

УДК 33

Зарубежный опыт исследования субъективного благополучия

Скачкова Людмила Сергеевна

Заведующий кафедрой управления человеческими ресурсами, доцент,
Южный федеральный университет,
344002, Российская Федерация, Ростов-на-Дону, ул. Горького, 88;
e-mail: lskachkova@gmail.com

Серегина Елизавета Александровна

Преподаватель кафедры управления человеческими ресурсами,
Южный федеральный университет,
344002, Российская Федерация, Ростов-на-Дону, ул. Горького, 88;
e-mail: liz.seregina@yandex.ru

Исследование проведено при поддержке Российского фонда фундаментальных исследований, грант 18-010-00952 «Исследование субъективного благополучия россиян на примере научно-педагогических работников: факторы и динамика».

Аннотация

Счастье можно рассматривать как общую оценку жизни как целого, и ряд исследований подтверждает, что счастье способствует здоровью и влияет на продолжительность жизни. Фокус счастья, в свою очередь, зависит от собственной точки зрения человека, поэтому счастье обычно понимается как синоним субъективного благополучия. В данной статье рассматривается зарубежный опыт исследования субъективного благополучия, а также приводятся данные, указывающие на важность личностных факторов и профессиональной направленности в определении субъективного благополучия. В работе показано, что субъективное благополучие является чрезвычайно неоднозначной и сложной областью понимания и изучения. Хотя данные исследований показывают, что личность оказывает сильное влияние на уровень благополучия, как и профессиональная направленность и ряд других факторов. В то же время эмпирические исследования показывают, что счастливый человек, будет счастлив в браке, иметь активную социальную жизнь и хорошую социальную поддержку, чувствовать себя наполненным на работе, религиозным, придерживаться активного образа жизни, регулярно заниматься спортом и чувствовать, что находится в добром здравии.

Для цитирования в научных исследованиях

Скачкова Л.С. Серегина Е.А. Зарубежный опыт исследования субъективного благополучия // Экономика: вчера, сегодня, завтра. 2018. Том 8. № 10А. С. 384-389.

Ключевые слова

Субъективное благополучие, счастье, удовлетворенность жизнью, личность, научно-педагогические работники.

Введение

Субъективное благополучие (subjective well-being) является одним из показателей качества жизни отдельного человека и общества. Обсуждаемое на протяжении тысячелетий философское понимание «хорошей жизни» заключается в том, что хорошая жизнь – это счастливая жизнь, хотя философы считают счастье субъективной категорией и расходятся в его определении. Исходя из этого понимания появились предположения о том, что субъективное благополучие относится к основным способам оценки качества жизни общества наравне с экономическими и социальными показателями [Diener, Suh, 1998]. Изучение субъективного благополучия напрямую связано с оценкой удовлетворенности жизнью как в определенный момент, так и на протяжении долгого времени. Эта оценка преимущественно основывается на эмоциональных реакциях в отношении жизненных событий, а также на настроениях и суждениях об удовлетворенности жизнью, и особенно такими областями, как брак и работа. Субъективное благополучие также можно рассматривать как общую оценку своей жизни. То, как люди думают и оценивают различные области жизни, имеет важное значение для определения благополучия в любом обществе. Многочисленные исследования подтверждают, что субъективное благополучие способствует здоровью человека и влияет на продолжительность жизни. Таким образом, изучение субъективного благополучия является актуальным направлением и имеет фундаментальное значение для поведенческих наук.

Походы к изучению субъективного благополучия

Большое влияние в области изучения субъективного благополучия оказали социологи и исследователи качества жизни, которые пытались определить степень воздействия таких факторов, как семейное положение и уровень дохода на формирование благополучия [Bradburn, 1969, Andrews, Withey 1976, Campbell, 1976]. В психологической науке среди подходов к изучению субъективного благополучия можно выделить теории, опирающиеся на исследование личности счастливых и несчастных людей [Wessman, Ricks, 1966] и социально-когнитивные теории, описывающие влияние различных стандартов на благополучие человека [Brickman, Campbell, 1971, Parnucci, 1995].

Гуманистический подход сформировал в научном сообществе интерес к повышению уровня благополучия людей. Такие факторы, как темперамент [Lykken, Tellegen, 1996], адаптация к жизненным условиям [Lucas, 2002], и стремление к целям [Emmons, 1986] оказывают существенное влияние на уровень субъективного благополучия, который в свою очередь измеряется различными способами. Например, для определения эмоциональной составляющей благополучия широко используемым считается опросники, состоящие из вопросов общей направленности, например, «в целом, насколько вы счастливы?», а также анализ настроений и эмоций с течением времени, опросы семьи и друзей. Когнитивная составляющая оценивается преимущественно с помощью опросов удовлетворенности жизнью, а также с помощью показателей удовлетворенности в различных сферах жизни, таких как брак, работа и досуг [Sandvik, 1993].

Личностные факторы субъективного благополучия

Ранние исследования феномена субъективного благополучия связаны с выявлением внешних условий, которые приводят к удовлетворенности жизнью. Уилсоном [Wilson W., 1967]

были выделены различные социально-демографические факторы, влияющие на благополучие человека. Однако, после десятилетий исследований, ученые пришли к выводам, что влияние внешних факторов опосредовано и является незначительным [Diener, 1999]. Социально-демографические факторы, такие как семейный статус, уровень образования и география проживания, лишь в небольшой степени проявляются в показателях благополучия. Вместо этого исследования указывают на то, что показатель субъективного благополучия довольно стабилен во времени и сильно коррелирует с определенными чертами личности. Таким образом, многие исследователи обратили свое внимание на личностные факторы субъективного благополучия.

Индивидуальные различия как в личности, так и в уровне благополучия человека появляются на ранних этапах жизни, стабильны с течением времени и имеют умеренную или сильную генетическую предрасположенность [Diener, Lucas, 1999]. Эти исследования привели к выводу, что субъективное благополучие определяется некоторыми нашими врожденными способностями [Lykken, Tellegen, 1996]. Другие же теории подчеркивают важность событий и изменений в жизни индивида, определяющих уровень благополучия [Lucas, 2002].

Однако, согласно модели динамического равновесия [The Dynamic Equilibrium Model, Headey, Waring, 1992] человек изначально обладает уровнем благополучия, определяемым его личностью, а события в его жизни могут повлиять на уровень его благополучия, но в конечном итоге индивид адаптируется к пережитым изменениям и вернется к своей биологически определенной «точке отсчета» или уровню адаптации.

Обобщая данные теории, можно утверждать, что люди с некоторыми врожденными способностями, а также уровнем притязаний, определяемыми их личностью, переживают определенные типы событий - например, люди с высоким уровнем притязаний чаще выходят замуж [женятся] или получают работу с высоким статусом, - а эти события, в свою очередь, влияют на средний уровень благополучия.

Субъективное благополучие в профессиональной сфере

Большое количество исследований указывают на то, что люди, у которых есть работа, как правило, счастливее, чем безработные, и, более того, квалифицированные работники кажутся счастливее, чем их неквалифицированные коллеги [Argyle, 2001]. Veenhoven [1999] предположил, что субъективное благополучие связано с профессиональной сферой, которая соответствует определенным навыкам, талантам и предпочтениям, допускает некоторую автономию при принятии решений, обеспечивает разнообразие задач, предполагает карьерный рост, а также возможности для межличностного контакта с коллегами. Данное предположение строится на гипотезе, что профессиональная занятость имеет определенную ценность в обществе, а также обеспечивает финансовую и физическую безопасность. И более того, люди становятся счастливее, когда они занимаются деятельностью, которая не только соответствует их уровню квалификации, но и интересна. С другой стороны, высококвалифицированный труд с большим разнообразием задач и командой общительных и поддерживающих коллег предполагают определенную перегруженность и, соответственно, повышенную тревожность, потому как количество проблем превышает доступное время и возможности. Тем не менее, работа дает больше возможностей для вовлечения ума и общения с другими людьми, чем ее отсутствие, а безработица, в свою очередь, может привести к депрессиям и снижению общей удовлетворенности жизнью [Oswald 1997].

В этом смысле субъективное благополучие можно рассматривать либо как общее удовлетворение собственной жизнью, либо как индивидуальное удовлетворение в конкретной области, например в профессии. Кроме того, субъективное благополучие является ключевой конструкцией позитивной психологии, которая направлена на выявление факторов, способствующих и максимизирующих индивидуальное здоровье. В частности, субъективное благополучие научно-педагогических работников (далее НПП) заслуживает отдельного научного внимания, так как является доказанным влиянием состояния педагога на процесс обучения студентов [Skaalvik и Skaalvik, 2011]. Несколько исследований, проведенных в последние десятилетия, показали высокий уровень эмоционального выгорания и плохого самочувствия педагогов в западноевропейских странах, несмотря на соответствующие различия между системами образования и относительную малочисленность исследований, проведенных в странах за пределами Европейского Союза и Соединенных Штатов Америки [Hong, 2010].

Благополучие НПП, в этом ключе, является заслуженным предметом изучения, также потому, что оно относится к долгосрочным состояниям: несколько исследований подтверждают, что уровень субъективного благополучия работников данной профессии отличается высокой степенью стабильности в течение многих лет [Diener, 1997]. С точки зрения существующих исследований о счастье или субъективном благополучии НПП, большое внимание было уделено или вопросу его связи с выгоранием и стрессом, связанным с работой [Borrelli, 2014; Benevene, Fiorilli, 2015], или о влиянии стресса и выгорания на здоровье педагогов. Напротив, никакие предыдущие исследования не были сосредоточены на посреднической роли, которую выполняет удовлетворенность работой и чувство собственного достоинства в отношениях между благополучием НПП и их здоровьем.

Дополнительные исследования в области благополучия НПП могут углубить понимание той роли, которую играют личностные, социально-демографические и другие факторы, влияющие на счастье и здоровье педагогов. В них также могут содержаться указания о том, как содействовать охране труда НПП более эффективными и действенными способами, тем самым предлагая соответствующую информацию о том, в каких областях необходимо вмешательство, чтобы наилучшим образом содействовать субъективному благополучию и здоровью НПП.

Выводы

Таким образом, субъективное благополучие является чрезвычайно неоднозначной и сложной областью понимания и изучения. Хотя данные исследований показывают, что личность оказывает сильное влияние на уровень благополучия, как и профессиональная направленность и ряд других факторов. В то же время эмпирические исследования показывают, что счастливый человек, будет счастлив в браке, иметь активную социальную жизнь и хорошую социальную поддержку, чувствовать себя наполненным на работе, религиозным, придерживаться активного образа жизни, регулярно заниматься спортом и чувствовать, что находится в добром здравии.

Библиография

1. Andrews F.M., Withey S.B. (1976). *Social Indicators of Well-Being*. New York: Plenum.
2. Argyle M. (2001). *The Psychology of Happiness*. New York: Taylor & Francis.
3. Benevene, P., Fiorilli, C. (2015). *Burnout syndrome at school: a comparison study with lay and consecrated Italian teachers*. *Mediterr. J. Soc. Sci.* 6, 501–506.

4. Borrelli, I., Benevene, P., Fiorilli, C., D'Amelio, F., Pozzi, G. (2014). *Working conditions and mental health in teachers: a preliminary study*. *Occup. Med.* 64, 530–532.
5. Bradburn N.M. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine.
6. Brickman P, Campbell D.T. (1971). *Hedonic relativism and planning the good society*. In *Adaptation-Level Theory*, pp. 287–305. New York: Academic.
7. Campbell A, Converse P.E., Rodgers W.L. (1976). *The Quality of American Life*. New York: Sage Found.
8. Diener E, Lucas R.E. (1999). *Personality and subjective well-being*. See Kahneman et al. 1999, pp. 213–29.
9. Diener E, Suh E.M. (1998). *Subjective well-being and age: an international analysis*. *Annu. Rev. Gerontol. Geriatr.* 17:304–24.
10. Emmons R.A. (1986). *Personal strivings: an approach to personality and subjective well-being*. *J. Personal. Soc. Psychol.* 47: 1105–17.
11. Headey B, Wearing A. (1992). *Understanding Happiness: A Theory of Subjective Well-Being*. Melbourne, Aust.: Longman Cheshire.
12. Hong, J. Y. (2010). *Pre-service and beginning teachers' professional identity and its relation to dropping out of the profession*. *Teach. Teach. Educ.* 26, 1530–1543.
13. Lucas R.E., Clark A, Georgellis Y, Diener E. (2002). *Re-examining adaptation and the setpoint model of happiness: reactions to changes in marital status*. *J. Personal. Soc. Psychol.* In press.
14. Lykken D, Tellegen A. (1996). *Happiness is a stochastic phenomenon*. *Psychol. Sci.* 7:186– 89.
15. Parducci A. (1995). *Happiness, Pleasure and Judgment: The Contextual Theory and Its Applications*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
16. Sandvik E, Diener E, Seidlitz L. (1993). *Subjective well-being: the convergence and stability of self-report and non-self-report measures*. *J. Personal.* 61:317–42.
17. Skaalvik, E. M., and Skaalvik, S. (2011). *Teacher job satisfaction and motivation to leave the teaching profession: relations with school context, feeling of belonging, and emotional exhaustion*. *Teach. Educ.* 27, 1029–1038.
18. Veenhoven R. (1991). *Is happiness relative?* *Soc. Indic.Res.*24:1–34.
19. Wessman A.E., Ricks D.F. (1966). *Mood and Personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
20. Wilson W. (1967). *Correlates of avowed happiness*. *Psychol. Bull.* 67:294–306.

Foreign experience in the research of subjective well-being

Ludmila S. Skachkova

Head of the human resources management department,
Associate Professor,
Southern Federal University,
344002, 88, Gorky st., Rostov-on-Don, Russian Federation;
e-mail: lskachkova@gmail.com

Elizaveta A. Seregina

Lecturer of the human resources management department,
Southern Federal University,
344002, 88, Gorky st., Rostov-on-Don, Russian Federation;
e-mail: liz.seregina@yandex.ru

Abstract

Happiness can be viewed as a general assessment of life, and several studies confirm that happiness contributes to health and affects life expectancy. The focus of happiness, in turn, depends on a person's own point of view; therefore, happiness is usually understood as a synonym for subjective well-being. This article discusses the international experience of the study of subjective well-being, as well as provides data indicating the importance of personal factors and professional

orientation in determining subjective well-being. The paper shows that subjective well-being is an extremely ambiguous and complex area of understanding and learning. Although research data show that personality has a strong influence on the level of well-being, as well as professional orientation and several other factors. At the same time, empirical studies show that a happy person will be happy in marriage, have an active social life and good social support, feel filled with work, religion, adhere to an active lifestyle, play sports regularly and feel in good health.

For citation

Skachkova L.S. Seregina E.A. (2018) Zarubezhnyy opyt issledovaniya subyektivnogo blagopoluchiya [*Foreign experience in the research of subjective well-being*]. *Ekonomika: vchera, segodnya, zavtra* [Economics: Yesterday, Today and Tomorrow], 8 (10A), pp. 384-389.

Keywords

Subjective well-being, happiness, life satisfaction, personality, scientific and pedagogical workers.

References

1. Andrews F.M., Withey S.B. (1976). *Social Indicators of Well-Being*. New York: Plenum.
2. Argyle M. (2001). *The Psychology of Happiness*. New York: Taylor & Francis.
3. Benevene, P., Fiorilli, C. (2015). *Burnout syndrome at school: a comparison study with lay and consecrated Italian teachers*. *Mediterr. J. Soc. Sci.* 6, 501–506.
4. Borrelli, I., Benevene, P., Fiorilli, C., D'Amelio, F., Pozzi, G. (2014). *Working conditions and mental health in teachers: a preliminary study*. *Occup. Med.* 64, 530–532.
5. Bradburn N.M. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine.
6. Brickman P, Campbell D.T. (1971). *Hedonic relativism and planning the good society*. In *Adaptation-Level Theory*, pp. 287–305. New York: Academic.
7. Campbell A, Converse P.E., Rodgers W.L. (1976). *The Quality of American Life*. New York: Sage Found.
8. Diener E, Lucas R.E. (1999). *Personality and subjective well-being*. See Kahneman et al. 1999, pp. 213–29.
9. Diener E, Suh E.M. (1998). *Subjective well-being and age: an international analysis*. *Annu. Rev. Gerontol. Geriatr.* 17:304–24.
10. Emmons R.A. (1986). *Personal strivings: an approach to personality and subjective well-being*. *J. Personal. Soc. Psychol.* 47: 1105–17.
11. Headley B, Wearing A. (1992). *Understanding Happiness: A Theory of Subjective Well-Being*. Melbourne, Aust.: Longman Cheshire.
12. Hong, J. Y. (2010). *Pre-service and beginning teachers' professional identity and its relation to dropping out of the profession*. *Teach. Educ.* 26, 1530–1543.
13. Lucas R.E., Clark A, Georgellis Y, Diener E. (2002). *Re-examining adaptation and the setpoint model of happiness: reactions to changes in marital status*. *J. Personal. Soc. Psychol.* In press.
14. Lykken D, Tellegen A. (1996). *Happiness is a stochastic phenomenon*. *Psychol. Sci.* 7:186– 89.
15. Parducci A. (1995). *Happiness, Pleasure and Judgment: The Contextual Theory and Its Applications*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
16. Sandvik E, Diener E, Seidlitz L. (1993). *Subjective well-being: the convergence and stability of self-report and non-self-report measures*. *J. Personal.* 61:317–42.
17. Skaalvik, E. M., and Skaalvik, S. (2011). *Teacher job satisfaction and motivation to leave the teaching profession: relations with school context, feeling of belonging, and emotional exhaustion*. *Teach. Educ.* 27, 1029–1038.
18. Veenhoven R. (1991). *Is happiness relative?* *Soc. Indic.Res.*24:1–34.
19. Wessman A.E., Ricks D.F. (1966). *Mood and Personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
20. Wilson W. (1967). *Correlates of avowed happiness*. *Psychol. Bull.* 67:294–306.