика», 1996. – 11 с.
95. Соколовская, И. Э. Психологические механизмы идентификации религиозной молодежи в современной России / И. Э. Соколовская // Мир науки, культуры, образования. – 2012. – № 5 (36). – С. 160–163.
96. Сокольская, М. В. Личностное здоровье профессионала / М. В. Сокольская // Вестник Российского государственного университета им. И. Канта. – 2009. – Вып. 5. – С. 21—29.
97. Солдатова, Е. Л. Эго-идентичность в нормативных кризисах развития / Е. Л. Солдатова // Вопросы психологии. – 2006. – №5. – С.75–84.
98. Солдатова, Е. Л. Исследование социальной ситуации развития в кризисе перехода к взрослости / Е. Л. Солдатова // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. – 2005. – Вып. 4. – № 7 (47). – С. 169–175.
99. Солдатова, Е. Л. Образ возраста как нормативный элемент культуры и идеальная форма развития / Е. Л. Солдатова // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. – 2009. – № 5 (138). – С. 62–70.
100. Солдатова, Е. Л. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости: монография / Е. Л. Солдатова. – Челябинск: ЮУрГУ, 2007. – 267 с.

101. Сорин, А. В. Формирование стратегий межличностного познания как фактор личностного развития подростков / А. В. Сорин // Психологические исследования: электрон. науч. журн. – 2011, № 6(20). – С. 4. URL: <http://psystudy.ru>
102. Сулимина, О. В. Проблема становления личностных и социальных регуляторов в период перехода от детства к взрослости / О. В. Сулимина // Психологическая наука и образование psyedu.ru. – 2014. – Том 6, № 2. – С. 91–101.
103. Сыманюк, Э. Э. Кризисология и психология кризисных состояний: учебное пособие / Е. Г. Лопес, Э. Э. Сыманюк; науч. ред. Э. Ф. Зеер. – Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2011. – 182 с.
104. Тарабрина, Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н. В. Тарабрина. – СПб: Питер, 2001. – 272 с: ил.
105. Татарко, С. А. Измерение идентичности в рамках статусной модели Дж. Марсии / С. А. Татарко // Психологическая диагностика. – 2009. – № 1. – С. 1–39.
106. Фесенко, П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Фесенко Павел Петрович. – Москва, 2005. – 206 с.
107. Фесенко, П. П. Что такое психологическое благополучие? Краткий обзор основных концепций / П. П. Фесенко // Научные труды аспирантов и докторантов. – М.: Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2005. – Вып. 46. – С. 35–48.
108. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М., Изд-во Института Психотерапии. – 2002. – 490 с.
109. Фрейджер, Р. Личность: Теории, упражнения, эксперименты / Р. Фрейджер, Д. Фэйдимен; Пер. с англ. Е. Будаговой и др. – СПб.; М. – 2004. – 608 с.
110. Холодкова, О. Г. Жизнестойкость и психологическое благополучие студентов / О. Г. Холодкова, Е. А. Кабанченко // Вестник Алтайского государственного педагогического университета. – 2016. – № 3 (28). – С. 80-83.

111. Цельмина М.В. Психологические условия развития идентичности личности : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Цельмина Марина Владимировна. – Новосибирск, 2003. – 209 с.

112. Чиксентмихайи, М. Поток: психология оптимального переживания : пер. с англ. 2-е изд. / М. Чиксентмихайи. – М.: Смысл: Альпина нон-фикшн, 2012. – 460 с.

113. Чумаков, М. В. Субъективное благополучие и эмоционально-волевая сфера личности / М. В. Чумаков // Вестник Курганского государственного университета. Серия: физиология, психология и медицина. – 2015. – № 2 (36). – С. 96-100.

114. Шаманина, М. В. Выбор шкал для оценки послеродовой депрессии / Г. Э. Мазо, Л. И. Вассерман, М. В. Шаманина // Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 2012. – № 2. – С. 41–50.

115. Шамионов, Р. М. Критерии субъективного благополучия личности: социокультурная детерминация / Р. М. Шамионов // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2015. – Т. 4. № 3. – С. 213–219.

116. Шамионов, Р. М. Психология субъективного благополучия и социальной адаптации личности / Р. М. Шамионов, М. В. Григорьева. – Саратов, 2014. – 196 с.

117. Шамионов, Р. М. Субъективное благополучие личности как субъекта социального бытия / Р. М. Шамионов // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. – 2014. – Т. 14. № 1. – С. 80–86.

118. Шамионов, Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы./ Р. М. Шамионов. – Саратов: Изд-во «Научная книга», 2008. – 296с.

119. Шебанец, Е. Ю. Объективные факторы субъективного благополучия матери, имеющей ребенка-инвалида (с диагнозом ДЦП) / Е. Ю. Шебанец // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер.: Педагогика и психология. – 2011. – Вып. 1. – С. 181–186.

120. Шевеленкова, Т. Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко

// Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–130.

121. Шибутани, Т. Социальная психология / Т. Шибутани ; пер. с англ. В.Б. Ольшанского. – Ростов н/Д. : Феникс, 1999. – 539 с.

122. Шляпникова, И. А. Взаимосвязь эго-идентичности и личностной зрелости: дис. ... канд. психол. наук: специальность : 19.00.01 / Шляпникова Ирина Андреевна. – Челябинск, 2010. – 201 с.

123. Шнейдер, Л. Б. Личностная, гендерная и профессиональная идентичность: теория и методы диагностики / Л. Б. Шнейдер. – М., 2007. – 234 с.

124. Эриксон, Э. Детство и общество. Изд. 2-е, перераб. и доп. / Пер. с англ. – СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996а. – 592 с.

125. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ./ Общ. ред. и предисл. Толстых А. В. – М.: Издательская группа "Прогресс", 1996б. – 344 с.

126. Яблонская, Т. М. Особенности идентичности «благополучных» и «проблемных» подростков и старшеклассников / Т. М. Яблонская // Вестник Пермского университета. Серия «Философия. Психология. Социология». – 2013, №3(15). – С. 123-132.

127. Ярышева, А. А. Формирование профессиональной идентичности у подростков с нарушением интеллекта / А. А. Ярышева, Е. М. Ланина // Вестн. Кемеров. гос. ун-та. – 2015. – № 2–1 (62). – С. 138–141.

128. Ярышева, А. А. Несформированность идентичности как детерминанта склонности к аддиктивному поведению старших школьников : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Ярышева Алиса Аркадьевна. – Новосибирск, 2012. – 233 с.

129. Abbott, R. A. Psychometric evaluation and predictive validity of Ryff's psychological well-being items in a UK birth cohort sample of women / R. A. Abbott, G. B. Ploubidis, F. A. Huppert, D. Kuh, M. E. Wadsworth, T. J. Croudace // Health and quality of life outcome. – 2006. – № 4(76). – 16 p.

130. Abbott, R. A. An evaluation of the precision of measurement of Ryff's Psychological Well-being scales in a population sample / R. A. Abbott, G. B. Ploubidis, F. A. Huppert, D. Kuh, T. J. Croudace // Social Indicators Research. – 2010. – № 97(3). – pp. 357-373.

131. Abes, E. S. Meaning-making capacity and the dynamics of lesbian college students' multiple dimensions of identity / E. S. Abes, S. R. Jones // *Journal of College Student Development*. – 2004. – №45. – pp. 612-632.

132. Adams, G. R. Toward the development of an objective assessment of ego-identity status / G. R. Adams, J. A. Shea, S. A. Fitch // *Journal of Adolescence*. – 1979. – № 8. – pp. 223-237.

133. Akman, Y. Identity status of Turkish university students in relation to their evaluation of family problems / Y. Akman // *Social Behavior and Personality*. – 2007. – V. 35 (1). – pp. 79–88.

134. Balistreri, E. Development and preliminary validation of the Ego Identity Process Questionnaire / E. Balistreri, N. A. Busch-Rossnagel, K. F. Geisinger // *Journal of Adolescence*. – 1995. – №18. – pp. 179–192.

135. Barbot, B. Structures identitaires et expression créative à l'adolescence / B. Barbot // *Orientation Scolaire et Professionnelle*. – 2008. – V. 37 (4). – pp. 483–507.

136. Bartholomew, K. Coded semi-structured interviews in social psychological research / K. Bartholomew, A. J. Z. Henderson, J. E. Marcia // *Handbook of Research Methods in Social and Personality Psychology* / Eds. H. T. Reis, C. M. Judd. – Cambridge, MA: Cambridge University Press, 2000. – pp. 286–312.

137. Basak, R. Ego-Identity Status and Its Relationship with Self-Esteem in A Group of Late Adolescents / R. Basak, A. Ghosh // *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. – 2008. – V. 34 № 2. – pp. 337-344.

138. Beck, A.T. An inventory for measuring depression / A. T. Beck, C. H. Ward, M. Mendelson, J. Mock, J. Erbaugh // *Archives of General Psychiatry*. – 1961. – № 4. – pp.561-571.

139. Bennion, L. A revision of the extended version of the objective measure of ego identity status: An identity instrument for use with late adolescents / L. Bennion, G. R. Adams // *Journal of Adolescent Research*. – 1986. – № 1. – pp. 183-198.

140. Bergsma, A. The happiness of people with a mental disorder in modern society / A. Bergsma, R. Veenhoven // *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*. – 2011. – 6 p.

141. Berridge, K.C. Building a neuroscience of pleasure and well-being / K. C. Berridge, M. L. Kringelbach // *Psychology of Well Being: Theory, Research and Practice*. – 2011. – 26 p.

142. Berzonsky, M. D. Development and validation of the revised Identity Style Inventory (ISI-5): factor structure, reliability, and validity / M. D. Berzonsky, B. Soenens, K. Luyckx, I. Smits, D. R. Papini, L. Goossens // *Psychol. Assess.* – 2013. – № 25. – pp. 893–904.

143. Berzonsky, M. D. Identity style: Conceptualization and measurement / M. D. Berzonsky // *Journal of Adolescent Research*. – 1989, № 4. – pp. 268–282.

144. Berzonsky, M. D. Self-construction over the life-span: A process perspective on identity formation / M. D. Berzonsky // *Advances in Personal Construct Psychology*. – 1990, № 1. – pp. 155–186.

145. Berzonsky, M. D. Self-identity: The relationship between process and content / M. D. Berzonsky // *Journal of Research in Personality*. – 1994. – № 28. – pp. 453-460.

146. Berzonsky, M. D., Cieciuch, J., Duriez, B., & Soenens, B. The how and what of identity formation: Associations between identity styles and value orientations / M. D. Berzonsky, J. Cieciuch, B. Duriez, B. Soenens // *Personality and Individual Differences*. – 2011. – № 50. – pp. 295-299.

147. Bourne, E. The state of research on ego identity: A review and appraisal – Part I, Part II / E. Bourne // *Journal of Youth and Adolescence*. – 1978. – № 7(3). – pp. 223-51.

148. Bradburn, N. M. The structure of psychological well-being / N. M. Bradburn. – Chicago: Aldine. – 1969.

149. Burns, R. A. Investigating the structural validity of Ryff's psychological well-being scales across two samples / R. A. Burns, M. A. Machin // *Social Indicators Research*. – 2009. – № 93 (2). – pp. 359-375.

150. Campbell, A. The Quality of American Life / A. Campbell, S. E. Converse, W. L. Rodgers. – New York: Russell Sage. – 1976.

151. Carpentier, J. Ruminations and flow: Why do people with a more harmonious passion experience higher well-being? / J. Carpentier, G. A. Mageau, R. J. Vallerand //

Journal of Happiness Studies. – 2012. – № 13(3). – pp. 501-518.

152. Cooley, Ch. H. Human Nature and the Social Order / Ch. H. Cooley. – New York: Scribner's, 1902. – 413 p.

153. Côté, J. E. Foundations of a psychoanalytic social psychology: Neo- Eriksonian propositions regarding the relationship between psychic structure and social institutions / J. E. Côté // Developmental Review. – 1993. – № 13. – pp. 31–53

154. Côté, J. E. A critical examination of the ego identity status paradigm / J. E. Côté, C. Levine // Developmental Review. – 1988. – № 38. – pp. 147–184.

155. Crocetti, E. Anxiety trajectories and identity development in adolescence: A five-wave longitudinal study / E. Crocetti, T. Klimstra, L. Keijsers, W. W. III Hale, W. Meeus // Journal of Youth and Adolescence. – 2009. – V. 38 (6). – p. 839–849.

156. Crocetti, E. Capturing the dynamics of identity formation in various ethnic groups: Development and validation of a threedimensional model / E. Crocetti, M. Rubini, W. Meeus // Journal of Adolescence. – 2008. – № 31(2). – pp. 207–222.

157. Crocetti, E. Brief report: The Identity Style Inventory – Validation in Italian adolescents and college students / E. Crocetti, M. Rubini, M. D. Berzonsky, W. Meeus // Journal of Adolescence. – 2009. – № 32(2). – pp. 425-433.

158. Csikszentmihalyi, M. Beyond boredom and anxiety / M. Csikszentmihalyi. – San Francisco, 1975. – 272 p.

159. Csikszentmihalyi, M. Finding flow: The psychology of engagement with everyday life / M. Csikszentmihalyi. – New York: Basic Books. – 1998. – 181 p.

160. Deci, E. L. Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction / E. L. Deci, R. M. Ryan // Journal of Happiness Studies. – 2008. – № 9. – pp. 1–11.

161. Deschamps, J.C. Regarding the relationship between social identity and personal identity / J. C. Deschamps, T. Devos // Social Identity (International Perspectives). – London, New Delhi, 1998. – pp. 1-13.

162. Diener, E. Subjective well-being / E. Diener // Psychological Bulletin. – 1984. – V. 95(3). – pp. 542–575.

163. Diener, E. Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. The handbook of positive psychology / E. Diener, R. E. Lucas, S. Oishi. – New York:

Oxford University Press. – 2002. – pp. 63–73.

164. Diener, E. Subjective well-being: three decades of progress / E. Diener, E. Suh, R. E. Lucas, H. L. Smith // *Psychological Bulletin*. – 1999. – V. 125 (2). – pp. 276-302.

165. Diener, E. The Satisfaction with Life Scale / E. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larsen, S. Griffin // *Journal of Personality Assessment*. – 1985. – № 49. – pp. 71–75.

166. Doise, W. Social representations in personal identity / S. Worchel, J. F. Morales, D. Paez, J. Deschamps // *Social identity: International perspective*. – N.Y.: Sage Publ., 1998. – pp. 13-25.

167. Dolan, P. Measuring subjective wellbeing for public policy / P. Dolan, R. Layard, R. Metcalfe // Office for National Statistics, 2011. – Special Paper № 23. – 20 p.

168. Dolan, P. Comparing measures of subjective well-being and views about the role they should play in policy / P. Dolan, R. Metcalfe. – UK, 2011. – 53 p.

169. Duriez, B. A process content approach to adolescent identity formation: Examining longitudinal associations between identity styles and goal pursuits / B. A. Duriez, K. Luyckx, B. Soenens, M. Berzonsky // *Journal of Personality*. – 2012. – V. 80 (1). – pp. 135–161.

170. Eid, M. The Science of Subjective Well-Being / M. Eid, R. J. Larsen, Ed Diener // *The Science of Subjective Well-Being*. – New York: Guilford Press, 2008. – pp. 1-13.

171. Eryigit, S. Using the Identity Processing Style Q-Sort to examine identity styles of Turkish young adults / S. Eryigit, J. Kerpelman // *Journal of Adolescence*. – 2009. – V. 32, №5. – pp. 1137-1158.

172. Evers, K. E. Development of an individual well-being scores assessment / K. E. Evers, J. O. Prochaska, P. H. Castle, J. L. Johnson, J. M. Prochaska, P. L. Harrison, E. Y. Rula, C. Coberley, J. E. Pope // *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*. – 2012. – № 2(2). – 9 p.

173. Goffman, E. The neglected situation / E. Goffman // *Amer. Anthropol.* – 1964. – V. 66, №5. Part 2. – pp.133–136

174. Good, M. Linking academic social environments, ego-identity formation, egovirtues, and academic success. / M. Good, G. R. Adams // *Adolescence*. – 2008. – V.



43(170). – p. 221–236.

175. Grotevant, H. D. Assessing adolescent identity in the areas of occupation, religion, politics, friendships, dating, and sex roles: Manual for the administration and coding of the interview / H. D. Grotevant, C. R. Cooper // Journal Supplement Abstract Service Catalog of Selected Documents in Psychology. – 1981. – №11. – pp. 52–53.

176. Gulfem Cakir, S. Ego Identity Status and Psychological Well-Being Among Turkish Emerging Adults, Identity / S. Gulfem Cakir // An International Journal of Theory and Research. – 2014. – № 14(3). – pp. 230–239.

177. Hefferon, K. Positive Psychology: Theory, Research And Applications / K. Hefferon, I. Boniwell. – McGraw-Hill Education (UK). – 2011. – 270 p.

178. Hoare, C. Three Missing Dimensions in Contemporary Studies of Identity: The Unconscious, Negative Attributes, and Society / C. Hoare // Journal of Theoretical and Philosophical Psychology. – 2013. – V. 33 (1). – pp. 51–67.

179. Hofer, J. Socio-cultural Aspects of Identity Formation: The relationship between commitment and well-being in student samples from Cameroon and Germany / J. Hofer, J. Kartner, A. Chasiotis, H. Busch, F. Kiessling // Identity. – 2007. – № 7(4). – pp. 265–289.

180. Huta, V. Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives / V. Huta, R. M. Ryan // Journal of Happiness Studies. – 2010. – pp. 735-762.

181. Jaromowic, M. Self-We-Others schemata and social identifications / M. Jaromowic // Social identity: International perspective. – N.Y.: Sage Publ., 1998. – pp. 44–52.

182. Jones, S. R. A conceptual model of multiple dimensions of Identity / S. R. Jones, M. K. McEwen // Journal of College Student Development. – 2000. – № 41(1). – pp. 405-414.

183. Joseph, S. Positive Functioning Inventory: Initial validation of a 12-item self-report measure of well-being / S. Joseph, J. Maltby // Psychology of Well-Being, 2014. – 13 p.

184. Kahneman, D. Living, and thinking about it: Two perspectives on life / D. Kahneman, J. Riis // *The science of well-being*. In F.A. Huppert, N. Baylis & B. Keverne (Eds.) – Oxford: Oxford University Press. – 2005. – pp. 285–304.

185. Kahneman, D. Developments in the measurement of subjective well-being / D. Kahneman, A. Krueger // *Journal of Economic Perspectives*, 2006. – V. 20. – № 1. – pp. 3–24.

186. Kashdan, T. B. The assessment of subjective well-being (issues raised by the Oxford Happiness Questionnaire) / T. B. Kashdan // *Personality and Individual Differences*, 2004. – № 36. – pp. 1225–1232.

187. Klimstra, T. A. Identity formation in adolescence: Change or stability? / T. A. Klimstra, W. W. III Hale, Q. A. W. Raaijmakers, S. J. T. Branje, W. H. J. Meeus // *Journal of Youth and Adolescence*. – 2010. – V. 39 (2). – pp. 150–162.

188. Klimstra, T. A. Personality traits and educational identity formation in late adolescents: Longitudinal associations and academic progress / T. A. Klimstra, K. Luyckx, V. Germeijs, W. H. J. Meeus, L. Goossens // *Journal of Youth and Adolescence*. – 2012. – V. 41 (3). – pp. 346–361.

189. Kunnen, E. S. The shapes of commitment development in emerging adulthood / E. S. Kunnen, V. Sappa, P. L. C. van Geert, L. Bonica // *Journal of Adult Development*. – 2008. – V. 15. – pp. 113–131.

190. Lannegrand-Willems, L. La question de la construction identitaire à l'adolescence à deux paliers de l'orientation: La troisième et la terminale / L. Lannegrand-Willems // *Orientation Scolaire et Professionnelle*. – 2008. – V. 37 (4). – pp. 527–544.

191. Litwin, H., Shiovitz-Ezra, S. The association between activity and well-being in later-life: What really matters? / H. Litwin, S. Shiovitz-Ezra // *Ageing & Society*. – 2006. – № 26. – pp. 225–242.

192. López Ulloa, B. How Does Subjective Well-Being Evolve with Age? A Literature Review / B. López Ulloa, V. Moller, A. Sousa-Poza // *IZA Discussion Paper No. 7328*. – 2013. – Available at SSRN: <http://ssrn.com/abstract=2250327>

193. Lucas, R. Adaptation and the set point model of subjective well-being / R. Lucas // *Current Directions in Psychological Science*. – 2007. – pp. 75-79.

194. Luyckx, K. Identity exploration and commitment in late adolescence: Correlates of perfectionism and mediating mechanisms on the pathway to well-being / K. Luyckx, B. Soenens, L. Goossens, K. Beckx, S. Wouters // *Journal of Social and Clinical Psychology*. – 2008. – V. 27 (4). – pp. 336–361

195. Manzi, C. Accommodating a new identity: Possible selves, identity change and well-being across two life-transitions / C. Manzi, V. L. Vignoles, C. Regalia // *European Journal of Social Psychology*. – 2010. – V. 40 (6). – pp. 970–984.

196. Marcia, J. E. Development and validation of ego identity status/ J. E. Marcia // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1966. – № 3. – pp. 551–558.

197. Marcotte, J. Identity development and exploration and their psychosocial correlates in emerging adulthood: A portrait of youths attending adult education centers in Quebec / J. Marcotte // *Vulnerable Children and Youth Studies*. – 2009. – V. 4 (4). – pp. 279–287.

198. McGillivray M., Clarke, M. Understanding human well-being / M. McGillivray, M. Clarke. – New York : United Nations University Press, 2006. – 386 p.

199. McLellan, R. The impact of creative initiatives on wellbeing: a literature review / R. McLellan, M. Galton, S. Steward, C. Page. – Newcastle: CCE. – 2012. – 100 p.

200. Mead, G.H. *Mind, Self, and Society from the Standpoint of a Social Behaviorist* / G.H. Mead. – Chicago: The University of Chicago Press. – 1967. – 174 p.

201. Meeus, W. Identity development, parental and peer support in adolescence: Results of a national Dutch survey / W. Meeus, M. Deković // *Adolescence*. – 1995. – № 30. – pp. 931–945.

202. Monacis, L. The Revised Identity Style Inventory: Factor Structure and Validity in Italian Speaking Students / L. Monacis, V. de Palo, M. Sinatra, M. D. Berzonsky // *Frontiers in Psychology*. – 7:883. – 2016.

203. Moscovici, S. Notes towards a description of Social Representation / S. Moscovici // *European Journal of Social Psychology*. – 1988. – № 18. – pp. 211–250.

204. Mullis, R. L. Parental relationships, autonomy, and identity processes of high school students / R. L. Mullis, S. C. Graf, A. K. Mullis // *The Journal of Genetic*

Psychology: Research and Theory on Human Development. – 2009. – V. 170 (4). – p. 326–338.

205. OECD Guidelines on Measuring Subjective Well-being. – OECD Publishing, 2013. – 290 p.

206. Oishi, S. The Optimum Level of Well-Being. Can People Be Too Happy? / S. Oishi, E. Diener, R. E. Lucas // Perspectives on Psychological Science, 2007. – №2. – pp. 346-360.

207. Pavot, W. Review of the Satisfaction With Life Scale / W. Pavot, E. Diener // Psychological Assessment. – 1993. – №5. – pp. 164–172.

208. Pittman, J. F. Development and validation of a q-sort measure of identity processing styles: The Identity Processing Styles Q-Sort / J. F. Pittman, Kerpelman, J. L., Lamke, L. K., & Sollie, D. L. // Journal of Adolescence. – 2009, №32. – pp. 1239-1265.

209. Pontin, E. A UK validation of a general measure of subjective well-being: the modified BBC subjective well-being scale (BBC-SWB) / E. Pontin, M. Schwan-nauer, S. Tai, P. Kinderman // Health and Quality of Life Outcomes. – 2013. – <http://www.hqlo.com/content/11/1/150>

210. Rosenthal, D., Gurney, R., & Moore, S. From trust to intimacy: A new inventory for examining Erikson's stages of psychosocial development / D. Rosenthal, R. Gurney, S. Moore // Journal of Youth and Adolescence. – 1981. – № 10. – pp. 525-537.

211. Ryan, R. M. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being / R. M. Ryan, E. L. Deci // American Psychologist. – 2000, № 5. – pp. 68–78.

212. Ryan, R.M. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being / R. M. Ryan, E. L. Deci // Annual Review of Psychology. – 2001. – Vol. 52. – pp. 141-166.

213. Ryff, C. The structure of psychological well-being revisited / C. Ryff, C. Keyes // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – № 69. – pp. 719–727.

214. Ryff, C. Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research / C. Ryff, B. Singer // Psychotherapy and Psychosomatics. – 1996. – № 65. – p. 14–23.

215. Samman, E. Psychological and subjective well-being: A proposal for internationally comparable indicator / E. Samman // OPHI Working Paper 5, University of Oxford. – 2007. – 54 p.

216. Sandhu, D. Adolescent identity formation, parental attitudes, and psychological well-being / D. Sandhu, Tung, S., N. Kundra, B. Singh // Pakistan Journal of Psychological Research. – 2011. – № 27(1). – pp. 89-105.

217. Schimmack, U. The structure of subjective well-being / U. Schimmack // The Science of Subjective Well-Being; edited by Eid M, Larsen R. – New York: Guilford Press, 2008. – pp. 97–123.

218. Schindler, I. Relations of admiration and adoration with other emotions and well-being / I. Schindler // Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice. – 2014. – 23 p.

219. Schneider, L. Examining sources of self-informant agreement in life satisfaction judgments / I. Schindler, U. Schimmack // Journal of Research in Personality. – 2010. – № 44(2). – pp. 207-212.

220. Schwartz, S. J. The evolution of Eriksonian and neo-Eriksonian identity theory and research: A review and integration / S. J. Schwartz // Identity: An International Journal of Theory and Research. – 2001. – №1. – pp. 7-58.

221. Schwartz, S. J. Measuring identity from an Ericksonian perspective: Two sides of the same coin? / S.J. Schwartz, B. L. Zamboanga, Wei Wang, J. V. Olthuis // Journal of Personality Assessment. – 2009. – V. 91 (2). – p. 143–154.

222. Seabi, J. Relating Identity Processing Styles to Commitment and Self-Esteem Among College Students / J. Seabi // Journal of Psychology in Africa. – 2009. – № 19. – pp. 309–314.

223. Seligman, M. Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment / M. Seligman. – New York, NY: Free Press. – 2002. – 336 p.

224. Seligman, M. Positive Psychology: An Introduction / M. Seligman, M. Csikszentmihalyi // American Psychologist. – 2000. – V. 55(1). – pp. 5–14.

225. Soenens, B. Identity styles and causality orientations: In search of the motivational underpinnings of the identity exploration process / B. Soenens, M. D. Berzonsky, M. Vansteenkiste, W. Beyers, L. Goossens // *European Journal of Personality*. – 2005. – № 19. – pp. 427-442.

226. Soldatova, E.L. Ego-identity in the structure of personality maturity / E. L. Soldatova, I. A. Shlyapnikova // *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. – 2013. – V. 86. – pp. 283-288.

227. Spielberger, C.D. Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI) / C. D. Spielberger. – Psychological Assessment Resources, Odessa, FL. – 1988.

228. Spielberger, C. D. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory / C. D. Spielberger, R. L. Gorsuch, R. Lushene, P. R. Vagg, G. A. Jacobs. – Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press. – 1983.

229. Springer, K. W. An assessment of the construct validity of Ryff's scales of psychological well-being: Method, mode, and measurement effects / K. W. Springer, R. M. Hauser // *Social Science Research*, 2006. – № 35. – pp. 1080–1102.

230. Sukhodolsky, D. G. Development and validation of the anger rumination scale / D. G. Sukhodolsky, A. Golub, E. N. Cromwell // *Personality and Individual Differences*. – 2001. – pp. 689-700.

231. Syed, M. Personality development from adolescence to emerging adulthood: Linking trajectories of ego development to the family context and identity formation / M. Syed, I. Seiffge-Krenke // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2013. – V. 104 (2). – pp. 371–384.

232. Tajfel, H. *Individuals and Groups in Social Psychology* / H. Tajfel // *British Journal of Clinical Psychology*. – 1979. – V. 18, № 2. – pp. 180–190.

233. Tajfel, H., & Turner, J. C. The social identity theory of intergroup behavior / H. Tajfel, J. C. Turner // In S. Worchel & W. G. Austin. *Psychology of Intergroup Relations*. – Chicago, IL: Nelson-Hall. – 1986. – pp. 7–24.

234. Tan, A. L. A Short Measure of Eriksonian Ego Identity / A. L. Tan, R. J. Kendis, J. T. Fine, J. Porac // *Journal of Personality Assessment*. – 1977. – № 41. – pp. 279-284.

235. Thompson, E. R. Development and Validation of an Internationally Reliable Short-Form of the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) / E. R. Thompson // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. – 2007. – № 38 (2). – pp. 227–242.

236. Tinkler, L. Measuring Subjective Well-being / L. Tinkler, S. Hicks // Office for National Statistics. – United Kingdom, 2011. – [www.ons.gov.uk](http://www.ons.gov.uk)

237. Topolewska, E. Internal Differentiation of the Diffuse-Avoidant Style in Berzonsky's Model: The Results of Analyses in Variable-Centered and Person-Centered Approaches / E. Topolewska, J. Ciecuch // *Psychological Studies*. – 2015. – V. 53 (3). – pp. 75-86.

238. Turner, J. C. A Self-Categorization Theory / J. C. Turner, M. A. Hogg, P. J. Oakes, S. D. Reicher, M. S. Wetherell // *Rediscovering the Social Group: A Self-Categorization Theory*. Blackwell, Oxford, UK. – 1987. – pp. 42-67.

239. Vallerand, R.J. The role of passion in sustainable psychological well-being / R. J. Vallerand // *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*. – 2012. – 21 p.

240. Van Dierendonck, D. Ryff's Six-factor Model of Psychological Well-being, A Spanish Exploration / D. Van Dierendonck, D. Diaz, R. Rodriguez-Carvajal, A. Blanco, B. Moreno-Jimenez // *Social Indicators Research*. – 2008. – № 87. – pp. 473–479.

241. Van Dierendonck, D. The construct validity of Ryff's scales of psychological well-being and its extension with spiritual well-being / D. Van Dierendonck // *Personality and Individual Differences*. – 2004. – № 36. – pp. 629–643.

242. Van Hoof, A. The identity status field re-reviewed: An update of unresolved and neglected issues with a view on some alternative approaches / A. Van Hoof // *Developmental Review*. – 1999. – № 19. – pp. 497–556.

243. Waldron, S. Measuring Subjective Wellbeing in the UK / S. Waldron // Working Paper, 2010. – 70 p.

244. Waterman, A. S. Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review / A. S. Waterman // *Developmental Psychol.* – 1982. – V.18. – № 3. – pp. 341–358.

245. Waterman, A. S. Reconsidering happiness: a eudaimonist's perspective / A. S. Waterman // *The Journal of Positive Psychology*, 2008. – № 3. – pp. 234–252.

246. Waterman, A.S. Doing well: The relationship of identity status to three conceptions of well-being / A. S. Waterman // *Identity: An International Journal of Theory and Research*. – 2007. – Vol. 7(4). – pp. 289-307.

247. Watson, D. The PANAS-X: Manual for the positive and negative affect schedule-Expanded Form / D. Watson, L. A. Clark. – Iowa City: University of Iowa. – 1994. – 24 p.

248. Watson, D. Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales / D. Watson, L. A. Clark, A. Tellegen // *Journal of Personality and Social Psychology*, 1988. – № 54 (6). – pp. 1063–1070.

249. Winefield, H. R. Psychological well-being and psychological distress: is it necessary to measure both? / H. R. Winefield, T. K. Gill, A. W. Taylor, R. M. Pilkington // *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*. – 2012. – 14 p.

250. Wollny, I. Can government measure family wellbeing? A literature review / I. Wollny, J. Apps, C. Henricson. – Family and Parenting institute; London, 2010 – 93 p.

251. Yang, H.-Y. Using the IPSQ-Sort to Examine Identity of Mandarin Speaking Adolescents: Author's Thesis / H.-Y. Yang. – State University of New York, 2010. – 62 p.

252. Zahed-Babelan, A. Relationship between identity styles and self-esteem / A. Zahed-Babelan, S. Barghi, A. Abolghasemi // *International Research Journal of Applied and Basic Sciences*. – 2013. – V. 4 (8). – pp. 2294-2297.

253. Zotova, O. Y. Occupation as a factor of personality subjective well-being / O. Y. Zotova, L. V. Karapetyan // *Psychology in Russia: State of the Art*. – 2015. – V. 8. № 2. – pp. 126-136.

254. Zou, C. The Contribution of Domain Satisfaction to Life Satisfaction: Convergent Validity of Importance Measures / C. Zou. – 2010. – 37 p.



**ПРИЛОЖЕНИЯ****Приложение А****Анкета исследования представлений о субъективном благополучии**

|   |
|---|
| Пол:  |
| Возраст:  |
| Город :   |
| Ваше семейное положение: <ul style="list-style-type: none"><li>– В браке</li><li>– Встречаюсь</li><li>– Холост / не замужем</li></ul>   |
| Как вы оцениваете свое материальное положение: <ul style="list-style-type: none"><li>– очень плохое</li><li>– плохое</li><li>– удовлетворительное</li><li>– хорошее</li><li>– очень хорошее</li></ul> |
| Что делает Вас счастливым?  |
| Что могло бы сделать Вас более счастливым?  |

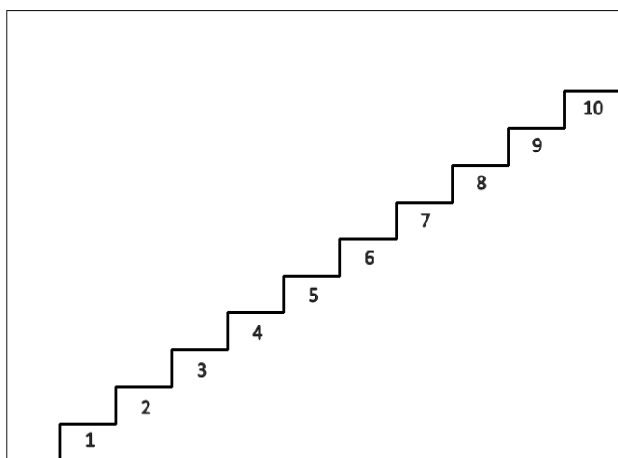
## Приложение Б

### Экспресс-методика диагностики структуры субъективного благополучия

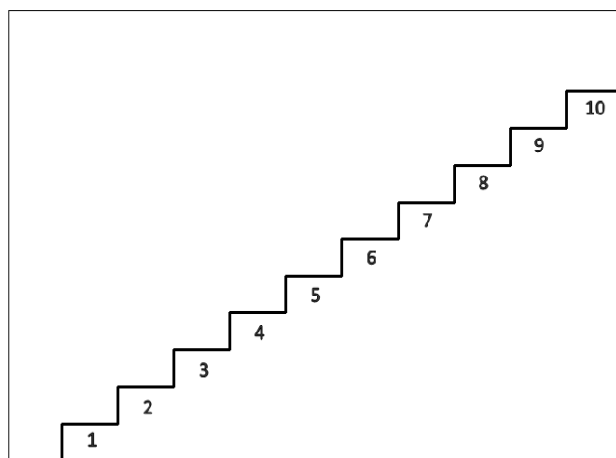
#### Персональные данные

|    |                                      |   |
|----|--------------------------------------|---|
| 1. | Пол:                                 |   |
| 2. | Возраст:                             |   |
| 3. | Город:                               |   |
| 4. | Род занятий:                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Школьник</li> <li>– Студент</li> <li>– Работающий</li> <li>– На пенсии</li> <li>– Безработный</li> </ul> |
| 5. | Сфера профессиональной деятельности: |   |
| 6. | Семейное положение:                  |   |

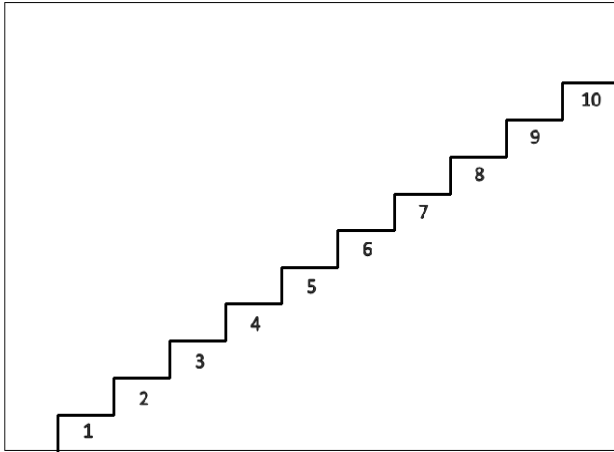
Подумайте о том, насколько Вы удовлетворены отдельными сторонами вашей жизни. Оцените свои ощущения по шкале от 0 до 10, где 0 означает «совершенно неудовлетворен», а 10 – «абсолютно удовлетворен».



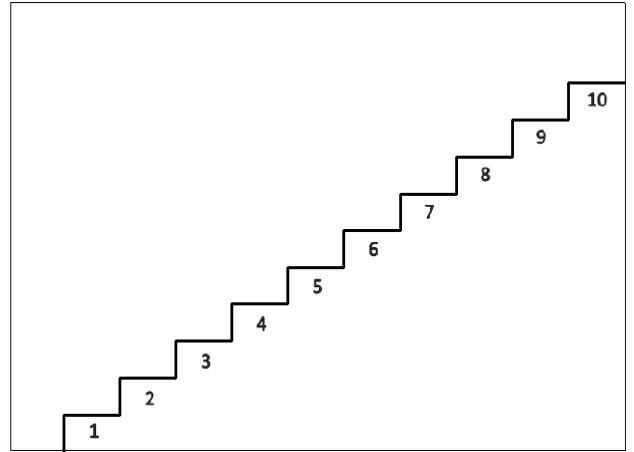
1. Профессиональная/учебная деятельность



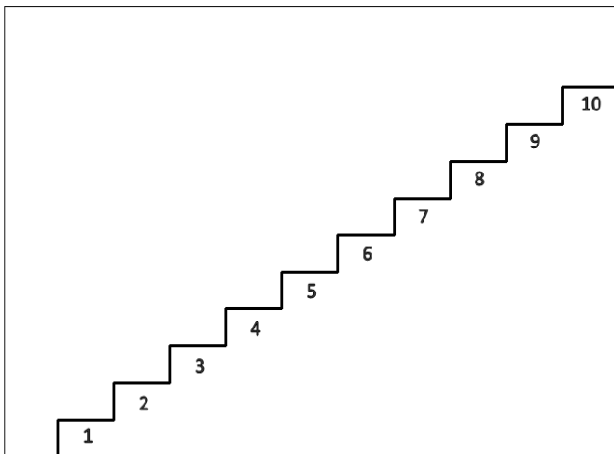
2. Социальный статус/положение в обществе



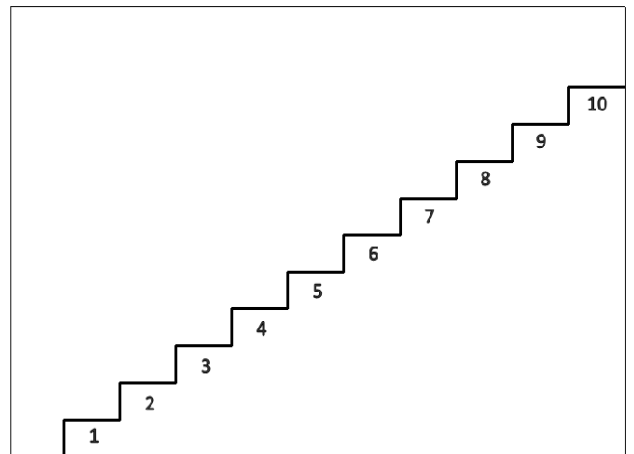
3. Личная жизнь/семейные отношения



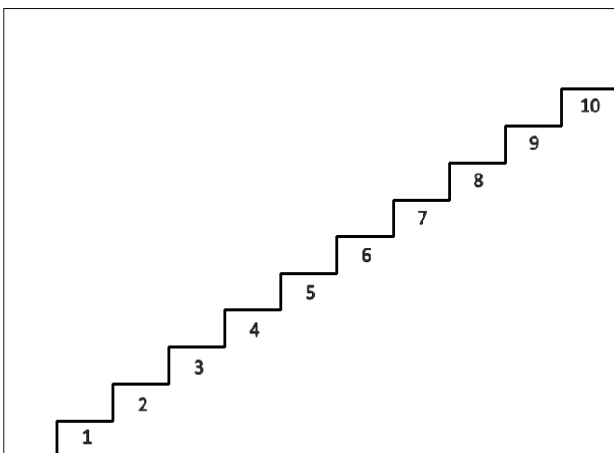
4. Взаимоотношения с окружающими людьми (друзья, коллеги, родственники)



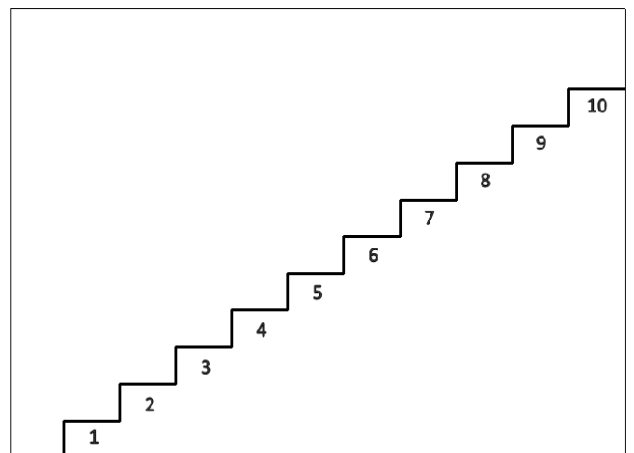
5. Реализация Ваших жизненных задач/планов



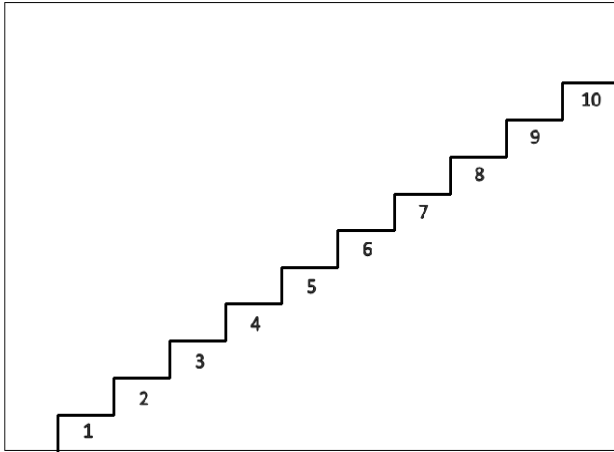
6. Самооценка (насколько Вы удовлетворены тем, какой Вы есть)



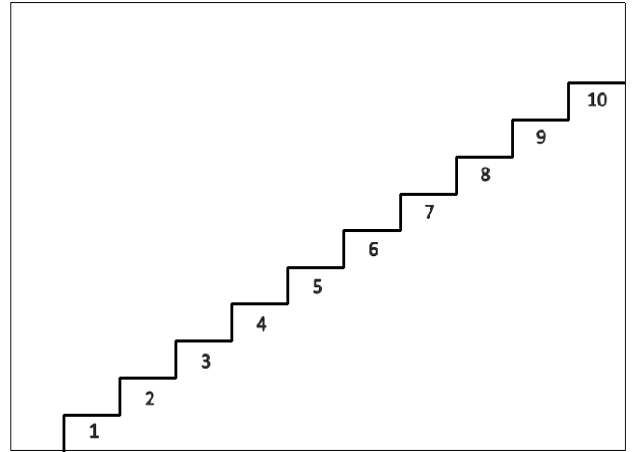
7. Личностный рост, саморазвитие



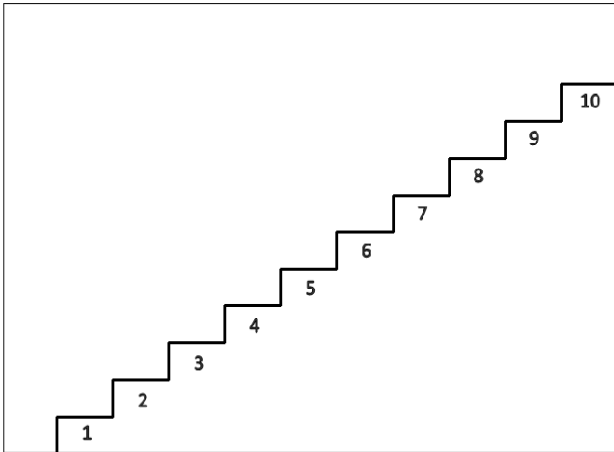
8. Уверенность в себе



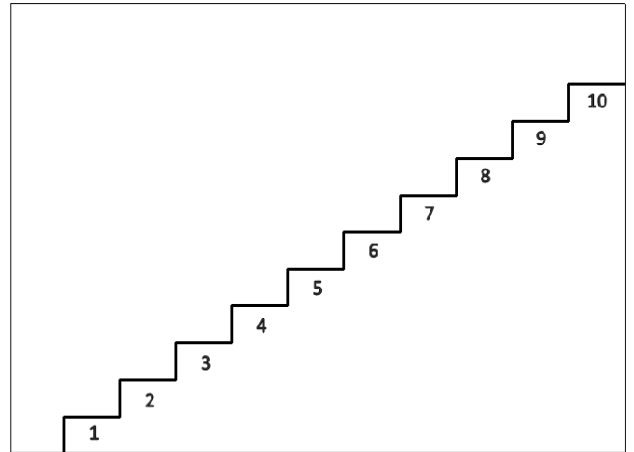
9. Жилищные условия



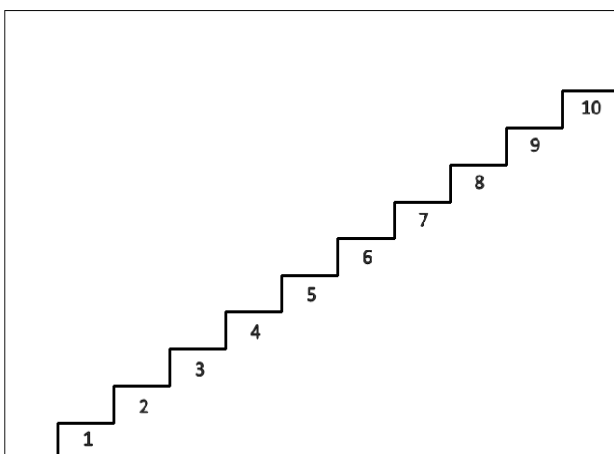
10. Питание



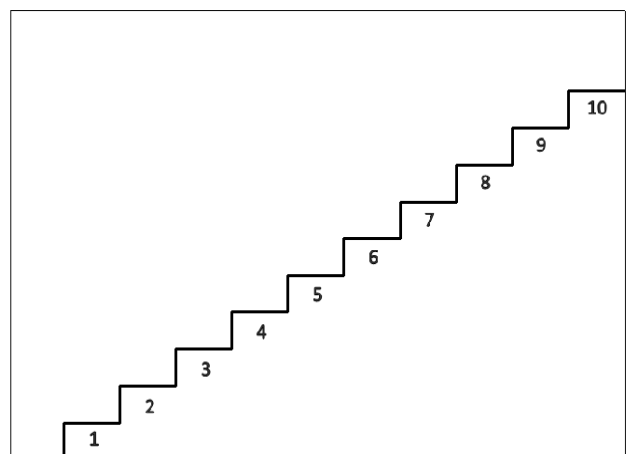
11. Отдых/досуг



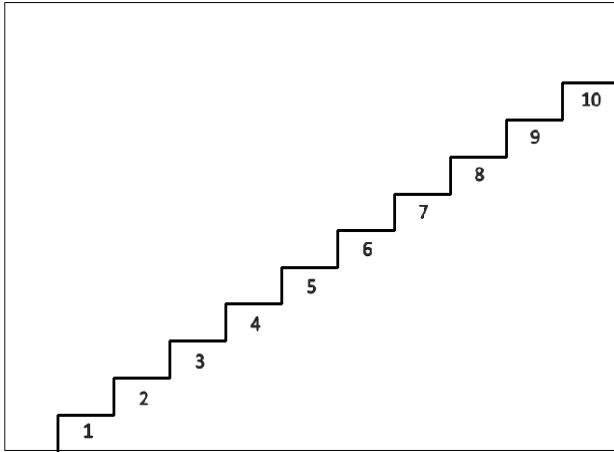
12. Финансы



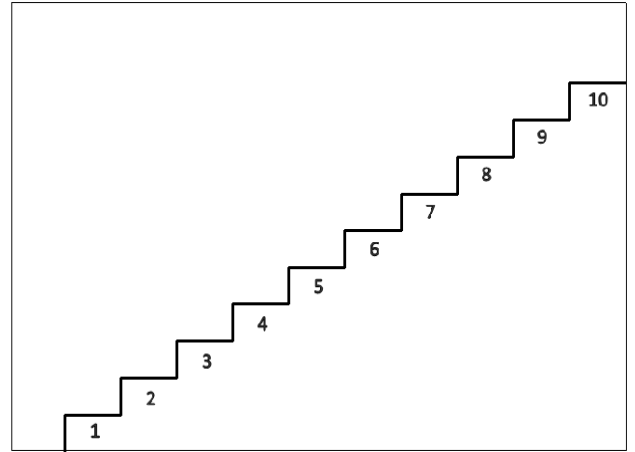
13. Здоровье



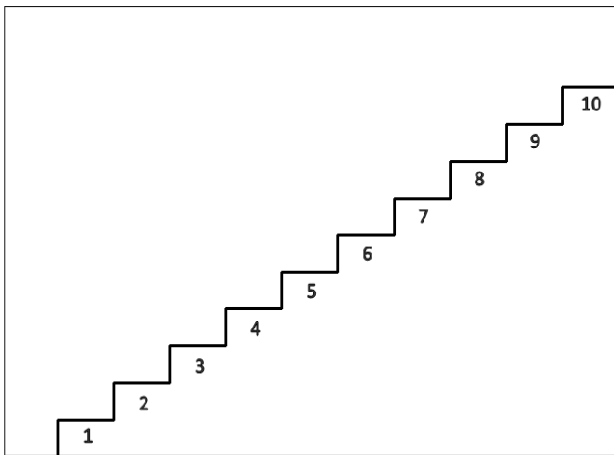
14. Внешний вид



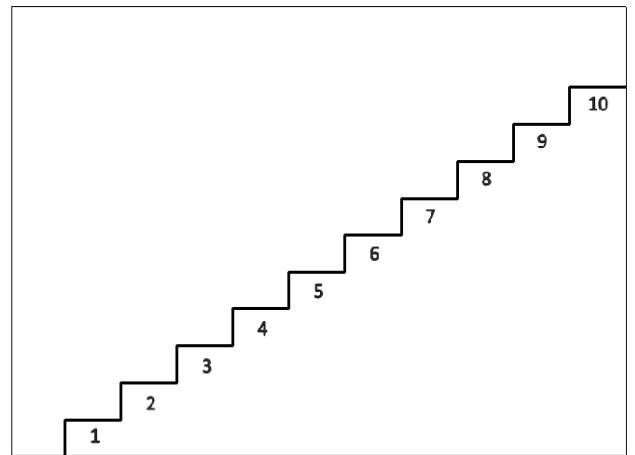
15. Физическая форма



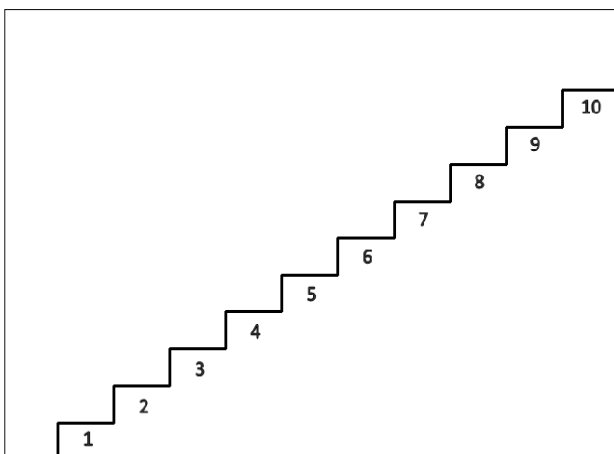
16. Самочувствие



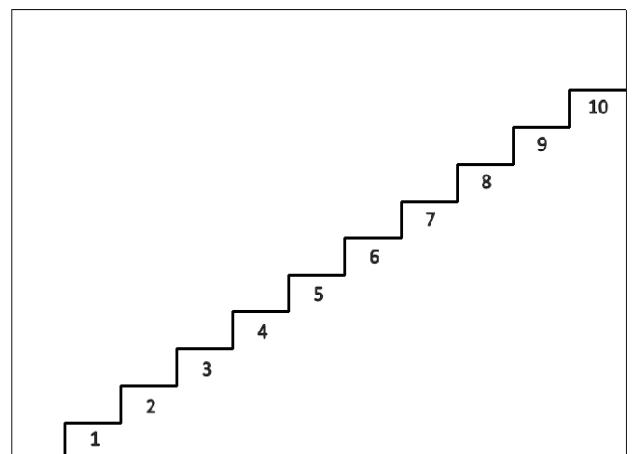
17. Творчество/самовыражение



18. Образованность, интеллектуальное развитие



19. Религия, вера, мировоззрение



20. Ценности, традиции

## Приложение В

### Показатели t-критерия для оценки значимости различий между контрольной группой и группой онкологических больных по вопросам методики ССБ

| вопрос | группы      | N  | Среднее | Стд. отклонение | Стд. ошибка среднего | t-критерий |
|--------|-------------|----|---------|-----------------|----------------------|------------|
| сб1    | контрольная | 32 | 7,1478  | 1,82691         | 0,17036              | 0,514      |
|        | онкобольные | 32 | 6,9375  | 2,71124         | 0,47928              |            |
| сб2    | контрольная | 32 | 7,1565  | 1,87126         | 0,17450              | 0,493      |
|        | онкобольные | 32 | 6,9688  | 2,02380         | 0,35776              |            |
| сб3    | контрольная | 32 | 7,7826  | 2,17152         | 0,20249              | 0,209      |
|        | онкобольные | 32 | 7,6875  | 2,63277         | 0,46541              |            |
| сб4    | контрольная | 32 | 7,9565  | 1,67223         | 0,15594              | -0,585     |
|        | онкобольные | 32 | 8,1563  | 1,83355         | 0,32413              |            |
| пб1    | контрольная | 32 | 6,6870  | 1,96623         | 0,18335              | 0,572      |
|        | онкобольные | 32 | 6,4688  | 1,68455         | 0,29779              |            |
| пб2    | контрольная | 32 | 7,3826  | 1,90835         | 0,17795              | 2,488*     |
|        | онкобольные | 32 | 6,4063  | 2,15316         | 0,38063              |            |
| пб3    | контрольная | 32 | 7,2522  | 1,64820         | 0,15370              | 2,115*     |
|        | онкобольные | 32 | 6,5313  | 1,90050         | 0,33596              |            |
| пб4    | контрольная | 32 | 7,3913  | 1,81464         | 0,16922              | 0,533      |
|        | онкобольные | 32 | 7,1875  | 2,23517         | 0,39513              |            |
| мб1    | контрольная | 32 | 7,6522  | 2,16853         | 0,20222              | -0,562     |
|        | онкобольные | 32 | 7,9063  | 2,56979         | 0,45428              |            |
| мб2    | контрольная | 32 | 7,9652  | 2,04309         | 0,19052              | 1,128      |
|        | онкобольные | 32 | 7,5000  | 2,14024         | 0,37835              |            |
| мб3    | контрольная | 32 | 6,4435  | 2,37380         | 0,22136              | 0,079      |
|        | онкобольные | 32 | 6,4063  | 2,35357         | 0,41606              |            |
| мб4    | контрольная | 32 | 5,5826  | 2,25942         | 0,21069              | -0,162     |
|        | онкобольные | 32 | 5,6563  | 2,32253         | 0,41057              |            |
| фб1    | контрольная | 32 | 6,2696  | 2,00141         | 0,18663              | 5,658***   |
|        | онкобольные | 32 | 3,9063  | 2,38759         | 0,42207              |            |
| фб2    | контрольная | 32 | 6,8957  | 1,97517         | 0,18419              | 3,263***   |
|        | онкобольные | 32 | 5,5313  | 2,47548         | 0,43761              |            |
| фб3    | контрольная | 32 | 6,3913  | 1,87175         | 0,17454              | 3,995***   |
|        | онкобольные | 32 | 4,8750  | 1,99596         | 0,35284              |            |
| фб4    | контрольная | 32 | 6,8870  | 1,89072         | 0,17631              | 4,904***   |
|        | онкобольные | 32 | 4,9063  | 2,44104         | 0,43152              |            |

| вопрос | группы      | N  | Среднее | Стд. отклонение | Стд. ошибка среднего | t-критерий |
|--------|-------------|----|---------|-----------------|----------------------|------------|
| дб1    | контрольная | 32 | 6,4696  | 2,07881         | 0,19385              | 2,447*     |
|        | онкобольные | 32 | 5,3750  | 2,74450         | 0,48516              |            |
| дб2    | контрольная | 32 | 7,4870  | 1,72883         | 0,16121              | 3,437***   |
|        | онкобольные | 32 | 6,2188  | 2,22500         | 0,39333              |            |
| дб3    | контрольная | 32 | 7,2435  | 2,20283         | 0,20542              | 2,926**    |
|        | онкобольные | 32 | 5,9063  | 2,56979         | 0,45428              |            |
| дб4    | контрольная | 32 | 7,5304  | 2,00579         | 0,18704              | 3,017**    |
|        | онкобольные | 32 | 6,2188  | 2,70882         | 0,47886              |            |

**Примечания:**

1. N – объем выборки; **сб1**– Профессиональная/учебная деятельность; **сб2** – Социальный статус/положение в обществе; **сб3** – Личная жизнь/семейные отношения; **сб4** – Взаимоотношения с окружающими людьми (друзья, коллеги, родственники); **пб1** – Реализация Ваших жизненных задач/планов; **пб2** – Самооценка (насколько Вы удовлетворены тем, какой Вы есть); **пб3** – Личностный рост, саморазвитие; **пб4** – Уверенность в себе; **мб1** – Жилищные условия; **мб2**– Питание; **мб3** – Отдых/досуг; **мб4** – Финансы; **фб1** – Здоровье; **фб2** – Внешний вид; **фб3** – Физическая форма; **фб4** – Самочувствие; **дб1** – Творчество/самовыражение; **дб2** – Образованность, интеллектуальное развитие; **дб3** – Религия, вера, мировоззрение; **дб4** – Ценности, традиции.

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

## Приложение Г

### Средние значения по результатам методик диагностики субъективного благополучия и отдельных шкал методики ССБ в группах с различным статусом эго-идентичности

Таблица 1

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

|   |           | ССБ           | ШСБ          | ШУДЖ         | УДЖ          | Шкала депрессии |
|---|-----------|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|
| Ф | Среднее   | <b>151,08</b> | <b>50,40</b> | <b>25,63</b> | <b>87,75</b> | <b>7,53</b>     |
|   | N         | 161           | 161          | 161          | 161          | 161             |
|   | Стд.Откл. | 23,46         | 13,32        | 6,03         | 25,76        | 6,75            |
|   | Минимум   | 87            | 17           | 9            | 23           | 0               |
|   | Максимум  | 200           | 83           | 35           | 146          | 33              |
| С | Среднее   | <b>130,66</b> | <b>64,28</b> | <b>20,53</b> | <b>56,98</b> | <b>14,20</b>    |
|   | N         | 133           | 133          | 133          | 133          | 133             |
|   | Стд.Откл. | 27,50         | 15,28        | 6,83         | 27,00        | 8,70            |
|   | Минимум   | 55            | 17           | 5            | 1            | 0               |
|   | Максимум  | 192           | 107          | 35           | 128          | 40              |
| А | Среднее   | <b>150,34</b> | <b>47,10</b> | <b>26,56</b> | <b>96,30</b> | <b>5,12</b>     |
|   | N         | 114           | 114          | 114          | 114          | 114             |
|   | Стд.Откл. | 19,10         | 11,82        | 4,35         | 20,15        | 3,75            |
|   | Минимум   | 94            | 17           | 13           | 40           | 0               |
|   | Максимум  | 194           | 83           | 35           | 146          | 19              |

**Примечания:** ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; ШСБ – шкала субъективного благополучия; ШУДЖ – шкала удовлетворенности жизнью; УДЖ – опросник «Удовлетворенность жизнью»; Шкала депрессии – шкала депрессии Бека; Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности); N – объем выборки; Минимум – минимальный балл по шкале; Максимум – максимальный балл по шкале.

Таблица 2

#### Средние значения уровня удовлетворенности жизненными сферами (шкалы методики диагностики структуры субъективного благополучия)

|   |           | ПСБ          | МБ           | ФБ           | ДБ           |
|---|-----------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Ф | Среднее   | <b>62,38</b> | <b>29,32</b> | <b>29,65</b> | <b>29,73</b> |
|   | N         | 161          | 161          | 161          | 161          |
|   | Стд.Откл. | 10,27        | 6,18         | 6,90         | 5,99         |
|   | Минимум   | 32           | 11           | 10           | 8            |
|   | Максимум  | 80           | 40           | 40           | 40           |



|   |           | ПСБ          | МБ           | ФБ           | ДБ           |
|---|-----------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| С | Среднее   | <b>51,76</b> | <b>26,25</b> | <b>26,08</b> | <b>26,57</b> |
|   | N         | 133          | 133          | 133          | 133          |
|   | Стд.Откл. | 12,98        | 7,19         | 6,89         | 6,73         |
|   | Минимум   | 10           | 9            | 7            | 7            |
|   | Максимум  | 77           | 40           | 40           | 40           |
| А | Среднее   | <b>62,04</b> | <b>28,87</b> | <b>29,89</b> | <b>29,53</b> |
|   | N         | 114          | 114          | 114          | 114          |
|   | Стд.Откл. | 7,97         | 5,59         | 4,75         | 5,37         |
|   | Минимум   | 37           | 12           | 18           | 13           |
|   | Максимум  | 79           | 40           | 40           | 39           |

**Примечания:** ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; ПСБ – психосоциальное благополучие; МБ – материальное благополучие; ФБ – физическое благополучие; ДБ – духовное благополучие; Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности); N – объем выборки; **Минимум** – минимальный балл по шкале; **Максимум** – максимальный балл по шкале.

## Приложение Д

### Проверка женских и мужских выборок с различными статусами эго-идентичности на нормальность распределения по результатам методик диагностики субъективного благополучия и шкал методики ССБ

Таблица 1

#### Проверка женских выборок с различными статусами эго-идентичности на нормальность распределения по результатам методик диагностики субъективного благополучия и шкал методики ССБ

| методики               | Предрешенная |       | Диффузная |       | Автономная |       |
|------------------------|--------------|-------|-----------|-------|------------|-------|
|                        | Z            | p     | Z         | p     | Z          | p     |
| <b>ШСБ</b>             | 0,571        | 0,900 | 0,570     | 0,902 | 0,878      | 0,424 |
| <b>ШУДЖ</b>            | 0,896        | 0,399 | 0,679     | 0,745 | 1,196      | 0,114 |
| <b>УДЖ</b>             | 0,528        | 0,943 | 0,418     | 0,995 | 0,530      | 0,941 |
| <b>Шкала депрессии</b> | 1,179        | 0,124 | 0,949     | 0,329 | 0,985      | 0,286 |
| <b>ССБ</b>             | 0,791        | 0,559 | 0,492     | 0,969 | 0,656      | 0,783 |
| <b>ПСБ</b>             | 0,832        | 0,493 | 0,546     | 0,927 | 1,050      | 0,220 |
| <b>МБ</b>              | 0,775        | 0,585 | 0,695     | 0,720 | 0,778      | 0,581 |
| <b>ФБ</b>              | 0,689        | 0,730 | 1,094     | 0,183 | 0,689      | 0,729 |
| <b>ДБ</b>              | 0,993        | 0,277 | 0,821     | 0,511 | 0,879      | 0,422 |

Таблица 2

#### Проверка мужских выборок с различными статусами эго-идентичности на нормальность распределения по результатам методик диагностики субъективного благополучия и шкал методики ССБ

| методики               | Предрешенная |               | Диффузная |       | Автономная |       |
|------------------------|--------------|---------------|-----------|-------|------------|-------|
|                        | Z            | p             | Z         | p     | Z          | p     |
| <b>ШСБ</b>             | 0,764        | 0,604         | 0,741     | 0,642 | 0,750      | 0,627 |
| <b>ШУДЖ</b>            | 0,1299       | 0,068         | 0,576     | 0,895 | 0,817      | 0,517 |
| <b>УДЖ</b>             | 0,703        | 0,706         | 0,609     | 0,852 | 1,051      | 0,220 |
| <b>Шкала депрессии</b> | 1,544        | <b>0,017*</b> | 0,677     | 0,749 | 1,153      | 0,140 |
| <b>ССБ</b>             | 0,691        | 0,727         | 0,633     | 0,818 | 0,600      | 0,864 |
| <b>ПСБ</b>             | 0,641        | 0,806         | 0,994     | 0,276 | 0,444      | 0,989 |
| <b>МБ</b>              | 0,867        | 0,440         | 0,595     | 0,871 | 1,263      | 0,082 |
| <b>ФБ</b>              | 1,039        | 0,230         | 0,727     | 0,666 | 0,970      | 0,303 |
| <b>ДБ</b>              | 0,932        | 0,350         | 0,540     | 0,932 | 0,695      | 0,720 |

**Примечание:** ШСБ – шкала субъективного благополучия; ШУДЖ – шкала удовлетворенности жизнью; УДЖ – опросник «Удовлетворенность жизнью»; Шкала депрессии – шкала депрессии Бека; ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; ПСБ – психосоциальное благополучие; МБ – материальное благополучие; ФБ – физическое благополучие; ДБ – духовное благополучие; Z – статистика Z Колмогорова-Смирнова; p – уровень значимости.

## Приложение Е

**Результаты проверки на нормальность распределения, средние значение и значения t-критерия Стьюдента для оценки значимости различий показателей субъективного благополучия между подгруппами, выделенными в соответствии с возрастом и статусом эго-идентичности**

Таблица 1

**Проверка подгрупп, выделенных в соответствии с возрастом и статусом эго-идентичности, на нормальность распределения по результатам методик диагностики субъективного благополучия**

| возраст | статус | Методики |      |      |      |      |      |      |      |                 |      |
|---------|--------|----------|------|------|------|------|------|------|------|-----------------|------|
|         |        | ССБ      |      | ШСБ  |      | ШУДЖ |      | УДЖ  |      | Шкала депрессии |      |
|         |        | Z        | p    | Z    | p    | Z    | p    | Z    | p    | Z               | p    |
| 16-23   | Ф      | 0,81     | ,052 | 0,72 | 0,68 | 1,02 | 0,25 | 0,42 | 0,99 | 1,36            | 0,06 |
|         | С      | 0,74     | 0,65 | 0,52 | ,095 | 0,46 | 0,98 | 0,51 | 0,96 | 0,98            | 0,3  |
|         | А      | 0,53     | 0,94 | 0,64 | 0,8  | 0,7  | 0,71 | 0,51 | 0,96 | 0,79            | 0,56 |
| 24-33   | Ф      | 0,93     | 0,35 | 0,63 | 0,82 | 0,74 | 0,64 | 0,66 | 0,78 | 1,12            | 0,16 |
|         | С      | 0,44     | 0,99 | 0,73 | 0,66 | 0,58 | 0,89 | 0,52 | 0,95 | 0,81            | 0,53 |
|         | А      | 0,43     | 0,99 | 0,83 | 0,5  | 0,84 | 0,48 | 0,35 | 0,99 | 0,8             | 0,54 |
| 34-45   | Ф      | 0,5      | 0,96 | 0,93 | 0,35 | 0,79 | 0,56 | 0,58 | 0,89 | 0,79            | 0,55 |
|         | С      | 0,63     | 0,83 | 0,65 | 0,79 | 0,42 | 0,99 | 1    | 0,27 | 0,55            | 0,92 |
|         | А      | 1,17     | 0,13 | 0,75 | 0,62 | 0,9  | 0,39 | 0,58 | 0,88 | 0,93            | 0,36 |
| 46-60   | Ф      | 0,62     | 0,84 | 0,56 | 0,91 | 0,58 | 0,89 | 0,72 | 0,69 | 1,21            | 0,11 |
|         | С      | 0,42     | 0,99 | 0,73 | 0,66 | 0,72 | 0,68 | 0,84 | 0,48 | 0,48            | 0,98 |
|         | А      | 0,52     | 0,95 | 0,56 | 0,91 | 0,53 | 0,94 | 0,88 | 0,43 | 0,62            | 0,84 |

**Примечание:** ШСБ – шкала субъективного благополучия; ШУДЖ – шкала удовлетворенности жизнью; УДЖ – опросник «Удовлетворенность жизнью»; Шкала депрессии – шкала депрессии Бека; ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; Z – статистика Z Колмогорова-Смирнова; p – уровень значимости; Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности).

Таблица 2

**Проверка подгрупп, выделенных в соответствии с возрастом и статусом эго-идентичности, на нормальность распределения по результатам отдельных шкал методики ССБ**

| возраст | статус | Методики |      |      |      |      |      |      |      |
|---------|--------|----------|------|------|------|------|------|------|------|
|         |        | ПСБ      |      | МБ   |      | ФБ   |      | ДБ   |      |
|         |        | Z        | p    | Z    | p    | Z    | p    | Z    | p    |
| 16-23   | Ф      | 0,63     | 0,82 | 0,7  | 0,7  | 0,82 | 0,5  | 0,87 | 0,43 |
|         | С      | 0,57     | 0,9  | 0,78 | 0,58 | 1,15 | 0,14 | 0,6  | 0,86 |
|         | А      | 0,53     | 0,94 | 0,46 | 0,98 | 0,71 | 0,69 | 1,1  | 0,17 |

| возраст | статус | Методики |      |      |      |      |      |      |      |
|---------|--------|----------|------|------|------|------|------|------|------|
|         |        | ПСБ      |      | МБ   |      | ФБ   |      | ДБ   |      |
|         |        | Z        | p    | Z    | p    | Z    | p    | Z    | p    |
| 24-33   | Ф      | 0,68     | 0,75 | 0,84 | 0,48 | 0,6  | 0,86 | 0,97 | 0,31 |
|         | С      | 0,56     | 0,91 | 0,83 | 0,49 | 0,72 | 0,67 | 0,98 | 0,29 |
|         | А      | 0,72     | 0,68 | 0,58 | 0,89 | 0,65 | 0,78 | 0,53 | 0,94 |
| 34-45   | Ф      | 0,42     | 0,99 | 0,92 | 0,37 | 0,81 | 0,53 | 0,58 | 0,88 |
|         | С      | 0,7      | 0,7  | 0,87 | 0,44 | 0,76 | 0,62 | 0,67 | 0,75 |
|         | А      | 0,89     | 0,4  | 0,77 | 0,59 | 0,78 | 0,58 | 0,69 | 0,74 |
| 46-60   | Ф      | 0,44     | 0,99 | 0,58 | 0,89 | 0,59 | 0,87 | 0,62 | 0,84 |
|         | С      | 0,64     | 0,81 | 0,61 | 0,85 | 0,66 | 0,78 | 0,76 | 0,61 |
|         | А      | 0,62     | 0,84 | 0,54 | 0,94 | 0,39 | 0,99 | 0,69 | 0,72 |

**Примечание:** ПСБ – психосоциальное благополучие; МБ – материальное благополучие; ФБ – физическое благополучие; ДБ – духовное благополучие; Z – статистика Z Колмогорова-Смирнова; p – уровень значимости; Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности).

Таблица 3

**Средние значения по результатам методик в подгруппах, выделенных в соответствии с возрастом и статусом эго-идентичности**

| Возраст | Статус | Методики |       |       |        |                 |
|---------|--------|----------|-------|-------|--------|-----------------|
|         |        | ССБ      | ШСБ   | ШУДЖ  | УДЖ    | Шкала депрессии |
| 16-23   | Ф      | 150,61   | 52,52 | 25,76 | 83,16  | 7,85            |
|         | С      | 131,15   | 66    | 20,6  | 56,45  | 14,58           |
|         | А      | 155,77   | 42,5  | 27    | 107,19 | 4,3             |
| 24-33   | Ф      | 153,64   | 48    | 25,09 | 91,04  | 6,55            |
|         | С      | 135,29   | 58,38 | 21,18 | 67,5   | 9,65            |
|         | А      | 147,57   | 48,83 | 26,77 | 92,77  | 5,63            |
| 34-45   | Ф      | 150,16   | 46    | 27,1  | 99,05  | 7,3             |
|         | С      | 128,13   | 69,26 | 19,43 | 47,74  | 17,52           |
|         | А      | 152,27   | 46,18 | 26,33 | 95,21  | 4,45            |
| 46-60   | Ф      | 149,14   | 52,95 | 25,76 | 86,1   | 9               |
|         | С      | 127,2    | 62,15 | 21,2  | 56,25  | 15,9            |
|         | А      | 147,19   | 51,31 | 26,75 | 90,31  | 5,5             |

**Примечание:** ССБ – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; ШСБ – шкала субъективного благополучия; ШУДЖ – шкала удовлетворенности жизнью; УДЖ – опросник «Удовлетворенность жизнью»; Шкала депрессии – шкала депрессии Бека; Ф – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); С – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); А – автономия (статус автономной эго-идентичности).

**Значения t-критерия Стьюдента для оценки значимости различий показателей субъективного благополучия между возрастной группой юности (16-23) и другими возрастными группами с разными статусами эго-идентичности**

| Методика        |   | Возраст      |              |       |             |       |              |              |             |             |
|-----------------|---|--------------|--------------|-------|-------------|-------|--------------|--------------|-------------|-------------|
|                 |   | 24-33        |              |       | 34-45       |       |              | 46-60        |             |             |
|                 |   | А            | С            | Ф     | А           | С     | Ф            | А            | С           | Ф           |
| ШСБ             | t | <b>-1,99</b> | <b>2,1</b>   | 1,8   | -1,1        | -0,83 | 1,7          | <b>-1,99</b> | 0,88        | -0,12       |
|                 | p | 0,05         | 0,039        | 0,74  | 0,275       | 0,41  | 0,093        | 0,05         | 0,38        | 0,9         |
| ШУДЖ            | t | 0,22         | -0,36        | 0,61  | 0,53        | 0,65  | -0,81        | 0,19         | -0,3        | 0,003       |
|                 | p | 0,83         | 0,718        | 0,54  | 0,598       | 0,517 | 0,418        | 0,85         | 0,76        | 0,998       |
| УДЖ             | t | <b>2,86</b>  | <b>-2,01</b> | -1,68 | <b>2,22</b> | 1,27  | <b>-2,22</b> | <b>2,43</b>  | 0,03        | -0,44       |
|                 | p | 0,006        | 0,048        | 0,096 | 0,03        | 0,207 | 0,029        | 0,02         | 0,979       | 0,662       |
| Шкала депрессии | t | -1,5         | <b>2,66</b>  | 1,13  | -0,16       | -1,28 | 0,28         | -0,99        | -0,93       | -0,61       |
|                 | p | 0,14         | 0,009        | 0,26  | 0,87        | 0,2   | 0,779        | 0,33         | 0,598       | 0,547       |
| ССБ             | t | 1,6          | -0,68        | -0,72 | 0,71        | 0,43  | 0,76         | 1,21         | 0,49        | 0,27        |
|                 | p | 0,115        | 0,497        | 0,47  | 0,484       | 0,669 | 0,94         | 0,23         | 0,625       | 0,79        |
| ПСБ             | t | 1,19         | -1,45        | -0,96 | 0,08        | -0,59 | -0,08        | 0,93         | -0,77       | -0,67       |
|                 | p | 0,239        | 0,15         | 0,34  | 0,936       | 0,557 | 0,938        | 0,355        | 0,443       | 0,5         |
| МБ              | t | 0,88         | 1,01         | 0,05  | 1,08        | 1,7   | 0,36         | 0,14         | 0,75        | -0,11       |
|                 | p | 0,381        | 0,315        | 0,957 | 0,284       | 0,092 | 0,72         | 0,891        | 0,453       | 0,915       |
| ФБ              | t | 1,7          | -0,74        | -0,6  | <b>2,51</b> | 1,75  | 0,8          | <b>3,29</b>  | <b>2,16</b> | <b>1,99</b> |
|                 | p | 0,095        | 0,941        | 0,548 | 0,015       | 0,083 | 0,42         | 0,002        | 0,034       | 0,05        |
| ДБ              | t | 1,51         | -0,83        | -0,54 | -0,96       | -0,57 | -0,96        | 0,34         | 0,61        | 0,03        |
|                 | p | 0,135        | 0,409        | 0,59  | 0,339       | 0,57  | 0,34         | 0,733        | 0,54        | 0,978       |

**Примечания:**

1. **ШСБ** – шкала субъективного благополучия; **ШУДЖ** – шкала удовлетворенности жизнью; **УДЖ** – опросник «Удовлетворенность жизнью»; **Шкала депрессии** – шкала депрессии Бека; **ССБ** – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **А** – автономия (статус автономной эго-идентичности); **С** – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); **Ф** – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); **t** – значения t-критерия Стьюдента; **p** – уровень значимости.

2. Жирным шрифтом выделены статистически значимые показатели по t-критерию Стьюдента.

**Значения t-критерия Стьюдента для оценки значимости различий показателей субъективного благополучия между возрастной группой молодости (24-33) и другими возрастными группами с разными статусами эго-идентичности**

| Методика |   | Возраст     |             |      |       |              |      |       |       |       |
|----------|---|-------------|-------------|------|-------|--------------|------|-------|-------|-------|
|          |   | 16-23       |             |      | 34-45 |              |      | 46-60 |       |       |
|          |   | А           | С           | Ф    | А     | С            | Ф    | А     | С     | Ф     |
| ШСБ      | t | <b>1,99</b> | <b>-2,1</b> | -1,8 | 1,07  | <b>-3,24</b> | 0,64 | -0,78 | -0,98 | -1,67 |
|          | p | 0,05        | 0,039       | 0,74 | 0,29  | 0,002        | 0,52 | 0,438 | 0,334 | 0,099 |

| Методика        |   | Возраст      |              |       |              |              |       |             |              |             |
|-----------------|---|--------------|--------------|-------|--------------|--------------|-------|-------------|--------------|-------------|
|                 |   | 16-23        |              |       | 34-45        |              |       | 46-60       |              |             |
|                 |   | А            | С            | Ф     | А            | С            | Ф     | А           | С            | Ф           |
| ШУДЖ            | t | -0,22        | 0,36         | -0,61 | 0,41         | 1,08         | -1,21 | 0,02        | -0,02        | -0,46       |
|                 | p | 0,83         | 0,718        | 0,54  | 0,684        | 0,285        | 0,23  | 0,99        | 0,99         | 0,649       |
| УДЖ             | t | <b>-2,86</b> | <b>2,01</b>  | 1,68  | -0,55        | <b>3,43</b>  | -1,2  | 0,43        | 1,63         | 0,85        |
|                 | p | 0,006        | 0,048        | 0,096 | 0,584        | 0,001        | 0,231 | 0,665       | 0,108        | 0,399       |
| Шкала депрессии | t | 1,5          | <b>-2,66</b> | -1,13 | 1,38         | <b>-4,41</b> | -0,49 | 0,11        | <b>-3,16</b> | -1,54       |
|                 | p | 0,14         | 0,009        | 0,26  | 0,171        | 0,001        | 0,628 | 0,912       | 0,003        | 0,129       |
| ССБ             | t | -1,6         | 0,68         | 0,72  | -1,18        | 1,12         | 0,54  | 0,07        | 1,05         | 0,75        |
|                 | p | 0,115        | 0,497        | 0,47  | 0,241        | 0,266        | 0,595 | 0,946       | 0,297        | 0,457       |
| ПСБ             | t | -1,19        | 1,45         | 0,96  | -1,27        | 0,73         | 0,55  | 0,49        | 0,41         | 0,05        |
|                 | p | 0,239        | 0,15         | 0,34  | 0,21         | 0,471        | 0,582 | 0,961       | 0,685        | 0,959       |
| МБ              | t | -0,88        | -1,01        | -0,05 | 0,28         | 0,91         | 0,31  | -0,71       | 0,02         | -0,14       |
|                 | p | 0,381        | 0,315        | 0,957 | 0,778        | 0,367        | 0,758 | 0,481       | 0,984        | 0,889       |
| ФБ              | t | -1,7         | 0,74         | 0,6   | 0,84         | 1,87         | 1,18  | <b>2,15</b> | <b>2,22</b>  | <b>2,42</b> |
|                 | p | 0,095        | 0,941        | 0,548 | 0,402        | 0,067        | 0,241 | 0,036       | 0,031        | 0,018       |
| ДБ              | t | -1,51        | 0,83         | 0,54  | <b>-3,29</b> | 0,17         | -0,46 | -1,05       | 1,39         | 0,37        |
|                 | p | 0,135        | 0,409        | 0,59  | 0,002        | 0,865        | 0,646 | 0,301       | 0,17         | 0,709       |

**Примечания:**

1. **ШСБ** – шкала субъективного благополучия; **ШУДЖ** – шкала удовлетворенности жизнью; **УДЖ** – опросник «Удовлетворенность жизнью»; **Шкала депрессии** – шкала депрессии Бека; **ССБ** – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **А** – автономия (статус автономной эго-идентичности); **С** – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); **Ф** – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); **t** – значения t-критерия Стьюдента; **p** – уровень значимости.

2. Жирным шрифтом выделены статистически значимые показатели по t-критерию Стьюдента.

Таблица 6

**Значения t-критерия Стьюдента для оценки значимости различий показателей субъективного благополучия между возрастной группой средней зрелости (34-35) и другими возрастными группами с разными статусами эго-идентичности**

| Методика        |   | Возраст      |       |             |       |              |       |       |             |       |
|-----------------|---|--------------|-------|-------------|-------|--------------|-------|-------|-------------|-------|
|                 |   | 16-23        |       |             | 24-33 |              |       | 45-60 |             |       |
|                 |   | А            | С     | Ф           | А     | С            | Ф     | А     | С           | Ф     |
| ШСБ             | t | 1,1          | 0,83  | -1,7        | -1,07 | <b>3,24</b>  | -0,64 | -1,52 | <b>2,11</b> | -1,83 |
|                 | p | 0,275        | 0,41  | 0,093       | 0,29  | 0,002        | 0,52  | 0,135 | 0,041       | 0,075 |
| ШУДЖ            | t | -0,53        | -0,65 | 0,81        | -0,41 | -1,08        | 1,21  | -0,29 | -0,93       | 0,68  |
|                 | p | 0,598        | 0,517 | 0,418       | 0,684 | 0,285        | 0,23  | 0,769 | 0,359       | 0,5   |
| УДЖ             | t | <b>-2,22</b> | -1,27 | <b>2,22</b> | 0,55  | <b>-3,43</b> | 1,2   | 0,8   | -1,12       | 1,69  |
|                 | p | 0,03         | 0,207 | 0,029       | 0,584 | 0,001        | 0,231 | 0,426 | 0,27        | 0,1   |
| Шкала депрессии | t | 0,16         | 1,28  | -0,28       | -1,38 | <b>4,41</b>  | 0,49  | -0,89 | 0,65        | -0,64 |
|                 | p | 0,87         | 0,2   | 0,779       | 0,171 | 0,001        | 0,628 | 0,378 | 0,517       | 0,523 |
| ССБ             | t | -0,71        | -0,43 | -0,76       | 1,18  | -1,12        | -0,54 | 0,95  | 0,11        | 0,13  |
|                 | p | 0,484        | 0,669 | 0,94        | 0,241 | 0,266        | 0,595 | 0,346 | 0,914       | 0,897 |

| Методика |   | Возраст      |       |       |             |       |       |       |       |       |
|----------|---|--------------|-------|-------|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|
|          |   | 16-23        |       |       | 24-33       |       |       | 45-60 |       |       |
|          |   | А            | С     | Ф     | А           | С     | Ф     | А     | С     | Ф     |
| ПСБ      | t | -0,08        | 0,59  | 0,08  | 1,27        | -0,73 | -0,55 | 1     | -0,22 | -0,43 |
|          | p | 0,936        | 0,557 | 0,938 | 0,21        | 0,471 | 0,582 | 0,32  | 0,823 | 0,67  |
| МБ       | t | -1,08        | -1,7  | -0,36 | -0,28       | -0,91 | -0,31 | -0,92 | -0,62 | -0,33 |
|          | p | 0,284        | 0,092 | 0,72  | 0,778       | 0,367 | 0,758 | 0,365 | 0,541 | 0,744 |
| ФБ       | t | <b>-2,51</b> | -1,75 | -0,8  | -0,84       | -1,87 | -1,18 | 1,58  | 0,58  | 0,74  |
|          | p | 0,015        | 0,083 | 0,42  | 0,402       | 0,067 | 0,241 | 0,121 | 0,565 | 0,461 |
| ДБ       | t | 0,96         | 0,57  | 0,96  | <b>3,29</b> | -0,17 | 0,46  | 1,67  | 1,17  | 0,7   |
|          | p | 0,339        | 0,57  | 0,34  | 0,002       | 0,865 | 0,646 | 0,102 | 0,247 | 0,486 |

Таблица 7

**Значения t-критерия Стьюдента для оценки значимости различий показателей субъективного благополучия между возрастной группой зрелости (46-60) и другими возрастными группами с разными статусами эго-идентичности**

| Методика        |   | Возраст      |              |              |              |              |              |       |              |       |
|-----------------|---|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------|--------------|-------|
|                 |   | 16-23        |              |              | 24-33        |              |              | 34-45 |              |       |
|                 |   | А            | С            | Ф            | А            | С            | Ф            | А     | С            | Ф     |
| ШСБ             | t | <b>1,99</b>  | -0,88        | 0,12         | 0,78         | 0,98         | 1,67         | 1,52  | <b>-2,11</b> | 1,83  |
|                 | p | 0,05         | 0,38         | 0,9          | 0,438        | 0,334        | 0,099        | 0,135 | 0,041        | 0,075 |
| ШУДЖ            | t | -0,19        | 0,3          | 0,003        | -0,02        | 0,02         | -0,46        | 0,29  | 0,93         | -0,68 |
|                 | p | 0,85         | 0,76         | 0,998        | 0,99         | 0,99         | 0,649        | 0,769 | 0,359        | 0,5   |
| УДЖ             | t | <b>-2,43</b> | -0,03        | 0,44         | -0,43        | -1,63        | -0,85        | -0,8  | 1,12         | -1,69 |
|                 | p | 0,02         | 0,979        | 0,662        | 0,665        | 0,108        | 0,399        | 0,426 | 0,27         | 0,1   |
| Шкала депрессии | t | 0,99         | 0,93         | 0,61         | -0,11        | <b>3,16</b>  | 1,54         | 0,89  | -0,65        | 0,64  |
|                 | p | 0,33         | 0,598        | 0,547        | 0,912        | 0,003        | 0,129        | 0,378 | 0,517        | 0,523 |
| ССБ             | t | -1,21        | -0,49        | -0,27        | -0,07        | -1,05        | -0,75        | -0,95 | -0,11        | -0,13 |
|                 | p | 0,23         | 0,625        | 0,79         | 0,946        | 0,297        | 0,457        | 0,346 | 0,914        | 0,897 |
| ПСБ             | t | -0,93        | 0,77         | 0,67         | -0,49        | -0,41        | -0,05        | -1    | 0,22         | 0,43  |
|                 | p | 0,355        | 0,443        | 0,5          | 0,961        | 0,685        | 0,959        | 0,32  | 0,823        | 0,67  |
| МБ              | t | -0,14        | -0,75        | 0,11         | 0,71         | -0,02        | 0,14         | 0,92  | 0,62         | 0,33  |
|                 | p | 0,891        | 0,453        | 0,915        | 0,481        | 0,984        | 0,889        | 0,365 | 0,541        | 0,744 |
| ФБ              | t | <b>-3,29</b> | <b>-2,16</b> | <b>-1,99</b> | <b>-2,15</b> | <b>-2,22</b> | <b>-2,42</b> | -1,58 | -0,58        | -0,74 |
|                 | p | 0,002        | 0,034        | 0,05         | 0,036        | 0,031        | 0,018        | 0,121 | 0,565        | 0,461 |
| ДБ              | t | -0,34        | -0,61        | -0,03        | 1,05         | -1,39        | -0,37        | -1,67 | -1,17        | -0,7  |
|                 | p | 0,733        | 0,54         | 0,978        | 0,301        | 0,17         | 0,709        | 0,102 | 0,247        | 0,486 |

**Примечания:**

1. **ШСБ** – шкала субъективного благополучия; **ШУДЖ** – шкала удовлетворенности жизнью; **УДЖ** – опросник «Удовлетворенность жизнью»; **Шкала депрессии** – шкала депрессии Бека; **ССБ** – общий балл удовлетворенности жизненными сферами; **ПСБ** – психосоциальное благополучие; **МБ** – материальное благополучие; **ФБ** – физическое благополучие; **ДБ** – духовное благополучие; **А** – автономия (статус автономной эго-идентичности); **С** – сомнение (статус диффузной эго-идентичности); **Ф** – фиксация (статус предрешенной эго-идентичности); **t** – значения t-критерия Стьюдента; **p** – уровень значимости.

2. Жирным шрифтом выделены статистически значимые показатели по t-критерию Стьюдента.