

## **УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ В СВЯЗИ СО СВОЙСТВАМИ ЛИЧНОСТЬ И ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТЬЮ СУПРУГОВ**

**Потапова Елена Сергеевна**

магистрант, Пермский Государственный Университет, РФ, г. Пермь

Удовлетворенность жизнью рассматривается как субъективно переживаемое состояние, которое является реакцией на качество взаимодействия личности с окружающей средой. С точки зрения субъективного подхода, на общий уровень удовлетворенности личности оказывают влияние множество факторов: возраст, общее эмоциональное состояние в конкретный момент жизни, активность или пассивность, наличие стремлений, чувство насыщенности или пустоты жизни, ощущение стабильности или нестабильности и т. д. [6, с. 171]. А также он может заключаться в базовых ценностях: личной или семейной безопасности, материальном или семейном благополучии, самореализации, возможности продуктивного досуга, высоте социального статуса, хорошем здоровье и т. д. Данный феномен является сложной многогранной системой взаимосвязанных факторов, которые могут влиять или изменять значимость друг друга [2, с. 16].

В психологии понятие «удовлетворенность жизнью» связано с именами А. Маслоу, В. Франкл., Р. Р. Мэй и т. д. А также данный феномен в своих работах затрагивали З. Фрейд, Э. Эриксон, Б. Эриксон, Жак Лакан и другие учёные.

Удовлетворенность рассматривают с физиологической стороны индивида, экономической сферы деятельности субъекта, которая может переплетаться с политической, а также активно работают с феноменом социологи и психологи [8, с. 11].

Важнейшим комплексным показателем, отражающим уровень и качество психического развития личности и отдельных ее сторон на всех стадиях психической эволюции, является «зрелость». Данная категория интегрирует в себе общую характеристику эффектов индивидуального развития, представляет совокупность качественно различных, разноуровневых новообразований. «Зрелость» рассматривается в российской психологии в контексте готовности личности к разрешению тех или иных задач, в контексте целей развития или в плане системного описания структурно-динамической стороны психического развития [5, с. 148]. В рамках настоящей работы зрелость рассматривается как эффект развития, регуляционное звено индивидуального развития, прогностический критерий деятельности и развития личности. Зрелость позволяет целостно характеризовать личность как сложное, развивающееся системное образование, не сводимое к свойствам составляющих структурных компонентов, описываемое в таких категориях, как гармоничность, соразмерность, иерархизованность, соподчиненность свойств [4, с. 166].

Анализ работ, посвященных проблемам возрастной изменчивости психики, позволяет сделать вывод, что в структурно-функциональном понимании личностная зрелость характеризуется своеобразной архитектурой внутренних связей между структурными элементами и ведущими звеньями регуляции деятельности и поведения, что может выступить, по-нашему мнению, ключевой предпосылкой графического моделирования личностной зрелости [1, с. 89]. Эмпирическая часть исследования проводилась в 2019 – 2020 гг. В исследовании приняли участие семейные пары, находящиеся в официальном и гражданском браке. Общий объем выборки исследования составил 100 человек. Из них 25 пар проживают в официальном браке и 25 – не зарегистрированы. В целом возраст респондентов от 30 до 41 года. Также необходимо отметить, что у порядка 90% пар в официальном браке есть, как минимум один ребенок, у пар в незарегистрированном браке либо нет детей (небольшой процент) или есть

дети от других браков.

На основе проведенной диагностики была составлена сводная таблица результатов исследования. Далее проведен корреляционный анализ Пирсона с целью обнаружения взаимосвязей личностной зрелости с удовлетворенностью жизнью, личностными особенностями и удовлетворенностью отношениями.

**Таблица 1.**

**Результаты взаимосвязи личностной зрелости с удовлетворенностью жизнью, личностными особенностями и удовлетворенностью отношениями**

| <b>Показатели</b>              | мотивация достижения | отношение к своему Я | чувство гражданского долга | жизненная установка | спос-ть к псих. близости |
|--------------------------------|----------------------|----------------------|----------------------------|---------------------|--------------------------|
| Усталость от жизни             |                      | 0,28                 |                            |                     |                          |
| Автономия                      | 0,29                 |                      |                            |                     |                          |
| Управление средой              |                      |                      | 0,28                       |                     |                          |
| Цели в жизни                   |                      |                      | 0,34                       |                     |                          |
| Псих благополучие              |                      |                      | 0,29                       |                     |                          |
| Непонимание-понимание          |                      |                      |                            | 0,32                | 0,26                     |
| Неаккуратность-аккуратность    |                      |                      |                            |                     |                          |
| Отсут. настойчив-настойчивость |                      |                      | -0,27                      |                     |                          |
| Отсут. артистич.-артистичность |                      |                      | 0,26                       |                     |                          |

**Примечание:**  $p \leq 0,05$

Как видно из таблицы 2, мотивация достижения положительно коррелирует с автономией ( $r = 0,29$ , при  $p \leq 0,05$ ).

Отношение к своему Я положительно коррелирует с усталостью от жизни ( $r = 0,28$ , при  $p \leq 0,05$ ). Эта взаимосвязь свидетельствует о том, что чем выше отношение человека к своему Я, тем выше его усталость от жизни. Высокая степень удовлетворенности человека своими способностями, знаниями и навыками способствует повышению у него выраженности астенических состояний: усталости, истощения, физической слабости, а также сопутствующих им пассивности, апатии, ощущения разбитости и отсутствия желаний.

Чувство гражданского долга значимо коррелирует с такими показателями, как управление средой ( $r = 0,28$ , при  $p \leq 0,05$ ), цели в жизни ( $r = 0,34$ , при  $p \leq 0,05$ ), психологическое благополучие ( $r = 0,29$ , при  $p \leq 0,05$ ), отсутствие настойчивости ( $r = -0,27$ , при  $p \leq 0,05$ ), отсутствие артистичности ( $r = 0,26$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше чувство гражданского долга, тем выше способность управлять средой, психологическое благополучие, артистичность и ниже - отсутствие настойчивости. Высокая степень патриотизма, профессиональной ответственности, потребности в общении свойственна супругам, обладающим властью и компетенцией в управлении окружением, контролирующим всю внешнюю деятельность, имеющим цели в жизни и чувство направленности. Такие люди имеют высокий уровень психологического благополучия, настойчивости и низкий уровень артистичности.

Жизненная установка положительно коррелирует с непониманием ( $r = 0,32$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше показатель жизненной установки, тем выше непонимание. Молодые люди, понимающие относительность всего сущего, преобладание интеллекта над чувством имеют

склонность к непониманию своего партнера.

Способность к психологической близости положительно коррелирует с непониманием ( $r = 0,26$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше способность к психологической близости, тем выше непонимание. Высокий уровень доброжелательности к людям, потребности в духовной близости с другими людьми, может быть вызван неким непониманием окружающих людей. Похвально, что при этом человек осознает, что не понимает других и пытается что-то изменить.

Общий показатель личностной зрелости положительно коррелирует с такими показателями, как управление средой ( $r = 0,37$ , при  $p \leq 0,05$ ), психологическое благополучие ( $r = 0,29$ , при  $p \leq 0,05$ ), аккуратность ( $r = 0,27$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше личностная зрелость, тем выше управление средой, психологическое благополучие и аккуратность. Как видно из данной взаимосвязи, высокая степень личностной зрелости свойственна супругам, способным улавливать или создавать условия и обстоятельства, подходящие для удовлетворения личных потребностей и достижения целей, не всегда точным и аккуратным, но имеющим высокий уровень психологического благополучия.

Далее проведен корреляционный анализ с целью обнаружения взаимосвязей удовлетворенности жизнью с личностной зрелостью, личностными особенностями и удовлетворенностью отношениями (приложение 3).

**Таблица 2.**

**Результаты взаимосвязи удовлетворенности жизнью с изучаемыми показателями**

| Показатели                         | Жизненная включенность | Разочарование в жизни | Усталость от жизни | Беспокойство о будущем |
|------------------------------------|------------------------|-----------------------|--------------------|------------------------|
| Псих благополучие                  |                        | -0,27                 | -0,31              |                        |
| Отношения к своему Я               |                        |                       | 0,28               |                        |
| пассивность-активность             | 0,28                   |                       |                    |                        |
| избегание-поиск впечатлений        | 0,30                   |                       |                    |                        |
| самоуважение-уважение других       | -0,26                  |                       |                    |                        |
| Импульсивность-самоконтроль        |                        |                       | 0,28               |                        |
| неаккуратность-аккуратность        |                        |                       | 0,26               |                        |
| самодостаточность-самокритика      |                        |                       |                    |                        |
| Практичность-экспрессивность       | 0,37                   |                       |                    |                        |
| отсут. артистичности-артистичность | 0,39                   |                       |                    |                        |
| ригидность-пластичность            | 0,37                   | 0,26                  |                    |                        |

**Примечание:**  $p \leq 0,05$

Как видно из таблицы 2, удовлетворенность жизнью также имеет ряд значимых корреляций с изучаемыми параметрами. Так, жизненная включенность коррелирует с такими показателями, как активность ( $r = 0,28$ , при  $p \leq 0,05$ ), поиск впечатлений ( $r = 0,30$ , при  $p \leq 0,05$ ), уважение других ( $r = -0,26$ , при  $p \leq 0,05$ ), экспрессивность ( $r = 0,37$ , при  $p \leq 0,05$ ), артистичность ( $r = 0,39$ , при  $p \leq 0,05$ ), пластичность ( $r = 0,37$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше жизненная включенность, тем выше активность, поиск впечатлений, экспрессивность, артистичность, пластичность и самоуважение. Супруги, имеющие высокий уровень насыщенности и полноты жизни, активность и душевное равновесие, отличаются высокой активностью, поиском впечатлений, экспрессивностью, артистичностью и пластичностью.

Кроме того, такие люди отличаются уважением других в большей степени, чем уважением к себе. Именно благодаря таким качествам, супружеские пары в полной мере способны ощущать полноту жизни и быть в ее круговороте.

Разочарование в жизни значимо коррелирует с психологическим благополучием ( $r = -0,27$ , при  $p \leq 0,05$ ) и ригидностью ( $r = 0,26$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше разочарование в жизни, тем ниже психологическое благополучие и ригидность. Супруги, акцентирующие свое внимание на разочарованиях в жизни, обидах, имеют низкий уровень психологического благополучия и неспособность быстро перестраиваться с одной эмоции на другую. Разочарование в жизни снижает уровень психологического благополучия.

Усталость от жизни значимо коррелирует с такими показателями, как психологическое благополучие ( $r = -0,31$ , при  $p \leq 0,05$ ), отношение к своему Я ( $r = 0,28$ , при  $p \leq 0,05$ ), самоконтроль ( $r = 0,28$ , при  $p \leq 0,05$ ), аккуратность ( $r = 0,26$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше усталость от жизни, тем ниже психологическое благополучие, выше отношение к своему Я, самоконтроль и аккуратность. Супруги с выраженными состояниями усталости, физической слабости, пассивности, как правило, имеют низкий уровень психологического благополучия. С другой стороны, такие люди в большей степени удовлетворены своими способностями, знаниями, умениями и навыками, имеют высокий уровень самоконтроля и аккуратности. Вероятно, это связано с тем, что на данный момент супруги знают все свои достижения, пытаются все и всех вокруг контролировать, но при этом находятся в астеническом состоянии.

Беспокойство о будущем положительно коррелирует с самодостаточностью ( $r = 0,38$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше беспокойство о будущем, тем выше самокритика. Супруги, испытывающие неопределенность в завтрашнем дне, повышенную тревожность в связи с этим, имеют высокий уровень самодостаточности, то есть привыкшие полагаться только на себя и обходиться собственными возможностями.

Таким образом, удовлетворенность жизнью в супружеских парах имеет значимые взаимосвязи с уровнем психологической зрелости и некоторыми личностными особенностями.

Далее был проведен корреляционный анализ с целью обнаружения взаимосвязей удовлетворенности отношениями с личностной зрелостью, удовлетворенностью жизнью и личностными особенностями (приложение 4).

**Таблица 3.**

**Результаты взаимосвязи удовлетворенности отношениями с изучаемыми показателями**

| Показатели                     | общий балл |
|--------------------------------|------------|
| чувство гражданского долга     | -0,41      |
| избегание-привлечение внимания | -0,34      |
| отсут. настойчив-настойчивость | 0,28       |

**Примечание:**  $p \leq 0,05$

Как видно из таблицы 3, удовлетворенность отношениями имеет значимые взаимосвязи с такими показателями, как чувство гражданского долга ( $r = -0,41$ , при  $p \leq 0,05$ ), привлечение внимания ( $r = -0,34$ , при  $p \leq 0,05$ ) и настойчивостью ( $r = 0,28$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше удовлетворенность отношениями, тем ниже чувство гражданского долга, стремление к привлечению внимания и выше - настойчивость. Супруги, в целом удовлетворенные взаимоотношениями в семье, в меньшей степени склонны к проявлению патриотизма,

стремлению к коллективизму, им не свойственно активное привлечение внимания к себе, но при этом обнаруживают высокий уровень настойчивости. Таким образом, удовлетворенность отношениями имеет отрицательную корреляцию с показателем уровня психологической зрелости и некоторыми личностными особенностями.

Как показал корреляционный анализ, удовлетворенность жизнью, отношениями и личностная зрелость супругов имеют в большей степени взаимосвязи с личностными особенностями, а также друг с другом.

Результаты, полученные в ходе проведенного исследования, практически совпадают с исследованиями по данной теме, проведенными ранее С.С.Савеньшевой, М. Д. Петраш, О. Ю. Стрижицкой и др. [3, с. 84]. Так, анализ взаимосвязи удовлетворенности жизнью, удовлетворенности браком и психологического благополучия в общей выборке выявил их тесную взаимосвязанность, при этом связь удовлетворенности жизнью и удовлетворенности браком, оказалась более тесной, чем связь удовлетворенности жизнью и психологического благополучия, что свидетельствует о более значительном вкладе позитивных, удовлетворяющих отношений с партнером для позитивной оценки своей жизни у взрослых, состоящих в браке. Важным является выявленный факт наибольшей значимости для удовлетворенности жизнью у взрослого человека параметра «самопринятия» [7, с. 14]. Полученные данные свидетельствуют о том, что в данной выборке из учитываемых факторов (пол, возраст, семейное положение, наличие детей, самооценка материального благополучия) наибольшее влияние на удовлетворенность жизнью мужчин и женщин оказывает самооценка материального благополучия. Таким образом, проведенное исследование может дополнить информацию о взаимосвязи удовлетворенности жизнью со свойствами личности и личностной зрелостью супругов.

#### **Список литературы:**

1. Андреевкова Н. В. Сравнительный анализ удовлетворенность жизнью и определяющих ее факторов // Вестник Самарской гуманитарной академии. – Серия «Психология». – 2019.
2. Водяха С. А. Современные концепции психологического благополучия личности // Журнал научных публикаций «Дискуссия» г. Екатеринбург. – № 2. – 2018. – С. 133-138.
3. Козырева П. М., Смирнов А. И. Счастье осмысленное и спонтанное // Социологическая наука и социальная практика. – 2017.
4. Лысенкова Е. С. Основные теоретические подходы к определению понятия «личностная зрелость». – СПб.: Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина, 2015.
5. Мельникова Д. А., Ильинский С. В. Психологические факторы удовлетворенности браком супругов в молодой семье // Вестник Самарской гуманитарной академии. – Серия «Психология». – 2016. – № 2(20).
6. Рахимгараева Р. М. Психологические факторы удовлетворенности жизни // Казанский педагогический журнал. – № 11-12. – 2019.
7. Сухобская Г. С. Понятие «зрелость социально-психологического развития человека» в контексте андрагогики // Новые знания. – 2019. – № 4.
8. Темницкий А. Л., Бессокирная Г. П. Удовлетворенность работой и удовлетворенность жизнью в современной России: Модели взаимосвязей. – М.: МГИМО, Институт социологии РАН, 2018.