МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(национальный исследовательский университет)
Институт социально-гуманитарных наук
Факультет «Психология»
Кафедра «Психология развития и возрастное консультирование»

РАБОТА ПРОВЕРЕНА
Рецензент ФГБОУ ВО «ЧелГУ»
Кафедра «Психологии»
_____к.пс.н., доцент Ю.В. Всемирнова
_____2018г.

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ
Заведующий кафедрой
д-р психол.н., профессор
_____ Е.Л.Солдатова
_____2018г.

СВЯЗЬ СТИЛЯ АТРИБУЦИИ И СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЛЯ С ЖИЗНЕННЫМБЛАГОПОЛУЧИЕМ ЧЕЛОВЕКА

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
К ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ
ЮУрГУ – 37.04.01.2018.101.ПЗ ВКР

Руководитель работы
к.пс.н., доцент
_____Н.В. Батурина
_____ 2018г.

Автор работы
студент группы СГ-326
_____А.В. Антонова
_____2018г.

Нормоконтролер
зав.уч.лабораторией
_____ А.А. Колмогорцева
_____ 2018г.

Челябинск 2018

АННОТАЦИЯ

Взаимосвязь стиля атрибуции, субъективного контроля и жизненного благополучия человека Челябинск: ЮУрГУ, - 76 с., 1 табл., 18 рис., библиогр. список – 78 наим., 0 прил.

Выпускная квалификационная работа посвящена исследованию связи стиля атрибуции, субъективного контроля и жизненного благополучия человека.

Актуальность темы обусловлена тем, что современное общество характеризуется динамичностью и масштабностью перемен, происходящих во всех сферах его жизни. Несмотря на интенсивность изменений в обществе по-прежнему остаются люди, ощущающие себя неблагополучными. В связи с этим одной из задач современных научно-психологических исследований становится установление взаимосвязи между личностными характеристиками и жизненным благополучием человека.

В результате проведенного исследования было установлено, что такие личностные характеристики как:стиль атрибуции, стиль субъективного контроля, ведущие мотивы личности оказывают существенное влияние на жизненное благополучие человека.

Практическая значимость работы состоит в том, что данные эмпирического исследования и их анализ могут быть полезны при написании тренингов личностного роста и разработке программы социально-психологической коррекции. Также разработан ряд практических рекомендаций по развитию и формированию жизненной благополучности человека.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ..... …….5

ГЛАВА 1 ОБЗОР ИССЛЕДОВАНИЯ ФАКТОРОВ ВЛИЯЮЩИХ НА ЖИЗНЕНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ..... …10

1.1Анализ исследования проблемы жизненного благополучия в отечественной и зарубежной психологии……10

1.2Представление об атрибуции как одного из факторов жизненного благополучия……..15

1.3Отечественные и зарубежные исследования субъективного контроля, как одного из факторов жизненного благополучия 17

ГЛАВА2.ОРГАНИЗАЦИЯ, МЕТОДЫ И МЕТОДИКИИССЛЕДОВАНИЯ .....……30

2.1Программа исследования 30

2.2Организация исследования 31

2.3Методы и методики эмпирического исследования 31

ГЛАВА 3. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ СТИЛЯ АТРИБУЦИИ, СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЯ И ЖИЗНЕННОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА..... ….38

3.1 Анализ результатов диагностики уровня благополучия..... 38

3.2 Анализ результатов диагностики мотивации достижения 40

3.3 Анализ результатов диагностики уровня субъективного контроля 42

3.4 Анализ результатов диагностики атрибутивного стиля 44

3.5 Анализ результатов диагностики субъективной жизненной успешности... 46

3.6 Анализ результатов диагностики степени переживания успешности 48

3.7Сравнительный анализ показателей групп лиц с высоким и низким уровнем благополучия……...49

3.8Анализ взаимосвязей личностных характеристик и жизненного благополучия ……..57

3.9 Рекомендации по результатам эмпирического исследования 58
ВЫВОДЫ 61
ЗАКЛЮЧЕНИЕ 62
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК 64

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Современное общество характеризуется динамичностью и масштабностью перемен, происходящих во всех сферах его жизни. Не смотря на, колоссальный научно-технический прорыв, совершенный современной цивилизацией, вопрос достижения и сохранения жизненного благополучия остается по прежнему актуальным. В современном обществе принято оценивать уровень жизненного благополучия человека по его «успешности». Зачастую социальным мерилом жизненного благополучия становится статус человека в обществе и уровень его жизни. Именно в период существенных изменений в области экономики и общественной жизни достаточно сложно оставаться успешным. Ведь от неудач не застрахован никто, особенно в периоды коренных изменений. Достаточно часто переживание неудачи становится настолько сильным, что вызывает апатию и депрессию. А эмоции, захлестнувшие человека в данный период, лишают его возможности адекватно оценивать ситуацию. Пережитые эмоции могут негативно сказаться на дальнейшем поведении и мотивации человека в целом. Все это говорит о том, что успех и неудача являются такими психологическими факторами нашей жизни, которые необходимо тщательно изучать; знания о психологии успеха и неудачи крайне необходимы врачам, педагогам и особенно практическим психологам. Задачей современной социальной психологии и социологии становится определение факторов, оказывающих влияние на жизненное благополучие человека в целом.

В отечественной психологии изучением феномена жизненного благополучия занимаются такие исследователи как: Н.А. Батурин, С.П. Берносов, Л.В. Бородина, О.В. Дашкевич и др. Первооткрывателями понятия атрибуции (attribution – приписывание) явились Г.Келли, Ф. Хайдегер и Ли Росс. Также существенный вклад в изучение атрибутирования был внесен М. Селигманом и его коллегами. На сегодняшний день в психологическом сообществе принято считать атрибуцию когнитивным процессом объяснения поведения сторонних

людей и собственных действий. В основном она выражается посредством объяснения поступков других людей через собственные суждения. Дальнейшее изучение данного психологического феномена привело к выводу о том, что основания атрибутивного поведения локализуются в самой личности или в мире. Это называется «локусом контроля». Наиболее известным исследователем «локуса контроля» является Дж. Роттер. Сам Роттер в своих работах ссылается на труды известных социологов Веблена, Мертона, Вебера, Дюркгейма. Близкой по своему содержанию к понятию «локус контроля» является теория мотивации достижения Макклелланда и Аткинсона. В данной теории предполагается, что люди, имеющие высокие потребности в достижении, вероятно больше верят в свои силы и способность достичь своих целей.

На сегодняшний день одним из актуальных вопросов социальной психологии является определение, личностных характеристик, оказывающих влияние на жизненное благополучие.

Объект исследования: жизненное благополучие.

Предмет исследования: связь личностных характеристик (стиль атрибуции, стиль субъективного контроля, ведущие мотивы личности) и жизненного благополучия.

Цель исследования: выявление связи между стилем атрибуции, субъективным контролем и жизненным благополучием человека.

Цель исследования конкретизирована в следующих задачах*:*

1.Проанализировать основные понятия, использующиеся в отечественной и зарубежной психологии для описания феномена жизненного благополучия человека.

2.Провести анализ исследований стилей атрибуции и субъективного контроля, как факторов жизненного благополучия.

3.Подобрать комплекс психодиагностических методик, позволяющих выявить связь личностных характеристик и жизненного благополучия.

4. Выполнить эмпирическое исследование, направленное на выявление связеймежду выделенными для анализа личностными характеристиками и жизненным благополучием, а также провести корреляционный анализ полученных эмпирических данных.

5. Провести обобщающий анализ полученных эмпирических данных о взаимосвязи между выделенными для анализа личностными характеристиками и жизненным благополучием.

Теоретико-методологическим основанием исследования являются работы Г.Келли, Ф. Хайдегера и Ли Росса, посвященные атрибуции, исследования К.Рифф и П.П. Фесенко и Н.А. Батурина в области психологического и жизненного благополучия. А также концепция локуса контроля Дж. Роттера и теория мотивации достижения Макклелланда и Аткинсона.

Методы исследования:

1. Теоретический обзор литературы по проблеме исследования;
2. Эмпирические методы – тестирование с помощью следующих методик:

Опросник мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминовым. Предназначен для диагностики уровня выраженности двух устойчивых мотивов личности (надежды на успех и избегания неудач). Разработаны мужская и женская формы.

Опросник субъективного контроля(УСК). В исследовании использовалась модификация опросника Дж. Роттера. Диагностический инструментарий позволяет эффективно определить направленность локуса контроля обследуемых, тем самым выразив степень их ответственности за происходящее в их жизни.

Шкала благополучия CPI. Калифорнийский психологический опросник (CaliforniaPsychologicalInventory) представляет собой многомерный личностный опросник, созданный на основе MMPI, но в меньшей степени ориентированный на клинические и в большей – на социально-психологические аспекты личности. Переведён, адаптирован и стандартизирован на русском языке опросник к.п.н. Тарабриной Н.В. (Институт психологии РАН) и Графининой Н.А. (Центр

психологии и психотерапии). Методика позволяет эффективно определить индивидуальные особенности личностных характеристик с точки зрения социального поведения, то есть особенностей, необходимых любому человеку для успешной жизни в обществе.

Опросник атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ). Существенный вклад в разработку диагностического инструмента внесли Мартин Селигман, Кристофер Петерсон и Лин Абрамсон. Опросник позволяет диагностировать стиль атрибутивного поведения у взрослых.

Опросник «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness).

В 1999 г. С. Любомирской (S. Lyubomirsky) был опубликован опросник «Мера субъективного счастья», позволяющий оперативно провести самооценку полноты индивидуального счастья. Методика содержит 4 шкалы, которые измеряют, насколько испытуемый: 1) считает себя счастливым в целом; 2) счастлив по сравнению со сверстниками; 3) счастлив по сравнению с другими людьми; 4) не слишком счастлив по сравнению с другими людьми.

«Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динераисоавторов (Thesatisfactionwiththelifescale)

В 1984 г. Э. Динер, Р. Эммонс и С. Гриффин (DienerE., EmmonsR., LarsenR., GriffinS.) опубликовали опросник «Шкала удовлетворенности жизнью». Опросник содержит одну шкалу из 5 пунктов, с которыми испытуемый выражает степень своего согласия и несогласия по 7-разрядной шкале Лайкерта. Методика позволяет оценить удовлетворенность жизнью испытуемых.

3. Методы математико-статистической обработки данных: U-критерий Манна — Уитни, данный статистический критерий, используется для оценки различий между двумя выборками, по уровню каких-либо признаков, измеренных количественно. Позволяет выявлять различия в значении параметра между малыми выборками. Также использовался метод корреляционного анализа (коэффициенты корреляции Пирсона) с помощью которого устанавливалось

наличие статистически значимой взаимосвязи между стилем атрибуции, субъективным контролем и жизненным благополучием человека. Обработка результатов производилась в программе SPSS Statistics16.0.2.

Гипотеза исследования. Такие личностные характеристики как:стиль атрибуции, стиль субъективного контроля, ведущие мотивы личности оказывают существенное влияние на жизненное благополучие человека.

Практическая значимость исследования. Полученные данные могут быть использованы при разработке социально-психологических тренингов по преодолению синдрома выученной беспомощности.

Научная новизна исследования определяется комплексным подходом не только к теоретическим аспектам изучаемого психологического феномена, но и системностью разработки рекомендаций по проведению профилактики и коррекции синдрома выученной беспомощности.

ГЛАВА 1ОБЗОР ИССЛЕДОВАНИЯ ФАКТОРОВ ВЛИЯЮЩИХ НА ЖИЗНЕНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

1.1 Анализ исследования проблемы жизненного благополучия в отечественной и зарубежной психологии

В середине прошлого века феномен психологического благополучия человека получил довольно высокую популярность как объект научно-психологического исследования. Актуальность изучения данной темы остается неоспоримой и по сей день. Более того интерес к изучению феномена благополучия усилился, что связывается с появлением позитивной психологии как направления современной психологической науки. Концептуальным отличием позитивной психологии является особенность направления фокуса внимания научных исследований на определение потенциала личности, поиск ресурсов и способов оптимизации позитивного ее функционирования [5,14,59]. Одними из ключевых идей позитивной психологии как научно психологического подхода является убеждение в том, что для оценки человеком себя как благополучного и счастливого совсем недостаточно освободить его от проблем и неприятностей. В связи с этим отдельным предметом изучения должны стать причины и способы определения человеком себя как счастливого и благополучного, поиск ресурсов[5, 16].

Анализ литературных источников по тематике исследования позволил дифференцировать, что как в зарубежной, так и в отечественной психологической науке используется термин «благополучие» в широком смысле слова. В ряде исследований происходит отождествление значений термина «благополучие» и «жизненная состоятельность», «благосостояние», «удовлетворенность жизнью», «счастье» и др. Конкретизация вектора исследуемой тематики происходит путем введения производного словосочетания с использованием слова благополучие. Так появляются формулировки «субъективное благополучие», «социальное благополучие», «жизненное благополучие» и т.д. Наиболее распространенными предметами современных научно-психологических исследований, проводимых в

рамках позитивной психологии, являются: «субъективное благополучие», «психологическое благополучие», «социальное благополучие», «материальное или физическое благополучие», «экономическое благополучие», «профессиональное благополучие» и «благополучие человека».

Итак, благополучие человека– «это положительная аффективность, сочетающаяся с деятельностью» (М. Селигман); «это фактор саморегуляции личности» (Г.Л. Пучкова); «это результат деятельности по саморегуляции психических состояний» (М.Ю. Бояркин и др.); это восприятие жизни (Ю.В. Бессонова).

Разнообразие выделенных категорий, к которым, как частный элемент, относится благополучие человека, не позволяет выделить хоть что-то общее. Поэтому, скорее всего, благополучие как таковое не является самостоятельным термином, а существуют более частные термины, производные от него, обозначающие виды благополучия.

Психологическое благополучие – это «позитивное функционирование личности (К. Рифф); «хорошее функционирование» (Э. Диси и др.); «системное качество человека, основанное на психосоматическом, психическом и психологическом здоровье» (П.П. Фесенко); «переживание удовлетворенности собственной жизнью» (С.А. Минюрова и др.); «интегральная характеристика, включающая психическое и социальное здоровье» (Р.В. Овчарова).

Психологическое благополучие в большинстве рассматриваемых случаев понимается как производный феномен хорошего функционирования личности,связанного с физическим и психическим здоровьем.

Субъективное благополучие – это «баланс негативного и позитивного аффектов» (Н. Брэдберн и др.); «интегральное социально-психологическое образование, включающее оценку и отношение человека к жизни и себе» (Е.Ф. Ященко); «субъективное отношение личности» (Р.М. Шамионов); «обобщенное и относительно устойчивое переживание» (Л.В. Куликов); «синтетический показатель, объединяющий удовлетворенность жизнью и ощущение счастья»

(Г.А. Монусова); «личностные усилия и активная позиция» (А.А. Лебедева); «интегральное социально-психологическое образование» (Е.Е. Бочарова).

Наиболее общая категория субъективного благополучия – это субъективное отношение к себе и миру в виде эмоционального переживания, удовлетворенности жизни, баланса позитивного и негативного аффекта.

Кроме определений терминов, взятых в исследованиях, посвященных изучению таких популярных феноменов как психологическое и субъективное благополучие и благополучие человека, существует еще целая группа феноменов, исследуемых в значительно меньшей степени и поэтому обозначаемых специфическими терминами, но которые важны для выработки стереометрических представлений обо всей совокупности благополучий человека. Речь идет о таких терминах и их определениях, как материальное и финансовое благополучие, межличностное и социальное благополучие, удовлетворенность жизнью, счастье и личностное благополучие.

Термин материальное и финансовое благополучие объединяет в себя два аспекта благополучия – объективное и субъективное. Объективное материальное и экономическое благополучие – это реальная величина доходов (зарплата, дивиденды, пенсия и т.д.). Эти термины служат для обозначения объективной оценки этих благ, которая производится путем сравнения объективных благ с представлением о том, какой должна быть величина этих благ.

Термин межличностное и социальное благополучие обозначают степень удовлетворенности человека качеством своих межличностных отношений, а также степенью удовлетворения своим социальным статусом и социальными ролями.

Долгое время в качестве базового понятия жизненной удовлетворенности выступало понятие счастье. Однако в последние годы эмпирические исследования счастья показали его односторонность и непригодность использования как обобщенного и интегрального. Во-первых, оказалось, что счастье – это фактически полностью эмоциональное по своей природе явление [10]. Во-вторых,

счастливого человека определяют, как благополучного в семье и личной жизни, а не во всем спектре сфер, где проявляется благополучие человека [36]. В-третьих, выявлена странная асимметричность понятия «счастья» и «несчастья» – они почти полностью не зависимы друг от друга [12]. В связи с этим термин счастье фактически перестал играть роль интегральной и обобщающей категории.

Проведенный анализ терминов показал, что их арсенал достаточно ограничен. Необходимо введение в обиход психологических исследований новых терминов, обозначающих новые конструкты.

Прежде всего, необходимо введение термина для обозначения более обобщенного феномена в сравнении с субъективным и психологическим благополучием. На наш взгляд, это может быть «личностное благополучие».Данный термин встречается в некоторых исследованиях, но только как синоним в назывном порядке. В тоже время, новый термин мог бы закрепить в исследовании проблемы благополучия новую реальность, прежде не рассматриваемую исследователями. Он будет служить для обозначения процесса и результата функционирования всей совокупности внутриличностных источников или факторов, способствующих в конечном итоге формированию и проявлению субъективного благополучия.

Таким образом, различные виды блага и различные пути их получения, многообразие производных терминов, которые разные авторы подводят под различные категории, приводят к пониманию, что слово и термин благополучие служат для обозначения сложного феномена, представить который можно лишь в виде многофакторного и многоуровневого конструкта. Таким образом, обосновано предложение о введении обобщающего термина «личностное благополучие».

В 1969 году вышла работа Н. Брэдберна «Структура психологического благополучия», в которой автор вводит данное понятие (психологическое благополучие), разграничивая его с термином «психическое здоровье». По мнению Н. Брэдберна, психологическое благополучие тождественно

субъективному ощущению счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью. Согласно предложенной Н. Брэдберном модели, психологическое благополучие представляет баланс, который достигается постоянным взаимодействием позитивного и негативного аффекта. Сумма того или иного аффекта накапливается за счет событий повседневной жизни, несущих в себе либо радость и удовольствие, либо огорчения и отрицательные переживания. Разница между позитивным и негативным аффектами является показателем психологического благополучия и отражает общее ощущение удовлетворенности или не удовлетворенности жизнью [12].

Важный вывод, который был сделан Н. Брэдберном, заключается в отсутствии взаимосвязи между позитивным и негативным аффектом. Другими словами, имея данные об уровне одном аффекта, нельзя сделать вывод о том, каков уровень другого: он может быть выше, ниже или равен ему [13]. Данное положение в дальнейшем поддерживалось и другими представителями гедонистического подхода, хотя оно и подвергалось критике. «В частности, вопрос о структуре положительных и отрицательных эмоций до сих пор остается дискуссионным», – пишет С.А. Водяха, ссылаясь в своей статье на мнение Л. Фелдман – Баррет и Дж. Рассела о том, что положительные и отрицательные эмоции являются двумя противоположными полюсами конструкта с континуальным пространством [26].

Важный вклад, внесший в понимание проблемы феномена благополучия, внес Э. Динер, который ввел в научный обиход понятие «субъективное благополучие». Субъективное благополучие включает два компонента оценки – эмоциональную и когнитивную. Данные оценки подразумевают баланс негативного и позитивного аффектов, а также когнитивную по своей природе удовлетворенность различными сферами своей жизни. Другими словами, большинство людей, так или иначе, оценивают то, что с ними случается в терминах «хорошо – плохо», и такая когнитивная оценка всегда имеет под собой соответственно окрашенную эмоцию. Кроме того, оценка субъективного благополучия сама по себе является индикатором того, насколько один человек счастливее другого [28, 29].

Таким образом, по мнению Э. Динера, можно утверждать, что человек имеет высокий уровень субъективного благополучия, если он в большинстве случаев испытывает удовлетворение от жизни, и только в отдельных ситуациях он переживает неприятные чувства.

1.2 Представление об атрибуции как одного из факторов жизненного благополучия

Атрибуция – это процесс приписывания человеком причин своему и чужому поведению и результатам действий. Обыденным явлением, характеризующим особенность человеческого восприятия, является размышления о том какие причины побудили кого-либо к действию и каковы результаты. Являясь частью окружающего мира, мы постоянно наблюдаем за действиями окружающих нас людей, фиксируем их. Зачастую мы не просто наблюдатели, а и непосредственные участники действий, для каждого из нас важно понимать, чего хотят, о чем думают и почему именно так поступают другие люди. Научным обоснованием как происходят размышления людей на подобные темы являются теории атрибуции. Основная функция теорий обосновать и объяснить, как люди отвечают на вопрос: «Как, для чего и почему кто-то сделал что-то по отношению к другому?». При изучении атрибуции как психологического феномена важно учесть три ее особенности:

1. процесс атрибутирования непрерывен, мы постоянно объясняем-приписываем все, что происходит во круг нас и с нами. Данное описание будет являться представлением об атрибуции в широком смысле.

2. процесс атрибутирования направленный на установление причин того или иного действия или поведения, отвечающий на вопрос «Зачем?» называется – каузальная атрибуция.

3. процесс атрибутирования направленный на установления условий достигнутых результатов («Почему?»), называется – каузальная атрибуция достижений.

Для исследования атрибуции наиболее часто изучаемыми объектами становятся успех и неудача. Частота исследований именно этих объектов может быть объяснена сравнительной прозрачностью процесса поиска причин. При этом следует отметить что исследования каузальной атрибуции основываются на предположении, что основная масса людей перенесет свои особенности атрибутивного поведения из экспериментальных условий в естественные. Справедливо заметить, что в естественных условиях люди скорее будут заниматься поиском причин при неудаче, нежели при успехе. Неудача уже есть побуждение к поиску и решению задач по ее преодолению. Склонность приписывать причины и асимметрия (индивидуальные предпочтения) в выборе причин являются индивидуальными. Выделение новых параметров причин одна из наиболее сложных задач в процессе изучения атрибуции. Один из параметров был предложен Дж. Роттером и сформулирован как локус контроля. Роттер объяснял его значение следующим образом: индивидуальная склонность локализовать контроль над действиями и ситуациями в своей жизни во вне или в себе. Так называемой интернальности и экстернальности. Подобное деление вызвало достаточно большое количество споров в связи с условностью деления. Например, не всегда возможно контролировать способности человека или оказать воздействие на других лиц, от которых зависит решение ситуации. Ф. Хайдер выделил следующий параметр атрибуции: стабильность (способности) – вариативность (намерение и старание).

Разработал четырехмерную систему причин Б. Вайнер, объединив оба параметра – локализацию и стабильность – в четырехмерную схему причин.

По мере исследования атрибуции как психологического феномена был введен и ряд других параметров. Предложил дифференцировать процесс атрибуции по параметру интенции и управляемости Р. Розенбаум. Неизменным вместе со старанием и способностям является отношение к выполняемой деятельности С одной стороны, стабильным наряду со способностями является ещё и отношение к выполняемой деятельности вообще, но в отличии от способностей они мало

управляемы. С другой стороны, изменчиво не только старание, но и функциональное состояние (настроение, усталость), однако только старание подконтрольно. Л. Абрамсон и М. Селигман предложили учитывать ещё один параметр: "глобальность (обобщенность) – специфичность", который позволяет объяснить перенос эффектов атрибуции результатов одной деятельности на деятельность другого рода. Например, неудача в школе может оказывать влияние на объяснение причин поведения и результативность деятельности в спорте, играх и даже на атрибуцию активности, не связанной с достижением.

1.3 Отечественные и зарубежные исследования субъективного контроля, как одного из факторов жизненного благополучия

История изучения локуса контроля уходит своими корнями глубоко в древность. Так или иначе отечественные и зарубежные психологи и философы касались тематики локуса контроля при изучении вопросов о способностях человека управлять своими собственными делами. В историческом плане изучение подобных аспектов имеет несколько экзистенциальный характер и связано с понятиями судьба и свобода воли.

Широкую известность преобрела концепция локуса контроля Дж. Роттера. При составлении своей концепции Роттер ссылается на ряд специалистов, стимулировавших его к этому: Веблена, Мертона, Вебера, Дюркгейма.

По мнению Вебелена плодом варварского отношения к жизни является вера в судьбу и счастливый случай.

Мертон же подходил к изучению вопроса сугубо психологическим. По его мнению, вера в судьбу является защитным механизмом личности, позволяющим ей сохранить самоуважение претерпевая жизненные неудачи. Специалист по проблемам отчуждения социолог Симен, проводит экспериментальное исследования с Роттером. Несмотря на близость взглядов в вопросе локализации контроля Симен не смог выйти за рамки индивидуального сознания. Согласно его концепции, отчуждение описывает индивидуальное или групповое самосознание.

Рисмен предложил схожую по содержанию концепцию с Дж. Роттером. Он выделил типы «направляемые изнутри» и «направляемые другими» отражают в своем названии локализацию контроля как особенность каждого типа. Несмотря на это существует целый ряд различий между концепцией Роттера и доктриной Рисмена. Римен утверждал, что поведение людей «направляемых изнутри», регулируется внутренними интернализоваными целями и ценностями, а людей, «направляемых другими», – ценностями, внешними по отношению к ним. Роттер же напротив интересовался локализацией ожиданий, уверенностью в своих силах или силах других. Основным отличием приведенных выше теорий является то, что Рисмен говорит о механизмах социального контроля, Роттер – о механизмах индивидуального контроля. В рамках концепции Роттера откуда были привнесены цели и ценности не имеет значения [9].

Психологическим аналогом является концепция Уайта, концентрирующая внимание на способности человека оказывать влияние на свое социальное окружение. Концепция опирается на теории мотивации достижения Макклелланда и Аткинсона, выдвигая гипотезу о том, что люди, имеющие высокие потребности в достижении, вероятно больше верят в свои силы и способность достичь своих целей. При описании концепции Роттера следует упомянуть про исследование Уиткина, согласно которому люди дифференцировались на «поле- зависимых» и «поле- независимых». В своих экспериментах он показал: люди, зависящие в своем восприятии от перцептиного поля, в реальном поведении больше проявляют экстернальную ориентацию, по сравнению с теми, кто не зависит от перцептивного поля. Подобными вопросами интересовался и Пиаже в своих исследованиях. Обектом его изучения стало каузальное восприятие. Розенцвейг в своей фрустрационной теории утверждал, что в обычных повседневных ситуациях люди склонны реагировать на сложности по-разному: одни постоянно обвиняют себя («интрапунитивная реакция»), другие всегда приписывают ответственность внешним обстоятельствам, окружающим («экстрапунитивная реакция»), третьи же придерживаются примирительной

позиции, не обвиняя ни себя ни других(«импунитивная реакция»). В американской психологии понятие «ожидание» активно использовалась в теории инструментальности, разработанной в начале шестидесятых годов Врумом и его коллегами.

Традицией советской психологии того периода являлось деление причин социального поведения на внешние и внутренние. Методика диагностики локуса контроля была адаптирована для клинической психологии группой авторов Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной и А.М. Эткинда. Особенный интерес вызывал следующий аспект изучения: влияние локуса контроля индивида на его отношение к своему здоровью [2]. Опросник был стандартизирован на выборке, составившей 84 человека, студенты ВУЗа, средний возраст которых 20,4 года. Опросник имеет высокую надежность. Авторы опросника УСК отмечают его высокую надежность. Валидность опросника доказана связями шкал с другими личностными свойствами, диагностируемыми в том числе и с помощью опросника 16-PF Кэттелла.

В отечественной психодиагностике существует целый ряд опросников, являющихся различными вариантами адаптации методики Дж. Роттера:

"Тест-опросник субъективной локализации контроля" (СЛК) С.Р. Пантелеева и В.В. Столина [11],

"Опросник субъективного контроля" (ОСК) О.А. Осницкого и Ю.С. Жуйкова,

вариант шкалы IPC И.М. Кондакова и М.Н. Нилопец [7]. Е.Г. Ксенофонтова представила новую версию методики "Уровень субъективного контроля" для взрослых под названием "Локус контроля". Для решения следующих диагностических задач использовалась адаптированная версия УСК:

1) уточнить статистические коэффициенты, полученные авторами первичной стандартизации методики (Е.Ф. Бажин с соавторами);

2) оценить данные тестирования с помощью УСК подросткового контингента в новых социально-экономических условиях жизни;

Данные Е.Ф. Бажина с соавторами получены в результате пилотажного исследования на выборке студентов.

Из своей теории социального научения Дж. Роттер вывел концепцию о локусе контроля. Ключевым понятием теории становилась антиципация, ожиданиям индивида, о том, что его поведение приведет к определенному подкреплению. Соответственно локус контроля – это обобщенное ожидание в какой степени люди контролируют подкрепления в своей жизни.

В соответствии с теорией социального научения, поведение личности может быть, как исследовано, так и описано с помощью понятий "поведенческий потенциал", "ожидание", "подкрепление", "ценность подкрепления", "психологическая ситуация", "локус контроля". Поведенческий потенциал в рамках данного исследования вероятность поведения, встречающегося в ситуациях с подкреплением. Предположительно каждый человек обладает определенным потенциалом и набором действий и поведенческих реакций, сформировавшихся в течение жизни. "Ожидание" в теории социального научения относится к субъекту, вероятности того, что определяет подкрепление будет наблюдаться в поведении в сходных ситуациях. Стабильное ожидание, генерализованное на основе прошлого опыта, объясняет устойчивость и цельность личности. Различаются ожидания, специфичные для одной ситуации (специфические ожидания), и ожидания наиболее общие или применимые к ряду ситуаций (генерализованные ожидания), отражающие опыт различных ситуаций. "Психологическая ситуация" такова, какой ее воспринимает личность. Особо важным является роль ситуационного контекста и его влияние на поведение человека и на психологическую ситуацию.

Роттер определяет "ценность подкрепления" как степень, с которой личность при равной вероятности получения подкрепления предпочитает одно подкрепление другому. На поведение человека влияет ценность ожидаемого подкрепления. Разные люди ценят и предпочитают разные подкрепления: кто-то более ценит похвалу, уважение со стороны других, кто-то – материальные

ценности или более чувствителен к наказанию и др. Существуют относительно устойчивые индивидуальные различия в предпочтении одного подкрепления другому. Как и ожидания, ценность подкрепления основана на опыте личности и может меняться с течением времени и от ситуации к ситуации. При этом ценность подкрепления не зависит от ожидания. Она связана с мотивацией, а ожидание – с познавательными процессами. Предсказание вероятности поведения личности в некоей ситуации базируется на двух основных переменных – ожидании и ценности подкрепления. В теории социального научения предлагается формула для прогноза поведения личности, базирующаяся на основных понятиях теории: поведенческий потенциал = ожидание + ценность подкрепления.

Поведенческий потенциал включает пять потенциальных "техник существования"[15] 1) поведенческие реакции, направленные на достижение успеха и служащие основанием социального признания; 2) поведенческие реакции приспособления, адаптации, которые используются как техники согласования с требованиями других людей, обществ, норм и т. д.; 3) защитные поведенческие реакции, используемые в ситуациях, требования которых превышают возможности человека в данный момент (например, такие реакции, как отрицание, подавление желаний, обесценивание, затушевывание и т. д.); 4) техники избегания – поведенческие реакции, направленные на "выход из поля напряжения", уход, бегство, отдых и т. п.; 5) агрессивные поведенческие реакции – это может быть и физическая агрессия, и символичные формы агрессии типа иронии, насмешки, интриг и др.

Роттер полагал, что люди всегда стремятся максимизировать поощрение и минимизировать или избежать наказания. Цель определяет направление поведения человека в поисках удовлетворения основных потребностей, которые обусловливают набор различных типов поведения, включающих, в свою очередь, различные наборы подкреплений.

В теории социального научения выделяются шесть видов потребностей, применимых к прогнозу поведения: 1) "статус признания", означающий

потребность чувствовать себя компетентным и признанным авторитетом в широком спектре деятельностей; 2) "защита-зависимость", определяющая потребность личности в защите от неприятностей и ожидании помощи от других в достижении значимых целей; 3) "доминирование", включающее потребность влиять на жизнь других людей, контролировать их и доминировать над ними; 4) "независимость", определяющая потребность принимать самостоятельные решения и достигать цели без помощи других; 5) "любовь и привязанность", включающие потребность в принятии и любви других; 6) "физический комфорт", включающий потребность в физической безопасности, здоровье и отсутствии боли и страданий. Все другие потребности приобретаются в связи с названными и в соответствии с удовлетворением основных потребностей личности в физическом здоровье, безопасности и удовольствии.

Роттер предполагал, что каждая категория потребностей состоит из трех основных компонентов: потенциал потребности, ее ценность и свобода деятельности. В сочетании они составляют основу формулы общего прогноза: потенциал потребности = свобода деятельности + ценность потребности.

Потенциал потребности представляет собой функцию от свободы деятельности и ценности потребности, что позволяет прогнозировать реальное поведение личности. Человек склонен стремиться к цели, достижение которой будет подкреплено, а ожидаемые подкрепления будут иметь высокую ценность.

Базовое понятие генерализованного ожидания в теории социального научения – интернально-экстернальный "локус контроля", базирующийся на двух основных положениях: 1. Люди различаются по тому, как и где они локализуют контроль над значимыми для себя событиями. Выделяется два полярных типа такой локализации – экстернальный и интернальный. 2. Локус контроля, характерный для определенной личности, надситуативен и универсален. Один и тот же тип контроля характеризует поведение данной личности как в случае неудач, так и в случае достижений, и это в равной степени касается различных областей социальной жизни и социального поведения.

Для измерения локуса контроля, или, как его иногда называют, уровня субъективного контроля, используется "Шкала интернальности-экстернальности" Роттера. Локус контроля предполагает описание того, в какой степени личность ощущает себя активным субъектом собственной деятельности и своей жизни, а в какой – пассивным объектом действий других людей и обстоятельств.

В первоначальном варианте теории субъективной локализации контроля Дж. Роттера (1954) выделялись лишь два типа Л.К.: интернальный и экстернальный, которые рассматривались как глобальные характеристики личности. Затем была разработана трехмерная шкала Л.К. (К. Уоллстон), в которой экстернальность измерялась с помощью двух шкал: "Приписывание контроля другим людям" и "Приписывание контроля судьбе". Кроме того, в эмпирических исследованиях было показано, что тип Л.К. зависит от конкретной ситуации. Теория Дж. Роттера относится к классу теорий "ожидаемой пользы", то есть в ней утверждается, что поведение человека определяется тем, как он оценивает возможность достичь желаемого результата. Предполагается, в частности, что индивиды с интернальным Л.К. ведут себя целенаправленно и последовательно, тщательно собирают необходимую для успешных действий информацию, упорно преодолевают трудности и склонны соблюдать социальные нормы.

В адрес данной концепции высказывается достаточно много критических замечаний, связанных прежде всего с недостаточной определенностью самого понятия "Локус контроля". В основном в них содержатся указания на невозможность противопоставления внутренних и внешних причин без их дополнительного уточнения, а также на высокую социальную желательность интернального локуса контроля, что может исказить и ответы испытуемых, и их интерпретацию. Ф. Хайдер, наряду с внешним и внутренним типом атрибуции ответственности, предлагает учитывать такие параметры, как стабильность/изменчивость причин, возможность предвидеть результат действий, намерения индивида. К стабильным причинам относятся субъективно оцениваемая трудность задания и способности человека, а к изменчивым –

старание и случай. Б. Вайнер развил идеи Хайдера, создав четырехмерную модель причин. Тем не менее даже с этими существенными уточнениями теория локуса контроля не может охватить все особенности каузальной атрибуции. Кроме того, вызывает сомнение позитивное значение, которое приписывается в большинстве работ внутреннему локус контроля. Несмотря на введение К. Уоллстоном двух измерений экстернальности, при интерпретации эмпирических данных она, как отрицательная характеристика личности, часто противопоставляется "полезной" интернальности. Такая разновидность внешней атрибуции ответственности, как "Судьба", мало исследована, ее влияние на поведение точно не определено. Между тем существует значительное различие между приписыванием причин событий уникальной для каждого человека судьбе или же слепому случаю. Кроме того, определение типа атрибуции ответственности как внутреннего еще не позволяет ответить на вопрос о том, почему человек пришел к такому выводу, и с помощью каких механизмов осуществляется контроль. Обыденное понимание силы и уверенности значительно отличается от научной трактовки этих терминов. Многие люди считают, что способность управлять эмоциями, желаниями и непосредственными побуждениями является одной из наиболее важных характеристик сильной личности. Как правило, чтобы достичь ощущения контроля, в подобных случаях они прибегают к подавлению спонтанных побуждений за счет мышечных усилий. Поэтому для более точной оценки влияния воспринимаемого контроля на поведение необходимо учитывать методы, с помощью которых он устанавливается и поддерживается. Часто субъективно воспринимаемый контроль достигается за счет действий, опасных для самого индивида, за счет подавления других людей или открытого противодействия всем социальным нормам. При этом, чем меньше у человека возможностей реально управлять ситуацией, тем больше вероятность подобного поведения. Имеются некоторые эмпирические основания для того, чтобы считать лиц с выраженной интернальной атрибуцией ответственности нонконформистами, активно сопротивляющимися любому влиянию извне. По мнению О. Ранка, подобное

поведение характерно для низшей стадии развития воли – "противоволи". С целью установления контроля человек может активно воздействовать на ситуацию, пытаясь изменить ее в том случае, если она его не устраивает, однако эффективность подобного поведения зависит от способности индивида дифференцировать ситуации, подвластные его контролю, от ситуаций, которые не могут быть изменены.

В настоящее время все более часто вместо термина "Локус контроля" используется термин "воспринимаемый контроль". В этом последнем понятии можно выделить по меньшей мере два компонента:

а) согласованность поведения и его последствий. Отражает субъективную оценку вероятности того, что действия приведут к желаемому результату;

б) компетентность, то есть оценка собственной способности осуществить такие действия.

Согласованность является важным условием психологического благополучия и удовлетворенности жизнью. Теория выученной беспомощности М. Селигмана описывает негативное влияние на поведение, психическое и физическое здоровье человека тех стрессовых ситуаций, в которых индивид не может установить связь между своими действиями и изменением окружающей обстановки. Состояние выученной беспомощности по своим характеристикам близко к хронической депрессии, оно выражается не только в пассивности, но и в угнетении физиологических функций. Неудивительно, что выученная беспомощность рассматривается как один из компонентов "поведенческого типа С", который, по мнению некоторых специалистов, может способствовать возникновению онкологического заболевания.

С. Карвер и С. Харрис указывают на важность умения предсказывать результат, учитывая не только персональный контроль, но и внешнюю ситуацию. Наибольшее значение имеет не личная ответственность, а уверенность человека в возможности достижения цели. Осознание своей ответственности важно в том случае, когда желаемый результат может быть достигнут за счет активных

действий, за счет приложения значительных усилий. В тех ситуациях, когда результат не определяется поведением человека, воспринимаемый контроль нежелателен.

Важно понимать, что и в теории Дж. Роттера, и в других подобных теориях речь идет именно о воспринимаемом контроле. Однако оценка человеком своих способностей может быть неточной. Существует несколько причин, способствующих ошибочному восприятию контроля. Умение управлять собственной жизнью обеспечивает индивиду определенную степень независимости от социальной и биологической реальности. Люди стремятся ощущать свой контроль над ситуацией даже тогда, когда ее исход очевидным образом определяет случай. Иногда для сохранения чувства контроля достаточно осознавать свою способность предсказывать появление события, что, в принципе, уже не может рассматриваться как контроль над ним. Ошибочное восприятие субъективного контроля как высокого способствует пренебрежению возможной опасностью, а также формированию завышенных ожиданий относительно эффективности собственных действий. В результате человек либо оказывается не готовым к стрессовой ситуации, либо испытывает глубокое разочарование относительно своих способностей.

Личность с экстернальным локусом контроля полагает, что ее успехи и неудачи регулируются внеш. факторами, такими как судьба, удача, счастливый случай, влиятельные люди и непредсказуемые силы окружения. Личность с интернальным локусом контроля верит в то, что удачи и неудачи определяются ее собственными действиями и способностями.

Экстерналам присуще конформное и зависимое поведение. Интерналы в отличие от экстерналов, не склонны к подчинению и подавлению других, и сопротивляются, когда ими манипулируют и пытаются лишить степеней свободы. Экстерналы не могут существовать без общения, легче работают под наблюдением и контролем. Интерналы лучше функционируют в одиночестве и при наличии необходимых степеней свободы.

Личность способна добиться большего в жизни, если она верит, что ее судьба находится в собственных руках. Экстерналы намного сильнее подвержены социальному воздействию, чем интерналы. Интерналы не только сопротивляются постороннему воздействию, но также, когда представляется возможность, стараются контролировать поведение других. Интерналы в большей степени уверены в своей способности решать проблемы, чем экстерналы, и поэтому независимы от мнения других. Личность с экстернальным локусом контроля полагает, что ее успехи и неудачи регулируются внешними факторами, такими как судьба, удача, счастливый случай, влиятельные люди и непредсказуемые силы окружения. Личность с интернальным локусом контроля верит в то, что удачи и неудачи определяются ее собственными действиями и способностями.

У экстерналов чаще возникают психологические и психосоматические проблемы, чем у интерналов. Им свойственны тревожность и депрессивность, они более склонны к фрустрациям и стрессам, развитию неврозов. Установлена связь высокой интернальности с положительной самооценкой, с большей согласованностью образов реального и идеального "Я". Интерналы обнаруживают более активную, чем у экстерналов, позицию по отношению к своему психическому и физическому здоровью.

Экстерналы и интерналы различаются также и по способам интерпретации социальных ситуаций, в частности, по способам получения информации и по механизмам их каузального объяснения. Интерналы предпочитают большую осведомленность в проблеме и ситуации, большую ответственность, чем экстерналы, в отличие от экстерналов избегают ситуационных и окрашенных эмоциями объяснений поведения. «Чистых» интерналов или экстерналов практически не существует. В каждом человеке есть доля уверенности в своих силах и способностях и доля психологической зависимости от обстоятельств.

Анализ психологических исследований показывает, что их авторы используют термин «благополучие» в широкой палитре значений. Довольно часто они сравнивают содержание термина благополучие с содержанием родственных

терминов чаще всего таких как «жизненная состоятельность», «благосостояние», «удовлетворенность жизнью», «счастье» и др. Для того, чтобы уточнить свою позицию, исследователи прибегают к добавлению к термину «благополучие» различных слов. Наибольшее распространение имеют следующие составные термины: «субъективное благополучие», «психологическое благополучие», «социальное благополучие», «материальное или физическое благополучие», «экономическое благополучие», «профессиональное благополучие» и просто «благополучие человека».

В исследовании одной из методологических основ исследования является концепция Э. Динера, согласно которой, человек имеет высокий уровень субъективного благополучия, если он в большинстве случаев испытывает удовлетворение от жизни, и только в отдельных ситуациях он переживает неприятные чувства.

В рамках данного исследования атрибуция рассматривается как процесс приписывания человеком причин своему и чужому поведению и результатам действий. Вопросы о побудительных причинах действий и их результатах задаются любым человеком и представляют собой обыденное явление.

Успех и неудача как следствия деятельности достижения – наиболее типичные объекты для исследования атрибуции. Это скорее всего объясняется тем, что причинные связи здесь более просты, чем в других случаях приписывания причин. Следует отметить люди чаще занимаются поиском причин при неудаче, чем при успехе, поскольку неудача в большей степени побуждает к поиску дополнительной информации, полезной для её преодоления.

В изучении субъективного контроля за методологическую основу взята концепция Дж. Роттера. Роттер вывел локус контроля из своей теории социального научения. Где центральное место отводилось антиципации, ожиданиям индивида, что его поведение приведет к определенному подкреплению (вознаграждению). Локус контроля представляет собой

обобщенное ожидание того, в какой степени люди контролируют подкрепления в своей жизни.

Согласно теории социального научения, социальное поведение личности можно исследовать и описать с помощью понятий "поведенческий потенциал", "ожидание", "подкрепление", "ценность подкрепления", "психологическая ситуация", "локус контроля".

Роттер полагал, что люди всегда стремятся максимизировать поощрение и минимизировать или избежать наказания. Цель определяет направление поведения человека в поисках удовлетворения основных потребностей, которые обусловливают набор различных типов поведения, включающих, в свою очередь, различные наборы подкреплений

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ, МЕТОДЫ И МЕТОДИКИИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Программа исследования

Цель исследования: выявление связи между стилем атрибуции, субъективным контролем и жизненным благополучием человека.

Цель исследования конкретизирована в следующих задачах:

1.Проанализировать основные понятия, использующиеся в отечественной и зарубежной психологии для описания феномена жизненного благополучия человека.

2.Провести анализ исследований стилей атрибуции и субъективного контроля, как факторов жизненного благополучия.

3.Подобрать комплекс психодиагностических методик, позволяющих выявить взаимосвязь личностных характеристик и жизненного благополучия.

4. Выполнить эмпирическое исследование, направленное на выявление взаимосвязей между выделенными для анализа личностными характеристиками и жизненным благополучием, а также провести корреляционный анализ полученных эмпирических данных.

5. Провести обобщающий анализ полученных эмпирических данных о взаимосвязи между выделенными для анализа личностными характеристиками и жизненным благополучием.

Объект исследования: жизненное благополучие.

Предмет исследования: связь личностных характеристик (стиль атрибуции, стиль субъективного контроля, ведущие мотивы личности) и жизненного благополучия.

Гипотеза исследования. Такие личностные характеристики как: стиль атрибуции, стиль субъективного контроля, ведущие мотивы личности оказывают существенное влияние на жизненное благополучие человека.

2.2 Организация исследования

Исследование осуществлялось в период с 2015 по 2017 год и состояло из трех этапов.

1 этап: 2015-2016 гг. Теоретический анализ литературы по проблеме личностного благополучия. Анализ соответствия различных методов и методик цели исследования. Построение концептуального аппарата и разработка программы исследования.

2 этап: 2016-2017 гг. Проведение эмпирического исследования на выявление связи между стилем атрибуции, субъективным контролем и жизненным благополучием человека

3 этап: 2016-2017 гг. Обработка и обобщение результатов эмпирического исследования, их психологический анализ и интерпретация, описание и оформление результатов исследования.

Выборку эмпирического исследования составили 60 человек, сотрудники центра недвижимости «Новосел», из них 27 женщины и 33 мужчины. Возраст участников исследования варьировался от 25 до 50 лет. Все респонденты проживают в городе Челябинск, Челябинской области.

2.3 Методы и методики эмпирического исследования

1. Тестирование с помощью следующих методик:

- Опросник мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминовым.
- Опросник субъективного контроля(УСК).
- Шкала благополучия CPI. Калифорнийский психологический опросник (CaliforniaPsychologicalInventory).
- Опросник атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ).
- Опросник «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness).

- «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера и соавторов (Thesatisfactionwiththelifescale)

2. Методы математико-статистической обработки данных: U-критерий Манна — Уитни, данный статистический критерий, используется для оценки различий между двумя выборками, по уровню каких-либо признаков, измеренных количественно. Позволяет выявлять различия в значении параметра между малыми выборками. Также использовался метод корреляционного анализа (коэффициенты корреляции Пирсона) с помощью которого устанавливалось наличие статистически значимой взаимосвязи между стилем атрибуции, субъективным контролем и жизненным благополучием человека. Обработка результатов производилась в программе SPSS Statistics16.0.2

Опросник мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминовым.

Модификация теста-опросника А.Мехрабиана для измерения мотивации достижения (ТМД), предложенная М.Ш. Магомед-Эминовым. ТМД предназначен для диагностики двух обобщенных устойчивых мотивов личности: мотива стремления к успеху и мотива избегания неудачи. При этом оценивается, какой из этих двух мотивов у испытуемого доминирует. Методика применяется для исследовательских целей при диагностике мотивации достижения у старших школьников и студентов. Тест представляет собой опросник, имеющий две формы — мужскую (форма А) и женскую (форма Б).

На основе подсчета суммарного балла определяют, какая мотивационная тенденция доминирует у испытуемого. Баллы всей выборки испытуемых, участвующих в эксперименте, ранжируют и выделяют две контрастные группы: верхние 27% выборки характеризуются мотивом стремления к успеху, а нижние 27% — мотивом избежать неудачи.

Опросник субъективного контроля(УСК).

Опросник субъективного контроля(УСК). В исследовании использовалась модификация опросника Дж. Роттера. Диагностический инструментарий позволяет эффективно определить направленность локуса контроля обследуемых, тем самым выразив степень их ответственности за происходящее в их жизни. Согласно концепции Роттера различные люди по-разному объясняют причины событий, происходящих в их жизни. Некоторые определяют происходящие с ними события как независящие от их поступков и действий – внешний локус контроля (экстернальный). Внутренний локус контроля (интернальный) будет проявляться противоположным образом, люди с такой локализацией контроля рассматривают события, происходящие в их жизни как результат своих собственных действий и решений. Изучая два различных типа локализации контроля следует помнить, что для каждого человека уровень субъективного контроля над происходящим в его жизни индивидуален.

По результатам исследований люди с преобладанием внешней локализации контроля характеризуются как уступчивые, склонные к конформному поведению, предпочитают индивидуальной деятельности групповую снижена уверенность в своих силах. При этом часто бывают тревожны и зависимы. Преобладание внутренней локализации контроля характеризует лиц как активных, склонных самостоятельно продумывать и предпринимать решения, а также имеющих адекватно устойчивую самооценку. В поведении такие люди часто транслируют уверенность в себе независимость и самостоятельность.

Пункты опросника УСК сформулированны в виде утверждений. Опросник содержит 44 утверждения, помогающих оценить экстернальность-интернальность в межличностном взаимодействии и в отношении себя самого.

Внутренняя структура опросника содержит шесть шкал следующей направленности:

- Шкала общей интернальности (Ио).Высокий уровень субъективного контроля будет выражаться в высоких баллах по данной шкале. Люди с высокими

балами по шкале убеждены, что значимые события в их жизни исключительно результат собственного труда. Также они убеждены в своей способности управлять событиями своей жизни и готовы взять на себя ответственность за происходящее. Напротив, низкому уровню субъективного контроля соответствует низкий показатель по шкале. Для данных людей типично не видеть связи между событиями, происходящими в их жизни и их собственными действиями. Происходящее с ними – результат случая или действия других людей. Максимальное значение по данной шкале равно 44 балла, а минимальное – 0.

- Шкала интернальности в области достижений (Ид).

Данная шкала показывает локализацию контроля над эмоционально положительными событиями в жизни. Высокий уровень субъективного контроля над эмоционально положительными событиями соответствует зоне высоких значений по шкале. Лица с высокими баллами по данной шкале считают все хорошее произошедшее с ними в жизни исключительно своей заслугой. Именно это убеждение стимулирует их идти по жизни дальше к ранее намеченным свершениям. Склонны объяснять свои неудачи везением, счастливой судьбой или стечением обстоятельств люди с низкими баллами по шкале и соответственно низким уровнем субъективного контроля. Максимальное количество баллов по данной шкале – 12, минимальное – 0.

- Шкала интернальности в области неудач (Ин).

Лица с высокими баллами по данной шкале характеризуются как склонные обвинять себя с своих самых разнообразных неприятностях. Выраженный субъективный контроль будет отображаться высокими баллами по данной шкале. Противоположное значение будут иметь низкие баллы по данной диагностической шкале. В низких балах будет выражена склонность определять ответственными за свою неудачу других людей или несчастливое стечение обстоятельств. Максимальное количество баллов по шкале Ин – 12, минимальное – 0.

- Шкала интернальности в семейных отношениях (Ис). Высокий показатель Ис означает, что человек считает себя ответственным за события, происходящие в его семейной жизни. Низкий Ис указывает на то, что субъект считает своих партнеров причиной значимых ситуаций, возникающих в его семье. Максимальное значение Ис – 10, минимальное – 0.
- Шкала интернальности в области производственных отношений (Ип). Высокий Ип свидетельствует о том, что человек считает себя, свои действия важным фактором организации собственной производственной деятельности, в частности, в своем продвижении по службе. Низкий Ип указывает на склонность придавать более важное значение внешним обстоятельствам – руководству, коллегам по работе, везению – невезению. Максимум Ип – 8, минимум – 0.
- Шкала интернальности в области межличностных отношений (Им). Высокий показатель по Им свидетельствует о том, что человек чувствует себя способным вызывать уважение и симпатию других людей. Низкий Им указывает на то, что субъект не склонен брать на себя ответственность за свои отношения с окружающими. Максимальное значение Им – 4, минимальное – 0.
- Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни (Из). Высокий показатель Из свидетельствует о том, что человек считает себя во многом ответственным за свое здоровье и полагает, что выздоровление зависит преимущественно от его действий. Человек с низким Из считает здоровье и болезнь результатом случая и надеется на то, что выздоровление придет в результате действий других людей, прежде всего врачей. Максимальное значение Из – 4, минимальное – 0.

Шкала благополучия CPI. Калифорнийский психологический опросник (CaliforniaPsychologicalInventory).

Калифорнийский психологический опросник (англ. CaliforniaPsychologicalInventory, сокр. CPI) представляет собой многомерный личностный опросник, созданный на основе MMPI, но в меньшей степени ориентированный на клинические и в большей – на социально-психологические

аспекты личности. Первая версия создана Г. Гаухом (H. G. Gough) в 1951 году. Вторая версия была выпущена в 1956 году, и содержала 480 утверждений. Нынешняя версия датируется 1987 годом и содержит 462 утверждения (CPI-462). Переведён, адаптирован и стандартизирован на русском языке опросник к.п.н. Тарабриной Н.В. (Институт психологии РАН) и Графининой Н.А. (Центр психологии и психотерапии).Методика позволяет эффективно определить индивидуальные особенности личностных характеристик с точки зрения социального поведения, то есть особенностей, необходимых любому человеку для успешной жизни в обществе.

Опросник атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ).

Существенный вклад в разработку диагностического инструмента внесли Мартин Селигман, Кристофер Петерсон и Лин Абрамсон. Опросник позволяет диагностировать стиль атрибутивного поведения у взрослых.

Опросник «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness).

В 1999 г. С. Любомирской (S. Lyubomirsky) был опубликован опросник «Мера субъективного счастья», позволяющий оперативно провести самооценку полноты индивидуального счастья. Методика содержит 4 шкалы, которые измеряют, насколько испытуемый: 1) считает себя счастливым в целом; 2) счастлив по сравнению со сверстниками; 3) счастлив по сравнению с другими людьми; 4) не слишком счастлив по сравнению с другими людьми. Термин «Мера», содержащийся в названии, подчеркивает ориентацию испытуемых на оценку уровня счастья. Кроме того, содержание вопросов свидетельствует о том, что опросник направлен на выявление такого параметра благополучия, как глобальная когнитивная оценка счастья. Шкала измеряет именно оценки счастья, когнитивно-аффективные по своей природе, поскольку во всех пунктах нужно указать, что испытуемый: 1) «считает себя счастливым», 2) сравнивает себя с «большинством сверстников», 3) сравнивает «со всеми счастливыми людьми» и 4) сравнивает

себя с «не особенно счастливыми людьми». Первая шкала является прямой оценкой, остальные – относительными.Русскоязычная адаптация проведена Д.А. Леонтьевым и Е.Н. Осиным.

«Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динераисоавторов (Thesatisfactionwiththelifescale)

В 1984 г. Э. Динер, Р. Эммонс и С. Гриффин (DienerE., EmmonsR., LarsenR., GriffinS.) опубликовали опросник «Шкала удовлетворенности жизнью». Опросник содержит одну шкалу из 5 пунктов, с которыми испытуемый выражает степень своего согласия и несогласия по 7-разрядной шкале Лайкерта. Методика позволяет оценить удовлетворенность жизнью испытуемых.

Анализ содержания утверждений позволяет отнести их к атрибутивным суждениям в отношении глобальной удовлетворенности своей жизнью без объяснения каких-либо деталей. В дальнейшей обработке использовался один показатель, рассчитываемый как сумма ответов на все пункты методики. Русскоязычная адаптация проведена Д.А. Леонтьевым и Е.Н. Осиным.

ГЛАВА 3 ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ СТИЛЯ АТРИБУЦИИ, СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЯ И ЖИЗНЕННОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

3.1 Анализ результатов диагностики уровня благополучия

Проведенный анализ литературных источников установил, что ряд личностных характеристик имеют связь суровнем жизненного благополучия. Для установления статистически значимых связей и подтверждения ранее выдвинутой гипотезы, нами спланировано и проведено эмпирическое исследование.

Для всей выборки эмпирического исследования была проведена диагностика по Шкале благополучия опросника CPI. Согласно данным диагностики выборка была разделена на 2 группы сравнения.

1 группа(n=28) – лица набравшие высокие баллы по шкале благополучия отнесены в группу «условно благополучных».

2 группа (n=32) – лица набравшие низкие баллы по шкале благополучия отнесены в группу «условно неблагополучных».

Для повышения надежности и статистической значимости исследования группы были уравнены по полу и возрасту. В исследовании принимали участие 38 мужчин и 22 женщины, в возрасте от 25 до 40 лет.

Использованная диагностическая методика (Шкала благополучия CPI. Калифорнийского психологического опросника (CaliforniaPsychologicalInventory)) позволяет эффективно определить индивидуальные особенности личностных характеристик с точки зрения социального поведения, то есть особенностей, необходимых любому человеку для успешной жизни в обществе.

Шкала благополучия CPI. Калифорнийского психологического опросника (CaliforniaPsychologicalInventory), отражает, то на сколько испытуемый чувствует себя благополучно. На основании данных диагностики мы можем говорить об уровне выраженности благополучности в группах исследования. На рисунке 1 представлены результаты диагностики по Шкале благополучия опросника CPIв 1 группе исследования (n=28), ($X_{ср}$ = 57.8; U=62; при $p \leq 0,01$).

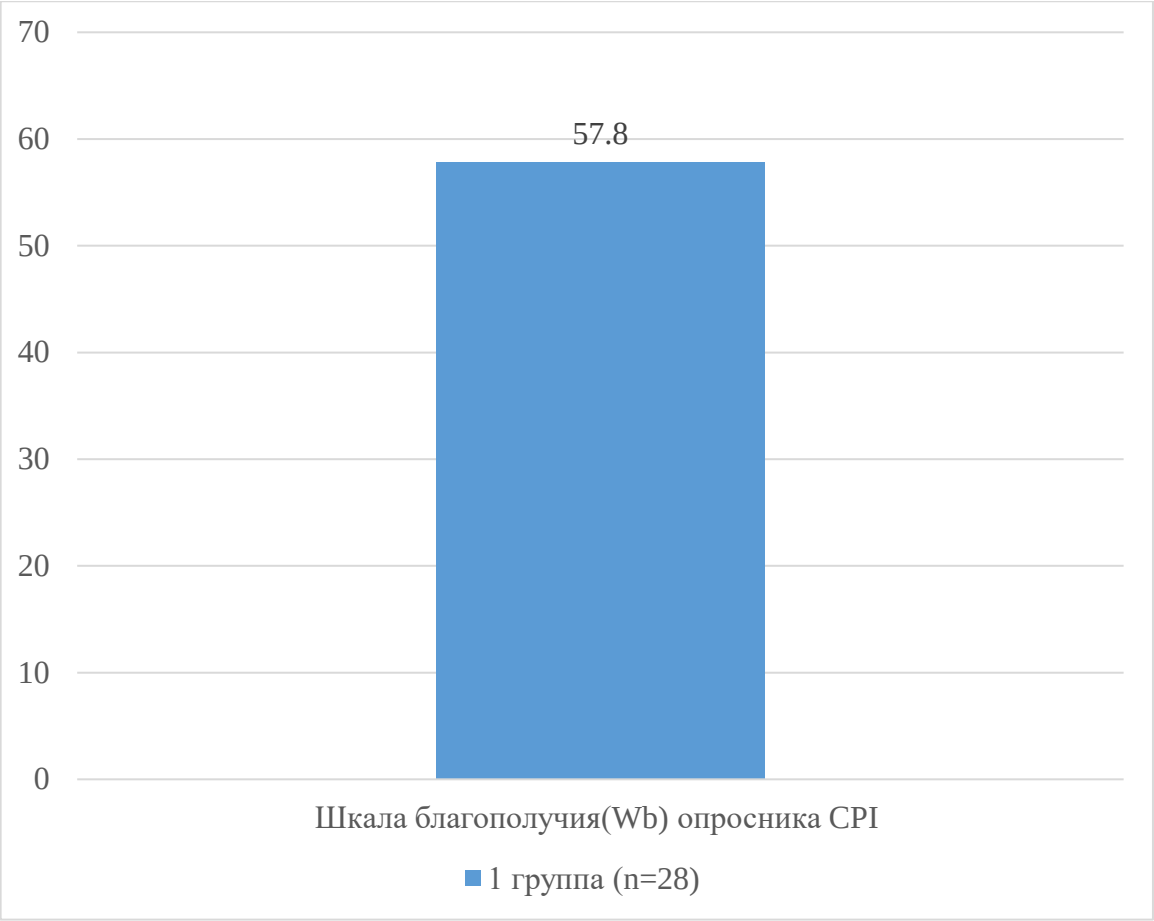

Рисунок 1 – Данные диагностики по Шкале благополучия опросника CPI

На основании данных диагностики участников первой группы исследования можно охарактеризовать как уверенных, ощущающих себя комфортно в окружающем мире. Можно предположить, что именно это ощущение позволяет ощущать себя более гармонично в социуме.

Опираясь на диагностические данные, мы можем говорить о том, что ощущение благополучности 2 группе находятся на низком уровне выраженности. Как видно из рисунка 2: участники 2 группы (n=32) исследования ($X_{ср}$ = 32,4; U=64,4; при $p \leq 0,01$) ощущают себя не благополучными.

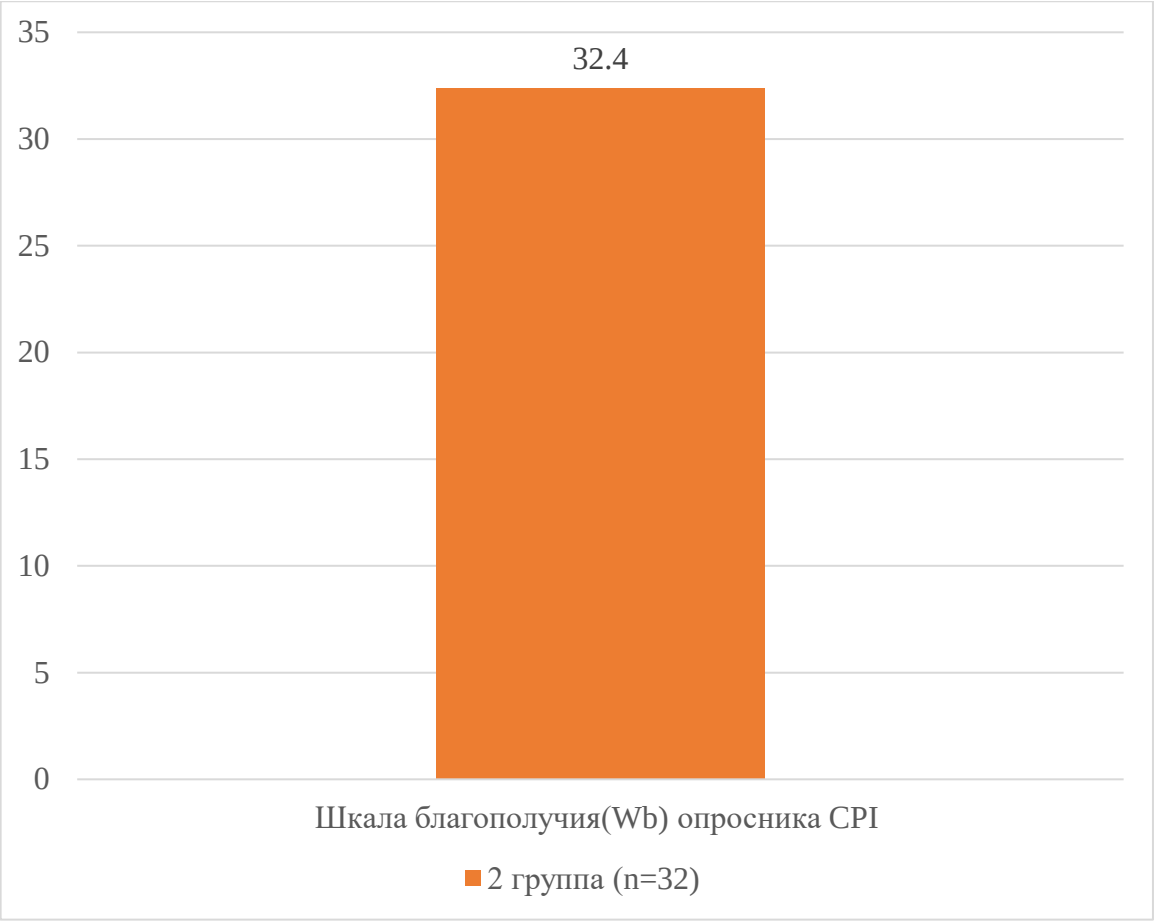

Рисунок 2 – Данные диагностики по Шкале благополучия опросника CPI

Диагностические данные свидетельствуют о том, что участники 2 группы исследования испытывают ощущение не благополучности, вероятно их уровень комфорта в окружающем мире значимо отличается. Следует предположить, что участники 2 группы исследования имеют ряд личностных особенностей, способствующих формированию ощущения не благополучности.

3.2 Анализ результатов диагностики мотивации достижения

Далее анализ диагностических данных проводился в соответствии с ранее выделенными группами сравнения. Диагностический Опросник мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминова, выявил ряд особенностей в определении ведущих мотивов личности у участников 1 и 2 группы исследования.Интерпретация полученных после диагностики

данных 1 группы исследования, демонстрирует следующие результаты (Рисунок 3).

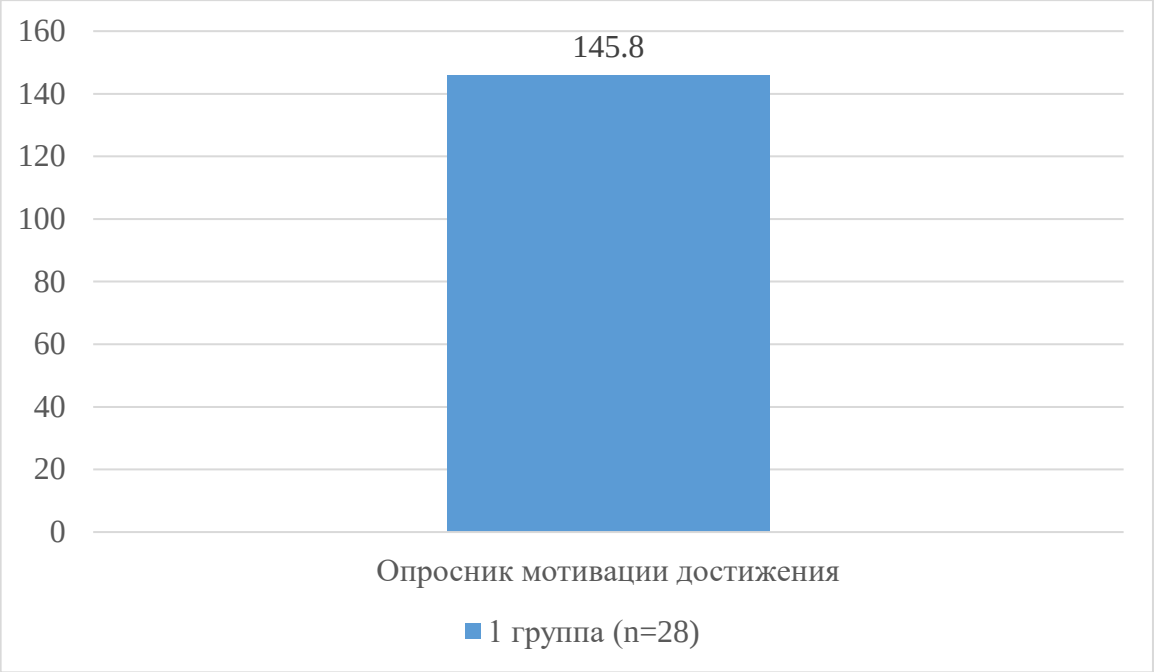

Рисунок 3 – Данные диагностики опросника мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминова

В 1 группе (n=28), преобладает мотив стремления к успеху ($X_{ср}$ = 145,8; U=61,2; при p≤ 0,01). Диагностические данные характеризуют участников как склонных верить в свои силы и совершать попытки достижения желаемой цели несмотря на возможные неудачи.

Как видно из рисунка 4 ведущим мотивом участников 2 группы (n=32), является мотив избегания неудач ($X_{ср}$ = 42,1; U= 63,2; при p≤ 0,01). Для мотива избегания неудач характерна боязнь нового. Как правило люди с ведущим мотивом избегания неудач стремиться не начинать новых, ранее незнакомых дел, так как испытывают страх быть неуспешными.

Подобного рода страхи служат причиной стагнации, способствуют тому, что актуальные возможности роста и развития упускаются. Такая ситуация провоцирует внутреннее напряжение и способствует развитию и укоренению ощущения не благополучности.

Стиль мышления как правило, преобладает негативистический, что приводит к формированию заниженной самооценки и отсутствию уверенности в своих силах.

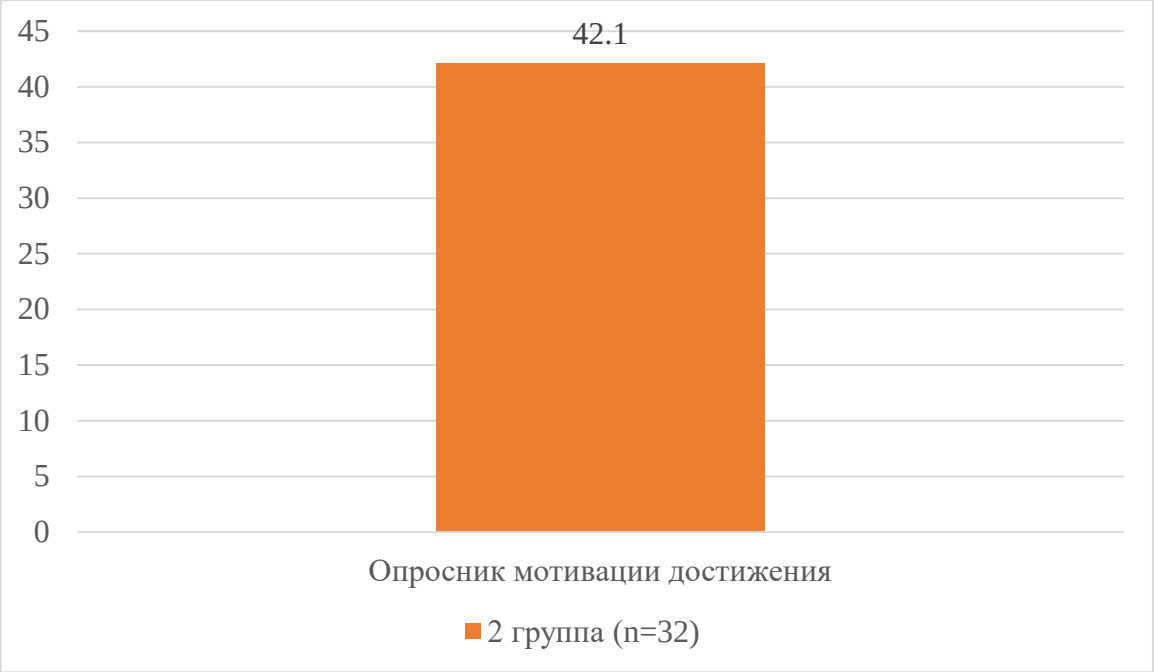

Рисунок 4 – Данные диагностики опросника мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминова

Ведущий мотив характеризует участников группы как склонных избегать принятия решений в сложных и спорных ситуациях. Для стимуляции активности с подобной категорией лиц эффективен отрицательный стимул – наказание. Вера в собственный успех находится на очень низком уровне.

3.3 Анализ результатов диагностики уровня субъективного контроля

С помощью методики Опросник субъективного контроля(УСК)Дж.Роттераможно оценить уровень субъективного контроля над разнообразными ситуациями, другими словами, определить степень ответственности человека за свои поступки и свою жизнь. Методологической основой данного диагностического инструментария являетсяпредставление о том, что люди различаются по тому, как они объясняют причины значимых для себя событий и где локализуют контроль над ними. Возможны два полярных типа

такой локализации: экстернальный (внешний локус) и интернальный (внутренний локус).

Приведенные на рисунке 5 данные утверждают, что диагностика по методике Опросник субъективного контроля(УСК) Дж. Роттера, выявила: показатели, полученные участниками 1 группы (n=28) по шкале Ид ($X_{ср}$ = 8,1; U= 65,9; при p≤ 0,01).

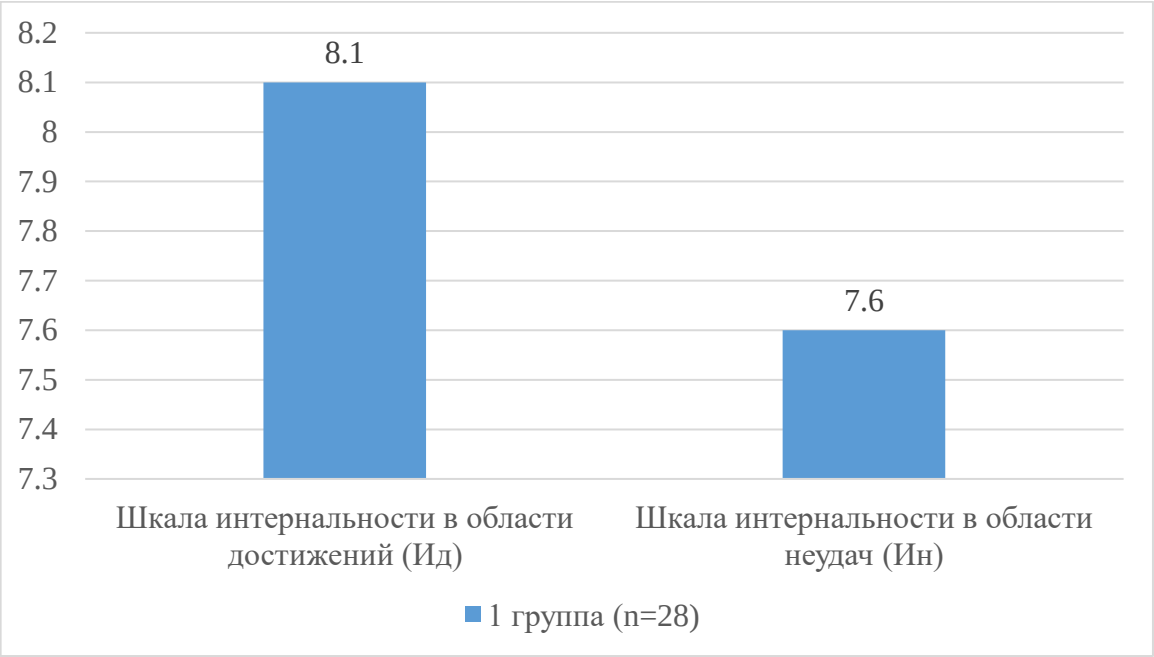

Рисунок 5– Данные диагностики по методике «Опросник субъективного контроля(УСК)» Дж. Роттера

Данные диагностического профиля участников 1 группы (n=28) характеризуют их как лиц с высоким уровнем субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями. Участники 1 группы склонны считать, что они добились сами всего хорошего, что было и есть в их жизни, и что они способны с успехом преследовать свои цели в будущем.

Показатели по шкале Ин участников 1 группы (n=28) свидетельствуют о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям ($X_{ср}$ = 7,6; U= 61,2; при p≤ 0,01), что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неудачах, неприятностях и страданиях.

Приведенные на рисунке 6 данные утверждают, что диагностика по методике Опросник субъективного контроля(УСК) Дж. Роттера, выявила, что участники 2 группы (n=32) исследования ($X_{ср}$ = 3,4; U= 62,8; при p≤ 0,01)склонны приписывать свои успехи, достижения и радости внешним обстоятельствам – везению, счастливой судьбе или помощи других людей.

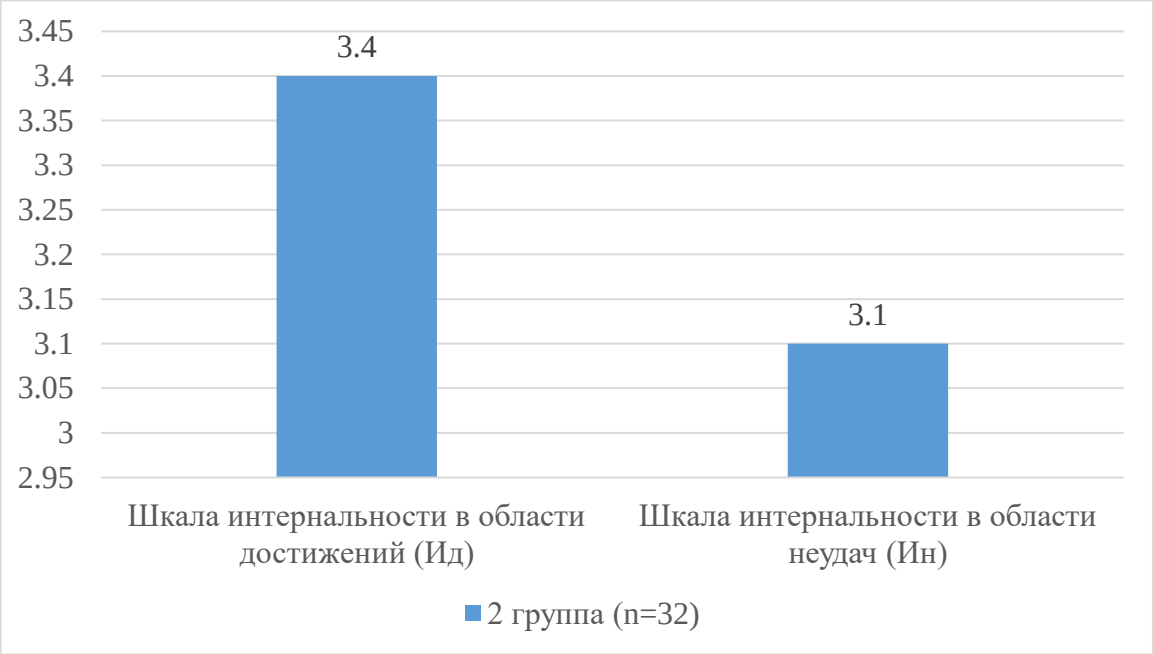

Рисунок 6 – Данные диагностики по методике «Опросник субъективного контроля(УСК)» Дж. Роттера

Участники 2 группы (n=32), по результатам диагностики охарактеризовали себя как склонные приписывать ответственность за разнообразные неудачи и неприятности, другим людям или считать их результатом невезения ($X_{ср}$ = 3,1; U= 60,9; при p≤ 0,01).

3.4 Анализ результатов диагностики атрибутивного стиля

На рисунке 7 представлены результаты диагностики опросника атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ).Анализ данных опросника атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ), также установил, что участники 1 группы (n=28), умеренно оптимистично

оценивают негативные события, происходящие в их жизни ($X_{ср}$ = 8,1; U= 64,9; при p≤ 0,01).

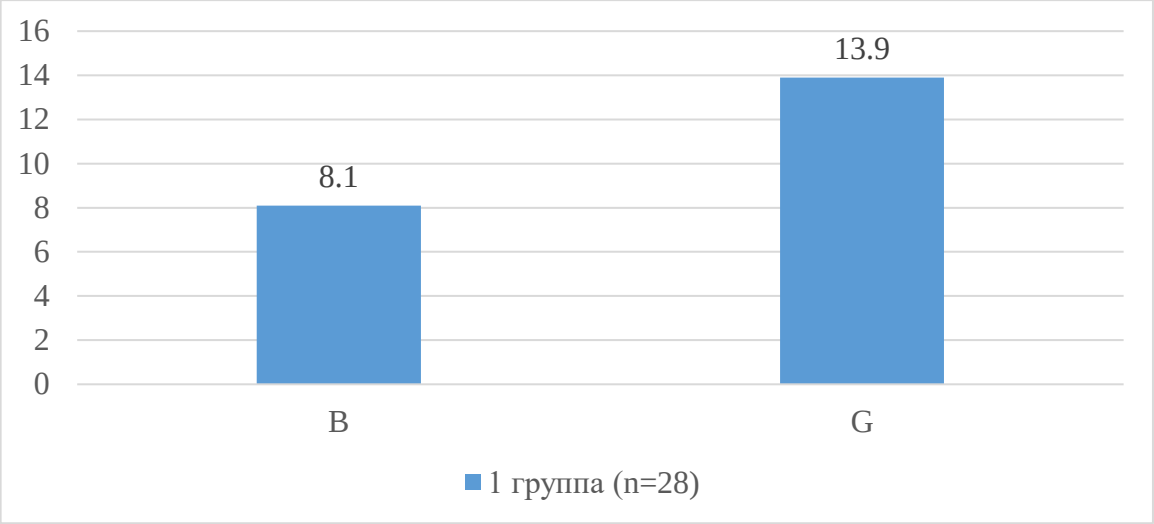

Рисунок 7– Данные диагностики опросника атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ)

Благоприятные события участники 1 группы воспринимают с оптимизмом и относятся к ним как к собственным заслугам ($X_{ср}$ = 13,9; U= 62,5; при p≤ 0,01). Такое отношение к событиям происходящим в жизни людей позволяет более эко логично относится к себе и своим ресурсам. Также принятие негативных и позитивных событий в жизни способствует формированию устойчивой адекватной самооценки и уверенности в своих силах.

Анализ данных опросника атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ) во 2 группе исследования (Рисунок 8).

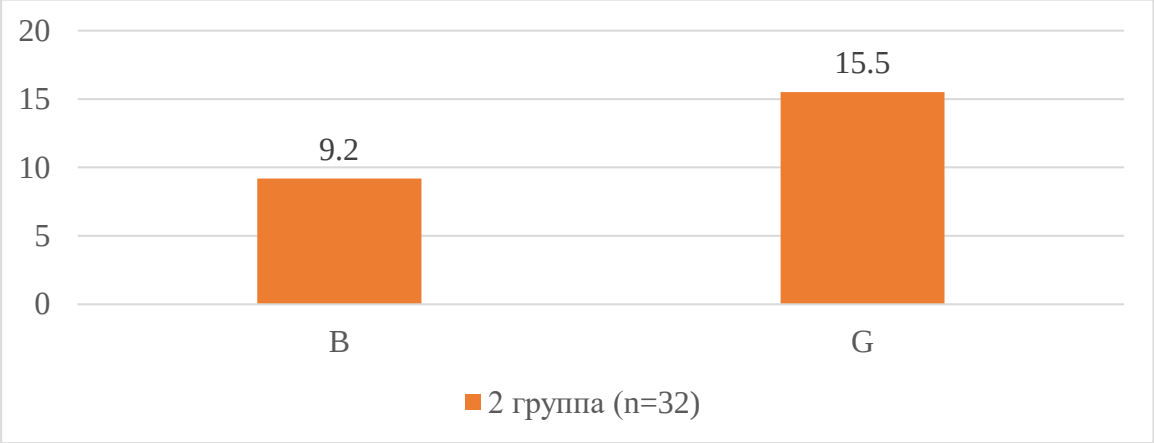

Рисунок 8 – Данные диагностики опросника атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ)

Анализ диагностических данных участников 2 группы (n=32) характеризует из как склонных воспринимать неудачи более пессимистично ($X_{ср}$ = 9,2; U= 62,8; при p≤ 0,01). Участники 2 группы выражают высокий оптимизм при оценке благоприятных событий собственной жизни ($X_{ср}$ = 15,5; U= 66,4; при p≤ 0,01). Возможно уровень положительных эмоций, испытываемых от успеха связан с отсутствием уверенности в себе и своих силах повторить подобное.

3.5Анализ результатов диагностики субъективной жизненной успешности

Опросник «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness) разработан С. Любомирской. Данный диагностический инструмент позволяет оперативно провести самооценку полноты индивидуального счастья.

Кроме того, содержание вопросов свидетельствует о том, что опросник направлен на выявление такого параметра благополучия, как глобальная когнитивная оценка счастья.

Анализ диагностических данных участников 1 группы, полученный в результате диагностики опросником «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness) представлен на (Рисунке 9).

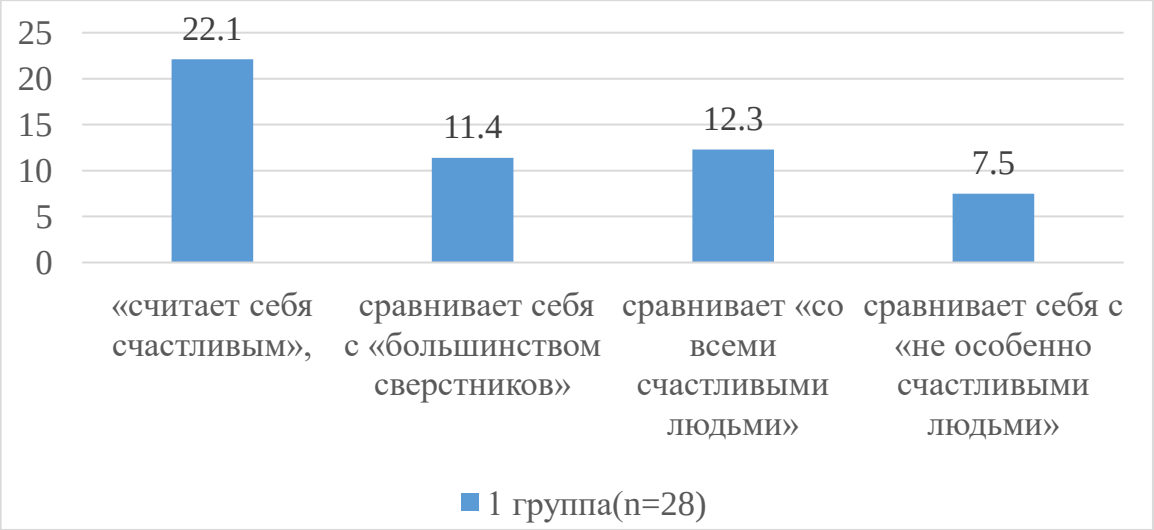

Рисунок 9–Данные диагностики опросника «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness)

Участники первой группы (n=28), считают себя счастливыми, их глобальная когнитивная оценка собственного счастья достаточно высока ($X_{ср}$ = 22,1; U= 68,5; при p≤ 0,01).

Участники 1 группы (n=32) исследования живут в согласии с социумом и сверяются в своих оценках с ним, но результаты диагностики по шкалам опросника «Мера субъективного счастья» С. Любомирской не превысили зоны средних значений. Участники первой группы сверяют свои когнитивные оценки счастья с окружающим миром, но оценка от него не зависит.

Анализ диагностических данных участников 2 группы, полученный в результате диагностики опросником «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness) представлен на рисунке 10.

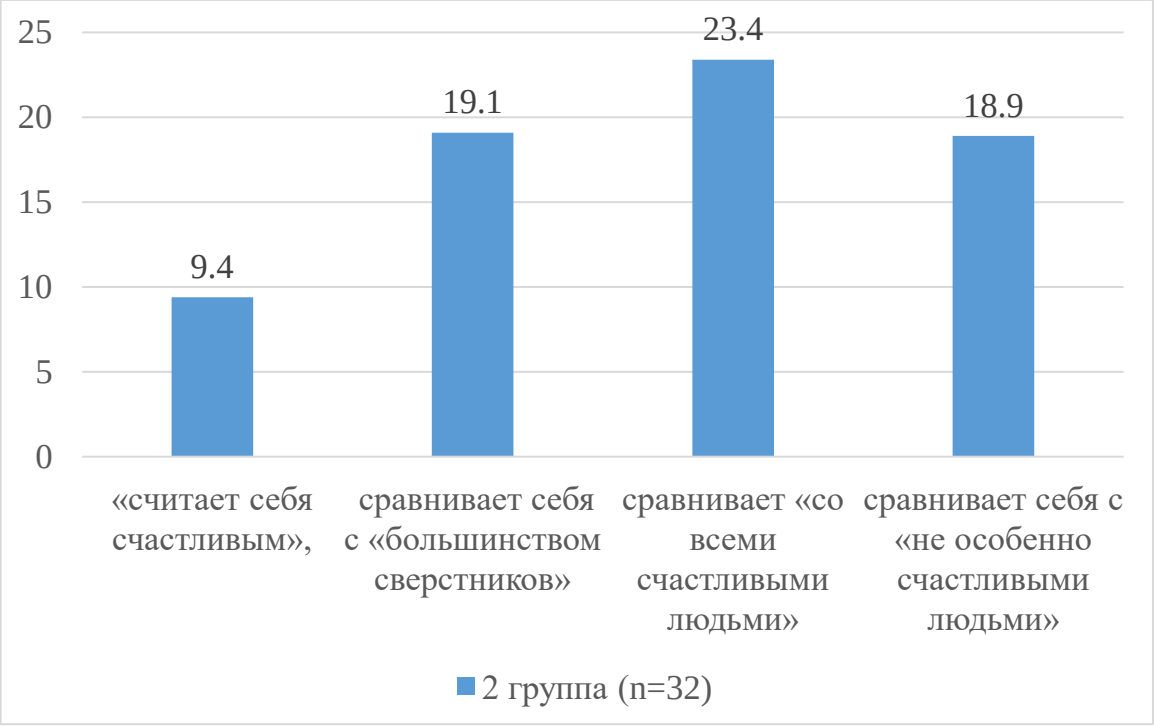

Рисунок 10 – Данные диагностики опросника «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness)

Участники 2 группы (n=32) в свою очередь оценивают свое счастье на низком уровне ($X_{ср}$ = 9,4; U= 65,9; при p≤ 0,01). Подобные глобальные когнитивные оценки собственного счастья влияют и на эмоциональное состояние в целом

При этом следует отметить, что участники 2 группы исследования склонны сравнивать себя с окружающими сверстниками ($X_{ср}$ = 19,1; U= 61,5; при p≤ 0,01), сравнивают себя со всеми счастливыми людьми ($X_{ср}$ = 23,4; U= 62,2; при p≤ 0,01) и не особенно счастливыми людьми ($X_{ср}$ = 18,9; U= 65,5; при p≤ 0,01). На основании данных диагностики следует предположить, что когнитивная оценка собственного счастья по данным шкалам свидетельствует о том, что для ощущения собственного комфорта участникам 2 группы необходимо сверяться с социумом. Их ощущение счастья зависит от социальных оценок.

3.6 Анализ результатов диагностики степени переживания успешности

Из рисунка 11следует, что участники первой группы (n=28) в целом, вы удовлетворены своей жизнью ($X_{ср}$ = 20,2; U= 64,9; при p≤ 0,01). При этом, на основании данных диагностики, можно говорить о наличии стремления улучшить свое положение в большинстве жизненных сфер, например, в работе, учебе или в личной жизни и финансах. Подобные данные могут свидетельствовать о том, что человек более чем удовлетворен своей жизнью, но присутствует сфера, в которой хочется что-то изменить. Данная сфера может восприниматься как направление для роста и развития

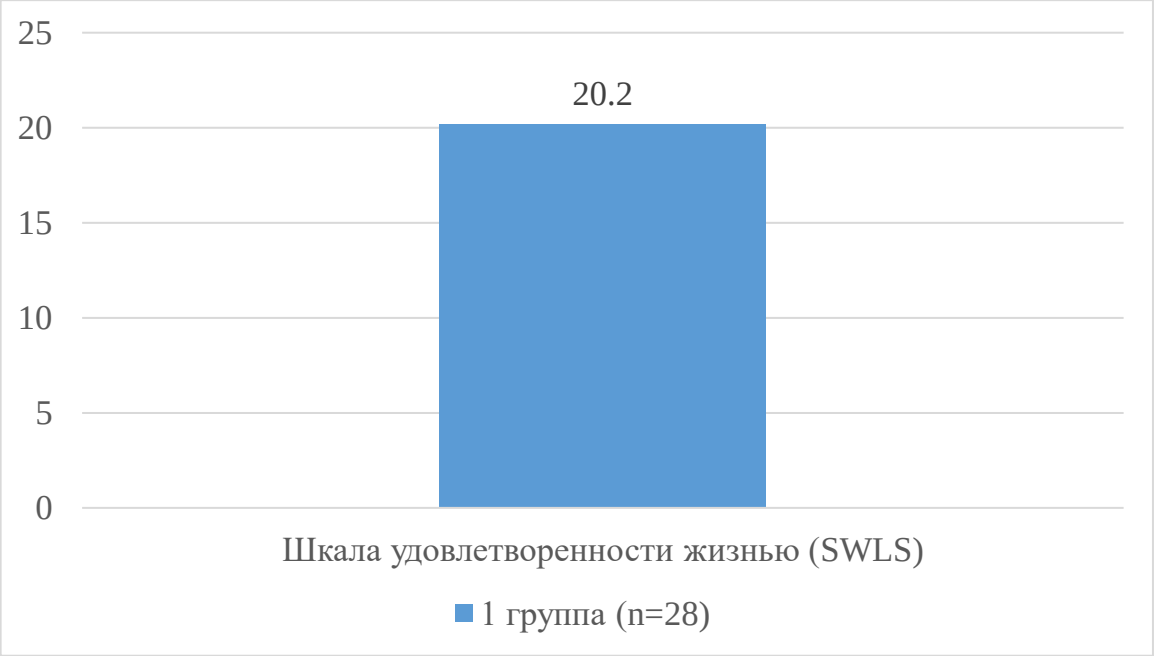

Рисунок 11– Данные диагностики опросника «Шкала удовлетворенности жизни»

Из данных диагностики опросника «Шкала удовлетворенности жизни» представленных на рисунке 12 следует, что участники второй группы исследования(n=32) в целом, не удовлетворены своей жизнью ($X_{ср}$ = 6,4; U= 65,2; при p≤ 0,01).

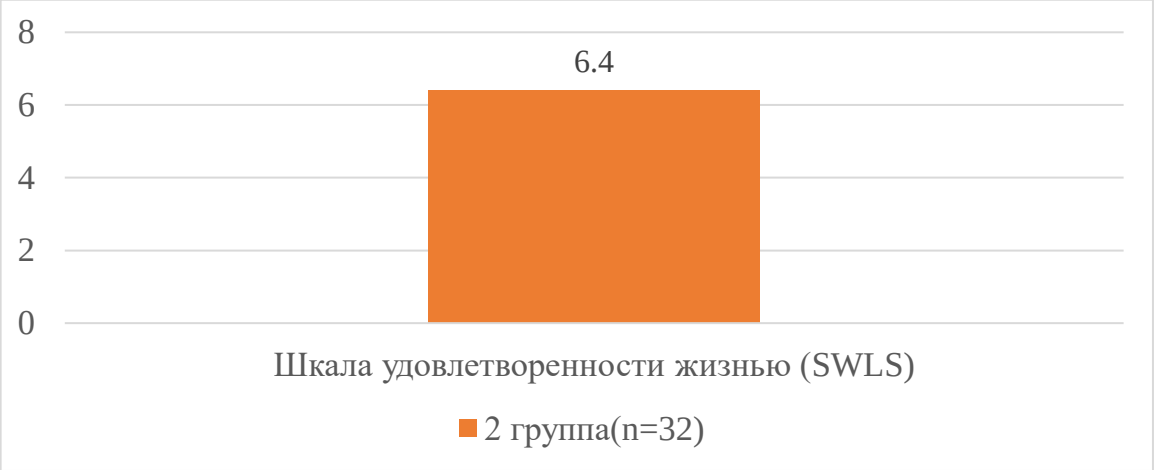

Рисунок 12– Данные диагностики опросника «Шкала удовлетворенности жизни»

Подобные диагностические данные характерны для людей, отреагировавших на достаточно тяжелое событие в их жизни, например, утрата близкого человека или безработица. Также подобный уровень может быть результатом злоупотребления алкоголем или наличием другой зависимости. Подобная неудовлетворенность обозначает, что человек не доволен тем, как идут дела в большинстве его жизненных сфер: работа, учеба, личная жизнь, здоровье, финансы и т.п.

3.7 Сравнительный анализ показателей групп лиц с высоким и низким уровнем благополучия

Одним из заключительных этапов исследования явился сравнительный анализ диагностических данных исследования. Результаты диагностики сопоставлялись по группам, в соответствии с проведенными диагностическими методиками.

Шкала благополучия CPI. Калифорнийского психологического опросника (CaliforniaPsychologicalInventory), отражает, то на сколько испытуемый чувствует

себя благополучно. На основании данных диагностики мы можем говорить о том, что ощущение благополучности в 1 и 2 группе находятся на разном уровне выраженности.Как видно из рисунка 13: 1 группа (n=28), ($X_{ср}$ = 57.8; U=62; при p≤ 0,01), ощущают себя гораздо более благополучными нежели участники 2 группы (n=32) исследования ($X_{ср}$ = 32,4; U=64,4; при p≤ 0,01).

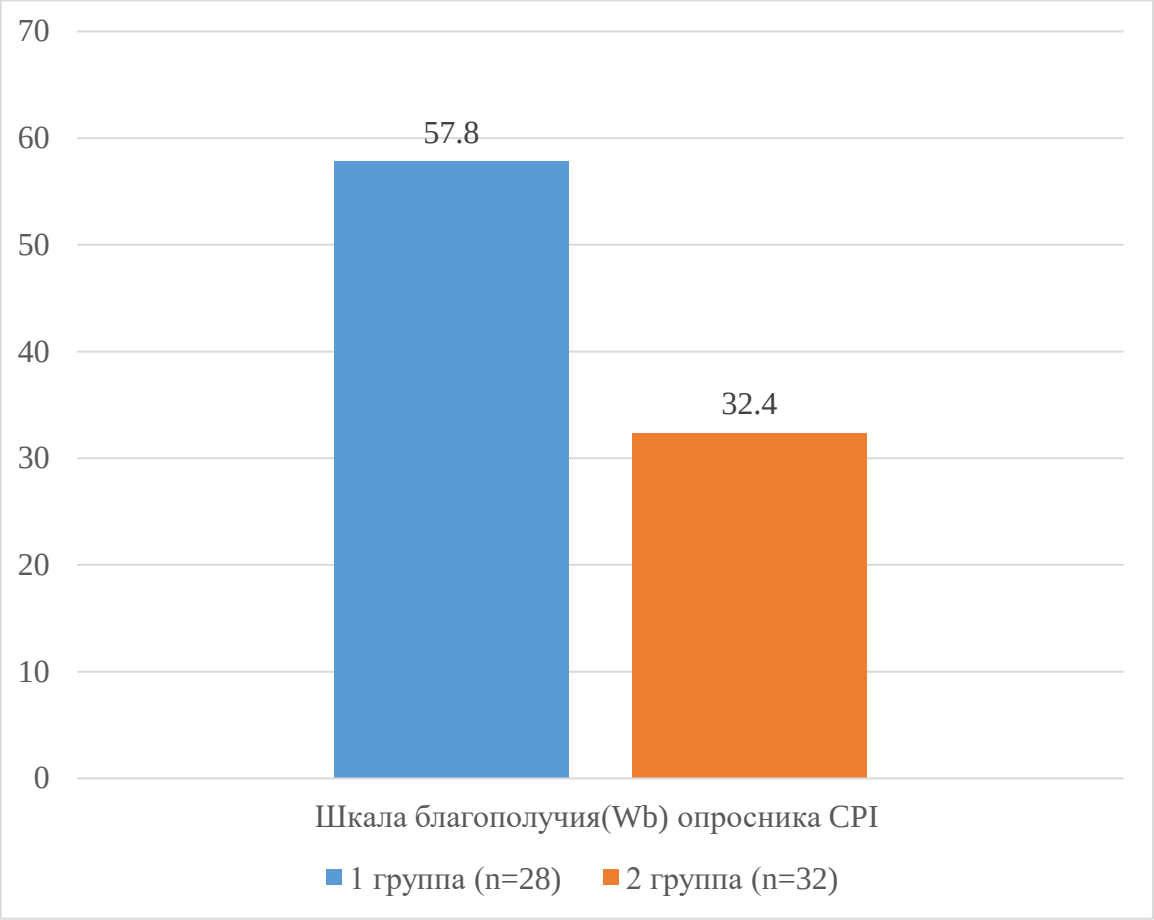

Рисунок 13 – Сравнительный анализ данных диагностики по Шкале благополучия опросника CPI

На основании данных диагностики участников первой группы исследования можно охарактеризовать как уверенных, ощущающих себя комфортно в окружающем мире. При этом участники 2 группы исследования испытывают ощущение не благополучности, вероятно их уровень комфорта в окружающем мире значимо отличается. Следует отметить, что по результатам диагностики участники первой группы более гармонично интегрированы в социум, нежели участники второй.

Диагностический Опросник мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминова, выявил ряд особенностей в определении ведущих мотивов личности у участников 1 и 2 группы исследования.

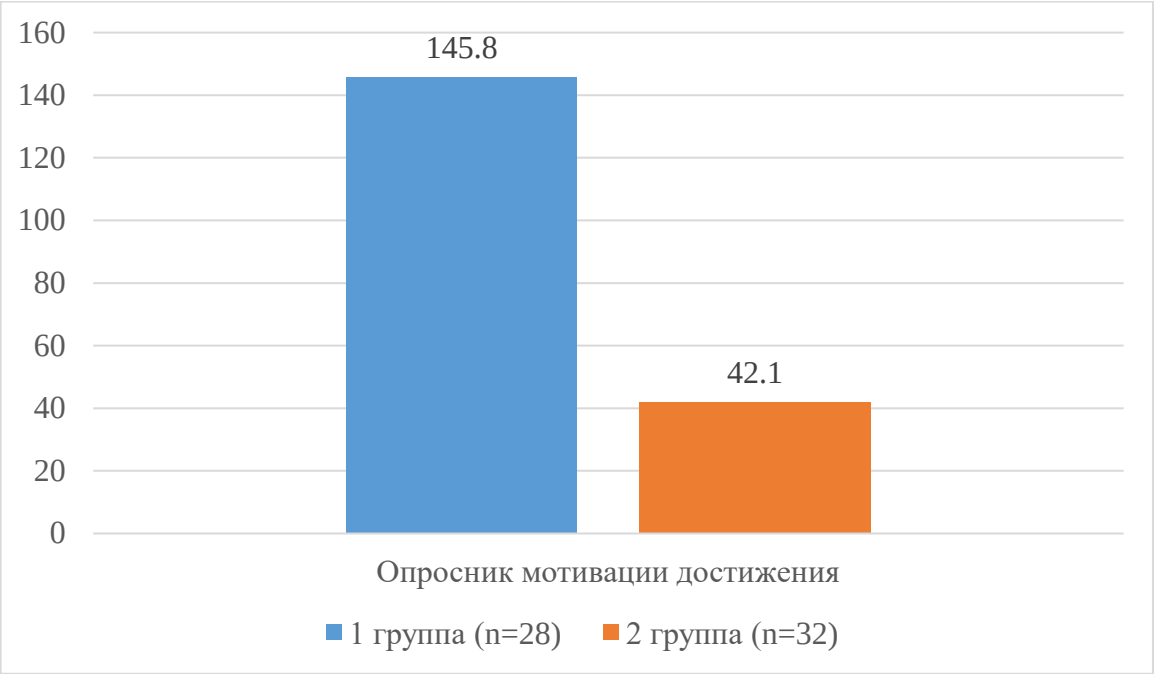

Рисунок 14 – Сравнительный анализ данных диагностики опросника мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминова

Интерпретация полученных после диагностики данных, демонстрирует следующие результаты (Рисунок 14). Ведущий личностный мотив участников первой и второй группы имеет существенные статистически значимые отличия. В 1 группе (n=28), преобладает мотив стремления к успеху ($X_{ср}$ = 145,8; U=61,2; при p≤ 0,01). Диагностические данные характеризуют участников как склонных верить в свои силы и совершать попытки достижения желаемой цели несмотря на возможные неудачи. При этом ведущим мотивом участников 2 группы (n=32), является мотив избегания неудач ($X_{ср}$ = 42,1; U= 63,2; при p≤ 0,01). Ведущий мотив характеризует участников группы как склонных избегать принятия решений в сложных и спорных ситуациях. Для стимуляции активности с подобной категорией лиц эффективен отрицательный стимул – наказание. Вера в собственный успех находится на очень низком уровне. Вышеприведенные диагностические данные характеризуют участников 1 группы как более склонных

предпринимать новые ранее неопробованные решения и брать на себя ответственность за них.

С помощью методики Опросник субъективного контроля(УСК) Дж. Роттераможно оценить уровень субъективного контроля над разнообразными ситуациями, другими словами, определить степень ответственности человека за свои поступки и свою жизнь.

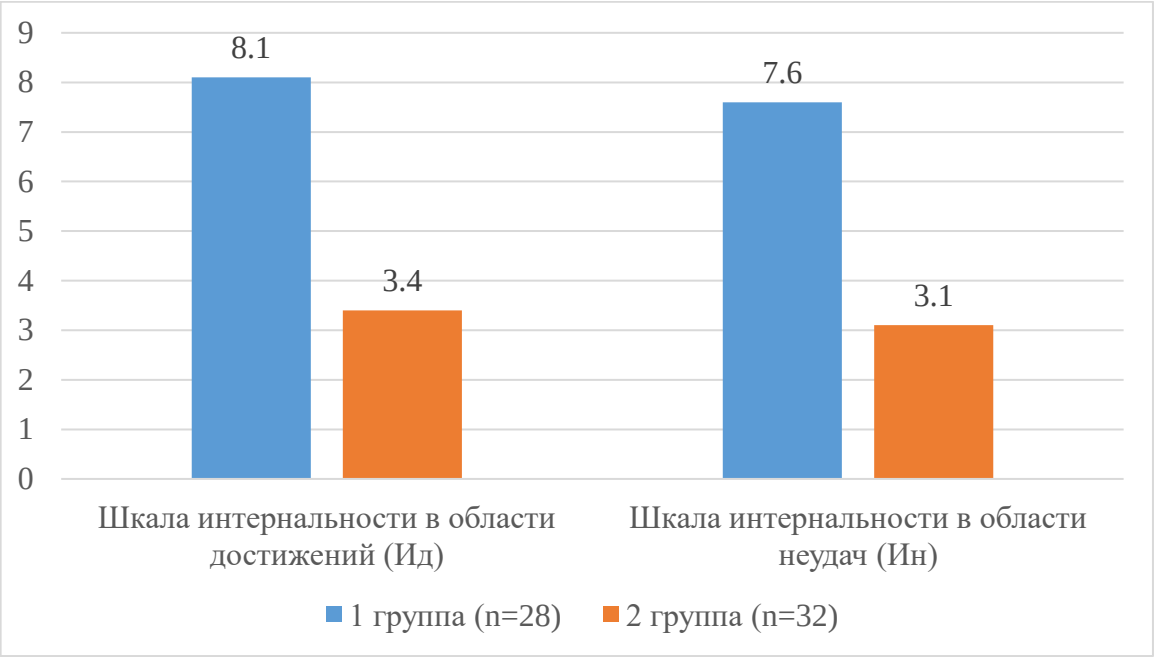

Рисунок 15– Сравнительный анализ данных диагностики по методике «Опросник субъективного контроля(УСК)» Дж. Роттера

Приведенные в рисунке 15 данные утверждают, что диагностика по методике Опросник субъективного контроля(УСК) Дж. Роттера, выявила значимые отличия между участниками 1 и 2 группы исследования. Показатели, полученные участниками 1 группы (n=28) по шкале Ид ($X_{ср}$ = 8,1; U= 65,9; при p≤ 0,01) характеризуют их как лиц с высоким уровнем субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями. Участники 1 группы склонны считать, что они добились сами всего хорошего, что было и есть в их жизни, и что они способны с успехом преследовать свои цели в будущем. Участники 2 группы (n=32) исследования ($X_{ср}$ = 3,4; U= 62,8; при p≤ 0,01),

напротив склонны приписывать свои успехи, достижения и радости внешним обстоятельствам – везению, счастливой судьбе или помощи других людей.

Показатели по шкале Ин участников 1 группы (n=28) свидетельствуют о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям ($X_{ср}$ = 7,6; U= 61,2; при p≤ 0,01), что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неудачах, неприятностях и страданиях. Участники 2 группы (n=32), по результатам диагностики охарактеризовали себя противоположным образом. На основании данных сравнительного анализа данных диагностики они зарекомендовали себя как склонные приписывать ответственность за разнообразные неудачи и неприятности, другим людям или считать их результатом невезения ($X_{ср}$ = 3,1; U= 60,9; при p≤ 0,01).

Анализ данных опросника атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ), также установил наличие статистически значимых отличий между участниками 1 и 2 группы.

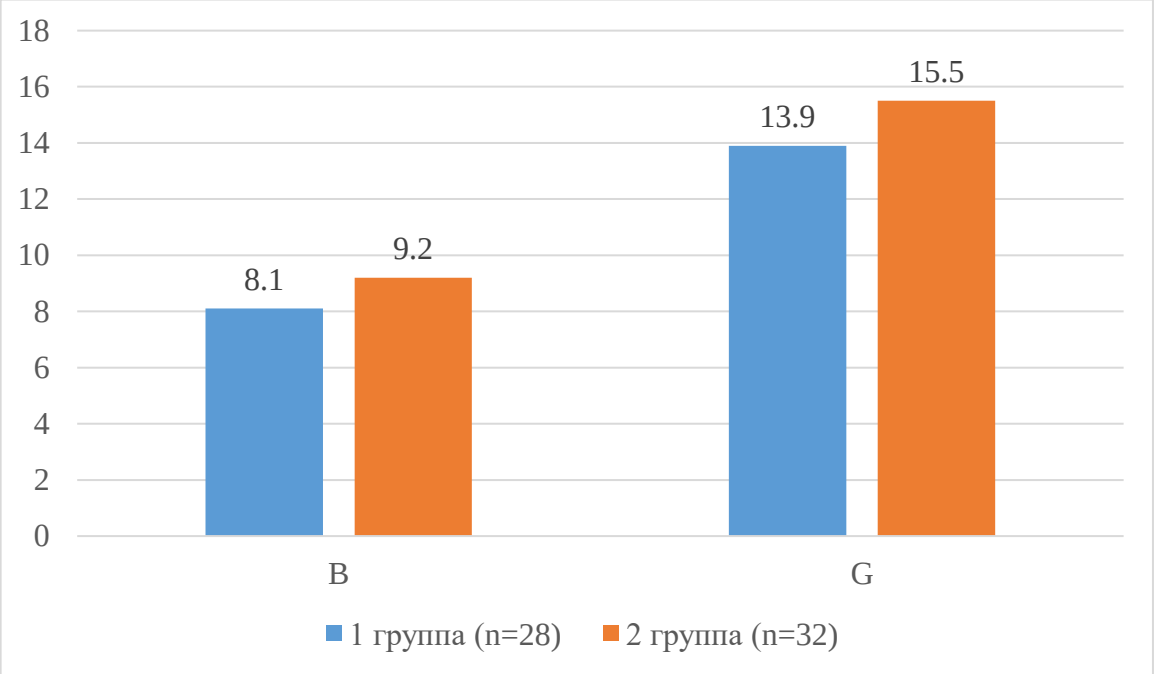

Рисунок 16 – Сравнительный анализ данных диагностики опросника атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ)

Сравнительный анализ диагностических данных опросника дает представление о том, что участники 1 группы (n=28), умеренно оптимистично

оценивают негативные события, происходящие в их жизни ($X_{ср}$ = 8,1; U= 64,9; при p≤ 0,01), в то время как участники 2 группы (n=32) склонны воспринимать неудачи более пессимистично ($X_{ср}$ = 9,2; U= 62,8; при p≤ 0,01). Благоприятные события участники 1 группы воспринимают с оптимизмом и относятся к ним как к собственным заслугам ($X_{ср}$ = 13,9; U= 62,5; при p≤ 0,01). Сравнительный анализ данных диагностики показал, что участники 2 группы выражают высокий оптимизм при оценке благоприятных событий собственной жизни ($X_{ср}$ = 15,5; U= 66,4; при p≤ 0,01). Возможно уровень положительных эмоций, испытываемых от успеха связан с отсутствием уверенности в себе и своих силах повторить подобное.

Опросник «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness) позволяет оперативно провести самооценку полноты индивидуального счастья.

Кроме того, содержание вопросов свидетельствует о том, что опросник направлен на выявление такого параметра благополучия, как глобальная когнитивная оценка счастья.

Как видно из рисунка17 сравнительный анализ диагностических данных первой и второй группы исследования выявил статистически значимые отличия.

Участники первой группы (n=28), считают себя счастливыми, их глобальная когнитивная оценка собственного счастья достаточно высока ($X_{ср}$ = 22,1; U= 68,5; при p≤ 0,01). Участники 2 группы (n=32) в свою очередь оценивают свое счастье на низком уровне ($X_{ср}$ = 9,4; U= 65,9; при p≤ 0,01). Подобные глобальные когнитивные оценки собственного счастья влияют и на эмоциональное состояние в целом.

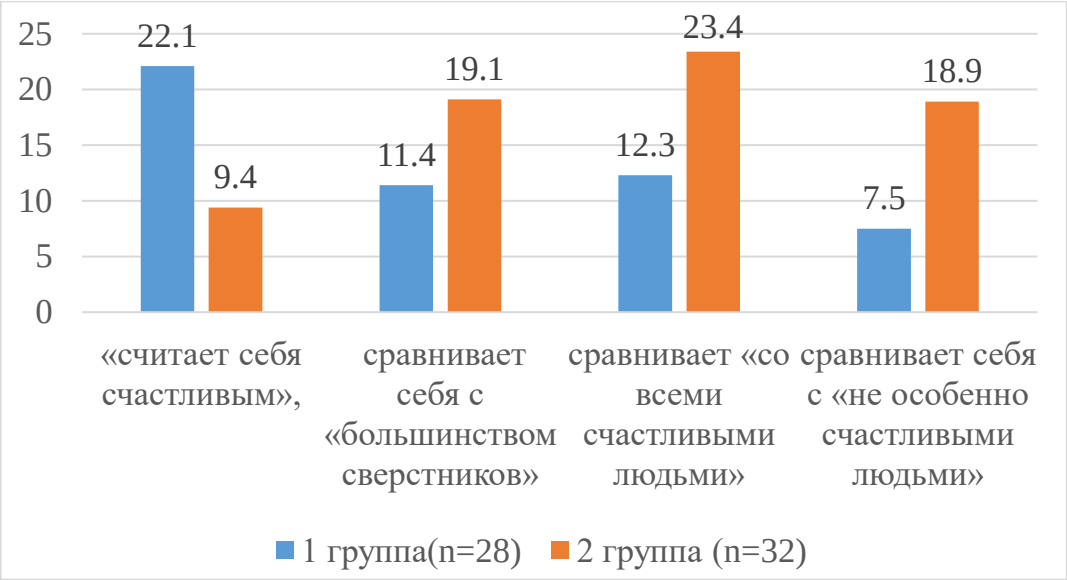

Рисунок 17– Сравнительный анализ данных диагностики опросника «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness)

При этом следует отметить, что участники 2 группы исследования склонны сравнивать себя с окружающими сверстниками ($X_{ср}$ = 19,1; U= 61,5; при p≤ 0,01), сравнивают себя со всеми счастливыми людьми ($X_{ср}$ = 23,4; U= 62,2; при p≤ 0,01) и не особенно счастливыми людьми ($X_{ср}$ = 18,9; U= 65,5; при p≤ 0,01). На основании данных диагностики следует предположить, что когнитивная оценка собственного счастья по данным шкалам свидетельствует о том, что для ощущения собственного комфорта участникам 2 группы необходимо сверяться с социумом. Их ощущение счастья зависит от социальных оценок.

Участники 1 группы (n=32) исследования живут в согласии с социумом и сверяются в своих оценках с ним, но результаты диагностики по шкалам опросника «Мера субъективного счастья» С. Любомирской не превысили зоны средних значений. Участники первой группы сверяют свои когнитивные оценки счастья с окружающим миром, но оценка от него не зависит.

Из рисунка 18следует, что сравнительный анализ выявил ряд статистически значимых отличий между первой и второй группой исследования.

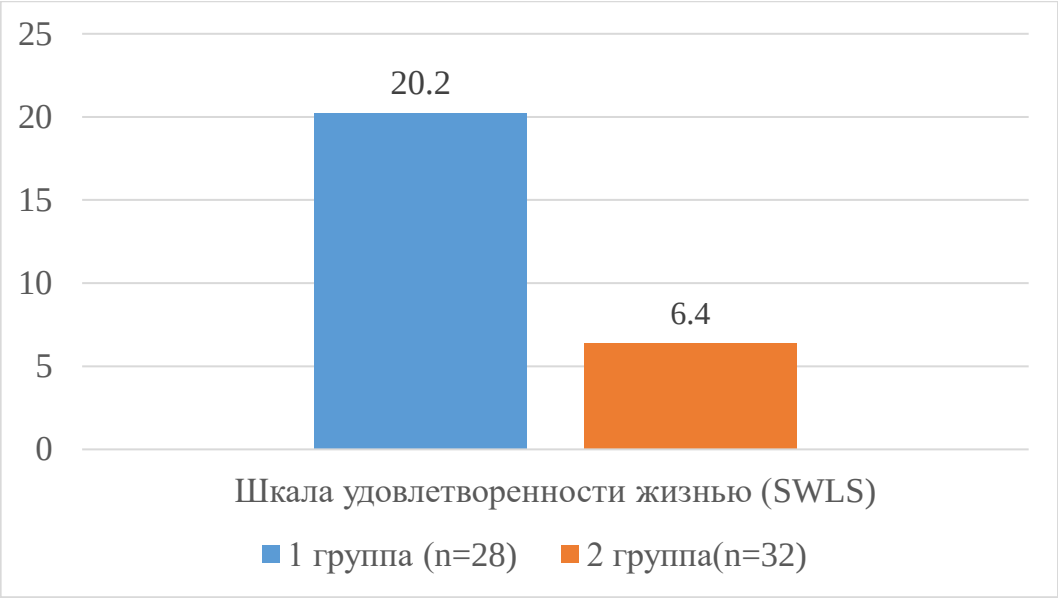

Рисунок 18– Сравнительный анализ данных диагностики опросника «Шкала удовлетворенности жизни»

Участники первой группы (n=28) в целом, удовлетворены своей жизнью ($X_{ср}$ = 20,2; U= 64,9; при p≤ 0,01). При этом, на основании данных диагностики, можно говорить о наличии стремления улучшить свое положение в большинстве жизненных сфер, например, в работе, учебе или в личной жизни и финансах. Подобные данные могут свидетельствовать о том, что человек более чем удовлетворен своей жизнь, но присутствует сфера, в которой хочется что-то изменить. Данная сфера может восприниматься как направление для роста и развития

Участники второй группы (n=32) в целом, не удовлетворены своей жизнью ($X_{ср}$ = 6,4; U= 65,2; при p≤ 0,01). Подобные диагностические данные характерны для людей, отреагировавших на достаточно тяжелое событие в их жизни, например, утрата близкого человека или безработица. Также подобный уровень может быть результатом злоупотребления алкоголем или наличием другой зависимости. Подобная неудовлетворенность обозначает, что человек не доволен тем, как идут дела в большинстве его жизненных сфер: работа, учеба, личная жизнь, здоровье, финансы и т.п.

3.8 Анализ взаимосвязей личностных характеристик и жизненного благополучия

Данные корреляционного анализа свидетельствуют о наличии взаимосвязи между уровнем жизненного благополучия и ведущим мотивом личности. На основании корреляционного анализа установлено, что мотив избегания неудач не способствует жизненному благополучию. В свою очередь мотив надежды на успех способствует жизненному благополучию человека. Также установлен ряд статистически значимых взаимосвязей, подтверждающих гипотезу исследования о том, что такие личностные характеристики как: стиль атрибуции, стиль субъективного контроля, ведущие мотивы личности оказывают существенное влияние на жизненное благополучие человека.

В таблице 1 представлены данные корреляционного анализа взаимосвязей уровня жизненного благополучия и личностных характеристик участников исследования.

Корреляционный анализ данных подтвердил наличие статистически значимой взаимосвязи между субъективным контролем и уровнем жизненной благополучности. Шкала интернальности в области достижений (Ид) статистически значимо взаимосвязана с жизненным благополучием. Лица склонные считать, что они добились сами всего хорошего, что было и есть в их жизни, характеризующиеся как способные с успехом преследовать свои цели в будущем, чувствуют себя гораздо более благополучными. Показатели по шкале Ин свидетельствуют также, о наличии статистически значимой взаимосвязи между меду такими особенностями как развитое чувство субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неудачах, неприятностях и страданиях.

Таблица 1 – Значимые коэффициенты корреляции между уровнем жизненного благополучия и ранее продиагностированными характеристиками

Продиагностированные характеристики	**Корреляция с уровнем жизненного благополучия (шкала благополучия Wb,**

	CPI)
Опросник мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминова	0,35
Опросник субъективного контроля(УСК) Дж. Роттера • Шкала интернальности в области достижений (Ид) • Шкала интернальности в области неудач (Ин)	 0,79 0,55
Опросник атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ) • B • G	 0,31 0,54
Опросник «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness) «считает себя счастливым»	0,58
Опросник «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера	0,53

Корреляционный анализ данных опросника атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ) установил статистически значимую взаимосвязь между атрибутивным стилем и жизненным благополучием. Лица умеренно оптимистично оценивающие негативные события, происходящие в их жизни, ощущают себя более благополучными.

Корреляционный анализ данных опросника «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness) установил статистически значимую взаимосвязь с шкалой «Уровень жизненного благополучия» (шкала благополучия Wb, CPI). Также установлена статистически значимая взаимосвязь удовлетворенностью жизнью и уровнем жизненного благополучия. Как правило люди, удовлетворенные своей жизнью, ощущают ее благополучной.

3.9 Рекомендации по результатам эмпирического исследования

В данной работе проведен анализ взаимосвязи личностных качеств и жизненного благополучия человека. На основании данных эмпирического исследования можно утверждать, что такие личностные характеристики как:стиль

атрибуции, стиль субъективного контроля и ведущие мотивы личности оказывают существенное влияние на жизненное благополучие человека.

В связи с подтверждением гипотезы исследования эмпирические данные и их анализ могут быть полезны при написании тренингов личностного роста и разработке программы социально-психологической коррекции.

Разработан ряд практических рекомендаций по развитию и формированию жизненной благополучности человека.

1. По результатам диагностики проведенной с помощью опросника «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness)было установлено, что что участники 2 группы исследования склонны сравнивать себя с окружающими сверстниками ($X_{ср}$ = 19,1; U= 61,5; при p≤ 0,01), сравнивают себя со всеми счастливыми ($X_{ср}$ = 23,4; U= 62,2; при p≤ 0,01) и не особенно счастливыми людьми ($X_{ср}$ = 18,9; U= 65,5; при p≤ 0,01). На основании полученных диагностических данных высокий эффект будет иметь ситуации гарантированного успеха. С целью повышения жизненной благополучности необходимо, чтоб выполнялось хотя бы одно полезное для окружающих и приятное для человека дело. Например, оказание помощи кому-то нуждающемуся. Такого рода дело запускает механизм оценивания, происходит как оценивание себя, так и получение обратной связи от окружающих, об их оценках. Более того выполнение подобной задачи стимулирует развитие рефлективности и является началом формирования позитивного отношения к себе.

2. По результатам диагностики проведенной с помощьюопросника атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ) участники 2 группы исследования (n=32) склонны воспринимать неудачи более пессимистично ($X_{ср}$ = 9,2; U= 62,8; при p≤ 0,01). Они выражают высокий оптимизм при оценке благоприятных событий собственной жизни ($X_{ср}$ = 15,5; U= 66,4; при p≤ 0,01). Возможно уровень положительных эмоций, испытываемых от успеха связан с отсутствием уверенности в себе и своих силах повторить

подобное. На основании полученных диагностических данных высокий эффект будет иметь каждодневное выполнение упражнения «Я сегодня себя благодарю за…». Выполнение этого упражнения необходимо сделать каждовечерним ритуалом, что обеспечит не только формирование адекватной самооценки, но и будет способствовать развитию саморефлексии. Необходимо начать выполнение упражнения с одной благодарности и по мере его выполнения увеличивать количество перечислений. Помимо развития рефлексивности данное упражнение формирует способность позитивно мыслить.

3. По результатам диагностики проведенной с помощью методики «Опросник субъективного контроля(УСК)» Дж. Роттераучастники 2 группы исследования(n=32) ($X_{ср}$ = 3,4; U= 62,8; при p≤ 0,01) склонны приписывать свои успехи, достижения и радости внешним обстоятельствам – везению, счастливой судьбе или помощи других людей. По результатам диагностики они охарактеризовали себя как склонные приписывать ответственность за разнообразные неудачи и неприятности, другим людям или считать их результатом невезения ($X_{ср}$ = 3,1; U= 60,9; при p≤ 0,01). С целью повышения жизненной благополучности необходимо выполнять хотя бы одно «рутинное» неприятное дело в неделю. При этом следует вести самоотчеты в которых описывать какие именно личностные качества поспособствовали/помешали выполнению поставленной задачи.

ВЫВОДЫ

1. Анализ отечественных и зарубежных исследований по проблеме взаимосвязи стиля атрибуции субъективного контроля и жизненного благополучия, способствовал выделению основных научных концепций данного исследования.

2. Опираясь на данные анализа литературных источников подобран методологический инструментарий для проведения эмпирического исследования.

3. Для повышения статистической значимости и валидности исследования использовались методы математической статистики: U-критерий Манна — Уитни и метод корреляционного анализа (коэффициенты корреляции Пирсона) с помощью которого устанавливалось наличие статистически значимой взаимосвязи между стилем атрибуции, субъективным контролем и жизненным благополучием человека.

4. Сравнение показателей испытуемых группы «условно благополучных» и «условно не неблагополучных» продемонстрировало диаметральное отличие их между собой по личностным качествам, а также по оценкам своих материальных и социальных характеристик. Судя по всему, благополучные и неблагополучные – это люди с принципиально различными личностными структурами.

5. Результаты корреляционного анализа свидетельствуют о том, что жизненное благополучие человека это сложный психологический феномен взаимосвязанный с таким рядом личностных характеристик как: субъективный контроль, стиль атрибуции, жизненная удовлетворенность и т.д.

6. Результаты математического анализа данных исследования подтверждают гипотезу исследования о том, что такие личностные характеристики как: стиль атрибуции, стиль субъективного контроля, ведущие мотивы личности оказывают существенное влияние на жизненное благополучие человека.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведен анализ основных понятий, использующиеся в отечественной и зарубежной психологии для описания феномена жизненного благополучия человека. В рамках данного исследования благополучие человека– «это положительная эффективность, сочетающаяся с деятельностью»(М. Селигман).

Также, в рамках исследования используется концепция Э. Динера, согласно которой, человек имеет высокий уровень субъективного благополучия, если он в большинстве случаев испытывает удовлетворение от жизни, и только в отдельных ситуациях он переживает неприятные чувства.

Далее был проведен анализ исследований стилей атрибуции и субъективного контроля, как факторов жизненного благополучия. В рамках данного исследования за основу взята концепция Дж. Роттера. Атрибуция рассматривается как процесс приписывания человеком причин своему и чужому поведению и результатам действий.

Для проведения эмпирического исследования выбран следующий диагностический инструментарий:

1. Опросник мотивации достижения А. Мехрабиана (ТМД), в модификации Ш.М. Магомед-Эминовым. Предназначен для диагностики уровня выраженности двух устойчивых мотивов личности (надежды на успех и избегания неудач). Разработаны мужская и женская формы.

2. Опросник субъективного контроля(УСК). Методика является модифицированным вариантом опросника американского психолога Дж. Роттера. Опросник позволяет оценить уровень субъективного контроля над разнообразными ситуациями, другими словами, определить степень ответственности человека за свои поступки и свою жизнь.

3. Шкала благополучия CPI. Калифорнийский психологический опросник (CaliforniaPsychologicalInventory). Методика позволяет эффективно определить индивидуальные особенности личностных характеристик с точки зрения

социального поведения, то есть особенностей, необходимых любому человеку для успешной жизни в обществе.

4. Опросник атрибутивного стиля для взрослых – AttributionalStyleQuestionnaire (ASQ). Опросник позволяет диагностировать стиль атрибутивного поведения у взрослых.

5. Опросник «Мера субъективного счастья» С. Любомирской (Measureofsubjectivehappiness). Позволяет оперативно провести самооценку полноты индивидуального счастья.

6. «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динераисоавторов (Thesatisfactionwiththelifescale). Методика позволяет оценить удовлетворенность жизнью испытуемых.

Для повышения статистической значимости и надежности исследования использовались методы математико-статистической обработки данных: U-критерий Манна — Уитни и метод корреляционного анализа (коэффициенты корреляции Пирсона). Обработка результатов производилась в программе SPSS Statistics16.0.

Гипотеза исследования, о том, что такие характеристики как: стиль атрибуции, стиль субъективного контроля, ведущие мотивы личности оказывают существенное влияние на жизненное благополучие человека, подтверждена.Данные корреляционного анализа свидетельствуют о наличии взаимосвязей уровня жизненного благополучия и личностных характеристик.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Ананьев, Б.Г. Личность, субъект деятельности, индивидуальность / Б.Г. Ананьев. – М.: Директ-Медиа, 2008.- 209 с.

2. Ананьев, Б.Г. О проблемах современного человекознания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001.- С. 131-190.

3. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл. 2-е изд.– СПб.: Питер, 2003.- 271 с.

4. Асмолов, А.Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа / А.Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2001.- 404с.

5. Батурин Н.А. Влияние успеха и неудачи на функциональное состояние человека // Вопросы психологии. – 1984. – С. 131–137.

6. Батурин Н.А. Успех, неудача и результативность деятельности // Психологический журнал. – 1987.– Т.8. –№3 – С. 87–93.

7. Батурин, Н.А. Оценочная функция психики / Н.А. Батурин. – М.: Изд-во Ин-та психологии РАН, 1997.- 306с.

8. Батурин, Н.А. Психология оценивания и оценки: теоретические и прикладные аспекты / Н.А. Батурин, И.В. Выбойщик – Челябинск: Изд. центр ЮУрГУ, 2011.- 243с.

9. Батурин, Н.А. Технология разработки психодиагностических методик / Н.А. Батурин, Н.Н. Мельникова – Челябинск: Изд. центр ЮУрГУ, 2012.- 135с.

10. Бахарева, Н.К. Субъективное благополучие как системообразующий фактор толерантности: автореферат дис. … канд. психол. наук / Н.К. Бахарева. – Хабаровск: Изд-во Дальневосточного института психологии и психоанализа, 2004. – 26 с.

11. Бодунов, М.В. Дифференциальная психофизиология / М.В. Бодунов // Психофизиология / под ред. Ю.И. Александрова.- СПб.: Питер, 2010.- С. 345-358.

12. Бонивелл, И. Ключи к благополучию / И.Бонивелл. – М.: Время, 2009. – 192 с.

13. Бочарова, Е.Е. Стратегии поведения и субъективное благополучие личности / Е.Е. Бочарова // Вопросы общей и социальной психологии. – 2005. – С. 67–75.

14. Бочарова, Е.Е. Соотношение эмоциональных компонентов и когнитивных компонентов субъективного благополучия в разных условиях социализации / Е.Е. Бочарова // Проблемы социальной психологии личности / Под ред. Р.Б. Шамионова. – Саратов: СГУ им. Н.Г. Чернышевского, 2008. – С.41-48.

15. Бочарова, Е.Е. Особенности представлений о своем будущем у подростков, переживающих жизненный кризис / Е.Е. Бочарова, Н.Л. Белопольская // Экспериментальная психология. – 2012. – №3. – С. 58-70.

16. Бояркин, М.Ю. Понятие субъективного благополучия и субъективного неблагополучия / М.Ю. Бояркин, О.А. Долгополова, Д.М. Зиновьева, В.В. Крутова, Е.В. Романенко, Н.С. Субочев, А.В. Юнда // Психологическое и профессиональное благополучие государственных служащих: монография.- Волгоград: Изд-во ФГОУ ВПО «Волгоградская академия гос. службы», 2007.- С. 8 – 17.

17. Буровихина, И.А. Силы характера как ресурсы личности подростка: опыт применения профиля личностных достоинств / И.А. Буровихина, Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин // Психологическая диагностика.- 2007.- №1.- С. 107-127.

18. Бучацкая, М.В. Психологическое благополучие работающих женщин: автореф. дис. … канд. психол. наук / М.В. Бучацкая. – Москва: Изд-во Российского гос. гуман. ун-та, 2006. – 24 с.

19. Ворона, О.А. Ресурс психологического благополучия как фактор устойчивости/уязвимости психики к возникновению психопатологических симптомов у населения различных возрастных групп / О.А. Ворона, С.Ю. Мохова // Психологическая адаптация и психологическое здоровье человека в осложненных условиях жизненной среды. – М.: Изд-во «Академия Естествознания», 2011. – 67 с.

20. Воронина, А.В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы: автореф. дис. … канд. психол. наук / А.В. Воронина. – Томск: Изд-во Томского гос. ун-та, 2002. – 26 с.

21. Водяха, С.А. Современные концепции психологического благополучия личности / С.А. Водяха // Дискуссия.- 2012.- №2 (20) .- С. 133 – 138.

22. Водяха, С.А. Психологическое благополучие учащихся / С.А. Водяха // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве: сб. статей /Составитель: Ю. В. Братчикова. – Екатеринбург: Урал.гос.пед.ун-т., 2013 – С. 5 – 11.

23. Выготский, Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М.: Смысл; Эксмо, 2005.- 182с.

24. Глейман, Г. Основы психологии / Г. Глейман, А. Фридлун, Д. Райсберг- СПб: Изд-во «Речь», 2001.- 1248с.

25. Гончар, С.Н. Субъективное благополучие как условие формирования позитивного подхода к разрешению проблем современной молодежи / С.Н. Гончар // Психологические науки: теория и практика: материалы междунар. науч. конф.— М.: Буки-Веди, 2012. — С. 5-7.

26. Гордеева, Т.О. Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач: Опросник СТОУН / Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, В..Ю. Шевяхова. – М.: Смысл, 2009.- 152с.

27. Гордеева, Т.О. Оптимизм как составляющая личностного потенциала / Т.О. Гордеева // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева.- М.: Смысл, 2011.- 131- 177.

28. Грановская Р.М., Никольская И.М. Защита личности: психологические механизмы.– С-Пб.: Знание, 1999. – 352 с.

29. Григоренко, Е.Ю. Психологическое благополучие студентов и определяющие его факторы / Е.Ю. Григоренко // Проблемы развития территории.- 2009.- №2 (48).- С. 98 – 105.

30. Дауни, М. Эффективный коучинг / М. Дауни. – М.: Добрая книга.- 2008.- 288с.

31. Дашкевич О.В. Влияние оценки результатов деятельности на особенности эмоционального состояния младших школьников // Вопросы психологии. – 1972. – №6. – С.116–123.

32. Джидарьян, И.А. Счастье в представлениях обыденного сознания / И.А. Джидарьян // Психологический журнал. – 2000, Т. 21, №2. – С. 40-48.

33. Дубов, И.Г. Социально-психологические аспекты активности / И.Г. Дубов. — М. ; СПб.: Нестор-История, 2012.- 536 с.

34. Дубовик, Ю.Б. Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте /Ю.Б. Дубовик // Психологические исследования: электрон. науч. журнал.- 2011.- №1(15).- URL: http://psystudy.ru (дата обращения: 04.02.2013).

35. Зелигман М. Как научиться оптимизму. – М.: Персей, – 1997.– 432 с.

36. Иванченко, Г.В. Идея потенциала в науках о человеке: от «человеческого потенциала» к личностному / Г.В. Иванченко, Д.А. Леонтьев, А.В. Плотникова // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева.- М.: Смысл, 2011.- С. 42-58.

37. Корокошко, И.О. Влияние уровня дохода на субъективное благополучие личности (обзор отечественных и зарубежных социально-психологических исследований) / И.О. Корокошко // ПСИХОЛОГИЯ XXI ВЕКА: сборник материалов V международной науч.-практ. конф. молодых ученых.- ТОМ I. СПб: Ленинградский гос. ун-т (ЛГУ), 2009.- Т.1.- С. 329-334.

38. Куликов, Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью // Общество и политика /Ред. В.Ю. Большаков.- СПб.: Изд-во СПб ГУ, 2000.- С. 476-510.

39. Куликов, Л.В. Факторы психологического благополучия Розанова, Т.Г. Тимошенко // Теоретические и прикладные вопросы психологии: материалы юбилейной конф. «Ананьевские чтения – 97». Вып.3. Ч.1. Изд-во СПбГУ – СПб., 1997. – С. 342-350.

40. Лазурский, А.Ф. Избранные труды по психологии / А.Ф. Лазурский – М., 1997.- С. 9-13.

41. Лебедева, А.А. Позитивная психология как альтернатива традиционному клиническому ходу к изучению качества жизни лиц ограниченными возможностями здоровья / А.А. Лебедева // Клиническая психология.- 2012.- №2.- С. 17-28.

42. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность./ А.Н. Леонтьев – М.: Изд-во политической литературы, 1975.- С. 175-188.

43. Леонтьев, Д.А. Введение: личностный потенциал как объект изучения // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева.- М.: Смысл, 2011.- С. 5-11.

44. Леонтьев, Д.А. Мудрость как интегральная характеристика личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева.- М.: Смысл, 2011.- С. 92-106.

45. Леонтьев, Д.А. Позитивная психология – повестка дня нового столетия / Д.А. Леонтьев // Психология. Журнал Высшей школы экономики.- 2012.- Т.9.- №4.- С. 36-58.

46. Ломов, Б.Ф. Системность в психологии / Б.Ф. Ломов. – М.: ИПП; Воронеж: НПО «МОДЭК».- С. 115-150.

47. Лурия, А.Р. Лекции по общей психологии / А.Р. Лурия. – СПб.: Питер, 2006.- 320с.

48. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2008.- С. 109-110.

49. Монусова, Г.А. Субъективное благополучие и возраст: Россия в контексте международных сравнений / Г.А. Монусова // XII Международная научная конференция по проблемам развития экономики и общества (сб. трудов в 4 томах).- М.: Изд. дом ВШЭ, 2012.- Т.3.- С. 98 – 109.

50. Наследов, А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных / А.Д. Наследов. – СПб.: Речь, 2004.- 392 с.

51. Небылицын, В.Д. Психофизиологические исследования индивидуальных различий / В.Д. Небылицын. – М.: Наука, 1976.- 336с.

52. Новак, Н.Г. Основные подходы к определению психологического благополучия личности в современной психологии / Н.Г. Новак // Психологический журнал.- 2008.- №2.- С. 21 – 25.

53. Новая философская энциклопедия: Благо / Под ред. В.С. Стёпина.- М.: Мысль, 2001. – 200с.

54. Орел, В.Е. Исследование влияния содержания деятельности на удовлетворенность трудом / В.Е. Орел, И.С. Шемет // Психологические проблемы рационализации трудовой деятельности. – Ярославль, 1987. – С. 109–116.

55. Осин, Е.Н. Переживание одиночества и отношение к одиночеству как предикторы субъективного благополучия / Е.Н. Осин, З.С. Перлова // Личность как предмет классической и неклассической психологии: материалы XIII Международных чтений памяти Л.С. Выготского / Под общ. ред.: В. Кудрявцев.- М.: РГГУ, 2012.- С. 172-178.

56. Осин, Е.Н. Внутренняя и внешняя профессиональная мотивация как предиктор субъективного благополучия у сотрудников организаций / Е.Н. Осин, Т.Ю. Иванова, Т.О. Гордеева. – М.: Мысль, 2001. – 200с.

57. Паркин, М. Сказки для коучинга: как использовать сказки, истории и метафоры в работе с отдельными людьми и с малыми группами / М. Паркин. – М.: Добрая книга, 2009. – 304с.

58. Петровский, А.В. Теоретическая психология / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – М.: Академия, 2003. – 282-294.

59. Платонов, К.К. О системе психологии / К.К. Платонов. М.: Мысль, 1972.- 216с.

60. Поддьяков, А.Н. Позитивная психология и проблема зла / А.Н. Подъяков // Психологические исследования.-2012. – № 2 (22).- С.1

61. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. – М.: Педагогика, 1986. – Т.1. и Т.2. – 800 с.

62. Diener, E. The satisfaction with life scale / E. Diener, R. Emmons, R. Larsen, S. Griffin //Journal of Personality Assessment.- 1985.- Vol. 49.- P. 71-75.

63. Diener, E. Most people are happy / E. Diener, C. Diener //Psychological Science.- 1996.- № 7. – P. 181-185.

64. Duckworth , A.L., Seligman M.E.P. Self-discipline gives girls the edge: gender in self-discipline, grades, and achievement test scores/ A.L. Duckworth, M.E.P. Seligman // Journal of Educational Psychology.- 2006.- Vol. 98.- No 1.- P. 198–208.

65. Fernandes-Rios, L. A critical review of the history and current status of positive psychology/ L. Fernandes-Rios, J.M. Cornes // Annuary of Clinical and Health Psychology. – 2009.- No 5.- P. 7-13.

66. Fordyce , M. A review of research on the happiness measures: A sixty second index of happiness and mental health / M. Fordyce // Social Indicators Research.- 1988.- Vol. 20.- P. 355-381.

67. Fry P.S. Succes, failure and self – other orientation // J. Psychol.– 2016. – V. 93. – №1. – P. 83–94.

68. Seligman M. E. P. Weiss J. Coping behavior: Learnied help lessness, Physilogical activity, and learned inactivity // Bahav. Res. and Thesorpys. – 1980.– 18, P. 459–512.

69. Seligman, M.E.P. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being./ M.E.P. Seligman. – NY: Free Press, 2011.- 351p.

70. Seligman, M.E.P. Comprehensive soldier fitness and the future of psychology / M.E.P. Seligman, R.D. Fowler // American Psychologist.- 2011.- Vol. 66.- No 1.- P. 82–86.

71. Shernoff, D.J. Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory / D.J. Shernoff, M. Csikszentmihalyi, B. Schneider, E.S. Shernoff// School Psychology Quarterly.- 2003.- Vol. 18.- No 2.- P. 158–176.

72. Silva, M. Paladin didactic tools / M. Silva. – Portugal, Santa Maria da Feira, 2010.- 37 p.

73. Simonton, D.K. Positive psychology at the summit / D.K. Simonton, R.F. Baumeister // Review of General Psychology.- 2005.- Vol. 9.- No. 2.- P. 99–102.

74. Strelau, J. The Strelau Temperament Inventory-Revised (STI-R): theoretical considerations and scale development / J. Strelau, A. Angleitner, J. Bantelmann, W. Ruch // European Journal of Personality.- 1990.- Vol. 4.- P. 209-235.

75. Strelau, J. The Formal characteristics of Behaviour-Temperament Inventory (FCB-TI): theoretical assumptions and scale construction / J. Strelau, B. Zawadzki // European Journal of Personality.- 1993.- No 7.- P. 313-336.

76. Sundararajan, L. Happiness donut: a confucian critique of positive psychology / L. Sundararajan // Journal of Theoretical and Philosophical Psy.- 2005.- Vol. 25.- No. 1.- P. 35-60.

77. Van Den Berg, P.T. Temperamental factors in the execution of interrupted editing tasks / P.T. Van Den Berg, R.A. Roe, F.R.H. Zijlstra, I. Krediet // European Journal of Personality.- 1996.- Vol. 10.- P.233-248.

78. Van Heck, G. Personality, temperament and homesickness /G.Van Heck, A. Vingerhoets, A. Voolstra, I. Gruijters, H. Thijs, M. Van Tilburg // Psychological aspects of geographical moves. Homesickness and acculturation stress.- Amsterdam University Press; Amsterdam Academic Archive, 2005.- P. 161-178.