

Ледовая Я.А., Боголюбова О.Н., Тихонов Р.В. Стресс, благополучие и Темная триада



English version: [Ledovaya Y.A., Bogolyubova O.N., Tikhonov R.V. Stress, Well-being and the Dark Triad](#)
Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

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

Сегодня особое значение имеет изучение психологических и социальных факторов, делающих человека более уязвимым для негативных последствий стресса, а также способствующих развитию дезадаптивных, антисоциальных реакций на стресс. В исследовании рассматривалась взаимосвязь между Темной триадой, отчуждением моральной ответственности, стрессом и уровнем психологического благополучия на выборке студентов. Была обнаружена положительная взаимосвязь нарциссизма с уровнем субъективного благополучия, а также взаимосвязь отчуждения моральной ответственности со шкалой психопатии. Впервые были переведены на русский язык и апробированы методики «Перечень угрожающих событий», «Отчуждение моральной ответственности», «Шкала удовлетворенности жизнью» Э.Динера и «Шкала для скрининга посттравматических симптомов».

Ключевые слова: стресс, благополучие, Темная триада, отчуждение моральной ответственности

В течение жизни человек может неоднократно сталкиваться с разнообразными стрессовыми событиями. В контексте современных наук о человеке изучение психологических и социальных факторов, делающих человека более уязвимым для негативных последствий стресса, является важным направлением исследований. В последние годы во многих исследованиях было продемонстрировано, что переживание избыточного стресса ассоциируется с рядом психологических расстройств, является фактором риска для развития некоторых соматических заболеваний и способствует развитию дезадаптивных форм поведения [Shonkoff, 2012; Danese, 2012; Cohen, 2012]. Так, например, было показано, что воздействие хронического (кумулятивного) стресса на сензитивных этапах развития не только способствует психологическому страданию индивида, но и увеличивает вероятность дезадаптивного, социально опасного поведения [Epoch, 2011]. Н.Вольф и Дж.Ши [Wolff, Shi, 2012] на выборке заключенных показали, что опыт переживания физического насилия и покинутости (abandonment) как в детском, так и во взрослом возрасте является предиктором агрессивного поведения. Связь между стрессом в предпубертатном периоде и агрессивным поведением показана в исследованиях на животных: К.Маркес и коллеги [Márquez et al., 2013] продемонстрировали, что крысы, подвергавшиеся хроническому стрессовому воздействию на ранней стадии развития, во взрослом возрасте демонстрируют устойчивый высокий уровень агрессии, в том числе по отношению к неугрожающим им сородичам. Таким образом, ряд исследований демонстрирует, что переживание стрессовых воздействий, особенно хронических (по типу аллостатической нагрузки), может способствовать развитию психологических нарушений, в том числе экстернализованных поведенческих проблем (externalizing behavior). В то же время на сегодня практически нет исследований, направленных на изучение психологических переменных, опосредующих взаимоотношение между уровнем стресса и развитием подобного рода поведенческих проблем.

В этой статье мы пытаемся восполнить этот пробел и рассмотреть возможные взаимосвязи между уровнем стресса, «темными» чертами личности и психологическим благополучием индивида.

Темная триада, отчуждение моральной ответственности и психологическое благополучие

Темная триада

Понятие «Темная триада», или «темные черты личности», было введено в психологическую науку немногим более десяти лет назад, когда Полхус и Уильямс предложили этот конструкт для обозначения отрицательных личностных черт и разработали психодиагностический инструмент для его изучения [Paulhus, Williams, 2002]. Входящие в состав Темной триады черты – макиавеллизм, нарциссизм и психопатия – наиболее ярко характеризуют негативные проявления личности. Наиболее содержательный обзор исследований личностных черт, входящих в состав Темной триады, на русском языке был опубликован М.С.Егоровой и М.А.Ситниковой [Егорова, Ситникова, 2014]. В нем приведены основные характеристики каждой из черт, а также описан целостный комплекс «темных» черт личности и характерные для него особенности поведения.

Так, в этой статье нарциссизм описывается через такие черты, как власть, восхищение собой, превосходство, демонстративность (привлечение внимания окружающих), использование других, тщеславие, присвоение прав [Raskin, Terry, 1988. Цит. по: Егорова, Ситникова, 2014]. При этом так называемые токсичные черты (использование других, присвоение прав, демонстративность) положительно связаны с агрессивностью, остальные четыре показателя – с самооценкой. Нарциссические личности, с одной стороны, обладают харизмой и умеют производить благоприятное первое впечатление; с другой стороны, более длительное взаимодействие с ними сложно назвать позитивным: они поверхностны и увлекаются грандиозными и малореалистичными идеями, могут быть конфликтными и склонными к неэтичным поступкам, особенно если подвергается сомнению их демонстрируемое величие. Вторым конструктом, входящим в Темную триаду, является неклиническая психопатия. Полхус описывает проявления неклинической психопатии через высокие показатели импульсивности и поиска острых ощущений при низких показателях эмпатии и тревоги [Paulhus, Williams, 2002]. Структура личностных свойств, связанных с проявлениями неклинической психопатии, до сих пор не до конца ясна. Коротко передавая смысл обзора М.С.Егоровой и М.А.Ситниковой, отметим, что для операционализации этого конструкта выделяются как отдельные наборы субшкал, описывающие психопатию (среди них – упомянутые низкая тревожность и бесстрашие; импульсивность, безответственность и безрассудность; эмоциональная холодность; склонность к обману и манипуляциям), так и паттерны личностных диспозиций (экстраверсии, низкого невротизма, низкой доброжелательности и низкого уровня сознательности: эти данные были получены в результате совместной факторизации данных опросника Большой пятерки личностных свойств и нескольких опросников психопатии) [Seibert et al., 2011]. Личности, обладающие психопатическими чертами, создают неблагоприятные межличностные отношения, характеризуются низким уровнем удовлетворенности жизнью и неконструктивной профессиональной адаптацией.

Понятие макиавеллизма впервые было операционализировано благодаря контент-анализу текста работы Н.Макиавелли «Государь» [Christie, Geis, 1970. Цит. по: Егорова, Ситникова, 2014]; этими же авторами был разработан опросник MACH-IV. Впоследствии результаты работы с этим опросником не всегда показывали однозначные по своей структуре результаты – конструкт оказался многомерным. В целом проявления макиавеллизма могут быть описаны через склонность использовать манипулятивные тактики, цинизм и прагматическую мораль [Егорова, Ситникова, 2014].

За последние десять лет было проведено множество исследований, позволивших, в том числе, установить возможные личностные основания совокупности «темных» черт. Это низкая доброжелательность, склонность к обману, эмоциональная холодность, а также, возможно, первичная психопатия и завышенная самооценка [Егорова, Ситникова, 2014].

Краткий опросник Темной триады был опубликован Джонсом и Полхусом в 2014 году [Jones, Paulhus, 2014] и переведен на русский язык М.С.Егоровой и коллегами [Егорова и др., 2015]. В описываемом данной статьей исследовании использовался вариант методики, предоставленный М.С.Егоровой.

Отчуждение моральной ответственности

Концепция отчуждения моральной ответственности является составной частью социально-когнитивной теории Альберта Бандуры. А.Бандура [Bandura, 1996, 2002] считал, что полноценная теория морального действия (*moral agency*) должна объяснять связь между знанием о морали и моральным (или аморальным) поведением, то есть объяснять, почему человек, который знает, что такое хорошо и что такое плохо, тем не менее в той или иной ситуации поступает плохо. Как происходит этот переход? Каковы механизмы инициации аморального, жестокого поведения у человека с нормальной историей развития и воспитания? В рамках социально-когнитивной теории знание о морали воплощается в моральном действии с помощью определенных механизмов саморегуляции. Эти механизмы выполняют три функции: самомониторинг, оценка и самоконтроль. Иными словами, человек отслеживает свое поведение / намерения о поведении, сличает эти намерения / поведение со своей системой правил, норм, ценностей и поощряет позитивное, соответствующее нормам поведение, а также – предотвращает поведение, не соответствующее нормам, во избежание развития когнитивного диссонанса [Bandura, 1996; Egan, 2015]. При этом развитие таких функций саморегулирования не означает наличия неизменяемой / инвариантной внутренней системы контроля. Функции морального самоконтроля не действуют, если они не активированы, и к тому же существуют психосоциальные механизмы, с помощью которых жестокое, негуманное поведение может быть выведено из-под внутренних моральных «санкций». Избирательная активация и отчуждение (*disengagement*) внутреннего контроля позволяют человеку демонстрировать разные формы поведения (как гуманное, так и негуманное) в рамках одного и того же постоянного набора моральных ценностей. Согласно теории А.Бандуры, это происходит с помощью механизмов отчуждения моральной ответственности (*moral disengagement*).

А.Бандура описывает восемь механизмов отчуждения моральной ответственности, разделенные на три группы. В первую группу входят механизмы, связанные с конструированием самого поведения: 1) *моральное оправдание*: причиняющее вред поведение конструируется как лично и социально приемлемое за счет того, что оно оправдывается высокими общественными или нравственными целями; 2) *эвфемистический язык*: поскольку язык во многом определяет паттерны мышления человека, то одни и те же поведенческие акты могут принимать очень разный вид (и вызывать разное отношение) в зависимости от того, как их называют; 3) *выгодное сравнение*: эксплуатируя сравнение своего поведения с более предосудительными формами поведения, можно представить свое поведение как безобидное или не имеющее серьезных последствий. Вторая группа механизмов действует, искажая связь между поведением и его вредными для других людей последствиями: 4) *смещение ответственности*: если представить свое поведение как результат социального давления, влияния авторитетных лиц и т.п., то можно не чувствовать личной ответственности за совершаемые действия; 5) *рассеивание ответственности*: в групповом поведении, когда все несут ответственность, лично ее не несет никто; 6) *игнорирование или искажение последствий*: может включать избирательное внимание только к тем аспектам ситуации, которые имеют личное позитивное значение (например, возможность выгоды), и/или активные действия по дискредитации свидетельств причиненного вреда. К третьей группе относятся механизмы искажения образа пострадавших в результате поведения субъекта людей: 7) *дегуманизация*: лишение людей, на которых направлено деструктивное поведение, в мыслях и на словах человеческих свойств и/или приписывание им качеств животных выводит их из категории людей с мыслями, чувствами, болью и т.д. и превращает в некие не похожие на людей объекты, по отношению к которым не действуют нормы морального поведения; 8) *атрибуция вины*: человек, совершающий жестокость, видит себя как невинную жертву провокации – жертва его поведения вынуждает его вести себя жестоко.

Механизмы отчуждения моральной ответственности неоднократно становились предметом психологических и педагогических исследований. Так, например, в ряде работ рассматривалась роль отчуждения моральной ответственности в формировании агрессивного поведения детей и подростков. Дж.Джини [Gini, 2006] в исследовании социального интеллекта и знаний о морали у школьников обнаружила, что агрессивные дети более склонны использовать стратегии отчуждения моральной ответственности, а Х.Д.Порнери и Дж.Вуд [Pornari, Wood, 2010] описали вклад склонности к отчуждению моральной ответственности в развитие буллинг-поведения при реальном и виртуальном взаимодействии. Тема отчуждения моральной ответственности в выборках взрослых также представлена в ряде работ. В исследовании К.Р.Саут и Дж.Вуд [South, Wood, 2006] изучается роль механизмов отчуждения моральной ответственности в развитии агрессивного поведения у заключенных, Б.Лейднер с коллегами оценивают роль стратегий отчуждения моральной ответственности в оправдании военных преступлений [Leidner et al., 2010], и, наконец, С.Мур с

коллегами исследовали влияние склонности индивида к отчуждению моральной ответственности на широкий спектр неэтичного организационного поведения [Moore et al., 2012].

Возможная связь между склонностью к отчуждению моральной ответственности и «темными» чертами личности рассматривалась в работе В.Игана и коллег [Egan et al., 2015]. В данном исследовании было обнаружено, что между выраженностью склонности к отчуждению моральной ответственности и всеми тремя составляющими Темной триады есть значимые корреляции, но в то же время при регрессионном анализе специфическими значимыми предикторами морального отчуждения оказываются лишь психопатия и макиавеллизм. Анализ данных также позволяет авторам заключить, что конструкт отчуждения моральной ответственности тесно связан с Темной триадой, но не тождественен ей.

Субъективное благополучие

Конструкт «психологическое благополучие» (psychological well-being) исследуется с 60-х годов XX века. Первоначальное представление о нем было введено Н.Брэдбёрном как баланс между позитивным и негативным аффектами, который по мысли автора и является состоянием счастья [Bradburn, 1969]. Впоследствии разными исследователями было выявлено немало новых показателей, способных оказывать воздействие на переживание индивидом счастья и благополучия, усложнена структура конструкта, сформулированы различные подходы. В большинстве из этих подходов исследуются такие близкие понятия, как счастье, удовлетворенность жизнью, позитивный аффект. В задачи данной статьи не входит подробное описание всех подходов к пониманию конструкта «субъективное благополучие» и его операционализации. Упомянем часто выделяемые в структуре субъективного благополучия составляющие – представление об удовлетворенности жизнью (life satisfaction), описываемое как когнитивный компонент благополучия, и переживание счастья (happiness), названное аффективным компонентом [Andrews, McKennell, 1980. Цит. по: Ryff et al., 1995].

Согласно Э.Динеру, одному из наиболее авторитетных авторов в данном направлении исследований, субъективное благополучие (subjective well-being) изучается с точки зрения трех основных аспектов: во-первых, это понятие субъективно (и, хотя объективные условия, такие как здоровье, комфорт, благосостояние, потенциально влияют на субъективное благополучие, они не являются ключевыми его характеристиками); во-вторых, субъективное благополучие включает в себя позитивное измерение (и оно не сводится к отсутствию негативных факторов; более того, соотношение позитивного и негативного компонентов субъективного благополучия до сих пор не до конца могут быть объяснены психологами); в-третьих, субъективное благополучие обычно связано с глобальной оценкой всех аспектов жизни индивида (и, в зависимости от целей исследователей, эта оценка может быть отнесена к разным периодам жизни – предшествующей моменту исследования неделе или всей жизни в целом) [Diener, 2009a].

Существует множество опросников, измеряющих субъективное благополучие: их разнообразие сопоставимо с разнообразием теоретических подходов к объяснению понятия. В обзорной книге 2009 года “The Science of Well-Being” Э.Динер приводит шесть униполярных шкал, созданных за период с 1960 по 1983 год, и десять мультиполярных. Там же он пишет о том, что субъективное благополучие состоит из нескольких компонентов и использование униполярных шкал может приводить к потере информации, но для краткой оценки общего благополучия они применимы, надежны и валидны [Там же].

В нашем исследовании были использованы две краткие униполярные шкалы, содержащие по пять вопросов, – SWLS (Satisfaction with Life Scale) Э.Динера [Diener et al., 1985; Diener, 2009b] и WHO-5 – опросник, созданный датскими психиатрами для эпидемиологических исследований, проводящихся Всемирной организацией здравоохранения [Bech, 2004]. В первом из них вопросы направлены на оценку преимущественно социально-психологических аспектов благополучия, во втором – оценку текущего эмоционально-физического состояния и самочувствия.

В этой статье представлены результаты пилотного исследования, выполненного в рамках научного проекта, направленного на изучение взаимосвязей между стрессом, субъективным благополучием,

личностными чертами и поведением индивидов в социальных сетях. Основной задачей пилотного исследования было рассмотрение взаимосвязи между переживанием стрессовых событий в течение года и уровнем субъективного благополучия. Предполагалось также исследование возможных взаимосвязей переживаемых стрессовых событий с выраженностью «темных» черт личности – Темной триады и отчуждения моральной ответственности. В данном исследовании впервые были переведены на русский язык и апробированы методики «Перечень угрожающих событий» [Brugha et al., 1985], «Отчуждение моральной ответственности» (краткая версия) [Moore et al., 2012], «Шкала удовлетворенности жизнью» Э.Динера [Diener, 2009b] и «Шкала для скрининга посттравматических симптомов» [Prins et al., 2003]. Насколько нам известно, вышеуказанные параметры, наряду со шкалами Темной триады, впервые сопоставлялись на российской выборке.

Методы

Выборка

Выборку пилотного исследования составили 76 студентов факультета психологии СПбГУ в возрасте от 17 до 34 лет. Средний возраст – 19,84 ($\sigma = 2,78$), 89,5% – женщины.

Методики

Количество стрессовых событий за последний год определялось с применением опросника «Перечень угрожающих событий» (List of Threatening Events) [Brugha et al., 1985]. «Темные» черты личности измерялись с использованием двух методик: опросника «Темная триада» [Jones, Paulhus, 2014], который был переведен и адаптирован М.С.Егоровой [Егорова и др., 2015]; и краткой версии опросника «Отчуждение моральной ответственности», разработанного С.Мур и коллегами [Moore et al., 2012].

Уровень субъективного благополучия измерялся с использованием «Индекса общего самочувствия ВОЗ-5» и «Шкалы удовлетворенности жизнью» Э.Динера. Выраженность психологического дистресса определялась с применением «Шкалы для скрининга посттравматических симптомов» [Prins et al., 2003] и «Опросника выраженности психопатологической симптоматики» (краткая версия) [Rosen et al., 2000].

Темная триада – короткая версия [Jones, Paulhus, 2014]

Опросник состоит из 27 утверждений, оцениваемых по пятибалльной шкале Ликерта, и включает три субшкалы для оценки нарциссизма, психопатии и макиавеллизма. Вопросы шкалы макиавеллизма исключительно прямые, вопросы шкал психопатии и нарциссизма содержат как прямые, так и обратные вопросы.

Отчуждение моральной ответственности [Moore et al., 2012]

В исследовании использовалась короткая версия опросника «Отчуждение моральной ответственности», разработанного С.Мур и коллегами [Moore et al., 2012] для оценки склонности к отчуждению моральной ответственности у взрослых. Опросник состоит из 8 вопросов. Каждый вопрос оценивает одну из восьми стратегий отчуждения моральной ответственности, описанных в работах А.Бандуры, и оценивается по семибалльной шкале Ликерта. Согласно исследованию авторов методики, короткая версия шкалы демонстрирует высокую степень надежности [Там же]. На русский язык опросник переведен авторами этой статьи. Была выполнена стандартная процедура обратного перевода, а также проверена ретестовая надежность шкалы.

Перечень угрожающих событий (List of Threatening Events)

Опросник «Перечень угрожающих событий» (List of Threatening Events, LTE) разработанный Т.Бруга и коллегами [Brugha et al., 1985]. Опросник предназначен для оценки опыта переживания респондентом стрессовых событий в течение всей жизни или определенного периода (например, в течение последнего года). Опросник состоит из 12 вопросов, оцениваемых по дихотомической шкале. Например, «Вы перенесли серьезное заболевание, получили травму или пережили нападение», «Вы

прекратили длительные близкие отношения», «Вас уволили с работы» и другие. На русский язык опросник переведен авторами этой статьи. Была выполнена стандартная процедура обратного перевода, а также проверена ретестовая надежность шкалы. В данном исследовании респонденты сообщали о событиях, которые могли произойти в течение последних 12 месяцев.

Опросник выраженности психопатологической симптоматики (короткая версия)

Опросник выраженности психопатологической симптоматики (Symptom Checklist 90 – Revised) широко используется в отечественных исследованиях. В данном исследовании задействована ранее не использовавшаяся в российских исследованиях короткая скрининговая версия опросника SCL-6, содержащая шесть психопатологических симптомов (например, «чувство одиночества в присутствии других людей», «чувство безнадежности относительно своего будущего» и другие). Эта версия опросника была разработана [Rosen et al., 2000] для быстрой оценки выраженности психологического дистресса. Участники оценивали степень выраженности симптомов по пятибалльной шкале (0–4) от «совсем не беспокоит» до «очень сильно беспокоит». На русский язык опросник переведен авторами этой статьи. Была выполнена стандартная процедура обратного перевода, а также проверена ретестовая надежность шкалы.

Шкала для скрининга посттравматических симптомов (PC-PTSD)

Эта шкала была разработана А.Принс с коллегами [Prins et al., 2003] для первичной, скрининговой оценки симптомов посттравматического стресса в контексте первичной медицинской помощи. Согласно результатам, полученным авторами методики, этот опросник демонстрирует уровень надежности, достаточный для скринингового инструмента. Опросник состоит из четырех закрытых вопросов с двумя вариантами ответа («да» и «нет»). На русский язык опросник переведен авторами этой статьи. Была выполнена стандартная процедура обратного перевода.

Шкала удовлетворенности жизнью Э.Динера

Шкала удовлетворенности жизнью (Satisfaction with Life Scale), или SWLS [Diener et al., 2009b], невелика по объему и поэтому удобна в использовании. Эта скрининговая шкала состоит из пяти утверждений, оцениваемых по семибальной шкале Ликерта. Более высокий балл свидетельствует о большей субъективной удовлетворенности жизнью. Утверждения касаются, в основном, социально-психологических аспектов удовлетворенности текущей жизненной ситуацией: 1) «В целом моя жизнь близка к тому, что я считаю идеальным»; 2) «У меня отличные условия для жизни»; 3) «Я удовлетворен своей жизнью»; 4) «На сегодняшний день я преуспел во всем, что важно в жизни»; 5) «Если бы я мог прожить жизнь заново, я бы почти ничего не стал менять» [Diner, 2009a].

На русский язык опросник переведен авторами этой статьи. Была выполнена стандартная процедура обратного перевода, а также проверена ретестовая надежность шкалы.

Несмотря на краткость SWLS, ее валидность как методики измерения субъективного благополучия на разных этапах периода взрослости подтверждается многочисленными данными [Myers, Diener, 1995, цит. по: Diener, 2009b]. Результаты этого теста коррелируют с результатами более пространных и сложноорганизованных методик оценки удовлетворенности жизнью [Diener et al., 2012]. Кроме того, в 1991 году в совместной работе Э.Динера и Г.Балатски эта методика была апробирована на студентах двух городов Советского Союза. Результаты позволили говорить о структурной инвариантности благополучия в разных культурах [по: Diener, 2009b].

Результаты SWLS можно интерпретировать в терминах от абсолютной до относительной удовлетворенности жизнью [Diener, 2009b].

Индекс общего (хорошего) самочувствия ВОЗ-5

Индекс общего (хорошего) самочувствия ВОЗ (ВОЗ-5) был разработан Всемирной организацией здравоохранения для оценки субъективного психологического благополучия индивида по следующим параметрам: а) чувство радости и хорошего расположения духа, б) чувство спокойствия и расслабленности, в) чувство собственной активности и энергичности, г) чувство свежести и бодрости при пробуждении, д) чувство заинтересованности в повседневных делах [Bech, 2004]. Период оценки – предшествующие две недели. Русская версия опросника разработана ВОЗ и находится в свободном доступе (сайт методики ВОЗ-5. https://www.psykiatri-regionh.dk/who-5/Documents/WHO5_Russian.pdf).

Процедура

Данные собирались во время весеннего семестра 2015 года на факультете психологии СПбГУ во время занятий в трех студенческих группах: на первом курсе – среди студентов специализации «Клиническая психология» (39 человек), на третьем курсе – среди студентов бакалавриата по направлению «Психология» (30 человек), на первом курсе магистратуры – среди студентов одной из магистерских программ (8 человек). Ровно через три недели в тех же группах проводилась аналогичная процедура для сбора ретестовых данных. Все респонденты были оповещены о том, что участвуют в процедуре апробации методик, которые в дальнейшем планируется использовать при проведении масштабного международного онлайн-исследования поведения пользователей социальных сетей и влияния стресса на их личностные и поведенческие особенности.

Методы обработки данных

Обработка данных проводилась с помощью статистического пакета IBM SPSS Statistics 21. В качестве мер центральной тенденции использовались средние арифметические (M) и медианы (Mdn), а для оценки изменчивости рассчитывалось стандартное отклонение (σ). Соответствие полученных данных нормальному распределению оценивалось с применением теста Шапиро–Уилка. Для изучения характера взаимосвязей между переменными использовались диаграммы рассеивания и коэффициенты корреляции Пирсона и Спирмена.

Результаты и их обсуждение

Темная триада: выраженность макиавеллизма, психопатии и нарциссизма в обследованной выборке

В результате исследования были получены данные о выраженности характеристик Темной триады в обследованной выборке. Эта информация представлена в таблице 1.

Таблица 1

Дескриптивная статистика для показателей Темной триады

Шкала	М (n = 76)	Ст. откл.	Минимум	Максимум
Макиавеллизм	2,98	0,60	1,67	4,56
Нарциссизм	2,81	0,57	1,56	4,22
Психопатия	1,97	0,63	1,00	4,22

Мы сравнили полученные значения с данными, предоставленными авторами адаптированной методики [Егорова и др., 2015]. Среднее значение по шкале макиавеллизма ($M = 2,98$) оказалось статистически значимо ниже, чем у выборки автора адаптированной методики ($M = 3,27$), $t = 4,18$, $p < 0,001$. Можно предположить, что данное различие обусловлено характеристиками выборки нашего исследования: средний возраст участников ниже, а подавляющее большинство – студентки факультета психологии. С большой вероятностью, их поведенческие установки прямо противоположны тем, что описываются шкалой макиавеллизма. По шкалам нарциссизма и психопатии статистически значимых различий обнаружено не было.

Отчуждение моральной ответственности

По этому опроснику были получены ответы 75 участников, однако результаты одного испытуемого впоследствии были исключены, так как превышали среднее значение по выборке более чем на три стандартных отклонения.

Среднее значение по шкале моральной отчужденности ($n = 74$) составило 2,43 ($\sigma = 0,69$). Эти

результаты сопоставимы с результатами, ранее полученными С.Мур и коллегами [Moore et al., 2012] на выборке американских студентов ($M = 2,79$, $\sigma = 0,87$) и слушателей международной программы MBA ($M = 2,12$, $\sigma = 0,77$).

Стрессовые и угрожающие события в течение предшествующего года

Среднее количество стрессовых событий в течение предшествующего года в нашей выборке составило 2,04 ($\sigma = 1,89$). При этом четверть участников (25%) не отметили ни одного из 12 утверждений опросника; почти половина опрошенных (49,1%) указали от 1 до 3 стрессовых событий, и, наконец, 23,7% отметили от четырех до семи стрессовых событий.

Сравнение полученных результатов с данными других исследований, задействовавшими опросник LTE, указывает на то, что участники нашего исследования переживали довольно большое количество стрессовых событий в течение последних 12 месяцев. Так, например, в выборке испанских взрослых (средний возраст: 48,49, $\sigma = 15,63$) было обнаружено, что среднее число стрессовых событий за последний год составило 1,24 ($\sigma = 1,30$), а об отсутствии в своей жизни за последний год событий из списка стрессовых событий сообщили 33,6% респондентов [Motrico et al., 2013].

Выраженность психологического дистресса

Выраженность психологического дистресса респондентов исследовалась с помощью опросников «Шкала для скрининга посттравматических симптомов» и «Опросник выраженности психопатологической симптоматики» (короткая форма SCL-6).

Около половины участников нашего исследования (46,1%) не отметили ни одного из четырех симптомов посттравматического стресса. Средний балл по шкале для скрининга ПТСР в нашей выборке составил 1,03 ($\sigma = 1,19$). К сожалению, на нашей выборке коэффициент ретестовой надежности данной шкалы оказался ниже ожидаемого уровня (менее 0,70), поэтому к полученным результатам следует относиться с осторожностью.

Средний балл по шкале выраженности психопатологической симптоматики (SCL-6) в данной выборке равен 1,33 ($\sigma = 0,69$). Для сравнения можно указать данные полученные разработчиками опросника на клинических выборках [Rosen, 2000]: среди наркозависимых пациентов средний балл равен 2,04 ($\sigma = 1,13$), а среди пациентов, страдающих ПТСР, – 2,62 ($\sigma = 0,88$). В той же работе на выборке здоровых респондентов (средний возраст = 42,1, $\sigma = 10,5$) был получен средний балл = 0,56 ($\sigma = 0,72$). Таким образом, в обследованной нами выборке выраженность психологического дистресса выше, чем в выборке здоровых американских респондентов ($t = 9,93$, $p < 0,001$). Это может быть связано с рядом факторов, включающим сравнительно большую экспозицию стрессовым событиям, социально-культурными особенностями и возрастными различиями в сравниваемых выборках.

Уровень субъективного благополучия

Вопросы шкалы удовлетворенности жизнью Э.Динера направлены на оценку социальных аспектов благополучия. Средний балл по опроснику благополучия Э.Динера в данной выборке: 25,5 ($\sigma = 6,24$). Согласно данным самого Э.Динера, результаты, полученные на выборках студентов североамериканских колледжей около 20 лет назад, варьировали от 23 до 25,2 балла (напр., 23,7, $\sigma = 6,4$ [Приводится по: Diener, 2009b]). В его работе также есть данные, полученные около 25 лет назад на выборке студентов МГУ: 18,9 ($\sigma = 4,5$). Таким образом, результаты, полученные по шкале, отражающей социальные аспекты благополучия, достаточно близки к нормативным североамериканским и превышают те, что были получены на сопоставимой российской выборке 25 лет назад.

Средний индекс благополучия по шкале ВОЗ-5 в обследованной выборке был равен 50,68 ($\sigma = 16,18$). Для сравнения приведем данные из сопоставимой по возрасту исландской выборки (20–29 лет). Средний индекс благополучия – 60,40 (95% выборки имели показатели в пределах 58,36–62,44 балла), причем в более старших возрастных группах этот показатель стабильно возрастает, вплоть до значений 67,72 (66,4–69,04 – 95%-ный доверительный интервал) для когорты 70–79 лет. При

достижении рубежа в 80 лет он снижается и становится сопоставимым с показателями группы 30–39 лет (61,76) [Gudmundsdottir et al., 2014]. В первой статье, написанной по результатам работы с этой методикой, ее автор П.Бех, проводивший большинство исследований в Дании, указывает, что в среднем в популяции значение шкалы – около 70 баллов [Bech, 2004]. Таким образом, показатели индекса благополучия по шкале ВОЗ-5, отражающие эмоциональное и физическое благополучие, в нашей выборке в целом ниже, чем у жителей стран Северной Европы.

Взаимосвязь Темной триады с отчуждением моральной ответственности

Анализ диаграмм рассеивания выявил наличие монотонной связи морального отчуждения со шкалой психопатии (но не со шкалами макиавеллизма и нарциссизма). Распределение по шкале психопатии отличается от нормального (тест Шапиро–Уилка, $p < 0,05$), поэтому для определения взаимосвязи использовался ранговый коэффициент корреляции Спирмена. Была обнаружена умеренная положительная взаимосвязь между выраженностью морального отчуждения и шкалой психопатии ($r = 0,46$, $p < 0,001$). Это соответствует данным, полученным С.Мур и коллегами [Moore et al., 2012]. Полученные результаты можно объяснить тем, что вопросы шкалы психопатии и шкалы отчуждения моральной ответственности направлены на выявление близких, хоть и не тождественных конструкторов.

Стресс, «темные» черты и субъективное благополучие

Взаимосвязь «темных» черт и субъективного благополучия оценивалась с использованием корреляционного анализа. В результате были обнаружены умеренные положительные взаимосвязи нарциссизма с индексом благополучия ВОЗ-5 ($r = 0,41$, $p < 0,001$), а также со шкалой удовлетворенности жизнью Э.Динера, $r = 0,39$, $p < 0,001$ (коэффициент корреляции Пирсона). Этот результат можно объяснить тем, что нарциссизм как личностная черта характеризуется, в том числе, ощущением собственной исключительности и тенденцией к самовосхвалению. Люди с высоким уровнем нарциссизма стремятся показать себя в максимально выгодном свете, что могло отразиться и на самооценке благополучия, так как вопросы, по которым оценивается благополучие, включают социально желательные формулировки, например: «На сегодняшний день я преуспел во всем, что важно в жизни», «Я чувствую себя спокойным и раскованным» и т.п. Таким образом, при проведении исследований психологического благополучия следует учитывать, что выраженность нарциссизма может отразиться на результатах самооценки благополучия, независимо от уровня последнего.

Кроме того, нами была обнаружена слабая положительная взаимосвязь между количеством стрессовых событий в течение последнего года и симптомами посттравматического стресса, $r = 0,29$, $p = 0,011$, а также умеренная положительная корреляция стрессовых событий с выраженностью психологического дистресса по SCL-6, $r = 0,37$, $p = 0,001$. Этот результат является вполне ожидаемым и соответствует представлениям о связи между переживанием вызывающих стресс событий и развитием психологических проблем.

Дополнительно было проведено сравнение двух групп испытуемых, выделенных на основе опросника стрессовых событий: тех, кто не отметил ни одного из 12 стрессовых событий ($n = 19$), и тех, кто пережил 1 и более стрессовое событие за последний год ($n = 57$). На уровне статистической тенденции были обнаружены различия между этими двумя группами по показателю благополучия ВОЗ-5: индекс благополучия был ниже у участников, переживших стрессовые события ($Mdn = 48,00$), чем у тех, кто не указал ни одного из 12 событий ($Mdn = 60,00$), $U = 380,00$; $p = 0,052$. Статистически значимых различий по уровню субъективного благополучия по шкале Э.Динера обнаружено не было.

У выполненного нами исследования есть ряд ограничений. Выборка, построенная по принципу удобства (студенты факультета психологии), не позволяет распространить полученные результаты на другие группы респондентов. При расширении выборки и включении в нее респондентов других возрастов и профессий результаты могут оказаться иными. Полученные данные опираются исключительно на самоотчет участников исследования и могут быть подвержены эффекту социальной желательности. Необходимы дальнейшие исследования для прояснения роли «темных» черт в субъективном переживании психологического дистресса или, напротив, психологического благополучия.

Выводы

В этой статье представлены результаты пилотного исследования, в котором рассматривались взаимосвязи между уровнем субъективного благополучия, переживаемым стрессом и выраженностью четырех «темных» черт личности (макиавеллизма, нарциссизма, психопатии, отчуждения моральной ответственности).

Основным результатом нашего исследования стало обнаружение положительной взаимосвязи между нарциссизмом и уровнем субъективного благополучия индивида. Такой результат может свидетельствовать о том, что для нарциссических личностей социально желательной является демонстрация позитивных сторон своей жизни. При этом они могут как сознательно преувеличивать собственное благополучие, так и сами искренне в него верить. Этот эффект необходимо учитывать как в широких скрининговых исследованиях, нацеленных на оценку субъективного благополучия той или иной социальной группы, так и в индивидуальной работе, в контексте психологического консультирования.

Еще одним результатом нашего исследования является выявление взаимосвязи между выраженностью отчуждения моральной ответственности и высокими баллами по шкале психопатии, но не с двумя другими чертами Темной триады. Этот результат подтверждает ранее полученные С.Мур и соавторами [Moore et al., 2012] и указывает на то, что характер связи между этими двумя конструктами сохраняется и для русскоязычных выборок.

Помимо этого, было обнаружено, что участники исследования, переживавшие большее число стрессовых событий в течение предшествующего исследованию года, сообщают о более высоком уровне психологического дистресса. Этот результат подтверждает распространенные в современной психологической науке представления о том, что переживание кумулятивного стресса способствует развитию психологических проблем. Любопытно, что подобной связи между переживанием большего числа стрессогенных событий и субъективным благополучием нами обнаружено не было. Можно предположить, что этот результат подтверждает тезис Э.Динера о том, что субъективное благополучие действительно является не простой инверсией психологического неблагополучия, а самостоятельным конструктом, вступающим в принципиально иные отношения с другими индивидуальными характеристиками, в том числе со стрессовой нагрузкой. Полученные данные не позволили построить целостную модель, описывающую взаимодействие между переживанием стрессового воздействия (стрессовой нагрузкой), психологическим дистрессом, «темными» чертами и субъективным благополучием. Необходимы дальнейшие исследования, с привлечением репрезентативных выборок, для прояснения роли «темных» черт в субъективном переживании психологического дистресса или, напротив, психологического благополучия.

Выражение признательности

Благодарим Марину Сергеевну Егорову за предоставленный перевод методики «Темная триада» и студентку 2-го курса факультета психологии СПбГУ Элину Личутину за помощь в первичной обработке данных.

Финансирование

Работа выполнена при поддержке гранта Санкт-Петербургского государственного университета, проект 8.38.351.2015, «Стресс, здоровье и психологическое благополучие в социальных сетях: кросс-культурное исследование».

Приложение

Тест-ретестовая надежность шкал

Для определения ретестовой надежности использовался ранговый коэффициент корреляции Спирмена, так как распределение значений в некоторых переменных не соответствовало

нормальному (критерий Шапиро–Уилка, $p < 0,05$).

Минимально достаточные коэффициенты ретестовой надежности (более 0,7) были получены для всех переменных, кроме «Шкалы скрининга ПТСР» (см. табл. А).

Для индекса благополучия ВОЗ-5 показатели надежности не вычислялись, так как методика направлена на оценку самочувствия за последние две недели и не предполагает устойчивости во времени.

Таблица А

Результаты проверки ретестовой надежности используемых шкал

Переменная	N	Первичная оценка		Повторная оценка		Показатель надежности	Разница средних	Ст. откл. разницы средних	Ст. ошибка разницы средних
		М	σ	М	σ				
Перечень угрожающих событий	47	1,95	1,82	1,89	1,70	0,82	-0,06	0,87	0,13
Шкала для скрининга ПТСР	47	1,15	1,25	1,21	1,33	0,50	0,06	1,28	0,19
Опросник выраженности психопатологической симптоматики	46	1,48	0,70	1,49	0,92	0,82	0,01	0,53	0,08
Шкала удовлетворенности жизнью Э.Динера	47	4,30	0,96	4,36	1,13	0,78	0,06	0,68	0,10
Отчуждение моральной ответственности	46	20,00	5,66	20,17	5,65	0,80	0,17	3,63	0,54
Макиавеллизм	47	2,96	0,67	2,95	0,69	0,82	-0,11	0,38	0,05
Нарциссизм	47	2,84	0,54	2,84	0,48	0,82	0,01	0,31	0,05
Психопатия	47	1,90	0,55	1,96	0,54	0,75	0,06	0,36	0,05

Примечания. В качестве показателя надежности использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Уровень значимости взаимосвязи между первичным и повторным измерениями для всех переменных: $p < 0,001$.

Литература

Егорова М.С., Ситникова М.А. Темная триада. Психологические исследования, 2014, 7(38), 12. <http://psystudy.ru>

Егорова М.С., Паршикова О.В., Ситникова М.А. Адаптация Короткого опросника Темной триады. Психологические исследования, 2015, 8(43). <http://psystudy.ru>

Bandura A. Selective Moral Disengagement in the Exercise of Moral Agency. Journal of Moral Education, 2002, 31(2), 101–119. <http://doi.org/10.1080/0305724022014322>

Bandura A., Barbaranelli C., Caprara G.V., Pastorelli C. Mechanisms of moral disengagement in the exercise of moral agency. Journal of Personality and Social Psychology, 1996, 71(2), 364.

Bech P. Measuring the dimension of Psychological General Well-Being by the WHO-5 119. Quality of Life Newsletter, 2004, Vol. 32, 15–16.

Brugha T., Bebbington P., Tennant C., Hurry J. The List of Threatening Experiences: a subset of 12 life event categories with considerable long-term contextual threat. Psychological medicine, 1985, 15(1), 189–194.

Cohen S., Janicki-Deverts D., Doyle W.J., Miller G.E., Frank E., Rabin B.S., Turner R.B. Chronic stress,

glucocorticoid receptor resistance, inflammation, and disease risk. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 2012, 109(16), 5995–5999.

Danese A., McEwen B.S. Adverse childhood experiences, allostasis, allostatic load, and age-related disease. *Physiology and behavior*, 2012, 106(1), 29–39.

Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 1984, Vol. 95, 542–575.

Diner E. Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 1999, 276–301.

Diener E. (Ed.), *The Science of Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*, Social Indicators Research Series 37, Dordrecht, Heidelberg, London, New York: Springer Science and Business Media, 2009a, 11–59.

Diener E. (Ed.). *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener*. Social Indicators Research Series 39. Dordrecht, Heidelberg, London, New York: Springer Science and Business Media, 2009b.

Diener E., Diener M., Diener C. Factors predicting the subjective well-being of nations. *J. of Personality and Social Psychology*, 1995, Vol. 69, 851–864.

Diener E., Emmons R.A., Larsen R.J., Griffin S. The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 1985, Vol. 49, 1–5.

Diener E., Inglehard R., Tay L. Theory and Validity of Life Satisfaction Scales. *Social Indicators Research*, 2012, 105(3), 333–341.

Egan V., Chan S., Shorter G.W. The Dark Triad, happiness and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 2014, Vol. 67, 17–22. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.004>

Egan V., Hughes N., Palmer E.J. Moral disengagement, the dark triad, and unethical consumer attitudes. *Personality and Individual Differences*, 2015, Vol. 76, 123–128. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2014.11.054>

Enoch M.-A. The role of early life stress as a predictor for alcohol and drug dependence. *Psychopharmacology*, 2011, 214(1), 17–31. <http://doi.org/10.1007/s00213-010-1916-6>

Gini G. Social cognition and moral cognition in bullying: what's wrong? *Aggressive Behavior*, 2006, 32(6), 528–539. <http://doi.org/10.1002/ab.20153>

Gumundsdóttir H.B., Ólason D., Gumundsdóttir D.G., Sigursson J.F. A psychometric evaluation of the Icelandic version of the WHO 5. *Scandinavian journal of psychology*, 2014, 55(6), 567–572.

Jones D.N., Paulhus D.L. Introducing the Short Dark Triad (SD3): A Brief Measure of Dark Personality Traits. *Assessment*, 2014, 21(1), 28–41.

Leidner B., Castano E., Zaiser E., Giner-Sorolla R. Ingroup Glorification, Moral Disengagement, and Justice in the Context of Collective Violence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2010, 36(8), 1115–1129. <http://doi.org/10.1177/0146167210376391>

Márquez C., Poirier G.L., Cordero M.I., Larsen M.H., Groner A., Marquis J., Magistretti J., Trono D., Sandi C. Peripuberty stress leads to abnormal aggression, altered amygdala and orbitofrontal reactivity and increased prefrontal MAOA gene expression. *Translational Psychiatry*, 2013, 3(1), 216. <http://doi.org/10.1038/tp.2012.144>

Moore C., Detert J.R., Klebe Treviño L., Baker V.L., Mayer D.M. Why employees do bad things: Moral disengagement and unethical organizational behavior. *Personnel Psychology*, 2012, 65(1), 1–48.

Motrico E., Moreno-Küstner B., de Dios Luna J., Torres-González F., King M., Nazareth I., Ángel Bellón J. Psychometric properties of the List of Threatening Experiences–LTE and its association with psychosocial factors and mental disorders according to different scoring methods. *Journal of Affective Disorders*, 2013, 150(3), 931–940. <http://doi.org/10.1016/j.jad.2013.05.017>

Paulhus D.L., Williams K.M. The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy. *Journal of Research in Personality*, 2002, 36(6), 556–563.

Pornari C.D., Wood J. Peer and cyber aggression in secondary school students: the role of moral disengagement, hostile attribution bias, and outcome expectancies. *Aggressive Behavior*, 2010, 36(2), 81–94. <http://doi.org/10.1002/ab.20336>

Prins A., Ouimette P., Kimerling R., Camerond R.P., Hugelshofer D.S., Shaw-Hegwer J., Sheikh J. I. The primary care PTSD screen (PC-PTSD): development and operating characteristics. *Primary Care Psychiatry*, 2004, 9(1), 9–14. <http://doi.org/10.1185/135525703125002360>

Rosen C., Drescher K.D., Moos R.D., Finney J.W., Murphy R.T., Gusman F. Six and ten item indices of psychological distress based on the Symptom Checklist-90. *Assessment*, 2000, 7(2), 103–111.

Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 1995, 69(4), 719.

Seibert L.A., Miller J.D., Few L.R., Zeichner A., Lynam D.R. An Examination of the structure of self-report psychopathy measures and their relations with general traits and externalizing behaviors. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 2011, 2(3), 193–208.

Shonkoff J.P., Garner A.S., Siegel B.S., Dobbins M.I., Earls M.F., McGuinn L., Pascoe J., Wood D.L. The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 2012, 129(1), 232–246.

South C.R., Wood J. Bullying in prisons: the importance of perceived social status, prisonization, and moral disengagement. *Aggressive Behavior*, 2006, 32(5), 490–501. <http://doi.org/10.1002/ab.20149>

Wolff N., Shi J. Childhood and Adult Trauma Experiences of Incarcerated Persons and Their Relationship to Adult Behavioral Health Problems and Treatment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2012, 9(12), 1908–1926. <http://doi.org/10.3390/ijerph9051908>

Поступила в редакцию 3 июня 2015 г. Дата публикации: 26 октября 2015 г.

[Сведения об авторах](#)

Ледовая Янина Александровна. Старший преподаватель, факультет психологии, Санкт-Петербургский государственный университет, Университетская наб., д. 7-9, 199034 Санкт-Петербург, Россия.
E-mail: y.ledovaya@spbu.ru

Боголюбова Ольга Николаевна. Кандидат психологических наук, доцент, факультет психологии, Санкт-Петербургский государственный университет, Университетская наб., д. 7-9, 199034 Санкт-Петербург, Россия.
E-mail: o.bogolyubova@spbu.ru

Тихонов Роман Вадимович. Аспирант, факультет психологии, Санкт-Петербургский государственный университет, Университетская наб., д. 7-9, 199034 Санкт-Петербург, Россия.
E-mail: roman.tikhonov@me.com

[Ссылка для цитирования](#)

Стиль psystudy.ru

Ледовая Я.А., Боголюбова О.Н., Тихонов Р.В. Стресс, благополучие и Темная триада. *Психологические исследования*, 2015, 8(43), 5. <http://psystudy.ru>

Стиль ГОСТ

Ледовая Я.А., Боголюбова О.Н., Тихонов Р.В. Стресс, благополучие и Темная триада // *Психологические исследования*. 2015. Т. 8, № 43. С. 5. 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/2015v8n43/1185-ledovaya43.html>

