

ЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ЖИТТЄВИХ ЦІННОСТЕЙ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Психологічне благополуччя – фундаментальне поняття, яке включає в себе психічне здоров'я, задоволеність життям та рівень задоволення своїх потреб. Психологічне благополуччя – це стан, в якому людина відчуває спокій, він є оптимальним для виконання діяльності.

Юнацький вік характеризується тим, що в цей період формуються життєві цінності, людина починає будувати своє життя, відходячи від батьківської опіки, накопичувати власний досвід, пробувати себе в різних ролях, бачить різні моделі поведінки та приміряє їх на себе, тим самим формуючи свою власну систему цінностей. В юнацькому віці людина обирає прагнення і намагається визначити, що для неї є важливим, якими мають бути її вчинки, щоб вона була задоволена своїм життям. Тому ми вирішили дослідити, які цінності обирає молодь в сучасному світі та чи пов'язані ці цінності з почуттям психологічного благополуччя.

Для дослідження зв'язку психологічного благополуччя та життєвих цінностей ми підібрали такі психодіагностичні методики: “Шкала психологічного благополуччя” К. Ріфф, “Шкала задоволеності життям” Е. Дінера, «Морфологічний тест життєвих цінностей» В. Ф. Сопова, Л. В. Карпушиної та «Смисложиттєві орієнтації» Д. Леонтьєва. Вибірку дослідження склали 31 досліджуваний віком 17-23 років, жіночої та чоловічої статі.

Аналіз групових результатів за методикою “Шкала психологічного благополуччя” К. Ріфф показав, що більшість респондентів має середній рівень психологічного благополуччя, тобто юнаки та дівчата не задоволені повністю своїм

життям. Жоден респондент не отримав високі показники за шкалою «позитивні відносини», у більшості переважають середні показники за шкалою і досить значний відсоток має низькі показники, це свідчить, що респонденти не задоволені відносинами з оточуючими, в них виникають складнощі в побудові довірливих стосунків. Найбільша кількість респондентів мають низькі показники за шкалою управління середовищем, їм складно організувати свою діяльність, може простежуватися відчуття, що від них нічого не залежить, і вони не здатні впливати на оточуючий світ. Велика кількість респондентів має високі та середні показники за шкалою особистісного зростання.

“Шкала задоволеності життям” Е. Дінера підтвердила результати за методикою К. Ріфф: показники задоволеності життям у більшості юнаків та дівчат перебувають на середньому рівні, отже в цілому респондентів влаштовує їх життя, але воно не відповідає ідеалу і вони не вважають, що досягнули всього, що хотіли у житті.

За методикою «Смисложиттєві орієнтації» Д. Леонтьєва встановлено, що у респондентів переважають середні показники по всім шкалам. Найнижчий рівень отримано за шкалою «результат життя», тобто респонденти оцінюють прожитий відрізок життя як непродуктивний. Методика показала, що в цілому юнаки заду-

муються про сенс їх життя, шукають мету та формують цілі життя та прагнуть досягти результатів. Такі показники вказують на характерний для юнацького віку період становлення, вибір життєвого шляху та самовизначення.

За методикою «Морфологічний тест життєвих цінностей» В. Ф. Сопова, Л. В. Карпушиної було визначено домінуючі цінності, які притаманні особам юнацького віку, серед них креативність, розвиток себе, активні соціальні зв'язки, професійне життя.

За допомогою математично-статистичних методів було проведено кореляційний аналіз і встановлено основні зв'язки між ключовими поняттями психологічного благополуччя та життєвими цінностями. Встановлено, що чим вищі показники смисложиттєвих орієнтацій, а саме цілі в житті, результат життя та наповнення життя цікавими, позитивними подіями, тим вище показники задоволеності життям.

Було встановлено, що такий компонент психологічного благополуччя як позитивне відношення (позитивні стосунки) з іншими людьми має обернений зв'язок з цінностями фізичної активності та матеріального становища. Автономія має зв'язок з цінністю креативності, тобто чим більш автономна людина, більш самостійна, цінує незалежність та свободу вибору, тим більше виражена потреба і цінність креативності, пошуку нового, насиченню свого життя творчістю, відстоювання своєї думки і бажання виділитись поміж інших людей.

Також психологічне благополуччя має обернений зв'язок з цінністю власного престижу, що свідчить, про те, що людина почуває себе більш щасливо, коли не залежить від думки інших людей.

На основі отриманих результатів дослідження можна будувати роботу з особами юнацького віку для підвищення у них відчуття задоволеності життям та психологічного благополуччя, коригування цінностей та кращого усвідомлення власної ієрархії цінностей. Отримані дані допоможуть у процесі психологічного консультування, при профорієнтації юнаків та визначенні цілей в житті.

Науковий керівник: Вашека Т. В., канд. психол. наук, доцент