

была выше, чем у девушек; причем разница в показателе индекса агрессии по группам в основном из-за физической и вербальной агрессии, но индекс агрессивности не превышает норму ни у одного из испытуемых. По результатам опросника «Легитимизированной агрессии» можно сделать вывод, что юноши более склонны к социально-одобряемым формам агрессии.

Список использованной литературы:

1. Берн, Ш. Гендерная психология / Ш. Берн. – Питер: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 320 с.
2. Бэрн, Р. Агрессия / Р. Бэрн, Д. Ричардсон. – Питер: Мастера психологии, 2001. – 352 с.
3. Майерс, Д.Дж. Социальная психология / Д.Дж. Майерс. – Питер: Мастера психологии, 1997. – 688 с.
4. Хван, А.А. Опыт стандартизации опросника измерения агрессивных и враждебных реакций А. Басса и А. Дарки / А.А. Хван, Ю.А. Зайцев, Ю.А. Кузнецова // Психологическая диагностика. – 2008. – №1. – С. 54–58.

Гайсёнок В.А. (Научный руководитель – Кияшко Д.Ю., канд. психол. наук, старший преподаватель)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ВЗАИМОСВЯЗЬ СУБЪЕКТИВНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ МУЖЧИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

Введение. В последние годы психологи все чаще стали проводить исследования по проблеме субъективного благополучия. Это обусловлено острой для психологической науки и практики потребностью в определении механизмов, которые регулируют внутреннее равновесие личности, с чего оно формируется, какие эмоционально-оценочные отношения лежат в его основе, как оно регулирует поведение, а также как можно помочь личности в решении проблемы благополучия. Чувство удовлетворенности или неудовлетворенности жизнью определяет многие поступки человека, виды его деятельности и поведения: бытового, экономического, политического. Учёные различных областей науки отмечают факты, которые относятся к переживанию благополучия или неблагополучия отдельным индивидом, большей частью обращаясь к его состояниям. На данный момент на передний план все чаще выдвигается необходимость анализа личностных, социокультурных, социально-психологических детерминант благополучия, потому как оно находится в зависимости от взаимодействия и взаимовлияния целого комплекса различных внутренних и внешних факторов.

Изучением субъективного благополучия занимались Р.М. Шаминов, М.В. Соколова, И.А. Джидарьян, Г.Л. Пучкова, Е.Е. Бочарова, Н.К. Бахарева, Э. Дайнер, Р. Эммонс и другие.

Одним из новых направлений развития современной организационной психологии является изучение феномена профессионального благополучия, как интегрального личностного критерия здоровья профессионала. Это обусловлено осознанием значимости изучения феноменов, характеризующих позитивные и ресурсные проявления субъекта деятельности и недостаточной изученностью их природы. Кроме того, интерес к изучению психологического благополучия в про-

фессиональной деятельности обусловлен положительным влиянием уровня благополучия на эффективность деятельности человека.

Существует большое количество отечественных работ в которых феномен профессионального благополучия рассматривается как удовлетворенность работой, которая принимается в качестве основного показателя профессионального благополучия (Бояркин М.Ю., Сокольская М.В., Хвостикова В.А., Зенина С.Р. и другие) или через призму общего психологического благополучия. Различными авторами изучается структура психологического благополучия представителей разных профессий (Д.М. Зиновьева, А.В. Григорьев, Е.В. Бородкина, Ю.В. Бессонова и другие). Так, например, Р.М. Шамионов (2010) демонстрирует структурную особенность субъективного благополучия в разных условиях и на разных стадиях профессиональной социализации. В ряде исследований изучаются взаимосвязи компонентов общего психологического благополучия с условиями профессиональной среды, индивидуальными отличительными чертами специалиста, а кроме того делаются усилия выделить факторы профессиональной среды, детерминирующие развитие тех или иных качеств личности, связанных с общим психологическим благополучием (Н.А. Горбач, Н.В. Панова, С.А. Минюрова, Н.С. Терехина, С.Н. Гаврюченко и другие).

Анализ современных психологических исследований продемонстрировал тот факт, что повысился интерес к изучению психологического благополучия в контексте профессиональной деятельности. По этой причине значимость и важность проблемы субъективного и профессионального благополучия связана с тем, что в настоящее время повышается интерес к улучшению качества профессиональной жизни человека и повышению эффективности труда.

Цель работы – изучение взаимосвязи субъективного и профессионального благополучия личности мужчин в зрелом возрасте.

Психологическое благополучие личности как объект научного исследования получило широкое распространение в западной психологии во второй половине прошлого века. Исследования в этой области начал Н. Брэдбурн в 1962 году, именно он и вводит в психологию термин «психологическое благополучие». Н. Брэдбурн приравнивает психологическое благополучие к субъективному ощущению счастья и общей удовлетворённости жизнью.

В рамках экзистенциального подхода, обращающегося к метафизическим измерениям, М.М. Бахтин определяет психологическое благополучие человека как открытость экзистенциальным проблемам своего существования, способностью к интеграции всех сторон жизни, в том числе и причиняющих боль и страдание, и полноте их проживания [1, с. 84].

Особую значимость в вопросе осмысления феномена психологического благополучия сыграли научные труды Э. Динера. Он вводит понятие «субъективное благополучие» и теоретически раскрывает его. Сущность данного термина близка к толкованию психологического благополучия, предложенного Н. Брэдбурном. По мнению Э. Динера, в структуру субъективного благополучия входит три основных элемента: удовлетворение, приятные и неприятные эмоции. В совокупности эти компоненты формируют единый показатель субъективного благополучия. Автор отмечает, что теория субъективного благополучия – та область психологии, которую интересуется понимание того, как и по каким критериям люди оценивают свою жизнь. Субъективное благополучие не просто служит индикатором того, насколько человек в данный момент погружён в депрессию или тревогу, но также оно должно демонстрировать насколько один человек счастливее другого, тем самым автор уравнивает субъективное благополучие с переживанием счастья [2, с. 25].

Следует отметить, что, несмотря на схожесть трактовок структуры психологического благополучия Н. Брэдбурном и Э. Динером, последний всё же не рассматривает их как прямые аналоги. Он полагает, что субъективное благополучие – лишь компонент психологического благополучия.

Субъективное благополучие – это понятие, которое характеризует не только отношение человека к себе, но и в целом к своей жизни. Субъективное благополучие личности является устойчивым во времени и меняется только под влиянием значимых для человека событий. Оно связано с удовлетворенностью в различных сферах жизни – в учении, общении, социальных отношениях, труде, а также в культурной, экономической, религиозной, политической областях деятельности человека. Кроме того, существует не мало исследований, в которых отмечается значение личностных черт на ощущение субъективного благополучия личности. Учёными было выявлено ряд широких и узких черт характера, которые демонстрируют корреляцию с субъективным благополучием.

Материал и методы. Изучение субъективного благополучия в зрелом возрасте является важной составляющей понимания того, как человек относится к своей жизни. Ведь чувство субъективного благополучия влияет на отношение человека к миру, к окружающим людям и в первую очередь к себе.

Эмпирической базой исследования явился филиал «Учебный центр» РУП «Витебскэнерго». В экспериментальную группу входило 60 человек.

Характеристика выборки:

Основные требования для включения в выборку:

1) общий стаж работы не менее 4 лет, который, на наш взгляд, является необходимым для формирования общего (фоновое) уровня профессионального благополучия.

2) законченное высшее или среднее специальное образование;

3) ограничение по возрасту от 30 до 60.

Для проведения исследования были использованы методики «Шкала субъективного благополучия» М.В. Соколова, опросник «Профессиональная востребованность личности», методика «Профессиональное самоотношение личности» К.В. Карпинского.

Результаты и их обсуждение. С помощью методики «Шкала субъективного благополучия» мы изучили уровень субъективного благополучия у мужчин зрелого возраста. В исследовании приняло участие 60 человек в возрасте от 30 до 57 лет. Анализ данных показал, что у большинства опрошенных умеренное субъективное благополучие (48%), средние оценки свидетельствуют о низкой выраженности качества. Лица с такими оценками характеризуются умеренным субъективным благополучием, серьезные проблемы у них отсутствуют, но и о полном эмоциональном комфорте говорить нельзя. Крайне низкие оценки по шкале свидетельствуют о полном эмоциональном благополучии испытуемого (12%) и отрицании им серьезных психологических проблем. Такой человек, скорее всего, обладает позитивной самооценкой, не склонен высказывать жалобы на различные недомогания, оптимистичен, общителен, уверен в своих способностях, эффективно действует в условиях стресса, не склонен к тревогам. Также, у 25% опрошенных умеренный эмоциональный комфорт. Такие люди не испытывают серьезных эмоциональных проблем, достаточно уверены в себе, активны, успешно взаимодействуют с окружающими, адекватно управляют своим поведением. Субъективное неблагополучие у 15% опрошенных – это говорит о том, что люди склонны к депрессии и тревогам, пессимистичны, замкнуты, зависимы, плохо переносят стрессовые ситуации.

Профессиональное благополучие мы изучали с помощью методики «Профессиональная востребованность личности» (ПВЛ) Е.В. Харитоновой (2009). Анализ данных показал, что у большинства опрошенных средний уровень профессиональной востребованности личности – это свидетельствует о том, что для них характерно положительное отношение к себе как к профессионалу, однако могут возникать сомнения в эффективности своей деятельности, при неудачах могут обесцениваться свои достижения. Высокий уровень профессиональной востребованности личности (28%) свидетельствует о том, что человек реализовал свой профессиональный потенциал. Испытуемые с высоким уровнем не склонны к переживаниям в случае если результаты их работы оказались невостребованными, они не сомневаются в своей профессиональной компетентности и уверены, что в профессиональном плане являются авторитетом для коллег, руководства, близких. 19% опрошенных имеют низкий уровень профессиональной востребованности личности. Испытуемым с *низкими показателями* по данной шкале свойственна неудовлетворенность степенью реализации профессионального потенциала, они не могут отнести себя к определённому профессиональному сообществу, неуверенны в правильности выбора профессии. Они склонны болезненно переживать свою профессиональную невостребованность, в том числе ненужность результатов своей деятельности для других, обесценивая при этом и свою профессиональную деятельность, и ее результаты. Такие испытуемые сомневаются в своей компетентности, в большинстве они ожидают негативного отношения к себе как профессионалу со стороны других людей.

Методика «Профессиональное самоотношение личности» К.В. Карпинского (2010) позволяет оценить общий показатель позитивности профессионального самоотношения определяет выраженность глобального, внутренне недифференцированного чувства личности «за» или «против» себя как субъекта профессиональной деятельности. Анализ данных показал, что у большинства респондентов высокий уровень профессионального самоотношения, что свидетельствует о том, что они положительно относятся к себе как к профессионалу, они довольны качеством своей работы и уровнем своей профессиональной компетенции. Средние значения имеют 25% респондентов, такие значения говорят о том, что человек в целом доволен своим профессиональными навыками, однако либо он не до конца реализовал себя в профессии, либо считает, что ему ещё есть чему учиться. Низкие значения имеют 10% опрошенных, такие значения говорят, что человек не доволен своей профессией, он не может в ней себя реализовать, не пользуется должным авторитетом среди коллег, не устраивает работа, может испытывать дискомфорт на рабочем месте.

Сравнительный анализ данных уровня субъективного благополучия по методике «Шкалы субъективного благополучия» и профессионального благополучия по методике «Профессиональная востребованность личности» представлены в Табл. 1.

Таблица 1. – Сравнительный анализ данных уровня субъективного благополучия и профессиональной востребованности личности

Шкала субъективного благополучия / Профессиональная востребованность личности	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Полное эмоционально благополучие	—	7%	5%
Умеренный эмоциональный комфорт	3%	10%	12%
Умеренное субъективное благополучие	7%	34%	8%
Субъективное неблагополучие	8%	3%	3%

Анализируя таблицу, мы видим, что у испытуемых с полным эмоциональным благополучием результаты по методике «Профессиональная востребованность личности» находятся в пределах верхней границы. У испытуемых с умеренным эмоциональным комфортом, наибольшее количество человек находятся на высоком уровне профессиональной востребованности, однако следует заметить, что в этой категории, в отличие от предыдущей, уже имеются люди с низкими показателями. Испытуемые с умеренным благополучием в большинстве своём имеют средний уровень профессиональной востребованности, однако в данной категории достаточно высокий процент людей имеют высокий уровень профессиональной востребованности и только 7% испытуемых не довольны степенью реализации своего профессионального потенциала. И в последней категории находятся испытуемые с субъективным неблагополучием, наибольший процент людей в данной категории находятся на низком уровне профессиональной востребованности, однако стоит учитывать тот факт, что имеются испытуемые как со средним, так и с высоким уровнем профессиональной востребованности.

Сравнительный анализ данных уровня субъективного благополучия по методике «Шкалы субъективного благополучия» и профессионального благополучия по методике «Профессиональное самоотношение личности» представлены в Табл. 2.

Таблица 2. – Сравнительный анализ данных уровня субъективного благополучия и профессионального самоотношения личности

Шкала субъективного благополучия / Профессиональное самоотношение личности	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения
Полное эмоционально благополучие	1%	3%	7%
Умеренный эмоциональный комфорт	3%	7%	15%
Умеренное субъективное благополучие	9%	33%	7%
Субъективное неблагополучие	7%	7%	1%

Анализируя таблицу, мы видим, что у лиц с полным эмоциональным благополучием в большинстве случаев наблюдается высокий уровень профессионального самоотношения, однако мы видим, что также имеются низкие значения в данной категории. Испытуемые, обладающие умеренным эмоциональным комфортом, в большинстве своём имеют высокий уровень профессиональной востребованности, как мы видим только 3% испытуемых обладают низкими значениями. 33% испытуемых с умеренным эмоциональным комфортом обладают средним уровнем профессионального самоотношения, 9% испытуемых в этой категории не довольны своей работой и только 7% респондентов с умеренным субъективным благополучием обладают высоким уровнем профессионального самоотношения. В категории лиц с субъективным неблагополучием наблюдается одинаковый процент респондентов, находящихся на низком и среднем уровне профессионального самоотношения, только у одного испытуемого в этой категории наблюдаются высокие значения по данной шкале. Это может свидетельствовать о том, что испытуемые с субъективным неблагополучием в большинстве своём не довольны работой, причиной тому может быть не только то, что человек не может себя реализовать, но и общий дискомфорт на рабочем месте, например, сложные отношения с начальством, большой объём нагрузки не оплачиваемый должным образом, неудобный график работы.

Заключение. В результате качественной обработки данных можно сделать вывод, что между уровнем субъективного благополучия и уровнем профессионального благополучия имеется взаимосвязь. По результатам видно, что чем выше уровень профессиональной востребованности и профессионального самоотношения личности, тем выше уровень субъективного благополучия.

Количественная обработка данных проводилась с использованием метода ранговой корреляции Спирмена. Её результаты указывают на то, что в результате повышения или понижения уровня профессионального благополучия происходит соответствующее изменение уровня субъективного благополучия личности у мужчин зрелого возраста.

В заключении можно сказать, что проблема изучения субъективного благополучия не теряет своей актуальности, это обусловлено тем, что наше непростое время повышен интерес к факторам которые способствуют повышению качества жизни, помогают чувствовать себя счастливее, а также могут влиять на субъективное благополучие личности.

Список использованной литературы:

1. Жуковская, Л.В. Шкала психологического благополучия К. Рифф / Л.В. Жуковская, Е.Г. Трошихина // Психологический журнал. – 2011. – №2. – С. 82–93.
2. Позднякова, Е.Н. Понятие феномена «психологическое благополучие» в современной психологии личности / Е.Н. Позднякова // Психологический журнал. – 2007. – № 3 – С. 23–50.

Герасимова Н.В., Белая Ю.В. (Научный руководитель – Косаревская Т.Е.,
канд. психол. наук, доцент)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА: ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Введение. В нашей стране, как и во всем мире, в последнее десятилетие наблюдается значительное увеличение численности пожилых людей. Тенденция к росту численности пожилых людей требует коренного изменения социально-психологической политики в отношении этой, наиболее социально незащищенной категории общества.

Проблемы их социально-психологической защищенности становятся особенно актуальными в современных условиях, когда старые формы и методы социально-психологической поддержки оказались, по существу, непригодными, а новая система социально-психологической защиты, соответствующая требованиям рыночной экономики, еще только создается. Важнейшая задача – поддержание уровня жизни пожилых людей, содействие их адаптации в социуме. В современном мире. Продолжительность жизни человека после выхода на пенсию составляет в среднем 20 лет [1]. В связи с постоянным увеличением количества пожилых граждан, отмечается явная тенденция старения населения. Увеличение численности пожилых людей, требует изучения проблем данной категории населения, особенностей их развития, социально-психологических проблем, биологических потребностей.