

Катерина Радіонова
студентка 4 курсу
Національний авіаційний університет
Тетяна Вашека
канд. психол. наук, доцент
м.Київ (Україна)

ЗВ'ЯЗОК ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЖИТТЯМ З ЦІННІСНО- СМИСЛОВОЮ СФЕРОЮ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Проблема задоволеності життям сучасної молоді є надзвичайно актуальною, адже постійні зміни політичної влади, соціально-економічна нестабільність, невпевненість в майбутньому висуюють на перший план потреби матеріального характеру та захищеності, породжують тривогу та переживання екзистенційного вакууму. Перед студентською молоддю зараз відкрито багато шляхів, що перш за все обумовлює їх академічну мобільність, можливість вчитися за кордоном, отримувати знання з різних спеціальностей та обирати справу, що приносить як прибуток, так і задоволення. Сучасне покоління студентів налаштоване на задоволення як основних фізіологічних потреб, умов життя, так і на позитивні стосунки з оточуючими, саморозвиток, досягнення успіху [4]. Спостерігається зміна домінуючих цінностей в юнацькому віці, важливими стають цінності кар'єрного зростання, успіху, незалежності, менш значимими – цінності створення сім'ї, народження дітей та кохання. Ціннісні орієнтації молоді спрямовані більше на заробіток грошей, досягнення життєвого успіху, а не на створення гармонійних стосунків, одруження та планування сімейного життя [1].

Отже, під впливом соціально-економічних змін в Україні відбувається переорієнтація сучасної молоді на індивідуальні досягнення поза сім'єю, в основному – високого соціального статусу, забезпечення себе і рідних матеріально, самореалізація в професійній сфері. З огляду на це, актуальним є дослідження зв'язку задоволеності життям з ціннісно-смісловою сферою студентської молоді.

Для проведення дослідження були використані такі психодіагностичні методики: «Шкала психологічного благополуччя»

К.Ріфф, «Шкала задоволеності життям» Е.Дінера, «Морфологічний тест життєвих цінностей» В.Ф. Сопова, Л.В. Карпушиної та тест «Смисложиттєві орієнтації» Д. Леонтьєва. Вибірку дослідження склали 31 досліджувані віком 17-23 років жіночої та чоловічої статі.

«Шкала задоволеності життям» Е.Дінера була адаптована і валідизована Д.А. Леонтьєвим [3]. Вона дозволяє визначити як особистість ставиться до власного життя в цілому, які емоції в неї виникають по відношенню до свого життя, тобто діагностує ступінь суб'єктивної задоволеності життям. Для визначення основних життєвих цінностей респондентів було обрано методика «Морфологічний тест життєвих цінностей» В.Ф. Сопова, Л.В. Карпушиної, що дозволяє діагностувати такі термінальні цінності: розвиток себе, духовне задоволення, креативність, активні соціальні контакти, власний престиж, високе матеріальне становище, досягнення, збереження власної індивідуальності [5]. Методика «Смисложиттєві орієнтації» Д. Леонтьєва допомагає визначити, чи наявна у людини ціль та сенс життя і містить 5 шкал: цілі у житті, процес життя або емоційна насиченість життя, результативність життя, локус контролю Я та локус контролю життя [2].

Для встановлення зв'язків між задоволеністю життям та ціннісно-смісловою сферою студентської молоді було використано кореляційний аналіз, критерій Пірсона.

Проаналізуємо рівень задоволеності життям у студентської молоді за методикою «Шкала задоволеності життям» Е.Дінера (табл. 1).

Таблиця

1 Рівень задоволеності життям у студентів за методикою «Шкала задоволеності життям» Е.Дінера

Рівень вираженості	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Задоволеність життям	26	58	16

Як можна побачити з табл. 1, найбільша кількість респондентів (58%) має середній показник задоволеності життям, з чого можна зробити висновок, що в цілому юнаків та дівчат влаштовує їх життя, але воно не відповідає ідеалу і досліджувані не вважають, що досягнули

всього, що хотіли у житті. Кількість незадоволених своїм життям респондентів (26%) перевищує кількість респондентів, які мають високу задоволеність життям (16%), можливо тому, що особистість стоїть тільки на початку самостійного шляху, входить у доросле життя та ще не має особливих досягнень.

За методикою «Смисложиттєві орієнтації» встановлено, що найменш вираженою є шкала «результат життя», тобто респонденти оцінюють прожитий відрізок життя як непродуктивний. Це характерно для юнацького віку, адже студенти переживають період становлення, вибору професії та самовизначення і мають незначні досягнення на життєвому шляху. За методикою «Морфологічний тест життєвих цінностей» було визначено домінуючі цінності, які притаманні особам юнацького віку: креативність, розвиток себе, активні соціальні зв'язки, професійне життя.

У результаті кореляційного аналізу встановлено значимі зв'язки (табл. 2).

Таблиця

2 Значимі кореляційні зв'язки задоволеності життям та смисложиттєвих орієнтацій студентів

Задоволеність життям	Смисложиттєві орієнтації
Задоволеність життям за «Шкалою задоволеності життям»	Осмисленість життя $r= 0,525, p<0,001$ Цілі в житті $r= 0,404, p<0,01$ Процес життя $r= 0,586, p<0,001$ Результат життя $r= 0,596, p=0$ Локус контролю життя $r= 0,453, p<0,01$

Аналіз отриманих зв'язків показує, що задоволеність життям має прямі кореляційні зв'язки із смисложиттєвими орієнтаціями, це говорить про те, що особистість відчуває себе щасливішою, маючи в житті мету, сенс існування, ціль життя і прагнення її досягнути.

Зв'язок задоволеності життям зі шкалою «цілі в житті» говорить про те, що людина відчуває задоволеність, коли має цілі на майбутнє, живе не тільки сьогоднішнім днем, а бачить перспективу життя та усвідомлює свої кроки для досягнення мети. Встановлено, що чим більше насичене життя у студентської молоді (шкала «процес життя»), емоційно забарвлене, з позитивними та цікавими подіями, тим більше вони отримують задоволення.

Прямий зв'язок між результатом життя та його задоволеністю вказує, що від того, як людина оцінює пройдений шматок життя, своє минуле, залежить чи буде вона задоволена загалом своїм життям і як буде його сприймати.

Також задоволеність життям прямо пов'язана зі шкалою локус-життя, тобто, чим більше людина вірить у те, що вона керівник свого життя, може його змінити і все залежить від неї, тим більше вона відчуває задоволеність. Це можна пояснити тим, що навіть якщо в житті трапляються негативні події, людина, яка вірить, що все в її руках, здатна змінити ситуацію, діяти, і тим самим самостійно творити своє життя, а якщо людина думає, що нездатна на щось вплинути, вона відчуватиме себе в заручниках обставин і замість того, щоб покращити, виправити ситуацію – чекає, сподівається і нічого не змінює, що викликає негативні емоції: роздратування, гнів, неспроможність, розчарування тощо.

Дослідження зв'язку задоволеності життям з ціннісно-сисловою сферою студентської молоді показало, що існує зв'язок рівня задоволеності власним життям та осмисленістю життя, його насиченістю цікавими позитивними подіями та емоціями, а також наявністю цілі в житті. Більш задоволеними виявилися ті студенти, які переконані, що є хазяїнами власного життя й можуть ним керувати. Позитивна оцінка пройденого етапу життя також підвищує рівень задоволеності життям і навпаки. Отже, можемо зробити висновок, що пошук сенсу в житті, позитивна переоцінка минулого та постановка досяжних, реалістичних цілей сприяє підвищенню рівня задоволеності власним життям у студентської молоді.

Література

1. Евграфова Ю. А. Ценности современной молодежи и установки на семью и деторождение // Известия ПГПУ им. В.Г. Белинского. – 2012. № 28. – С. 1213-1216.
2. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). – Москва: Смысл, 2000. – 16 с.
3. Осин Е.Н., Леонтьев, Д.А. (2008). Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия. В сб.: Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН, Российское общество социологов. – С.28- 36.
4. Сальникова И.В. Связь компонентов психологического благополучия и психосоциальных факторов с удовлетворенностью жизнью

студенческой молодежи. // Вестник университета, №6, 2014. – С. 284-287.

5. Сопов В.Ф., Карпушина Л.В. Морфологический тест жизненных ценностей. // Журнал Прикладная психология. – №4, 2001. – С. 9-30.

6. Яремчук С.В. Стратегии достижения счастья в юношеском возрасте / Психологическая культура в современном образовании: сборник научных трудов / Под ред. Е.Н. Ткач. Хабаровск: Издво ФГБОУ ВПО «ДВГГУ», 2013. – С. 421-428.