

Дубровина Светлана Валериевна

канд. психол. наук, старший преподаватель

Воронова Татьяна Анатольевна

д-р психол. наук, заведующая кафедрой

Чепурко Юлия Владиславовна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный

медицинский университет»

Минздрава России

г. Иркутск, Иркутская область

ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ ПРИ РАЗЛИЧНОМ УРОВНЕ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ КАЧЕСТВОМ ЖИЗНИ

***Аннотация:** авторами доказывается актуальность изучения особенности психических состояний при различном уровне удовлетворенности качеством жизни. Новизна исследования заключается в том, что авторами были изучены доминирующие психические состояния у респондентов с различной степенью удовлетворенности качеством жизни, а также особенности переживания доминирующих характеристик психических состояний у мужчин и женщин.*

***Ключевые слова:** психические состояния, удовлетворенность качеством жизни, доминирующие психические состояния, оценка качества жизни, субъективное благополучие, субъективное переживание.*

Понятие «удовлетворенность жизнью» трактуется неоднозначно в научной психологии. Удовлетворенность жизнью часто рассматривается в психологической и социологической науках в контексте качества жизни. В то же время, удовлетворенность жизнью трактуется как обобщённое переживание своего бытия, синонимом которого выступает понятие счастья. Удовлетворенность выступает как характеристика внутреннего мира личности, как субъективное переживание. Удовлетворенность качеством жизни и субъективное благополучие складываются из нескольких составляющих: экономического благополучия, степени

удовлетворенности индивида социально-коммуникативными аспектами жизни, удовлетворенности условиями труда и отдыха, удовлетворенности личной безопасностью, экологической обстановкой, политической ситуацией и благополучием в семье [1].

Особый интерес в плане анализа удовлетворенности жизнью представляет период взрослости, так как он является периодом расцвета личности, самоактуализации, достижений. Недостаточный уровень материальной обеспеченности, бытовая неустроенность, ощущение переломного момента жизни, трудности в профессиональной карьере могут быть причинами возникновения у взрослых людей неудовлетворенности жизнью в целом, процессом самореализации. Такие переживания усугубляются характерной для многих из них недостаточной активностью, малой готовностью к изменению жизненной ситуации в желаемой направлении и как следствие возникают различные негативные психические состояния, дезорганизующие деятельность субъекта. Психические состояния играют большую роль в жизни человека [2; 3]. Являясь важнейшей частью психической регуляции, они влияют на все сферы жизни человека, в том числе на его поведение, поступки, продуктивность и эффективность работы [4]. Поэтому изучение специфики психических состояний при различном уровне удовлетворенностью качеством жизни представляется нам весьма обоснованным и актуальным.

Целью исследования явилось выявление особенностей психических состояний при различном уровне удовлетворенности качеством жизни у мужчин и женщин. Диагностика уровня качества жизни осуществлялась с помощью методики «Оценка качества жизни» З.Ф. Дудченко; для оценки уровня удовлетворенности качеством жизни использовалась методика «Оценка качества жизни» Н.Е. Водопьянова; изучение характеристик доминирующих психических состояний проводилось с помощью методики «Доминирующее состояние» Л.В. Куликова.

Исследование проводилось в 2018 году. В исследовании принимали участие лица мужского и женского пола в количестве 46 человек (50% мужчин и

50% женщин) в возрасте 30–45 лет, которые проживают и работают в городе Иркутске.

Сравнительный анализ особенностей психических состояний у мужчин и женщин с позиции удовлетворенностью качеством жизни, с применением статистического критерия Н – критерия Крускала – Уоллиса, показал достоверные различия.

Так, при высоком уровне удовлетворенностью качеством жизни мужчины и женщины в большей степени проявляют активность, чем мужчины и женщины с низкой удовлетворенностью жизни, у которых более выражено пессимистическое настроение ($H = 7,119, p = 0,001$). Также у женщин и мужчин с высоким индексом удовлетворенности жизнью повышен тон настроения, в то время как мужчины и женщины с низким индексом проявляют пониженный тон настроения ($H = 4,584, p = 0,041$). В поведении мужчин и женщин с высоким индексом преобладает раскованность, а с низким – проявляется большее вовлечение ресурсов и повышенная напряженность ($H = 6,719, p = 0,022$). Мужчины и женщины с высоким уровнем удовлетворенностью жизнью в целом присутствует. У испытуемых разного пола с низким индексом присутствует неудовлетворенность текущей жизненной ситуацией, ($H = 14,424, p = 0,000$). Положительный образ себя также выражен при высоком индексе удовлетворенности жизнью как у мужчин, так и у женщин, в то время как нестабильность самооценки больше проявляется у мужчин, чем у женщин при низком индексе ($H = 5,247, p = 0,05$). Причем у мужчин с низкой удовлетворенностью жизнью оценка себя ниже, чем у женщин этой группы.

Таким образом, что женщины в большей степени удовлетворены ходом своей жизни, им присущ высокий уровень удовлетворенности качеством жизни. И, соответственно, меньшей части женщин и большей части мужчин свойственен низкий уровень удовлетворенности качеством жизни.

Для мужчин и женщин с низким уровнем удовлетворенности качеством жизни характерны отрицательные характеристики доминирующих психических состояний такие, как пессимистичность, пониженный тон настроения, большее

вовлечение ресурсов, напряженность, неудовлетворенность ходом жизни. В группе с низким уровнем удовлетворенности качеством жизни, самооценка мужчин ниже, чем самооценка женщин.

Для мужчин и женщин с высоким уровнем удовлетворенности качеством жизни характерны такие положительные характеристики доминирующих психических состояний, как активность, оптимизм, хорошее настроение, нормальная работоспособность.

Список литературы

1. Дубровина С.В. Взаимосвязь внутренних ресурсов личности и удовлетворенности качеством жизни у педагогов [Текст] / С.В. Дубровина, И.В. Дрейзин // Теория и практика общественного развития. – 2015. – №21. – С. 335–337.
2. Климонтова Т.А. Характеристика психических состояний при различном уровне жизнестойкости личности [Текст] / Т.А. Климонтова, Ю.В. Чепурко // Известия Иркутского государственного университета. – 2016. – Т. 18. – С. 32–37.
3. Прохоров А.О. Ментальные репрезентации психических состояний: к постановке проблем [Текст] / А.О. Прохоров // Психология психических состояний сборник материалов по итогам IX Международной зимней школы по психологии состояний. Ответственный редактор: Л.В. Артищева. – 2015. – С. 6–8.
4. Чепурко Ю.В. Взаимосвязь психических состояний и жизнестойкости у студентов первого курса [Текст] / Ю.В. Чепурко // Вестник Иркутского государственного технического университета. – 2015. – №1 (96). – С. 314–317.