

Эйдельман Г.Н., Сергиенко Е.А. Роль субъективных факторов в психологическом благополучии молодежи в ситуации профессионального самоопределения



ЭЙДЕЛЬМАН Г.Н., СЕРГИЕНКО Е.А. РОЛЬ СУБЪЕКТИВНЫХ ФАКТОРОВ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ БЛАГОПОЛУЧИИ МОЛОДЕЖИ В СИТУАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ

Full text in English: [Eidelman G.N., Sergienko E.A. The role of subjective factors in the psychological well-being of youth in the situation of professional self-determination](#)

Московский государственный областной университет, Москва, Россия
Институт психологии Российской академии наук, Москва, Россия

[Сведения об авторах](#)
[Литература](#)
[Ссылка для цитирования](#)

В данной работе изучалась проблема психологического благополучия молодежи в ситуации профессионального самоопределения в современных условиях. В исследовании приняли участие 273 жителя Москвы и Московской области в возрасте 20–30 лет, находящиеся в ситуации профессионального самоопределения. Психологическое благополучие изучалось с помощью «шкалы психологического благополучия» К.Рифф. В качестве субъективных факторов рассматривалось восприятие себя, мира, отношение к своему возрасту, жизненная позиция, сопоставление себя с идеалом. В данной работе представлены результаты факторного и регрессионного анализа. Выявлено, что в период профессионального самоопределения в среде молодежи основной психологической потребностью, повышающей психологическое благополучие, является связанность с другими людьми, которая компенсирует недостаточность профессиональной компетенции. Субъективная картина мира рассматривается в качестве компонента ресурсной системы человека. Представлены результаты факторного и регрессионного анализа, позволившие выявить как объективные, так и субъективные факторы влияния на психологическое благополучие. Доказано, что субъективные факторы обуславливают психологическое благополучие в период профессионального самоопределения в большей степени, чем социальные и экономические факторы. При этом роль субъективных факторов, отражающих степень достижения идеала, существенней, чем роль субъективной оценки себя и мира. Выявлено, что в зависимости от сферы психологического благополучия изменяется совокупность предикторов и степень обусловленности влияния. Фиксируется разнонаправленное влияние на различные сферы психологического благополучия таких субъективных факторов, как степень достижения идеала в образе Я и толерантность. Отмечается, что такие субъективные факторы, как отношение к себе, другим и сопоставление себя с идеалом, являются самомотиваторами в повышении психологического благополучия.

Ключевые слова: субъективные факторы, профессиональное самоопределение, психологическое благополучие, ресурсная система человека, субъективная картина мира, самомотивация

Ситуация профессионального самоопределения в молодом возрасте, с одной стороны, является естественной возрастной задачей развития субъекта, успешное решение которой повышает личностную и психосоциальную идентичность, а с другой стороны, выступает источником повышенного напряжения, негативных эмоциональных переживаний, тревоги вследствие вынужденности выбора дальнейшего жизненного пути и неготовности большинства молодых людей к принятию ответственности за него [Кон, 1984]. Этот кризисный период для молодежи в настоящее время усугубляется нестабильностью в сфере образования, экономическими и финансовыми проблемами социума, неопределенностью в мировой политике. В создавшихся современных условиях изучение факторов влияния на психологическое благополучие молодых людей в период жизненного старта, обнаружение ресурсов самомотивации приобретает особую актуальность.

Субъективные факторы в психологическом благополучии

В позитивной психологии к настоящему времени накоплен широкий массив эмпирических данных о различных факторах, влияющих на психологическое благополучие (Э.Динер, С.Любомирски, К.Рифф, К.Шелдон, И.Бонивелл, Д.А.Леонтьев). Однако исследования в данной области направлены, в основном, на изучение влияния внешних событий и объективных условий жизни на благополучие [Lyubomirsky, 2007] или личностных характеристик, опосредующих эффекты внешних факторов [Deci, Ryan, 2008], что недостаточно для понимания субъективных механизмов выбора при самоопределении.

Принимая во внимание, что выбор осуществляется не только в соответствии с интеллектуальными и личностными особенностями субъекта [Корнилова и др., 2010], но и под воздействием субъективного переживания выбора [Леонтьев, Фам, 2011], а ситуация профессионального самоопределения находится чаще всего в рамках экзистенциального выбора (неопределенные альтернативы и критерии) [Леонтьев, Пилипко, 1995], можно предположить, что в механизм выбора вовлечены субъективные факторы, отражающие отношение субъекта к себе, другим и действительности.

Рассматривая субъективную картину мира как один из основополагающих компонентов, опосредующих жизнедеятельность субъекта, мы предположили, что представления о себе и мире вносят существенный вклад в психологическое благополучие человека. При этом возрастные особенности и внешняя кризисная ситуация (в нашем случае – ситуация профессионального самоопределения), отражаясь в субъективной картине мира, привносят специфику как в структуру психологического благополучия [Сергиенко, Эйдельман, 2014], так и в модель влияния факторов на психологическое благополучие.

Кроме этого, мы предположили, что субъективные факторы, наряду с личностными характеристиками и особенностями личности, участвуют в ресурсной системе человека и могут рассматриваться в качестве самомотиваторов на повышение психологического благополучия.

Целью настоящего исследования стало определение роли субъективных факторов в психологическом благополучии молодых людей в ситуации профессионального самоопределения.

Выборка

Выборку исследования составили жители Москвы и Московской области в возрасте 20–30 лет. Первоначальная выборка для изучения специфики субъективной картины мира в молодом возрасте составила 273 человека (128 мужчин, 145 женщин; $M = 24,3$, $SD = 4,1$). Для изучения роли субъективных факторов в психологическом благополучии в ситуации профессионального самоопределения на основании анализа анкетных данных в соответствии с наличием ситуации профессионального самоопределения в жизни (поиск работы, работа на последнем месте не более

трех лет и/или желание сменить работу) объем выборки был сокращен до 235 человек (114 мужчин и 121 женщина; $M = 23,5$, $SD = 3$).

Процедура тестирования осуществлялась индивидуально или в малых группах на добровольной основе при условии конфиденциальности. В зависимости от индивидуальных особенностей респондента процедура занимала от 1,5 до 2,5 часов. Последовательность и точность заполнения бланков контролировались психологом.

Методы и методики исследования

Ситуация профессионального самоопределения

Для выявления ситуации профессионального самоопределения была разработана авторская анкета, направленная на изучение социально-экономического статуса респондентов и наличия профессиональной определенности на момент тестирования (наличие / отсутствие работы, постоянство и стаж работы, соответствие работы полученной специальности). При обработке полученных данных использовался метод кодировки.

Шкала психологического благополучия (ШПБ) К.Рифф

Методика ШПБ К.Рифф в модификации Т.Д.Шевеленковой, П.П.Фесенко [Шевеленкова, Фесенко, 2005] позволяет определить не только степень выраженности психологического благополучия, но и его структуру. В нашем исследовании инструкция к опроснику была изменена с целью получения оценки удовлетворенности жизнью идеального человека. Рассматривая разницу в оценке между собственной удовлетворенностью в жизни и удовлетворенностью жизнью идеального человека не только как меру достижения желаемого, но и как мотивацию к достижению психологического благополучия, мы ввели в исследование дополнительный субъективный параметр, который необходимо учитывать при коррекции и прогнозировании в области психологического благополучия человека.

Авторская проективная методика «Отношение к миру»

Методика разрабатывалась для изучения внутренней картины мира субъекта [Эйдельман, 2013], которая рассматривается нами как субъективный фактор психологического благополучия. Построенная по методу семантического дифференциала, она включает в себя 20 субшкал, которые условно сгруппированы в 3 основные шкалы: «оценка мира» (7 пар) показывает особенности эмоционального восприятия внешнего мира; «включенность в мир» (7 пар) отражает включенность субъекта в существующую реальность и готовность контактировать с миром; «стабильность мира» (6 пар) оценивает внешний мир с позиции стабильность / изменчивость, которые стимулируют субъекта к действию. По каждой субшкале определялась степень выраженности предпочтения (от -3 до 3 баллов). При обработке и анализе результатов учитывалась как содержательная сторона ответов, так и частота тех или иных выборов. Анализ результатов осуществлялся как на основании каждой из 20 субшкал в отдельности, так и по сгруппированным шкалам в целом.

Для проверки однородности и согласованности выделенных шкал использовался конфирматорный факторный анализ для набора из 3 шкал. Теоретическая модель для набора из 20 утверждений показала хорошее соответствие данным ($\chi^2 = 1278,00$, $df = 155$, $p < 0,001$; $CFI = 0,944$, $RMSEA = 0,049$), факторные нагрузки лежали в диапазоне 0,54–0,78.

Личностный дифференциал

Разработанная на основе семантического дифференциала в Институте им. В.М.Бехтерева [Бажин,

Эткинд, 1983] для оценки себя и идеального образа, в классическом варианте методика включает в себя 3 шкалы: шкала оценки отражает уровень самоуважения, самопринятия, удовлетворенности собой; шкала силы позволяет оценить развитость волевых сторон личности и склонность использовать собственную силу; шкала активности отражает уровень активности (пассивности). Каждая шкала содержит набор личностных черт, которые оцениваются по 7-балльной системе. Разница в оценке себя и идеального образа является как мерой достижения идеала, так и мотивацией к его достижению.

Применение факторного анализа с ортогональным методом вращения (варимакс) позволило из личностных черт, предложенных Бажиным и Эткиндом, извлечь 4 новых субъективных фактора: «коммуникативные навыки» объединяют черты, способствующие эффективной коммуникации; «субъективные характеристики» отражают черты зрелой личности; «толерантность» включает в себя черты, способствующие принятию другого человека; «характеристики самоорганизации» отражают способность к управлению своей деятельностью и повышению ее эффективности. Факторное решение состоятельное (кумулятивный % – 52,192%). Степень применимости факторного анализа к данной выборке в рамках приемлемой (ближе к высокой) адекватности (КМО = 0,799).

При изучении роли субъективных факторов в психологическом благополучии молодежи в ситуации профессионального самоопределения использовалось данное факторное решение.

Авторская проективная методика «Молодой возраст»

Разработанная на основе метода незаконченных предложений, предложенного Д.Саксом и С.Леви [Сакс, Леви, 2000], методика содержит 29 незаконченных предложений, условно сгруппированных в 7 тем: восприятие своего возраста (5 предложений), отношение к поколению (4 предложения), проблемы возраста (4 предложения), радости возраста (4 предложения), достижения возраста (4 предложения), отношение к будущему (4 предложения), нереализованные возможности (4 предложения). В соответствии с поставленными в исследовании задачами нами анализировались и интерпретировались следующие темы: восприятие своего возраста, отношение к поколению. В рамках изучения восприятия своего возраста были выделены следующие параметры: субъективный биологический возраст, идеальный возраст, желаемый возраст, эмоциональная оценка возраста. В рамках изучения отношения к поколению анализировалась доминирующая жизненная позиция, которая определялась нами как соотношение оценки себя и своих сверстников. Обработка данных проводилась с использованием контент-анализа и кодировки: 1 – негативное отношение к себе или ровеснику, 2 – нейтральное отношение к себе или ровеснику, 3 – позитивное отношение к себе или ровеснику.

Методы анализа данных

Статистическая обработка данных, факторный и регрессионный анализ, а также анализ существующих взаимосвязей проводились с использованием компьютерной программы AMOS (приложение SPSS 21).

Результаты

В процессе исследования было выявлено, что в период самоопределения среди молодых людей в возрасте 20–30 лет психологическое благополучие (нет снижения показателей ни по одной из шкал методики ШПБ) фиксируется только у 37,4% (88/235 чел.) респондентов. Снижение показателей по одной или двум шкалам, что не ведет к существенному снижению общего индекса благополучия, но фиксирует проблемную сферу в удовлетворенности жизнью человека, отмечается у 38,7% респондентов (91/235 чел.). У 23,8% молодежи (56/235 чел.) выявлены низкие показатели по 3 шкалам и более, что ведет к существенному снижению общего индекса психологического

благополучия и расценивается как состояние психологического неблагополучия [Сергиенко, Эйдельман, 2015].

Анализ структуры психологического благополучия показал, что наиболее неудовлетворенной областью жизни в молодом возрасте является область отношений с другими людьми (33%). Приблизительно в равной степени неудовлетворенности находятся области целеполагания и осознанности (29%), самопринятия (27%), самореализации (26%) и управления средой (23%). В меньшей степени неудовлетворенность выражена в области автономии (18%), что, по-видимому, связано с субъективным ощущением достаточной независимости молодых людей.

Полученные результаты сопоставимы с данными исследований Т.Д.Шевеленковой и П.П.Фесенко [Шевеленкова, Фесенко, 2005]. Несущественные расхождения могут быть связаны с большим возрастным разбросом в их исследовании (18–35 лет) и отсутствием фиксации на ситуации самоопределения в жизни.

Факторный анализ

Был проведен факторный анализ для изучения влияния субъективной картины мира и социально-экономических параметров жизни респондентов на психологическое благополучие молодежи в период жизненного самоопределения, позволивший сократить исходный набор переменных и извлечь из общего массива изучаемых параметров наиболее весомые факторы.

Факторный анализ в области социально-экономических показателей позволил извлечь из всего набора данных 3 фактора:

1) *профессиональная определенность* (доля объяснимой дисперсии 28,758%): наличие работы (0,917), финансовая независимость (0,883), соответствие специальности (0,849), стаж работы (0,842), доход (0,505);

2) *семейная определенность* (доля объяснимой дисперсии 14,954%): наличие семьи (0,743), жилищная автономия (0,662), наличие любимого (0,574), наличие детей (0,452);

3) *социальная вовлеченность* (доля объяснимой дисперсии 10,860%): наличие увлечения в жизни (0,622), наличие детей (-0,615), наличие друзей (0,581).

Факторное решение состоятельное (кумулятивный процент – 54,573%). Степень применимости факторного анализа к данной выборке в рамках приемлемой адекватности (КМО = 0,744).

Включение такого параметра, как «наличие детей», одновременно во 2-й и 3-й факторы объясняется участием детей как в семейной жизни субъекта, так и в его социальной жизни. Однако если семейная идентичность растет с рождением детей, то включенность в социальную жизнь падает, что обусловлено дополнительными обязанностями по заботе о детях и их воспитанию.

Такие параметры исследования, как пол и хронологический возраст, рассматривались нами как самостоятельные факторы. Параметр «образование» из-за малой факторной нагрузки (0,347) не вошел в извлеченные факторы и в дальнейшем не учитывался нами в регрессионном анализе. Вероятно, уровень образования сегодня в молодежной среде в период профессионального самоопределения играет незначительную роль в профессиональной идентичности. Это может быть связано как с качеством образования, так и с трудностями в трудоустройстве по специальности.

В дальнейшем факторы «пол», «возраст», «профессиональная определенность», «семейная определенность» и «социальная вовлеченность» рассматривались нами как внешние и объективные, в отличие от остальных, вошедших в группу субъективных факторов.

Факторный анализ в области восприятия себя позволил найти наилучшее факторное решение (кумулятивный процент – 52,192%, КМО = 0,799) и извлечь из всего набора данных 4 фактора:

1) *коммуникативные навыки* (доля объяснимой дисперсии 18,662%): разговорчивый / молчаливый (0,794), общительный / нелюдимый (0,793), обаятельный / непривлекательный (0,715), открытый / замкнутый (0,715), энергичный / вялый (0,665), деятельный / пассивный (0,664), уверенный / неуверенный (0,417);

2) *субъектные характеристики* (доля объяснимой дисперсии 11,902%): самостоятельный / несамостоятельный (0,716), добросовестный / безответственный (0,657), независимый / зависимый (0,540), сильный / слабый (0,487), честный / неискренний (0,487), уверенный / неуверенный (0,461), справедливый / несправедливый (0,440);

3) *толерантность* (доля объяснимой дисперсии 11,371%): добрый / эгоистичный (0,656), дружелюбный / враждебный (0,640), отзывчивый / черствый (0,584), упрямый / уступчивый (–0,524);

4) *характеристики самоорганизации* (доля объяснимой дисперсии 10,257%): суетливый / спокойный (0,733), напряженный / расслабленный (0,724), раздражительный / невозмутимый (0,653), решительный / нерешительный (–0,442), уверенный / неуверенный (–0,436).

Включение такой личностной характеристики, как «уверенный / неуверенный», одновременно в 3 фактора говорит о многофункциональности данной характеристики. Наличие уверенности положительно влияет как на процесс коммуникации, так и на всю деятельность человека. Отсутствие уверенности становится существенной помехой на пути жизненной в целом и профессиональной в частности самореализации.

В области представлений об идеале применение факторного анализа позволило извлечь 3 фактора (кумулятивный процент 57,682%, КМО = 0,797):

1) *степень достижения идеала в удовлетворенности жизнью* (доля объяснимой дисперсии 25,849%): разница в оценке идеальной и своей жизни по целям в жизни (0,840), самореализации (0,812), общей удовлетворенности жизнью (0,807), управлению средой (0,763), самопринятию (0,586). Под самопринятием в данном случае понимается отношение к себе, своим качествам и к своему опыту;

2) *степень достижения идеала в образе Я* (доля объяснимой дисперсии 18,959%): разница между оценками идеального человека и себя в области коммуникативных навыков (0,805), субъектных характеристик (0,681), позитивности отношений (0,539). Так как удовлетворенность отношениями характеризует принятие человека социумом, то данный показатель отражает степень приближения к социально одобряемому образу;

3) *степень достижения идеального возраста* (доля объяснимой дисперсии 12,874%): разница между хронологическим и идеальным возрастом (0,841) и разница между хронологическим и желаемым возрастом (0,832).

Из-за малой факторной нагрузки не вошли в извлеченные факторы такие параметры, как «разница в восприятии себя и идеала по толерантности» (0,387), «разница в восприятии себя и идеала по помехам» (0,314) и «разница в восприятии себя и идеала по автономии» (0,311). Данный факт объясняется несущественными различиями в оценке себя и идеала по данным параметрам в молодом возрасте, что ведет к незначительному нарастанию / убыванию показателей и снижению участия данных параметров в совместной изменчивости.

Факторный анализ в области восприятия своего возраста позволил извлечь из всего набора данных 3 фактора (кумулятивный процент 74,764%, КМО = 0,514):

1) *идеальный возраст Я* (доля объяснимой дисперсии 31,529%): разница между идеальным и реальным возрастом (0,960), разница между желаемым и реальным возрастом (0,570), констатация идеального возраста (0,950);

2) *субъективный биологический возраст* (доля объяснимой дисперсии 24,1%): разница между ощущаемым и реальным возрастом (0,908), возрастная идентичность (0,920);

3) *отношение к возрасту* (доля объяснимой дисперсии 19,134%): эмоциональная оценка своего возраста (0,828) и молодости (0,778) как категории.

Связанность параметров внутри каждого фактора достаточно высока. При этом фиксируется четкое разделение в восприятии идеального возраста, ощущаемого и в эмоциональной оценке возраста, что подтверждает наличие дифференциации в области субъективного восприятия возраста.

На основании проведенного конфирматорного анализа в области восприятия мира нами были выделены 3 фактора: оценка мира, включенность в мир, стабильность мира, которые впоследствии участвовали в регрессионном анализе.

Как отдельный самостоятельный фактор нами рассматривалась жизненная позиция молодых людей, которая определяется как соотношение оценки себя и своих сверстников.

Опираясь на модель «ОК Коррал» [Ernst, 1971] и модель трехсторонней позиции «Я – Ты – Они» [Davidson, 1999] мы в рамках нашей работы разработали модель «Я – Они», в которой учитывается активность субъекта в процессе выбора и отражается его жизненная позиция [Эйдельман, 2016].

Проведенный корреляционный анализ показал, что жизненная позиция является неотъемлемой частью субъективной картины мира молодого человека и связана с его психологическим благополучием ($r = 0,466$, $p = 0,01$).

Регрессионный анализ

С целью определения влияния выделенных нами факторов на психологическое благополучие был проведен регрессионный анализ. В качестве зависимой переменной рассматривался показатель психологического благополучия. В качестве независимых переменных выступали следующие факторы: пол, возраст, профессиональная определенность, семейная определенность, социальная вовлеченность, коммуникативные навыки, субъектные характеристики, толерантность, характеристики самоорганизации, оценка мира, включенность в мир, стабильность мира, жизненная позиция, степень достижения идеала в удовлетворенности жизнью, степень достижения идеала в образе Я, степень достижения идеального возраста, идеальный возраст Я, субъективный биологический возраст, отношение к возрасту.

Процедура шагового отбора в рамках регрессионного анализа позволила выявить наиболее значимые предикторы психологического благополучия. Окончательная регрессионная модель включает следующие изучаемые нами факторы: степень достижения идеала в удовлетворенности жизнью (-0,403), коммуникативные навыки (0,313), включенность в мир (0,241), жизненная позиция (0,206), семейная определенность (0,145), идеальный возраст Я (-0,127). Связь психологического благополучия с совокупностью значимых независимых переменных равна 0,781. Значение R-квадрат составляет 0,610 и показывает, что 61% дисперсии психологического благополучия обусловлен влиянием данных факторов. При этом степень влияния предикторов

неравнозначна. Наибольший вес имеет степень достижения идеала в удовлетворенности жизнью. Чем меньше оценка психологического благополучия собственной жизни расходится с оценкой психологического благополучия в идеале, тем выше удовлетворенность собственной жизнью. Наименьшее влияние на психологическое благополучие оказывает представление об идеальном возрасте. Рассматривая идеальный и желаемый возраст как потерянную возможность (фиксируется тенденция смещения идеального (52%) и желаемого (47%) возраста в сторону уменьшения относительно хронологического возраста), можно констатировать факт влияния сожаления о потерянной возможности на психологическое благополучие. Однако наличие отрицательной корреляции говорит о том, что психологическое благополучие растет при снижении сожаления о своем возрасте. Из области восприятия себя значимое влияние оказывают только коммуникативные навыки. Влияние субъектных и толерантных качеств настолько незначительно, что они исключены из общей регрессионной модели. При этом восприятие мира как реального и «своего» (включенность в мир) повышает психологическое благополучие. А также стремление к «здоровой» жизненной позиции («Я – ОК, Они – ОК») положительно влияет на психологическое благополучие. Влияние объективных внешних факторов на психологическое благополучие незначительно. Только семейная определенность, которая включает в себя наличие собственной семьи, детей, объект любви и жилищную автономию, положительно, но слабо влияет на субъективную удовлетворенность жизнью ($p = 0,05$).

Рассматривая психологическое благополучие как совокупность удовлетворенности человека в шести основных сферах жизни (самопринятие, управление окружающей средой, цель в жизни, позитивные отношения с окружающими, личностный рост, автономия) нами был проведен регрессионный анализ с целью выявления факторов влияния на психологическое благополучие в каждой из этих областей жизни. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты регрессионного анализа в различных сферах психологического благополучия.

Факторы	Сферы психологического благополучия					
	1	2	3	4	5	6
Семейная определенность		0,233**				
Коммуникативные навыки	0,314**		0,407**	0,355**	0,621**	
Субъектные характеристики			0,351**		0,290**	0,359**
Толерантность				0,163*		-0,204*
Характеристики самоорганизации						-0,295**
Включенность в мир	0,234**	0,163**				
Жизненная позиция	0,221**	0,257**	0,183*	0,153*		
Степень достижения идеала в удовлетворенности жизнью	-0,388**	-0,383**	-0,400**		-0,341**	
Степень достижения идеала в образе Я		-0,230**	0,342**	-0,203*	0,444**	
Идеальный возраст Я	-0,245**					
Субъективный биологический возраст				-0,218**		
Доля влияния	56,6%	52,9%	49,8%	45,1%	43,4%	23,5%

Примечания. 1 – самопринятие, 2 – управление окружающей средой, 3 – цель в жизни, 4 – позитивные отношения с окружающими, 5 – личностный рост, 6 – автономия; * – корреляция на уровне 0,05, ** – корреляция на уровне 0,01.

Анализ показал, что такие факторы, как пол, возраст, профессиональная определенность, социальная вовлеченность, оценка мира, стабильность мира, отношение к возрасту, не влияют или незначительно влияют на сферы психологического благополучия и не входят в регрессионные модели в качестве предикторов психологического благополучия ни одной из изучаемых сфер.

Фиксируются как прямые, так и обратные взаимосвязи предикторов с зависимой переменной, что говорит о разнонаправленном влиянии предикторов. Выявлена смена направления влияния одного и того же предиктора в разных сферах психологического благополучия. Например, при уменьшении разницы в оценке себя и идеала удовлетворенность в отношениях с близкими ($-0,203$) и области управления окружающей средой ($-0,230$) растет, а в области целеполагания ($0,342$) и личностного роста ($0,444$) – падает.

Наибольшее влияние изучаемая совокупность факторов ($56,6\%$) оказывает на самопринятие, которое отражает не только осознание и принятие своих качеств, но и удовлетворенность своим прошлым, своими поступками и достижениями. В этом контексте очевидно влияние на самопринятие не только самооценки, но и сравнения себя со своими сверстниками и с идеальным образом.

Наименьший процент дисперсии зависимой переменной ($23,5\%$) фиксируется в области личностной автономии, которая определяется как способность противостоять давлению социума, что может быть связано с отсутствием в исследуемой совокупности независимых переменных факторов, усиливающих устойчивость к внешнему воздействию. Однако, учитывая факт наибольшей удовлетворенности в сфере автономии из всех областей психологического благополучия у молодежи, можно предположить, что данная сфера в возрасте 20–30 лет минимально подвержена влиянию как объективных, так и субъективных факторов. Данный факт требует дополнительного изучения.

Обсуждение результатов

Полученные данные о психологическом благополучии молодых людей в период профессионального самоопределения ($62,5\%$ ($147/235$ чел.) находятся в состоянии полной или частичной неудовлетворенности жизнью) позволяют констатировать наличие проблемы среди современной молодежи Москвы и Подмосковья и недостаточной психологической устойчивости молодых людей к кризисной ситуации самоопределения.

Результаты регрессионного анализа подтверждают гипотезу о том, что субъективные факторы влияют на уровень психологического благополучия современной молодежи в период самоопределения в большей степени, чем социо-экономические параметры.

Предположение о влиянии профессиональной идентичности на психологическое благополучие в период профессионального самоопределения не нашло подтверждения. Отсутствие или временность работы, работа не по специальности, низкий заработок, финансовая зависимость от родителей незначительно влияют на общий уровень психологического благополучия и удовлетворенность в отдельных областях жизни. Следовательно, профессиональная идентичность и самореализация в профессии не могут рассматриваться психологами в качестве мотивации к повышению психологического благополучия в целом и личностному росту в частности в возрасте 20–30 лет.

Несмотря на различный семейный статус респондентов и преобладание неженатых / незамужних молодых людей, «семейная определенность», включающая не только наличие семьи и детей, но и наличие любимого человека, оказывает положительное влияние на психологическое благополучие, которое растет за счет чувства «власти над миром». В период профессионального самоопределения неудовлетворенная потребность в достижении желаемого смещается из области профессиональной

деятельности в область семейных отношений. Создание семьи, поддержание и развитие партнерских отношений в личной сфере усиливают чувство собственного «могущества» и своих возможностей в изменении мира, что отсутствует в профессиональной сфере на этапе профессионального самоопределения.

Субъективная картина мира, которая включает отношение к себе и своему потенциалу, отношение к своему возрасту и своему поколению, оценку своей включенности во внешний мир, оказывает существенное влияние на психологическое благополучие молодых людей в период профессионального самоопределения.

Однако влияние субъективных факторов на психологическое благополучие неравнозначно. Психологическое благополучие в период профессионального самоопределения в большей степени обусловлено отношением к себе и своему потенциалу и в наименьшей степени – отношением к своему возрасту.

Отношение к себе, которое включает оценку своих коммуникативных навыков, субъектных характеристик, толерантности и самоорганизации в жизнедеятельности, можно рассматривать как личностные ресурсы в повышении психологического благополучия в целом и отдельных его областях в частности. Однако субъектные характеристики, которые, по нашему предположению, должны играть ведущую роль в профессиональной самореализации, в молодом возрасте на этапе профессионального самоопределения уступили место коммуникативным навыкам. Данный факт говорит не столько о слабой развитости субъектных качеств у современной молодежи, сколько о недостаточной связанности данных качеств с удовлетворенностью жизнью, что соответствует выявленному отсутствию влияния профессиональной идентичности на психологическое благополучие. Влияние оценки коммуникативных навыков на уровень психологического благополучия отражает роль коммуникации в современном мире: повышение роли общения, востребованность профессий, в основе которых лежат коммуникативные навыки, увеличение числа контактов и их разнообразия. Таким образом, из трех основных психологических потребностей (компетенция, автономия и связанность с другими людьми), повышающих психологическое благополучие [Deci, Ryan, 2008], в период профессионального самоопределения в среде молодежи главной становится связанность с другими людьми, которая компенсирует недостаточность профессиональной компетенции.

В процессе данного исследования было выявлено влияние на психологическое благополучие не только субъективной оценки себя, но и влияние сопоставления себя с субъективным идеальным образом. При этом взаимосвязи между субъективным идеальным образом и психологическим благополучием выявлено не было. Таким образом, психологическое благополучие обусловлено не самим идеалом, а степенью приближения субъективного образа себя и своей жизни к идеальному образу.

Элемент сравнения себя с другими или с идеалом присутствует в таких факторах, как «субъективный биологический возраст», «идеальный возраст Я», «жизненная позиция», «степень достижения идеала в удовлетворенности жизнью», «степень достижения идеала в образе Я». Учитывая долю влияния оценок-сопоставлений на психологическое благополучие, можно утверждать, что удовлетворенность жизнью в большей мере зависит от степени достижения идеального образа, чем от прямой субъективной оценки. Процесс соотнесения себя и своей жизни с идеальным образом становится еще одним ресурсом повышения уровня психологического благополучия.

Регрессионный анализ выявил наличие как прямого, так и обратного влияния факторов на уровень психологического благополучия. При этом выявлена смена направления влияния таких субъективных факторов, как «степень достижения идеала в образе Я» и «толерантность» в зависимости от сферы психологического благополучия. То есть увеличение одного и того же фактора может одновременно как повышать, так и понижать уровень психологического

благополучия за счет повышения / снижения удовлетворенности в конкретной сфере психологического благополучия. Данный факт необходимо учитывать при обращении к ресурсной системе человека.

Выводы

1. Субъективные факторы, отражающие субъективную картину мира молодого человека, обуславливают психологическое благополучие в период профессионального самоопределения в большей степени, чем социальные и экономические факторы.
2. Профессиональная идентичность на этапе самоопределения и в начальный период трудовой деятельности не оказывает существенного влияния на удовлетворенность жизнью и не может выступать в качестве самомотиватора.
3. В период профессионального самоопределения в среде молодежи из трех основных психологических потребностей (компетенция, автономия и связанность с другими людьми), повышающих психологическое благополучие, ведущей становится связанность с другими людьми, которая компенсирует недостаточность профессиональной компетенции.
4. Роль субъективных факторов, отражающих степень достижения идеала, существенней, чем роль субъективной оценки себя и мира.
5. В зависимости от сферы психологического благополучия меняется не только степень обусловленности влияния, но и совокупность предикторов, а также их вклад в оценку зависимой переменной.
6. Субъективные факторы, отражающие представления о себе и мире, являются наряду с личностными характеристиками ресурсами повышения психологического благополучия в период профессионального самоопределения, что может использоваться в коррекционной и профилактической работе с молодежью.
7. При обращении к ресурсной системе человека необходимо учитывать направление влияния субъективного фактора на психологическое благополучие в целом и на отдельные его компоненты в частности.

Финансирование

Работа выполнена при финансовой поддержке Российского гуманитарного научного фонда, проект 14-06-00206 «Субъективное восприятие себя, мира при разном психологическом благополучии в период жизненного самоопределения современной молодежи».

Литература

Бажин Е.Ф., Эткин А.М. Методика «Личностный дифференциал». Л.: Институт им. В.М.Бехтерева, 1983.

Кон И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. М: Политиздат, 1984.

Корнилова Т.В., Чумакова М.А., Корнилов С.А., Новикова М.А. Психология неопределенности: Единство интеллектуально-личностного потенциала человека. М.: Смысл, 2010.

Леонтьев Д.А., Пилипко Н.В. Выбор как деятельность: личностные детерминанты и возможности

формирования. Вопросы психологии, 1995, No. 1, 97–110.

Леонтьев Д.А., Фам А.Х. Как мы выбираем: структуры переживания собственного выбора и их связь с характеристиками личности. Вестник Московского университета. Сер. 14, Психология, 2011, No. 1, 39–53.

Сакс Д.М., Леви С. Тест «Завершение предложений». Сборник «Проективная психология». М: Эксмо-Пресс, 2000. С. 203–237.

Сергиенко Е.А., Эйдельман Г.Н. Субъективная картина мира, психологическое благополучие в состоянии самоопределения у современных молодых людей. В кн.: А.О. Прохоров (Ред.), Психология психических состояний. Казань: Отечество, 2014. Вып. 9, с. 257–273.

Сергиенко Е.А., Эйдельман Г.Н. Возрастная идентификация современной молодежи как фактор самодетерминации. Образование и саморазвитие, 2015, 3(45), 62–72.

Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методологическое исследование). Психологическая диагностика, 2005, No. 3, 95–130.

Эйдельман Г.Н. Субъективная оценка мира в молодом возрасте (20–30 лет). В кн.: А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко (Ред.), Человек, субъект, личность в современной психологии: материалы Международной конференции, посвященной 80-летию А.В.Брушлинского. М.: Институт психологии РАН, 2013. Т. 1, с. 366–369.

Эйдельман Г.Н., Сергиенко Е.А. Психологическое благополучие у современных молодых людей в период самоопределения. In: Proceedings of the Conference of the European Association of Pedagogues and Psychologists. Geneva: Center of the European Association of Pedagogues and Psychologists "Science", 2015. pp. 202–212.

Эйдельман Г.Н. Особенности жизненной позиции при различных уровнях психологического благополучия у современной молодежи. Экспериментальная психология, 2016, 9(2), 82–94. doi:10.17759/ exppsy.2016090207

Davidson C. I'm Polygonal, OK. INTAND Newsletter, 1999, 7(1), 6–9.

Deci E., Ryan R.M. Self-Determination theory: a macrotheory of human motivation, development and health. Canadian Psychology, 2008, 49(3), 182–185.

Ernst F. Transactional Analysis in the OK Corral: The grid to get on with. Transactional Analysis Journal, 1971, 1(4), 231–240.

Lyubomirsky S. The HOW of happiness: A practical approach to getting the life you want. London: Sphere, 2007.

Поступила в редакцию 19 июня 2016 г. Дата публикации: 27 декабря 2016 г.

[Сведения об авторах](#)

Эйдельман Галина Николаевна. Соискатель, лаборатория психологии развития субъекта в нормальном и посттравматическом состоянии, Институт психологии Российской академии наук, ул. Ярославская, д. 13, 129366 Москва, Россия; старший преподаватель, кафедра психологии развития личности, факультет психологии, Московский государственный областной университет, Зеленоград, корпус 1643, 124365 Москва, Россия.

E-mail: galeid2015@gmail.com

Сергиенко Елена Алексеевна. Доктор психологических наук, профессор, главный научный сотрудник, лаборатория психологии развития субъекта в нормальном и посттравматическом состоянии, Институт психологии Российской академии наук, ул. Ярославская, д. 13, 129366 Москва, Россия.

E-mail: elenas13@mail.ru

[Ссылка для цитирования](#)

Стиль psystudy.ru

Эйдельман Г.Н., Сергиенко Е.А. Роль субъективных факторов в психологическом благополучии молодежи в ситуации профессионального самоопределения. Психологические исследования, 2016, 9(50), 8. <http://psystudy.ru>

Стиль ГОСТ

Эйдельман Г.Н., Сергиенко Е.А. Роль субъективных факторов в психологическом благополучии молодежи в ситуации профессионального самоопределения // Психологические исследования. 2016. Т. 9, № 50. С.№ 8. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг).

[Описание соответствует ГОСТ Р 7.0.5-2008 "Библиографическая ссылка". Дата обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель обращался к документу и он был доступен.]

Адрес статьи: <http://psystudy.ru/index.php/num/2016v9n50/1359-eidelman50.html>

[К началу страницы >>](#)