

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОСОЦИАЛЬНЫХ УСТАНОВОК У МОЛОДЕЖИ**

*Анастасия ИВАНОВА, факультет психологии  
и педагогических наук*

*The scope of research is to identify the relationship between psychological well-being and prosocial attitudes in young people. The practical importance of the research is based on the fact that the results of the study allow us to trace the correlation of altruism and psychological well-being.*

Психологическое благополучие личности, как феномен, изучается сравнительно недавно, со второй половины 20 века. Появление его в науке тесно связано с концепцией позитивного функционирования человека, которая берёт своё начало в теориях гуманистического направления психологии (А.Маслоу, К.Роджерс, В.Франкл), экзистенциальной психологии (Дж.Бьюдженталь, А.Лэнгле, Р.Мэй) и уже позднее выделившейся в отдельное направление – позитивной психологии (М.Селигман, Э.Динер). В основу этого феномена положен тезис о позитивном функционировании человека, его потребностях и способностях в развитии и самоактуализации. Психологическое благополучие личности рассматривается как «полнота самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах, нахождение «творческого синтеза» между соответствием запросам социального окружения и развитием собственной индивидуальности».

Личность невозможно определять вне социума и вне контекста социальной активности, т.к. это понятие выработано для отображения социальной природы человека. Поэтому научный интерес, на наш взгляд, представляет проблема психологического благополучия личности в контексте социальных взаимоотношений. Актуальность нашего исследования определяется также тем, что в современном мире социальные установки больше направлены на индивидуализм, приобретение материальных благ, личностный рост, нежели на просоциальные модели поведения.

Под просоциальным поведением понимаются любые действия, совершаемые с целью принести пользу другому.

В нашем исследовании мы остановились на изучении альтруизма как одного из компонентов просоциальной установки личности, с целью выявления его взаимосвязи с психологическим благополучием личности. *Объектом исследования* является взаимосвязь между психологическим благополучием и просоциальной установкой у молодежи. В качестве *гипотезы исследования* нами было выдвинуто предположение о том, что существует положительная взаимосвязь между психологическим благополучием и просоциальной установкой у молодежи. Нами была выдвинута также *субгипотеза* о том, что существуют гендерные различия в проявлении альтруизма у молодых людей. Для проверки выдвинутых гипотез были использованы также *методики*: «Шкала психологического благополучия» К. Рифф, в адаптации Н.Н. Лепешинского, и «Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере» О.Ф. Потемкиной. В исследовании приняли участие 70 человек: 35 юношей и 35 девушек, в возрасте от 20 до 30 лет.

Анализируя данные диагностики психологического благополучия, мы получили следующие результаты. Наиболее выраженные баллы наблюдаются по шкалам *автономии* (6,8) и *личностного роста* (6,5). Можно сделать вывод о том, что современная молодежь ориентирована на самостоятельность и личностный рост. Это говорит об особенностях данного возраста, так как в этот период приоритет отдается трудовой мотивации и саморазвитию. Для многих наличие работы является условием для самоактуализации и достижение материальных благ. Мотивацию занятости во многом определяет место труда в системе жизненных ценностей человека, а также наличие социально значимых дел и социального взаимодействия.

В результате исследования альтруизма было выявлено, что наибольшее количество человек (44%) обладают средним уровнем альтруизма, т.е. многие будут готовы прийти на помощь другим, если не придется жертвовать своими интересами. Высокий уровень альтруизма – у 26% респондентов, а низкий – у

30%. Количество девушек с высоким уровнем альтруизма (28%) больше, чем юношей (23%). Для проверки различий выраженности уровня альтруизма у юношей и девушек, мы провели статистический анализ, основанный на распределении Т-Стьюдента. Гендерные различия выраженности уровня альтруизма значимы при  $p \leq 0,05$ , что подтверждает нашу гипотезу о существовании гендерных различий уровня альтруизма. Женщина по своей природе сфокусирована на таких понятиях, как любовь, дружба, общение, взаимопонимание и сотрудничество, в то время, как мужчина стремится занять определенное место в социуме и реализовать свой потенциал в профессиональной деятельности. Исходя из природы мужчины и женщины, мы видим, что в мотивационную сферу женщины включено просоциальное поведение, а у мужчин помогающее поведение является одним из способов реализации себя.

Анализируя особенности взаимосвязи психологического благополучия личности и альтруизма, можно сделать вывод о том, что у людей с низким уровнем альтруизма результаты по всем шкалам психологического благополучия ниже, чем у людей с высоким уровнем альтруизма. В частности, наиболее выраженная разница наблюдается по таким шкалам, как *положительное отношение с окружающими* (6), *автономия* (7,1), *цели в жизни* (6,05) и *личностный рост* (6).

Согласно результатам корреляционного анализа Пирсона, нами была выявлена положительная взаимосвязь альтруизма со шкалой психологического благополучия – *положительные отношения с окружающими* при уровне значимости  $p \leq 0.01$ . Т.е. чем выше уровень альтруизма, тем выше уровень положительных отношений с окружающими. При уровне значимости  $p \leq 0.05$  была выявлена корреляция альтруизма со шкалой психологического благополучия – *личностный рост*. Такую взаимосвязь альтруизма и личностного роста можно объяснить тем, что молодые люди развиваются и реализуют себя в процессе общественной деятельности, посредством помогающего поведения. Молодой человек наблюдает улучшения в себе, реализацию своего потенциала и воспринимает себя «растущим» и полезным обществу, проявляя просоциальную активность и оказывая помощь окружающим. Была также выявлена взаимосвязь альтруизма

с общей шкалой психологического благополучия, при уровне значимости  $p \leq 0.05$ .

Исходя из полученных данных, мы можем сделать вывод, что одним из факторов высокого психологического благополучия, может являться альтруизм. Помогающее поведение, альтруизм, просоциальная установка могут способствовать ощущению счастья и гармонии у молодых людей. В молодом возрасте юноши и девушки реализуют потребность в самореализации своего потенциала в социальной деятельности, которая придает ощущение полноты жизни, и чувство непрекращающегося развития.

*Практическая значимость работы* заключается в том, что результаты исследования позволяют проследить взаимосвязь альтруизма и психологического благополучия. Разработанные рекомендации направлены на повышение психологического благополучия у молодежи и могут использоваться в практической работе психологов-консультантов, работающих с людьми, обладающими низким уровнем психологического благополучия.

*Рекомендовано*

*Наталья БУРАГА, преподаватель, научн. руководитель*