

Санкт-Петербургский государственный университет

ФЕДОТОВА Елизавета Евгеньевна

Выпускная квалификационная работа

Мотивационно-смысловая направленность на достижение успеха и субъективное благополучие в ранней взрослости

Уровень образования: магистратура

Направление *37.04.01 «Психология»*

Основная образовательная программа *20.М06-пс «Психология развития»*

Научный руководитель:

к.пс.н., доцент кафедры психологии
развития и дифференциальной психологии
Манукян Виктория Робертовна

Рецензент:

к.пед.н., доцент кафедры прикладной
социальной психологии и конфликтологии
Санкт-Петербургского государственного
института психологии и социальной работы
Агафонова Вера Владимировна

Санкт-Петербург,
2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

АННОТАЦИЯ	4
ВВЕДЕНИЕ	6
ГЛАВА 1. Теоретический обзор по проблеме мотивационно-смысловой направленности на успех и субъективного благополучия в ранней взрослости	9
1.1. Подходы к изучению мотивационно-потребностной сферы личности... 9	
1.2. Ценностно-смысловая сфера личности: структура и функции..... 17	
1.3. Подходы к изучению субъективного благополучия	25
1.4. Психологическая характеристика периода ранней взрослости в современном обществе..... 29	
ГЛАВА 2. Методы и организация исследования мотивационно-смысловой направленности на успех и субъективного благополучия в ранней взрослости	37
2.1. Программа исследования..... 37	
2.2. Описание выборки исследования	38
2.3. Методы и методики исследования	38
2.3. Математико-статистические методы обработки данных..... 40	
ГЛАВА 3. Результаты исследования и их обсуждение	41
3.1. Результаты исследования..... 41	
3.1.1. Иерархия ценностно-смысловых предпочтений в ранней взрослости	41
3.1.2. Типы ценностно-смысловых предпочтений	48
3.1.3. Мотивация достижения и смысловые характеристики ориентации на успех в разных жизненных сферах	51
3.1.4. Соотношение значимости и степени достижения успеха в различных жизненных сферах	61
3.1.4. Представления молодых взрослых о соотношении успеха и счастья 65	
3.1.5. Общая характеристика субъективного благополучия в период ранней взрослости	68
3.1.6. Взаимосвязи ценностно-смысловых факторов с компонентами мотивационной сферы и субъективным благополучием	70
3.1.7. Вклад ценностно-смысловых и мотивационных факторов в достижение субъективного благополучия в ранней взрослости	77

3.2. Обсуждение результатов.....	85
ВЫВОДЫ.....	94
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	98
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	100
ПРИЛОЖЕНИЕ А.....	108
ПРИЛОЖЕНИЕ Б.....	110

АННОТАЦИЯ

Для изучения особенностей мотивационно-смысловой направленности на достижение успеха и ее вклада в субъективное благополучие в период ранней взрослости были опрошены 98 молодых взрослых 18-27 лет ($M=21$). Измерялись: важность и достижение жизненных стремлений (опросник Деси и Райна), индивидуальные ценности (опросник Шварца), мотивация достижения (опросник Мехрабиана), удовлетворенность жизнью (опросник Мельниковой), счастье (шкала Фордиса), самооценка успеха, представления об успехе и счастье, смысловые характеристики успеха в различных жизненных сферах (анкета). Методы математико-статистической обработки: описательные статистики, частотный анализ, критерий Колмогорова-Смирнова, Т-критерий Вилкоксона, U-критерий Манна-Уитни, Т-критерий Стьюдента для независимых выборок, Н-критерий Краскела-Уоллиса, однофакторный дисперсионный анализ, факторный анализ, корреляционный анализ, регрессионный анализ, контент-анализ. Результаты: мотивация достижения выше у мужчин ($T=-4,203$, $p\leq 0,01$), у них также выше важность самостоятельности в мыслях и поступках ($0,01\leq p\leq 0,05$). Женщины более склонны к конформизму как соблюдению правил, так и сохранению отношений ($0,01\leq p\leq 0,05$) и универсализму, включая заботу о природе и толерантность ($0,01\leq p\leq 0,05$). Факторный анализ выявил 5 типов ценностно-смысловых предпочтений (дисперсия 57,5%), из которых «Самопреодоление и внутренние стремления» ($r=0,220$, $p\leq 0,05$), «Открытость изменениям» ($r=0,416$, $p\leq 0,01$) и «Самосохранение и гедонизм» ($r=-0,262$, $p\leq 0,01$) взаимосвязаны с мотивацией достижения. Регрессионный анализ выявил предикторы удовлетворенности жизнью (дисперсия 23%): степень достижения внутренних стремлений ($\beta=0,247$), мотивация достижения ($\beta=0,239$) и мотивационное напряжение из-за внешних стремлений ($\beta=-0,197$). Ценностно-смысловые факторы не имеют прямого влияния на удовлетворенность жизнью, а взаимосвязаны с ней опосредованно, через мотивацию.

ABSTRACT

Motivational and semantic orientation to achieving success and subjective well-being in early adulthood

In order to study the features of the motivational and semantic orientation to achieving success and its contribution to subjective well-being in early adulthood, 98 young adults aged 18 to 27 ($M=21$) took part in the study. Constructs and methods: importance and achievement of life aspirations (Aspiration Index by Deci and Ryan), individual values (Schwartz Value Survey), motivation to achieve success (Mehrabian Achieving Tendency Scale), life satisfaction (Life Satisfaction Questionnaire by Melnikova), happiness (Fordyce scale), self-assessment of success, ideas about success and happiness, semantic characteristics of success in different areas of life (author's questionnaire). Methods of mathematical and statistical processing: descriptive statistics, frequency analysis, Kolmogorov-Smirnov test, Wilcoxon T-test, Mann-Whitney U-test, independent-samples T-test, Kruskal-Wallis H-test, analysis of variance ANOVA, factorial analysis, correlation analysis, regression analysis, content analysis. Results: men have higher achievement motivation ($T=-4.203$, $p\leq 0.01$), the importance of independence in thoughts and actions ($0.01\leq p\leq 0.05$). Women place greater emphasis on conformism, including respecting rules and maintaining relationships ($0.01\leq p\leq 0.05$) and universalism, including concern for nature and tolerance ($0.01\leq p\leq 0.05$). Factor analysis revealed 5 types of value-semantic preferences (dispersion 57.5%), of which "Self-transcendence and internal aspirations" ($r=0.220$, $p\leq 0.05$), "Openness to change" ($r=0.416$, $p\leq 0.01$) and "Conservation and hedonism" ($r=-0.262$, $p\leq 0.01$) are associated with achievement motivation. Regression analysis revealed predictors of life satisfaction (variance 23%): the degree of achievement of internal aspirations ($\beta=0.247$), achievement motivation ($\beta=0.239$) and motivational stress due to external aspirations ($\beta=-0.197$). Value-semantic factors don't have a direct impact on life satisfaction, but are interrelated with it indirectly, through motivation.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность данного исследования обусловлена наличием разных научных представлений о важности осуществления самостоятельного выбора жизненных ориентиров с учетом широкого круга врожденных потребностей и усвоенных в обществе ценностей, также влияющих на содержание целей, которые мало изучены с точки зрения взаимосвязи успешности их достижения и субъективного благополучия личности.

Помимо этого, в обществе есть противоречие между наличием определенных эталонов жизнедеятельности, связанных с соблюдением ценностей высшего порядка, и одновременной трансляцией широкого круга возможностей, доступных при реализации тех целей, которые, как принято считать, создают видимость благополучия, но не ведут к его переживанию.

Учитывая это, изучение особенностей мотивации, направленной на жизненный успех (и в том числе исследование ее источника, силы и содержания), является, на наш взгляд, очень важным, особенно при рассмотрении процесса достижения целей (включая их постановку и получение некоего результата) в качестве одного из критериев самооценки удовлетворенности жизнью и счастья.

Таким образом, проблема настоящего исследования состоит в изучении степени, в которой разная смысловая направленность на успех способствует или препятствует субъективному благополучию личности в период ранней взрослости.

Несмотря на популярность рассматриваемых феноменов, новизна данного исследования состоит в том, что в нем содержится не только обособленный анализ взаимосвязи субъективного благополучия с разными мотивационно-смысловыми компонентами, но также и попытка сопоставить вклад интенсивности стремления к достижению успеха и содержания жизненных целей в переживание благополучия в период ранней взрослости. Кроме того, в данном исследовании, в отличие от многочисленных работ по

схожей проблематике, особенности мотивационно-смысловой направленности на успех исследуются не только в рамках учебного и трудового процесса, но также и применительно к жизни в целом, что создает простор для изучения факторов субъективного благополучия личности в разных возможных контекстах.

Объект исследования: мотивационно-смысловая направленность личности.

Предмет исследования: мотивационно-смысловая направленность на достижение успеха в контексте субъективного благополучия в период ранней взрослости.

Цель исследования – изучение особенностей мотивационно-смысловой направленности на достижение успеха и ее вклада в переживание субъективного благополучия в ранней взрослости.

Задачи исследования:

1. Изучить иерархию и типы ценностно-смысловых предпочтений в период ранней взрослости.
2. Изучить уровень выраженности мотивации достижения и смысловые (качественные) характеристики ориентации на успех в различных жизненных сферах
3. Изучить особенности субъективного благополучия (удовлетворенность жизнью, счастье) в период ранней взрослости
4. Изучить особенности ценностно-смысловых предпочтений, мотивации достижения и субъективного благополучия у молодых взрослых разного пола, с разной учебной и трудовой занятостью.
5. Изучить соотношение счастья и успеха в представлении молодых взрослых
6. Оценить вклад ценностно-смысловых и мотивационных факторов в достижение субъективного благополучия в ранней взрослости, изучить взаимосвязи этих показателей

Гипотезы исследования:

1. Существуют достоверные различия в ценностно-смысловой направленности на успех и мотивации достижения у молодых взрослых разного пола, с разной учебной и трудовой занятостью.
2. Особенности ценностно-смысловой направленности и мотивации достижения, в разной степени включающие важность достижения успеха, взаимосвязаны с показателями субъективного благополучия (счастьем и удовлетворенностью жизнью) неравнозначно.
3. Субъективное благополучие в период ранней взрослости обусловлено особенностями мотивации достижения в большей мере, чем ценностно-смысловой направленностью личности.

ГЛАВА 1. Теоретический обзор по проблеме мотивационно-смысловой направленности на успех и субъективного благополучия в ранней взрослости

1.1. Подходы к изучению мотивационно-потребностной сферы личности

Анализируя различные подходы к мотивации, отметим, что в отечественной психологии теоретическая проработка данного понятия осуществлялась преимущественно в русле деятельностного подхода, в основу которого было положено определение деятельности как «динамической системы взаимодействий субъекта с миром, в процессе которых происходит возникновение и воплощение в объекте психического образа и реализация опосредствованных им отношений субъекта в предметной действительности» (Асмолов, 1990, с. 101).

Согласно А.Г. Асмолову, взаимодействие человека с миром отличается предметностью и субъектностью. Предметность деятельности в ее развитой форме заключается в социальной обусловленности – зависимости от установленных в обществе норм и ценностей, регулирующих жизнь людей. Субъектность деятельности заключается в том, что ее направленность и избирательность обусловлены рядом особенностей субъекта, в том числе его потребностями, установками, эмоциями, целями и мотивами (Асмолов, 1990).

Становление понятия «мотив» в психологической теории деятельности А.Н. Леонтьева сопровождалось решением проблемы о его соотношении с таким понятием как «потребность».

Согласно автору, «наличие потребности составляет необходимую предпосылку любой деятельности, однако потребность сама по себе еще не способна придать деятельности определенную направленность» (Леонтьев А.Н., 1984, с. 193). Другими словами, любая потребность (как элементарная, так и высшая) приводит человека к избирательному восприятию мира, но в отличие от мотива деятельности не указывает ему на

то, каким образом он будет действовать для достижения цели, отвечающей удовлетворению данной потребности.

Целенаправленная деятельность возникает при встрече человека (в поле восприятия или в мысленном плане) с предметом, отвечающим его потребности. «Предмет потребности – материальный или идеальный, чувственно воспринимаемый или данный только в представлении, в мысленном плане – называется мотивом деятельности» (Леонтьев А.Н., 1984, с. 193).

Учитывая иерархическую структуру мотивационной сферы отметим, что, по мнению А.Н. Леонтьева, порядок подчиненности мотивов строится не на степени их побудительной силы, а на соотношении двух главных функций – дополнительной стимуляции и придания смысла. Поскольку деятельность человека, реализующая целую систему отношений в предметном и социальном мире, может регулироваться одновременно несколькими мотивами, между ними всегда наблюдается распределение функции побуждения и функции смыслообразования. Соответственно, деятельность, всецело обусловленная внешними мотивами-стимулами, встречается так же редко, как деятельность, обусловленная исключительно внутренними смыслообразующими мотивами (Леонтьев А.Н., 1984)

Позднее Д.А. Леонтьев, уделяя внимание вопросу разграничения внутренней и внешней мотивации в теории деятельности, сравнивает суждения А.Н. Леонтьева с научными взглядами современных авторов и предлагает понятие «качество мотивации», под которым понимает «характеристику того, в какой мере эта мотивация согласуется с глубинными потребностями и личностью в целом» (Леонтьев Д.А., 2016, с. 10).

Результаты его анализа состоят в том, что как в теории деятельности, так и в одной из самых актуальных на сегодняшний день теорий – теории самодетерминации – подробно показаны отличия между мотивами, стимулирующими деятельность благодаря естественному интересу к ее

процессу, и мотивами, стимулирующими деятельность за счёт приобретенных связей с другими значимыми для человека объектами (Леонтьев Д.А., 2016).

Определение мотивов через потребности часто встречается и в зарубежной литературе. В одних психологических теориях в качестве источника мотивации рассматриваются врожденные и общие для всех людей потребности, в других теориях потребности определяются как специфические побуждения людей, которыми они наделены в определенных комбинациях и с разной степенью приоритетности.

Так, например, А. Маслоу в своих работах указывает на то, что все присущие людям потребности (причем как как дефицитные, так и связанные со стремлением к росту) являются не уникальными, а характерными для человеческого рода в целом, а значит, полноценное развитие состоит в актуализации присущих от рождения намерений, тогда как к психопатологии, наоборот, приводит отрицание своей внутренней сущности. Отказ от стремления к выявлению и развитию своих особенностей нередко проявляется под влиянием внешних сил, поскольку, согласно автору, созидательная, истинно хорошая природа человека легко подавляется неправильным отношением к ней (Maslow, 1954).

Другой влиятельный ученый Г. Мюррей, несмотря на признание важности биологических факторов поведения, предлагает подробный перечень потребностей, которые хотя и происходят «изнутри», актуализируются лишь в ответ на внешние стимулы и более того зависят не столько от особенностей окружающей человека среды, сколько от его индивидуальной интерпретации наблюдаемых обстоятельств. Таким образом, автор указывает на сложное устройство мотивации, подчеркивая индивидуальные различия в соотношении потребностей и уникальность поведенческих явлений (Murray, 1938).

Еще одной авторитетной теорией, сочетающей идеи об изначально заданных потребностях и формах мотивации, обусловленных социальным контекстом, является ранее упомянутая теория самодетерминации Р. Райна и

Э. Деси. Она опирается на совокупность из нескольких более частных теорий, центральной среди которых является теория базовых психологических потребностей. В ее основе лежит идея о том, что психологическое благополучие человека связано с реализацией трех базовых потребностей – в автономии, компетентности и отношениях. Под автономией авторы понимают потребность человека говорить и делать то, что конгруэнтно его внутренним желаниям и ценностям, под компетентностью – стремление обладать всесторонними знаниями в какой-либо области, а под потребностью в отношениях – стремление к близости с другими людьми при сохранении автономии и развитии компетентности (Ryan, Deci, 2002).

Таким образом, как мы видим во многих теориях мотивации, потребностям человека (и в том числе их природе) отводится большая роль в понимании поведения.

При этом, по словам Е.П. Ильина, в психологической науке XX века потребностные теории мотивации активно сопоставлялись с бихевиоральными, в которых поведение человека определяется крайне просто – как совокупность ответов на стимулы внешней среды. Учитывая накопление знаний о непохожих реакциях разных людей на одинаковый стимул, ко второй половине XX века вступили в силу когнитивные теории, описывающие поведение с опорой на сознательный, заранее обдуманый процесс принятия решений, эффективность которого обусловлена когнитивными факторами (Ильин, 2002).

Поскольку одной из активно исследуемых разновидностей мотивации деятельности является мотивация достижения, связанная с потребностью человека добиваться успехов и избегать неудач (Словарь практического психолога, 1998), в качестве ее предикторов в зарубежной науке рассмотрены многочисленные конструкты.

Так, анализу факторов, стимулирующих поведение человека, среди прочих теорий, посвящены: теория каузальной атрибуции Б. Вайнера,

основанная среди прочего на идеях Дж. Роттера, а также теория самоэффективности А. Бандуры.

Согласно когнитивной теории, разработанной Дж. Роттером, поведение человека определяется не только его стремлением к удовлетворению своих потребностей, но также стремлением к усилению вознаграждения и избеганию наказания при достижении целей. Поскольку поведенческий потенциал зависит от различий в предпочтении определенных видов подкрепления, людям присущи разные наборы поведенческих реакций: от избегающих и агрессивных, до адаптивных и направленных на достижение успеха. Учитывая то, что успех служит основанием для социального признания, Дж. Роттер предложил к использованию понятие «локус контроля», которое описывает степень субъективного участия человека в процессе достижения желаемых результатов в разных сферах его социальной жизни (Rotter, 1966 цит. по Гордеевой, 2006).

Базируясь на утверждениях Дж. Роттера о локусе контроля, в рамках атрибутивной теории Б. Вайнер описывает причинную связь между ожидаемыми результатами деятельности и казуальными атрибуциями, имеющими разные последствия для будущей мотивации в зависимости не только от внутренней или внешней локализации причин успехов и неудач, но также от степени их стабильности и контролируемости. Предполагая влияние данных параметров на эмоциональное самочувствие человека, в ходе исследований автор показывает, что объяснение благоприятного исхода внутренними, неизменными, хорошо контролируемыми причинами способствует высокой самооценке и переживанию позитивных эмоций, в отличие от его объяснения с помощью независящих от человека причин (Weiner, 1985 цит. по Майерс, 1997).

В рамках социально-когнитивной теории, сочетающей факторы личности и среды, А. Бандура также указывает на зависимость поведения человека не только от внешнего подкрепления, но и от когнитивных процессов, определяющих его веру в свою эффективность. Устойчивое

убеждение в своей достаточной компетентности, согласно автору, формируется человеком на основании личного опыта достижения целей, наблюдения за положительным опытом других людей, вербального убеждения или самовнушения, а также самооценки физического и эмоционального состояния.

Поскольку свобода выбора цели предполагает ответственность субъекта деятельности за ее достижение, оптимальными, с точки зрения А. Бандуры и его коллег, следует считать цели, которые являются не только понятными, близкими, достижимыми и прирастающими, но также и самостоятельно определенными, а не намеченными извне. Однако, принимая во внимание проблему полимотивации, А. Бандура отмечает, что большинство видов деятельности человека, даже с учетом внутреннего интереса к процессу, неизбежно регулируются внешними стимулами, и поэтому игнорировать или недооценивать важную роль подкрепляющих социальных последствий, будет неверно, особенно при анализе эффективного функционирования человека в обществе (Бандура, 2000).

Отметим, что, по мнению Сучкова, теории, отвечающие когнитивной или бихевиоральной традиции, рассматривают мотивацию как единое образование, сила которого определяет продуктивность деятельности человека, в то время как другая теория – теория самодетерминации – выгодно отличается на их фоне, указывая на гетерогенность конструкта и перемещая фокус внимания с его количественного измерения на качественное (Сучков, 2017).

Так, Р. Райн и Э. Деси, рассуждая о мотивации, выделяют в самом общем виде два ее типа – внутренний (основанный на базовых потребностях) и внешний (предполагающий наличие награды или наказания). Внешний тип, по их мнению, также следует дифференцировать (в зависимости от степени присвоения внешних регуляторов) на контролируемый или автономный тип. Именно люди с автономной мотивацией воспринимают себя в качестве субъектов действий, самостоятельно определяющих жизненный путь, что

позитивно отражается на уровне их субъективного благополучия (Deci, Ryan, 2017).

Разнообразные взаимодополняющие теории мотивации, включая теории, рассмотренные нами ранее, посвящены изучению ее отдельных сторон (например, изучению представлений о личной ответственности и причинах успехов и неудач в качестве когнитивных предикторов мотивации достижения целей).

Всестороннее рассмотрение мотивации в рамках одной исчерпывающей теории осложнено большим количеством характеристик, обеспечивающих эффективное выполнение деятельности. При этом попытки отразить целостную структуру мотивационной сферы предпринимались многими авторами. Среди них в отечественной науке стоит назвать Т.О. Гордееву, предложившую одну из наиболее современных интегративных моделей.

Интегративная модель мотивации достижения Т.О. Гордеевой объединяет такие компоненты мотивационного процесса как: «1) формирование доминирующих мотивов деятельности; 2) постановка целей; 3) планирование выполнения деятельности; 4) реагирование на ситуацию помехи, трудности и неудачи, возникающую в процессе выполнения деятельности; 5) реализация намерений» (Гордеева, 2006, с. 248)

Мотивационно-регуляционный блок теории раскрывает отличия между людьми по тем причинам, которые побуждают их к выполнению деятельности. Поскольку создание универсальной классификации мотивов кажется автору бесперспективным, оптимальным подходом к объяснению поведения Т.О. Гордеева называет определение внутренней или внешней природы мотивов. В соответствии с этой идеей наиболее эффективному функционированию человека способствует искренний интерес к делу, сопровождающийся удовольствием от процесса, а также преобладание интериоризированных (то есть присвоенных) внешних мотивов на фоне высокой субъективной значимости желаемого результата.

Целевой блок теории рассматривает целеполагание как важный элемент процесса, ведущего человека к успеху. Различая постановку и реализацию целей, а также указывая на иерархическую взаимосвязь конечных целей и целей-средств, автор систематизирует разнообразные данные в этой области, предлагая такие критерии для сравнения целей как: трудность, специфичность, близость и содержание, а также самостоятельность субъекта деятельности, выбирающего себе цель.

Интенциональный блок теории раскрывает процесс осуществления намерений, которые вынуждают человека предпринимать определенные действия для решения адаптивных задач, облегчающих достижение цели. Согласно Т.О. Гордеевой, «ощущение субъектом деятельности подконтрольности ему средств, способствующих достижению поставленной цели <...> сказывается на силе мотивации и настойчивости индивида и способствует достижению успешного результата» (Гордеева, 2006, с. 277).

Эмоциональный блок «реакция на неудачу» также описывает важное условие, приводящее человека к успешному результату. Это условие, с точки зрения автора, состоит в эмоциональной, когнитивной и поведенческой готовности к стрессу, которая определяет степень адекватности реакций субъекта на неизбежные неудачи.

Наконец, поведенческий блок «усилия» посвящен содержательным и динамическим характеристикам активности, направленной на выполнение как субъективно важной, так и навязанной человеку деятельности. Напоминая о связи между аффективной и мотивационной сферами личности, Т.О. Гордеева отмечает влияние эмоциональных состояний, вовлеченных в процесс достижения цели, на его успешность (включая амбивалентное влияние тревожности на результат, зависящее от различных факторов).

Возвращаясь к формированию доминирующих мотивов деятельности, отметим, что Т.О. Гордеева для их прогнозирования предлагает рассматривать не только потребности, побуждающие человека к активности, но также и ценности, определяющие его настойчивость и увлеченность (Гордеева, 2006).

Поддерживая данную идею, Д.А. Леонтьев также утверждает, что другим важным источником мотивации для людей помимо врожденных потребностей являются «исторически выработанные в жизнедеятельности социальных групп представления о желательном» (Леонтьев Д.А., 2015, с. 295) – то есть ценности.

1.2. Ценностно-смысловая сфера личности: структура и функции

Обращаясь к факторам, влияющим на деятельность человека, рассмотрим классификацию, предложенную А.Г. Асмоловым. Согласно автору, структуру мотивации образуют, во-первых, ее источники (представленные потребностями и ценностями), отвечающие на вопрос, почему человек начинает деятельность, во-вторых, детерминанты направленности (представленные мотивами), отвечающие на вопрос, на что направлена деятельность, и, в-третьих, регуляторы деятельности (представленные субъективными переживаниями), отвечающие на вопрос о способах изменения деятельности ее субъектом (Психологический словарь, 1990).

Как видно из этой схемы, ценности побуждают деятельность человека. При этом, согласно Д.А. Леонтьеву, в отличие от потребностей, они не зависят от ситуативных факторов, а, напротив, относятся к жизнедеятельности человека в целом. Соответственно, изменение ценностей, в норме отличающихся своей высокой устойчивостью, является чрезвычайным событием, непредусмотренным при обычном течении жизни.

Другой отличительной чертой ценностей по сравнению с потребностями также является источник их формирования. Активизируя у человека переживание принадлежности к какой-либо общности, ценности представляют собой ее обобщенный и переработанный опыт (Леонтьев Д.А., 1996).

Поскольку, как правило, человек принадлежит сразу к нескольким социальным группам, Г.М. Андреева ставит проблему определения силы, эквивалентной влиянию на человека различных групп, в систему взглядов, норм и ценностей которых он включен (Андреева, 2001).

Несмотря на то, что формирование ценностей человека напрямую определяется его местом в системе общественных отношений, самостоятельная жизнь человека в обществе неизбежно связана с проявлением личной активности, которая часто направлена на разрешение противоречия между внутренними желаниями и социальными ориентирами (Туев, 2012).

Согласно Б.Г. Ананьеву, самостоятельность наступает при переходе молодого человека от позиции объекта общественного воздействия к позиции его субъекта и сопровождается «ценностной ориентацией на ту или иную сферу общественной жизни, идеалы и цели, которые в самом общем виде определяют общественное поведение и отношения на пороге самостоятельной деятельности» (Ананьев, 2001, с. 140).

Тем не менее, поскольку развитие человека невозможно за пределами социального контекста, отметим, что, по мнению Б.Г. Ананьева личность в первую очередь стоит рассматривать «как совокупный эффект социальных ситуаций развития, как объект воздействия различных социальных структур и исторических процессов» (Ананьев, 2001, с. 257). Согласно автору, позиция личности как субъекта общественной деятельности, наделенного определенными ролью и статусом, включает в себя ее отношение к самой себе, другим людям и обществу, мотивы и установки, а также цели и ценности, направленность на которые отражают ценностные ориентации. В совокупности с мотивацией поведения ценностные ориентации определяют жизненную направленность личности (Ананьев, 2001).

Несмотря на различия в определении понятий, большинство авторов сходится в том, что именно направленность является ведущим компонентом психологической структуры личности.

В самом общем виде, по мнению Б.Ф. Ломова, направленностью личности можно назвать отношение материальных и духовных ценностей – тех, которые личность берет от общества, с теми, которые предлагает взамен (Ломов, 1984).

В более подробном определении С.Л. Рубинштейна разные стороны многообразной, но одновременно с этим единой личностной направленности образуют иерархически связанные потребности, интересы и идеалы. Их изучение, согласно автору, «даёт ответ на вопрос: чего человек хочет, к чему он стремится?» (Рубинштейн, 2002, с. 512)

При этом, по мнению Ю.М. Забродина и Б.А. Сосновского, многие авторы предпочитают иметь дело не с мотивационно-смысловой направленностью в целом, а лишь с ее отдельными компонентами, что затрудняет составление единой картины личности, но позволяет уменьшить отдельные понятийные недоработки, в том числе касающиеся смыслового описания разных мотивов – «своеобразного перевода их симптоматики на язык смыслов» (Забродин, Сосновский, 1989, с. 101).

Существующая неопределенность в соотношении понятий «смысл» и «ценность» стремится преодолеть Е.Ю. Почтарева, согласно которой «смысл предстает как центральное жизненное основание личности, осознание которого обусловлено нацеленностью личности на воплощение ценностей» (Почтарева, 2017, с. 567).

Согласно теории ценностей Ш. Шварца, опирающегося на идеи М. Рокича, ценности представляют собой устойчиво взаимосвязанные мотивационные цели, которые являются руководящими принципами в жизни людей. Одним из главных тезисов теории является идея непрерывности мотивационных различий между отдельными ценностями, которые образуют некий континуум, визуально представленный в виде круга. Кроме того, Ш. Шварц уделил большое внимание изучению ценностей, общих для представителей определенных культур. По его мнению, люди, принадлежащие к одному обществу или к отдельной социальной группе, имеют схожие ценностные приоритеты по отношению к различным долгосрочным целям и способам их достижения (Шварц, 2012).

Ценности, которые переживаются как идеалы, играют ведущую роль в мотивации и, согласно В.А. Ситарову и Л.В. Романюк, подчиняют потребности,

актуализируя их в том случае, если они соответствуют идеалам, и, наоборот, понижая их значимость, если они не отвечают принятым в обществе образцам. Интеграция в процессе деятельности врожденных потребностей и воспринятых в культуре ценностей, по мнению авторов, является сложным процессом, который приводит к образованию личностного смысла (Ситаров, Романюк, 2016).

В зарубежной науке первые попытки придать смысл человеческому поведению, разные формы которого считались ранее ни с чем несвязанными и случайными, были предприняты в психоаналитическом подходе. Так, вслед за З. Фрейдом, отождествляющим смысл с осознаваемым намерением или, напротив, со скрытым мотивом осуществления деятельности (Фрейд, 1922), свое понимание смысла, более схожее с гуманистическим направлением западной психологии, предложил А. Адлер.

Выдвигая на первый план вопрос «зачем?» (попутно противопоставляя его вопросу З. Фрейда «почему?»), А. Адлер связывает смысл всех поведенческих проявлений с общим смыслом жизни человека, задающим условия реализации его жизненного плана. Согласно автору, нахождению смысла способствует успешное решение фундаментальных жизненных проблем – профессионального труда, межличностных отношений и любовной привязанности. При этом, указывая на отсутствие абсолютного смысла, автор также считает возможным оценить истинность смысла жизни отдельного человека по его способности интегрировать и интерпретировать свою жизнь, а также разделять отношение к ней с другими людьми (Adler, 1982).

За пределами психоаналитического направления теоретические представления о смысле представлены в работах В. Франкла. Трактую поиск смысла жизни как естественную, характерную для человека силу, побуждающую его развитию через деятельность, автор указывает на своеобразие смысла жизни каждого человека, требующего реализации не в субъективной, а в объективной действительности. Несмотря на идею об уникальности смысла, В. Франкл вводит три группы ценностей, позитивно

влияющих на осмысленность жизни. К их числу относятся наиболее приоритетные ценности творчества, связанные с общественно полезной деятельностью, ценности переживания, связанные с любовью к людям, а также ценности отношения, связанные с нахождением смысла в не имеющих выхода, безнадежных ситуациях. Если стремление обрести смысл остается нереализованным, согласно В. Франклу, человек переживает состояние фрустрации – так называемый экзистенциальный вакуум, создающий препятствие достижению благополучия (Франкл, 1990).

Переходя от теорий, анализирующих связь между поиском смысла жизни и деятельностью человека, к теориям, авторы которых считают, что деятельность и сознание человека образованы целым множеством разных смыслов, рассмотрим теорию Ж. Нюттена, согласно которой источником смысла для человека являются объекты и явления внешнего мира.

С опорой на теорию К. Левина, в которой автор указывает на связь между потребностями субъекта и требовательным характером разных объектов, обладающих эмоциональной окраской и побуждающих субъекта к деятельности для удовлетворения своих потребностей (Lewin, 1926), в своей теории Ж. Ньюттен утверждает, что в основе восприятия внешней среды лежит известный человеку смысл объектов и явлений, который он может актуализировать в ситуации необходимости. Фактически отождествляя требовательный характер объекта и его валентность со смыслом, автор отмечает, что осмысленный объект служит стимулом поведения и определяет его направленность на результат (Nuttin, 1984).

Предпринимая попытку систематизировать многочисленные подходы к проблеме смысла, Д.А. Леонтьев использует онтологические характеристики, с учетом которых можно сказать, что в основе всех рассмотренные ранее для примера теорий лежит объективная реальность (Леонтьев Д.А., 2003).

Кроме этого, в соответствии с классификацией Э.Вайскопф-Джолсона, включающей три определения смысла (объединение индивидуальной и социальной реальности, интерпретация жизни и жизненная задача)

представления В. Франкла можно отнести к третьей группе теорий (Weisskopf-Joelson, 1968). Тогда как в соответствии с классификацией Л. Томаса, рассматривающей три источника происхождения смыслов (объективная действительность, ее субъективная интерпретация и социальная общность) представления Ж. Ньютона можно отнести к теориям первой группы (Thomas, 1985).

Перейдем к рассмотрению отечественной психологии, в которой понятие «личностный смысл» наряду с несколькими другими понятиями, уже рассмотренными нами ранее, образует концептуальную основу деятельностного подхода.

Впервые данное понятие определяет А.Н. Леонтьев, изначально трактующий личностный смысл как отражение отношения конкретного субъекта, существующего в объективной действительности, к ее явлениям и объектам. Позже автор приходит к выводу, что предмет наделяется смыслом лишь в деятельности, динамика которой обуславливает динамику смысла при столкновении с реальными свойствами предмета в жизни (Леонтьев А.Н., 1994)

Рассматривая структурный аспект смысла, включающий определение его связи с другими феноменами, автор указывает на его роль в объединении и объяснении деятельности, по отношению к которой смысл выступает как продукт, и сознания, по отношению к которому смысл является одним из главных компонентов.

Рассматривая генетический аспект смысла, прежде всего относящийся к его формированию и изменению, А.Н. Леонтьев указывает на то, что источником смысла является мотив деятельности. В подтверждение этого ученый пишет о том, что действие, получившее новый мотив, при внешнем сходстве отличается психологически – «иначе протекает, иначе развивается, ведет к совсем другим, субъективно, следствиям; оно занимает другое место в жизни личности» (Леонтьев А.Н., 1947, с. 29).

В качестве современного определения личностного смысла объектов и явлений действительности приведем определение, предложенное

Д.А. Леонтьевым. Согласно автору, это – «составляющая образов восприятия и представления соответствующих объектов и явлений, отражающая их жизненный смысл для субъекта и презентующая его субъекту посредством эмоциональной окраски образов и их трансформаций» (Леонтьев Д.А., 2003, с. 181).

Что касается функционального аспекта рассмотрения смысла, анализу его влияния на протекание деятельности, с учетом единства аффекта и интеллекта, посвящены работы целого ряда отечественных ученых.

Эмпирическое изучение эмоциональной регуляции, вероятно, началось с постановки Л.С. Выготским вопроса о специфическом функционировании эмоций в мыслительной деятельности человека. Признавая их роль в целостном отражении разных объектов действительности, в своих работах Л.С. Выготский, указывает на существование динамической смысловой системы, демонстрирующей, что «во всякой идее содержится в переработанном виде аффективное отношение человека к действительности, представленной в этой идее» (Выготский, 1982, с. 22).

О.К. Тихомиров и его соавторы, используя понятие «смысл» для объяснения качественной специфики мышления, также отмечают, что разнообразные конечные и промежуточные цели человека приобретают смысл лишь благодаря взаимной связи между эмоциональными и познавательными процессами, которые побуждают его к выполнению «правильных» действий (Васильев, 1980).

Как отмечает А.В. Запорожец, влияние мотивов на деятельность опосредовано не только процессом интеллектуального управления действиями, но также процессом их эмоциональной коррекции, который отличается «приведением общей направленности и динамики поведения в соответствие со смыслом этой ситуации и производимых в ней действий для субъекта, для удовлетворения его потребностей и интересов, для реализации его ценностных установок» (Запорожец, 1986, с. 266).

Таким образом, можно отметить, что важным механизмом смысловой регуляции деятельности, активно исследуемым различными авторами, является эмоциональная индикация, в ходе которой, согласно Д.А. Леонтьеву, эмоции «сообщают нам на своем специфическом «языке» непосредственную оценку значимости сопровождаемых ими образов, то есть оценку отношения соответствующих объектов и явлений к реализации потребностей субъекта» (Леонтьев Д.А., 2003, с. 169)

Рассмотрев преодоление психологической наукой исключительно интеллектуальной трактовки сознания, вернемся к теме влияния смыслов на протекание деятельности.

Поскольку побуждающая функция мотива, отражающая его динамические особенности, неразрывно связана со смыслообразующей функцией, отражающей его содержательные характеристики, для более целостного понимания человеческую деятельность, по мнению многих авторов, важно учитывать смысловые структуры, регулирующие ее протекание в соответствии с определенной направленностью.

Так, Д.А. Леонтьев утверждает, что «жизненный смысл мотива определяет особенности побуждения к деятельности как в качественном, так и в количественном отношении» (Леонтьев Д.А., 2003, с. 198), и приводит в пример денежный мотив, побудительная сила которого распространяется на разнообразные виды деятельности и объясняется широким кругом потребностей, реализуемых за счет в чистом виде бессмысленных денег.

Таким образом, при переходе от анализа причин, побуждающих деятельность человека, к содержательному анализу его мотивации, по мнению автора, вместо вопроса «почему?», необходимо уделять внимание более субъективному вопросу «зачем?», способному раскрыть систему представлений человека об основаниях его деятельности (например, в рамках методики предельных смыслов).

Таким образом, личностный смысл объединяет ценности и потребности человека с мотивами, отражая его субъективное отношение к разным объектам

и явлениям действительности, осознаваемое им как «значение-для-меня» (Психологический словарь, 1990, с. 192).

Завершая, отметим, что тесная связь личностных смыслов человека с его эмоциональными переживаниями, сопровождающими оценку объектов, на которые направлена деятельность, как нам кажется, делает актуальным и важным дальнейшее рассмотрение субъективного благополучия в контексте мотивации достижения значимых жизненных целей.

1.3. Подходы к изучению субъективного благополучия

Изучение субъективного благополучия личности в зарубежной психологии традиционно осуществляется в двух направлениях: гедонистическом и эвдемонистическом. Представители первого направления определяют субъективное благополучие через достижение удовольствия и избегание страданий. Сторонники второго – акцентируют свое внимание на самоактуализации и выделяют в качестве главного критерия благополучия личностный рост.

Автором исследований, заложившим теоретическую основу благополучия в данном направлении, является Н. Брэдберн. По его мнению, благополучие представляет собой субъективное ощущение счастья, связанное не столько с рациональной оценкой имеющихся у человека благ, сколько с эмоциональной окраской его переживаний, которые в упрощенном виде сводятся к постоянному взаимодействию позитивных и негативных эмоций (Bradburn, 1969).

В соответствии с ранней теорией Э. Динера феномен субъективного благополучия имеет сложную трехкомпонентную структуру и состоит из удовлетворенности жизнью, а также позитивного и негативного аффектов (Diener, 1984). Позднее автор предложил четвертый компонент благополучия, направленный на уточнение оценки удовлетворенности посредством ее рассмотрения в различных областях (Diener, 1999). При этом стоит пояснить, что в соответствии с работой автора, удовлетворенность жизнью и ее разными

сферами описывает когнитивную сторону субъективного благополучия, а совокупность позитивного и негативного аффектов – ее эмоциональный компонент.

В результате рассмотрения эвдемонистических теорий можно резюмировать, что К. Рифф определяет психологическое благополучие наиболее подробно, как совокупность шести компонентов: принятия, автономии, контроля, отношений, смысла и личностного роста (Ryff, 1989), М. Селигман определяет данное понятие как сочетание положительных эмоций, осмысленности жизни, благополучных отношений, вовлеченности и достижений (Seligman, 2012), М. Чиксентмихайи – как устойчивое состояние потока (при том, что его отличительные свойства имеют больше общего с гедоническим наслаждением, чем с эвдемонистическими усилиями) (Чиксентмихайи, 1997) и, наконец, И. Бонивелл – как результат саморазвития и трансцендентности, то есть выхода за границы своего «Я» (Бонивелл, 2009). В связи с чем, можно констатировать, что теории в рамках эвдемонистического направления в значительной мере не совпадают, и зачастую их общей особенностью выступает лишь то, что одного удовольствия недостаточно для достижения благополучия. В это же время идеи в рамках гедонистического подхода, как нам кажется, более согласованы между собой.

Таким образом, в результате рассмотрения разных теорий, определяющих понятие благополучия и предлагающих свой подход к его структуре, мы можем констатировать их многочисленность и содержательное разнообразие. Учитывая, что в гедонистическом подходе активно используется понятие «субъективное благополучие», а в эвдемонистическом – понятие «психологическое благополучие», в данной работе мы отдаем предпочтение первому термину, который будем рассматривать через когнитивный показатель удовлетворенности жизнью, а также через аффективный показатель счастья в совокупности с балансом эмоциональных состояний.

Важной задачей позитивной психологии с прикладной точки зрения является поиск оптимальных условий, определяющих достижение субъективного благополучия, а также подробное изучение факторов, оказывающих непосредственное влияние на удовлетворенность жизнью человека и его благоприятное эмоциональное самочувствие.

В своей работе, посвященной показателям, сопутствующим общепризнанному счастью, У. Уилсон пришел к выводу, что человек, которого можно определить счастливым, с высокой долей вероятности также является здоровым, молодым, религиозным и женатым, а также образованным и высокооплачиваемым (Wilson, 1967). С тех пор, как У. Уилсон обозначил эти корреляты, исследования, направленные на изучение субъективного благополучия и определяющих его факторов, значительно продвинулись вперед, поэтому нам кажется полезным описать влияние разнообразных переменных на благополучие.

С целью сформировать исчерпывающее представление об особенностях субъективного благополучия для начала рассмотрим ситуации, в контексте которых человек оценивает уровень удовлетворенности жизнью или счастья. Одной из наиболее подробных теорий является теория множественных несоответствий, предложенная А. Михалосом (Michalos, 1985). При этом важно сказать, что данному автору предшествовало довольно много различных ученых, занимавшихся проверкой отдельных гипотез в рамках данной научной проблемы.

Так, например, распространенные идеи о том, что неудовлетворенность является следствием несоответствия при социальном сравнении себя с другими, при сравнении своего настоящего с прошлым, а также при несоответствии, наблюдаемом между желаемым и действительным, в свое время были описаны в трудах А. Кэмпбелла и соавторов (Campbell, 1976), Ф. Эндрюса и С. Уити (Andrews, Withey, 1976) и прочих авторов.

Возвращаясь к А. Михалсону и дополненной им теории множественных несоответствий, отметим, что в соответствии с ней, люди чувствуют себя

удовлетворенными и счастливыми в тех ситуациях, когда соблюдаются семь частично названных ранее обстоятельств, а именно наблюдается полное или частичное соответствие: 1) между тем, что есть у человека, и тем, чего он хочет; 2) между его собственной жизнью и жизнью его окружения; 3) между его актуальным состоянием и прошлым опытом; 4) между текущими результатами и его лучшими результатами, достигнутыми когда-либо; 5) между сегодняшним днем и ожидаемым будущим; 6) между тем, что есть у человека сегодня, и тем, чего он, как он думает, справедливо заслуживает; наконец, 7) между тем, что человек себе может позволить, и тем, в чем он нуждается (Michalos, 1985). Исходя из этого, можно сказать, что выводы, которые человек делает об уровне своего субъективного благополучия, помимо всего прочего, могут быть следствием его потребностей и целей.

Среди теорий, посвященных субъективному благополучию, Э. Динер также предлагает различать целевые теории, в соответствии с которыми мы можем многое выяснить о психологическом состоянии человека, изучив то, к чему он стремится, поскольку значимость определенных целей, вероятность и скорость их достижения, а также степень успешности могут оказывать влияние как на эмоциональное самочувствие людей, так и на удовлетворенность жизнью. Таким образом, исходное положение телических теорий состоит в том, что удовлетворение потребностей за счет достижения целей приводит к счастью, тогда как фрустрация актуальных потребностей, наоборот, вызывает несчастье. При этом, согласно автору, вопрос о том, какие цели являются важными для достижения счастья, а какие, напротив, вредны, является довольно сложным и потому до сих пор остается открытым (Diener, 1984).

Предполагая, что счастье является следствием достижения цели, нам кажется важным понять, какой из двух факторов – социальное одобрение или собственное желание – определяет собой обретение счастья.

Д.В. Лифинцев, исследуя эффекты социальных связей, в ходе обзора тематических работ пришел к тому, что социальная поддержка является

важным предиктором благополучия, так как имеет много преимуществ. Однако обращение за помощью, как и ее принятие порой могут восприниматься негативно. Так, например, в культурах индивидуалистического типа, согласно автору, мы наблюдаем стремление людей к принятию самостоятельных решений, основанных на собственных желаниях, тогда как в культурах коллективистического типа совсем иное отношение людей к себе – как к связанным с другими частям целого, для которых бесконфликтное совместное существование находится в приоритете над личными целями (Лифинцев, 2015).

В противоположность этому, М. Линч в кросс-культурном исследовании показал, что наличие детско-родительских, дружеских, романтических и иных отношений, поддерживающих свободу выбора, инициативу, самовыражение, положительно влияет как на личное благополучие, так и на удовлетворенность всеми видами отношений у представителей разных культур – коллективистических, индивидуалистических, смешанных. Это означает, что автономия важна не только в тех странах, где она открыто объявляется важной ценностью, но также и в странах, где люди считают себя зависимыми друг от друга и дорожат принадлежностью к группе (Линч, 2004).

1.4. Психологическая характеристика периода ранней взрослости в современном обществе

Проблема субъективного благополучия, а также составляющих его сторон, находит свое отражение в исследованиях ранней взрослости. Внимание к эмоциональному самочувствию молодых взрослых, а также к их субъективной оценке своей жизни обусловлено рядом причин. С точки зрения общества к ним относится стратегическая ценность данной группы, вызванная ее нарастающей профессиональной компетентностью, чувствительностью к инновациям, а также созидательным потенциалом, который может быть наиболее эффективно реализован молодыми людьми, отличающимися

социальным здоровьем и психологическим благополучием (Бабаян, 2016). С точки зрения отдельной личности ранняя взрослость также является важным периодом жизни, который характеризуется «достижением пика биологического созревания организма, оптимизмом молодых людей, планированием ими своего личного и профессионального будущего, достижением возраста гражданской зрелости, изменением социальных ролей, часто разлукой с родительским домом» (Ильин, 2012, с. 13)

Учитывая постепенное смягчение традиционных возрастных границ, в том числе из-за изменения продолжительности жизни, отметим, что существует большое количество различных подходов к периодизации взрослости. Так, например, Б.Г. Ананьев с опорой на Дж. Биррен пишет о том, что ранняя зрелость соответствует возрасту от 17 до 25 лет и отличается приобретением роли взрослого человека, активного во всех сферах социальной жизни. Кроме этого, автор указывает, что весьма эффективной для изучения жизненного пути является периодизация Д.Б. Бромлей, согласно которой, ранняя взрослость продолжается от 21 года до 25 лет и отличается тем, что «На этой стадии складывается собственная семья и строится собственный образ жизни: вступление в брак, рождение первого ребенка, установление круга знакомств, связанных с общей работой. На работе осваиваются профессиональные роли, продолжается профессиональная подготовка и начинается совершенствование мастерства» (Ананьев, 2001, с. 115).

Что касается особенностей мотивационно-потребностной сферы личности, поскольку к числу основных возрастных задач ранней взрослости относятся начало профессиональной деятельности и вступление в супружеские отношения, исследований мотивации в этот период преимущественно касаются данных жизненных сфер.

Так, например, многочисленные исследования представлений молодых людей о будущей семье в добрачный и предбрачный периоды (например, Швец и др., 2006) определяют не только доминирующие мотивы вступления в

брак, но также и их влияние на удовлетворенность семейными отношениями как одной из важнейших жизненных сфер, в которой, согласно теории самодетерминации, все люди, и в том числе молодежь, удовлетворяют свою базовую потребность в привязанности, принадлежности и надежной взаимосвязи с другими людьми.

При этом, несмотря на то, что ранняя взрослость является сенситивным периодом для создания своей семьи, возраст вступления в брак в настоящее время все чаще выходит за ее пределы. Вместо него более актуальными задачами для современной молодежи становятся получение образования и профессиональная самореализация (Захаров, Митрофанова, 2014). Ее начало, связанное с построением карьеры, как и создание своей семьи, ассоциируется с переходом к взрослости, и, кроме этого, также способствует удовлетворению одной из базовых психологических потребностей – в переживании собственной компетентности. Особенности академической (Гордеева, Сычев, 2014) и профессиональной (Филоненко и др., 2020) мотивации молодежи отражены в работах многих авторов, однако, к сожалению, что они не позволяют нам составить представление о мотивации молодых взрослых в контексте жизнедеятельности в целом.

Что касается особенностей ценно-смысловой сферы личности, стоит отметить, что в юношеском возрасте под влиянием необходимых жизненных выборов у молодых людей, находящихся на пороге самостоятельной взрослой жизни, нередко наблюдается перестройка нормативно-ценностных ориентаций (Кашировский, 2014). При этом, уже в ранней взрослости аксиологическая направленность личности становится более сбалансированной по сравнению с юностью. Согласно С.В. Мерзляковой и соавторам, это обусловлено с тем, что частота встречаемости внутренних конфликтов, связанных невозможностью реализации важных целей, или внутренних вакуумов, обусловленных чрезмерной доступностью целей, которые неважны, снижается при переходе к более старшему возрасту благодаря постепенной реализации жизненных планов (Мерзлякова и др.,

2020). В этой связи интерес представляет содержание личностных ценностей, которое не только придает смысл успехам молодых взрослых в разных сферах жизни, но и определяет их субъективное представление об источниках счастья.

Так, Н.В. Качур на основании анкетного опроса молодых людей от 18 до 30 лет считает, что «в повседневном сознании молодежи существует многозначная интерпретация счастья, отличающаяся пассивным потребительским утилитаризмом, относительно высоким уровнем пессимизма, противоречивости и гендерной стереотипностью» (Качур, 2013, с. 55). В частности, согласно автору, наибольшая доля молодых людей, в которой юноши встречаются в два раза чаще, чем девушки, является материалистами, отмечающими, что их счастье сводится к высокому достатку и обладанию не только предметами первой необходимости, но и предметами роскоши, подчеркивающими высокий статус. При этом, даже несмотря на важность материальных благ, автор показывает, что данная ценность теряет актуальность по мере повышения дохода молодых людей, уступая место семье, взаимной любви и интересной работе (Качур, 2013).

Выявленные Н.В. Качур гендерные отличия, касающиеся того, что юноши ассоциируют счастье со статусными достижениями, а девушки – с внутригрупповыми взаимоотношениями, находят свое подтверждение в работах других авторов. Например, Л.Э. Семенова и соавторы, исследуя смысловое значение счастья в юности, молодости и зрелости отмечают, что «своего максимального влияния на восприятие счастья процесс дифференцированной гендерной социализации достигает в период ранней взрослости, что находит свое отражение в самом большом количестве статистически значимых гендерных различий, соответствующих традиционным гендерным нормам и стандартам» (Семенова, 2017, с. 18).

Историко-генетический анализ ценностей в молодежной среде (среди старшеклассников и студентов) наталкивает Д.В. Кашировского на мысль о том, что «СМИ, общественная идеология постепенно навязали личности

новую систему жизненных ориентаций (в заостренных формах – культ денег, стяжательство, вещизм и пр.)» (Кашировский, 2014, с. 140), что привело к духовно-нравственному кризису в России. При этом, несмотря на то, что динамика личностных ценностей в период с 1995 по 2014 год действительно говорит о повышении стремления к социальному престижу и материальному достатку (а также о снижении стремления к здоровью, образованию и независимости), современные молодые люди по-прежнему больше всего ориентированы на обретение любви, хороших семейных и дружеских отношений, а также на выполнение интересной работы и самореализацию (Кашировский, 2014), что не соответствует представлению о молодежи как о социальной группе, утратившей истинные ценностные ориентиры.

Д.А. Леонтьев и Е.И. Рассказова, классифицируя источники счастья у молодых людей (средний возраст – 26 лет), отмечают, что в столичной выборке испытуемые чаще упоминают аффективно-центрированные ценности: позитивные эмоции, приятные события, любовь, успех и хобби, в то время как в региональной выборке – базовые житейские ценности: семью, любовь, дружбу, деньги, работу. Дополнительный анализ источников счастья показывает, что важность материального достатка и здоровья не способствует удовлетворенности жизнью (возможно, потому что, по мнению молодежи, эти ценности являются труднодоступными), тогда как важность работы как источника счастья, наоборот, положительно связана с ней (возможно, из-за позитивной корреляции с осмысленностью жизнью) (Леонтьев, Рассказова, 2006).

Наряду со счастливой семейной жизнью и любовью, частая встречаемость которых, вероятно, обусловлена возрастными задачами ранней взрослости, в тройку приоритетных жизненных ориентиров в период студенчества также входят здоровье (по результатам С.В. Мерзляковой и соавторов) (Мерзлякова и др., 2020) и дружеские отношения (по результатам Н.В. Лейфрид).

Отмечая индивидуальное разнообразие представлений о счастье, Н.В. Лейфрид также анализирует ответы на вопрос «Что Вы хотели, когда были счастливы?» и отмечает альтруистическую установку студенческой молодежи, большая часть из которой стремится не увеличить или продлить свое личное счастье, а поделиться им с окружающими людьми, чтобы улучшить их эмоциональное самочувствие (Лейфрид, 2009).

С.А. Гапонова и И.В. Сальникова, помимо наличия любимого человека и материального достатка, также указывает на счастье близких людей как на один из наиболее значимых факторов, влияющих на счастья, по мнению молодых людей от 18 до 23 лет (Гапонова, Сальникова, 2013).

Тот факт, что юноши и девушки ориентируются на благополучие своих близких людей и общества в целом, также отражает исследование под руководством Э.В. Галажинского, согласно которому ценности счастья у студентов от 19 до 23 лет имеют преимущественно группоцентрированную и просоциальную направленность, означающую, что молодежь чувствует себя благополучно при наличии эмоционально близких отношений и оказании помощи другим людям. При этом, наряду с оценкой молодежью ценностей, которые приносят счастье, анализ корреляций также показал, что ценности, ориентированные на других людей, имеют более сильную и достоверную связь с удовлетворенностью жизнью, чем эгоцентрированные ценности, которые, тем не менее, тоже взаимосвязаны с удовлетворенностью как одним из показателей субъективного благополучия молодежи (Галажинский и др., 2019).

Сопоставляя ценности, имеющие личный и социальный фокус, стоит отметить, что, коллектив авторов во главе с М.С. Яницким на основании исследования молодых людей от 16 до 25 лет, отмечает, что их аксиологическую иерархию возглавляет свобода самостоятельно определять свои мысли и действия, а замыкает – следование обычаям семьи или традициям культуры. Согласно авторам, «полученные результаты в целом подтверждают существующее представление об «отчуждении» «поколения Z»

от традиционной системы ценностей и его переориентацию на постматериалистические ценности» (Яницкий и др., 2019, с. 62).

В результате своего эмпирического исследования А.А. Реан и И.Л. Шагалов также установили, что приоритетное значение для молодых людей (в возрасте от 14 до 19 лет) имеют такие ценности как благожелательность, гедонизм, самостоятельность, репутация и безопасность. Тогда как предикторами счастья в исследуемый период являются ценности Сохранения, к числу которых наряду с важной для молодых людей безопасностью, также относятся наименее важные для них ценности: скромность, традиции и конформизм (Реан, Шагалов, 2018).

Переходя к особенностям субъективного благополучия, отметим, что в соответствии с исследованием Г.А. Монусовой, основанным на данных Европейского социального обследования, зависимость субъективного благополучия от возраста не является линейной ни в России, ни в других странах Европы. Согласно автору, благополучие меняется с возрастом U-образно, иначе говоря, «у лиц среднего возраста удовлетворенность жизнью и ощущение счастья достигают наименьших значений внутри жизненного цикла» (Монусова, 2012, с. 103). Различия между Россией и другими странами связаны с тем, что в нашей стране субъективное благополучие у молодых людей заметно выше, чем у пожилых, тогда как в европейских странах пожилые граждане, наоборот, являются более благополучными, чем молодежь (Монусова, 2012).

К числу исследований, посвященных изучению благополучия на разных этапах онтогенеза (подростковом, юношеском и зрелом), относится работа О.А. Идобаевой. По мнению автора, в отличие от подростков, эмоциональное неблагополучие которых является итогом объективного противоречия их ценностей и социальной ситуации развития, эмоциональное неблагополучие юношей (чья выборка представлена студентами, средний возраст которых – 21 год), зависит от того, насколько поздно у них были сформированы соответствующие возрасту новообразования, важные для успешной адаптации

к различным внутренним и внешним переменам. Согласно результатам эмпирического исследования, проведенного автором, существенная часть респондентов данного возраста имеет недостаточный уровень сформированности основных психологических новообразований, в числе которых развитое мировоззрение, наличие жизненных планов, осознание собственной индивидуальности, рефлексия и прочее. Из-за чего, по мнению О.А. Идобаевой, склонность молодых людей в сторону психологического неблагополучия усиливает актуальность их сопровождения в процессе обучения для оказания психологической поддержки и своевременного нахождения различных способов преодоления проблем, препятствующих обретению психологического благополучия (Идобаева, 2011).

Таким образом, на основании краткого обзора разнообразных исследований можно констатировать, что особенности субъективного благополучия и мотивационной и ценностно-смысловой сферы личности обусловлены возрастными нормами, что указывает на необходимость подробного изучения интересующих нас феноменов с точки зрения отличительных черт ранней взрослости.

ГЛАВА 2. Методы и организация исследования мотивационно-смысловой направленности на успех и субъективного благополучия в ранней взрослости

2.1. Программа исследования

Цель исследования – изучение особенностей мотивационно-смысловой направленности на достижение успеха и ее вклада в переживание субъективного благополучия в ранней взрослости.

Задачи исследования:

1. Изучить иерархию и типы ценностно-смысловых предпочтений в период ранней взрослости.
2. Изучить уровень выраженности мотивации достижения и смысловые (качественные) характеристики ориентации на успех в различных жизненных сферах
3. Изучить особенности субъективного благополучия (удовлетворенность жизнью, счастье) в период ранней взрослости
4. Изучить особенности ценностно-смысловых предпочтений, мотивации достижения и субъективного благополучия у молодых взрослых разного пола, с разной учебной и трудовой занятостью.
5. Изучить соотношение счастья и успеха в представлении молодых взрослых
6. Оценить вклад ценностно-смысловых и мотивационных факторов в достижение субъективного благополучия в ранней взрослости, изучить взаимосвязи этих показателей

Гипотезы исследования:

1. Существуют достоверные различия в ценностно-смысловой направленности на успех и мотивации достижения у молодых взрослых разного пола, с разной учебной и трудовой занятостью.
2. Особенности ценностно-смысловой направленности и мотивации достижения, в разной степени включающие важность достижения успеха,

взаимосвязаны с показателями субъективного благополучия (счастьем и удовлетворенностью жизнью) неравнозначно.

3. Субъективное благополучие в период ранней взрослости обусловлено особенностями мотивации достижения в большей мере, чем ценностно-смысловой направленностью личности.

2.2. Описание выборки исследования

В исследовании приняли участие 98 молодых взрослых: 65 женщин и 33 мужчины в возрасте от 18 до 27 лет (средний возраст – 21 год), среди которых 54 человека только учатся, 17 человек только работают, а также 27 человек совмещают работу и обучение. Все респонденты за исключением 4 человек не состоят в браке. 23 молодых человека имеют психологическое образование. 35 респондентов являются жителями г. Новосибирска и Новосибирской обл., 28 – г. Омска, 23 – г. Санкт-Петербурга и еще 12 респондентов являются жителями других городов. Совместное распределение значений по двум основным показателям – полу и занятости – представлено в таблице сопряженности (таблица 1).

Таблица 1

Структура выборки исследования (количество человек)

	Обучение	Работа	Обучение и работа	Всего
Женщины	37	16	12	65
Мужчины	17	11	5	33
Всего	54	27	17	98

2.3. Методы и методики исследования

Методы исследования: психологическое тестирование, анкетный опрос.

Методики исследования:

- Опросник «Жизненные стремления» Э. Деси и Р. Райна в адаптации Т.Д. Василенко, Ю.А. Котельниковой и А.В. Селина. Методика направлена на определение долгосрочных целей, которые люди стремятся достигнуть в течение своей жизни. В их число входят богатство, привлекательная внешность, известность, личностный рост, отношения, общество и здоровье.

Адаптированная версия представлена 35 утверждениями, направленными на оценку важности каждого стремления, а также на оценку степени, в которой оно достигнуто в данный момент. Каждое утверждение требовалось оценить по 7-балльной шкале (Василенко, 2011).

- Пересмотренный портретный ценностный опросник Ш. Шварца. Методика направлена на изучение базовых ценностей с различным мотивационным смыслом. В их число входят 19 ценностей, сопоставимых с 4 ценностями высшего порядка – самопреодолением, самоутверждением, открытостью изменениям и сохранением (приложение А). Пересмотренная версия включает 53 предложения, которые описывают цели личности, устремления или желания, указывающие на важность той или иной ценности. Каждое предложение требовалось оценить по 6-балльной шкале (Шварц, 2012).

- Опросник мотивации достижения А. Мехрабиана в адаптации М.Ш. Магомед-Эминов. Методика направлена на измерение двух обобщенных устойчивых мотивов личности: мотива стремления к успеху и мотива избегания неудач. Опросник имеет две версии: мужская включает 32 утверждения, женская – 30. Степень согласия или несогласия с ними требовалось оценить по 7-балльной шкале (Фетискин, 2002).

- Опросник «Удовлетворённость жизнью» Н.Н. Мельниковой. Методика направлена на изучение удовлетворённости жизнью, которая рассматривается как субъективно переживаемое состояние, являющееся реакцией на качество взаимодействия «Я – Жизнь». Его отражают такие факторы, как жизненная включённость, разочарование в жизни, усталость от жизни и беспокойство о будущем. Опросник включает 46 утверждений. Частоту проявления указанных в них мыслей и чувств испытуемым требовалось оценить при помощи 5-балльной шкалы (Мельникова, 2004).

- Шкала счастья М. Фордиса. Методика содержит следующий вопрос: «В целом насколько счастливым или несчастным вы себя обычно чувствуете?». Испытуемым требовалось дать ответ при помощи 10-балльной шкалы,

предлагающей варианты от «чрезвычайно счастливым» до «совершенно несчастным». Кроме этого, методика также содержит вопрос «В среднем какую часть времени вы чувствуете себя счастливым (или несчастным, или в нейтральном состоянии)?». Ответ на этот вопрос испытуемым требовалось дать в процентах так, чтобы их сумма была равна 100 (Fordyce, 1988).

- Авторская анкета, включающая в себя: вопрос «В целом насколько успешным или неуспешным вы себя обычно чувствуете?», на который испытуемым требовалось дать ответ при помощи 10-балльной шкалы, сконструированной на основе Шкалы счастья М. Фордиса; открытый вопрос «В чем, на Ваш взгляд, заключается разница между успехом и счастьем?»; серию из 7 открытых вопросов, основанных на шкалах методики «Жизненные стремления» Э. Деси и Р. Райна (таких как: богатство, известность, привлекательная внешность, личностный рост, отношения с людьми, общественное благо и здоровье) и сформулированных следующим образом: «Если вы стремитесь к богатству, пожалуйста, опишите, почему данная цель важна для Вас. Если данная цель для Вас неважна, укажите в своем ответе, почему это так», а также социально-демографические вопросы, позволяющие получить сведения о гендерной принадлежности, возрасте, виде деятельности, семейном положении и месте проживания респондентов (приложение Б).

2.3. Математико-статистические методы обработки данных

Математическая обработка данных осуществлялась при помощи первичных описательных статистик, частотного анализа, ранжирования, а также критерия Колмогорова-Смирнова, Т-критерия Вилкоксона, U-критерия Манна-Уитни, Т-критерия Стьюдента для независимых выборок, Н-критерия Краскела-Уоллиса, однофакторного дисперсионного анализа ANOVA, контент-анализа, факторного анализа и коэффициента ранговой корреляции Спирмана, коэффициента корреляции Пирсона, а также регрессионного анализа.

ГЛАВА 3. Результаты исследования и их обсуждение

3.1. Результаты исследования

3.1.1. Иерархия ценностно-смысловых предпочтений в ранней взрослости

Результаты, полученные при помощи Ценностного опросника Ш. Шварца, позволяют определить особенности 10 исходных ценностей у молодых людей в период ранней взрослости. Расширяя количество ценностей до 19 (с опорой на уточненную теорию ценностей Ш. Шварца), мы также можем получить более подробное описание испытуемых, в том числе в терминах мотивационного смысла каждой присущей им ценности. Для начала рассмотрим отдельные ценности с учетом их приоритетности (таблица 2).

Таблица 2

Индивидуальные ценности (средние и центрированные значения, баллы)

Категория ценностей	Исходные ценности	M	SD	M-MRAT	R
Открытость изменениям	Самостоятельность – Мысли	4,89	0,74	0,60	4
	Самостоятельность – Поступки	5,03	0,73	0,75	3
	Стимуляция	4,24	0,91	-0,05	12
	Гедонизм	4,66	0,74	0,38	7
Самоутверждение	Достижения	4,53	0,79	0,24	9
	Власть – Доминирование	3,20	1,08	-1,08	19
	Власть – Ресурсы	3,38	1,12	-0,91	17
Самосохранение	Репутация	4,41	1,05	0,13	10
	Безопасность – Личная	4,65	0,75	0,37	8
	Безопасность – Общественная	4,84	0,95	0,55	5
	Традиция	3,28	1,30	-1,00	18
	Конформизм – Правила	3,75	1,04	-0,54	14
	Конформизм – Межличностный	3,70	1,10	-0,58	15
Скромность	3,49	1,01	-0,79	16	
Выход за пределы своего «Я»	Универсализм – Забота о природе	4,12	1,12	-0,17	13
	Универсализм – Забота о других	4,72	0,93	0,43	6
	Универсализм – Толерантность	4,36	1,05	0,07	11
	Благожелательность – Забота	5,13	0,66	0,85	1
	Благожелательность – Чувство долга	5,05	0,76	0,77	2

Примечание:
1. M – среднее значение, SD – стандартное отклонение, R – ранг.
2. MRAT – общее среднее значение всех ценностей (MRAT = 4,28), M-MRAT – центрированное значение ценности.
3. Максимальное значение = 6 баллов.

Путем ранжирования средних значений была получена следующая последовательность индивидуальных ценностей в порядке убывания их значимости: благожелательность, включая заботу о близких людях и чувство долга перед ними, самостоятельность, включая как свободу действий, так и свободу мыслей, общественная безопасность, универсализм, означающий в первую очередь заботу о других людях, гедонизм, личная безопасность, достижение успеха, репутация, универсализм, состоящий в принятии отличающихся людей, стимуляция, означающая стремление к новизне, универсализм, означающий заботу о природе, конформизм, включая как соблюдение правил, так и желание угодить другим людям, скромность, власть, состоящая в контроле над ресурсами, традиции, а также власть, позволяющая доминировать над людьми.

Отметим, что важным объектом для анализа в рамках методики является не столько абсолютная, сколько относительная значимость, которая требует отделения от изначальных показателей особого стиля оценивания, характерного для респондентов. Этот показатель, соответствующий среднему значению всех ценностей, указанных в рамках опросника, в целом для выборки равен 4,28 балла. Сопоставляя абсолютные значения с этой величиной, можно увидеть, что к приоритетной группе относятся первые 11 ценностей из 19, тогда как оставшиеся 8 ценностей не являются для респондентов приоритетными.

При этом, учитывая, что средние значения даже наименее значимых ценностей входят в диапазон от 3,20 до 4,24 балла, можно предположить, что молодые взрослые в процессе диагностики чаще указывали на свое сходство с ценностными портретами самых разных людей, варьируя лишь его степень, а значит, говорить о полном безразличии испытуемых, и тем более об отрицании ими каких-либо ценностей, на основании низкой рейтинговой позиции и отрицательного центрированного значения будет неверно.

Тем не менее, исходя из сложившейся иерархии можно сказать, что для современных молодых взрослых наиболее важно способствовать

благополучию близких людей, заботиться об их потребностях и быть достойными доверия друзьями, свободно принимать решения о своей жизни без ограничений и самостоятельно формировать собственные суждения, поддерживать порядок в обществе и защищать себя от различных угроз, отстаивать справедливость и оказывать помощь людям, которые в этом нуждаются, понимать и принимать людей, которые отличаются от них самих, получать удовольствие в процессе жизни, достигать поставленных целей, а также иметь общественное признание и хорошую репутацию.

В это же время молодые взрослые в меньшей степени стремятся к тому, чтобы получать новый опыт, защищать окружающую среду, соблюдать предписанные обществом правила, соответствовать ожиданиям других людей, избегать публичного внимания и похвалы, поддерживать традиции, принятые в культуре и семье, а также владеть материальными ресурсами и контролировать поведение других людей.

Учитывая то, что совокупность всех ценностей, согласно Ш. Шварцу, образует собой динамическую систему, при анализе данных следует соотнести отдельные переменные между собой с учетом их положения на круговом мотивационном континууме.

Противопоставляя социальные ценности, находящиеся в левой части круга, личностным ценностям, находящимся справа, нельзя увидеть ярко выраженное преобладание какой-либо из групп, что, тем не менее, необязательно указывает на конфликт, поскольку может говорить о вполне естественном сочетании здорового эгоизма с желанием приносить пользу людям и обществу.

Противопоставляя ценности самозащиты, находящиеся в верхней части круга, ценностям развития, находящимся в его нижней части, наоборот, можно сказать, что молодые люди в среднем чаще предпочитают ценности из первой группы, что в контексте мотивационной ориентации указывает скорее на их свободу от тревоги, чем на ее избегание, даже если она продиктована ростом.

Вместе с тем, несмотря на общую сбалансированность ценностных предпочтений у молодежи, некоторые индивидуальные ценности со схожей значимостью, располагаются в кругу не рядом и, более того, относятся к двум противоположным метаценностям. Например, отрицательные показатели ценностей, связанных с конформизмом, относятся к метаценности «Самосохранение», в то время как стимуляция, также имеющая отрицательный знак, – к метаценности «Открытость изменениям», что говорит о том, что испытуемые в среднем имеют слабое стремление, с одной стороны, к соблюдению устоявшихся правил и предписаний, а, с другой стороны, к разнообразию и новизне. Подобные качественные противоречия требуют, на наш взгляд, особого внимания к себе, поскольку могут говорить о неопределенности или рассогласованности ценностей в период ранней взрослости.

Гендерные отличия на статистическом уровне значимости касаются трех исходных ценностей: 1) самостоятельности (как в своих суждениях, так и в принятии решений), которая важнее для молодых мужчин, 2) конформизма (связанного как с соблюдением правил, так и с сохранением отношений), который не имеет ценности в обеих гендерных группах, однако является для мужчин еще менее предпочтительным, чем для женщин, и 3) универсализма (включающего как заботу о природе, так и принятие разных людей), которому молодые женщины придают большую ценность (таблица 3).

Таблица 3

Выраженность индивидуальных ценностей у молодых взрослых:

1) разного пола, 2) с разной учебной и трудовой занятостью
(центрированные значения, баллы)

№	Индивидуальные ценности	Ж	М	Т-критерий Стьюдента	1	2	3	F-критерий ANOVA
1.	Самостоятельность – Мысли	0,5	0,8	-2,600**	0,6	0,5	0,8	1,354
2.	Самостоятельность – Поступки	0,6	1,0	-2,420*	0,7	0,8	1,0	1,641
3.	Стимуляция	-0,1	0,0	-0,583	-0,1	0,1	-0,2	0,795

4.	Гедонизм	0,3	0,5	-0,806	0,4	0,3	0,5	0,640
5.	Достижения	0,2	0,4	-1,567	0,2	0,4	0,2	0,670
6.	Власть – Доминирование	-1,2	-0,9	-1,242	-1,1	-1,2	-0,9	0,744
7.	Власть – Ресурсы	-1,0	-0,8	-0,628	-1,0	-0,8	-0,6	1,086
8.	Репутация	0,1	0,2	-0,569	0,1	0,1	0,2	0,220
9.	Безопасность – Личная	0,4	0,3	0,854	0,4	0,2	0,4	0,753
10.	Безопасность – Общественная	0,5	0,7	-1,625	0,5	0,4	0,8	1,491
11.	Традиции	-1,0	-0,9	-0,534	-0,9	-0,9	-1,3	0,876
12.	Конформизм – Правила	-0,3	-1,0	3,948**	-0,5	-0,6	-0,8	0,761
13.	Конформизм – Межличностный	-0,4	-0,9	2,460*	-0,6	-0,6	-0,6	0,006
14.	Скромность	-0,8	-0,8	0,016	-0,7	-0,8	-1,1	2,024
15.	Универсализм – Забота о природе	0,0	-0,6	2,957**	-0,1	-0,1	-0,3	0,112
16.	Универсализм – Забота о других	0,4	0,4	0,231	0,4	0,5	0,4	0,354
17.	Универсализм – Толерантность	0,3	-0,3	2,984**	0,0	0,4	-0,3	3,846*
18.	Благожелательность – Забота	0,8	1,0	-1,721	0,9	0,8	0,9	0,282
19.	Благожелательность – Чувство долга	0,7	0,9	-1,002	0,8	0,7	0,9	0,312
Примечания:								
1. Ж – женщины, М – мужчины; 1 – неработающие студенты, 2 – работающие студенты, 3 – работающие молодые взрослые.								
2. Различия значимы: * – при $p \leq 0,05$, ** – при $p \leq 0,01$.								

В совокупности данные результаты означают, что молодым женщинам более важно соблюдать общепризнанные правила поведения и избегать конфликтов с другими людьми, а также беречь окружающую среду и демонстрировать справедливое отношение даже к тем людям, которые от них отличаются. Молодые мужчины, напротив, меньше стремятся к согласию и бесконфликтному существованию вместе с другими людьми, так как не демонстрируют тягу ни к конформизму (означающему некритическое подчинение доминирующему образцу), ни к универсализму (означающему в том числе признание равной ценности отличающихся друг от друга людей). Вместо этого, молодые мужчины, больше фокусируются на возможности

мыслить и действовать автономно, по собственной воле, а не под влиянием внешних факторов.

Единственное различие, обусловленное учебной и трудовой занятостью, касается отношения респондентов к людям с иным мировоззрением и поведением. В результате парных сравнений, проведенных вслед за дисперсионным анализом, было выявлено, что оно проявляется в том, что работающие студенты с большим принятием относятся к отличительным особенностям окружающих людей по сравнению с молодыми взрослыми, которые занимаются исключительно трудовой деятельностью. Возможно, это различие связано с тем, что работающим студентам приходится мирно сосуществовать с окружающими людьми одновременно в нескольких коллективах (как минимум, трудовом и учебном), по сравнению с молодыми работниками, вероятно, имеющими менее широкую систему социальных отношений из-за отсутствия вторичной занятости.

Переходя от индивидуальных ценностей к жизненным стремлениям, рассмотрим результаты применения методики «Индекс стремлений» Э. Деси и Р. Райна. Согласно им, внутренние стремления у молодых людей выражены сильнее, чем внешние. Об этом говорит тот факт, что при анализе ответов на вопрос «Насколько эта цель важна для Вас?» мы получили перечень стремлений в следующем порядке: отношения, личностный рост, здоровье и общественное благо и лишь затем богатство, внешность и известность (таблица 4).

Таблица 4

Жизненные стремления (средние значения, баллы)

№	Жизненные стремления	Важность		
		M	SD	R
1.	Богатство	24,00	7,35	5
2.	Известность	18,42	6,95	7
3.	Привлекательная внешность	18,61	6,83	6
4.	Личностный рост	29,69	4,73	2
5.	Отношения с людьми	31,08	5,18	1

6.	Общественное благо	24,27	6,83	4
7.	Здоровье	28,90	5,64	3
Примечание: 1. M – среднее значение, SD – стандартное отклонение, R – ранг. 2. Максимальное значение = 35 баллов.				

Высокий балл по шкале «отношения» отражает стремление испытуемых устанавливать крепкие и продолжительные социальные связи, благодаря которым можно удовлетворить базовую потребность в привязанности. Важность шкалы «личностный рост» указывает на стремление к познанию своих возможностей и их развитию в определенных жизненных сферах, выбранных самостоятельно на основании личностных смыслов. Значимость здоровья, которое нечасто ценится в молодом возрасте, также достаточно высока среди испытуемых, что отражает их ориентацию на поддержание оптимального физического и ментального самочувствия, которые необходимы для благополучной жизни. Наконец, что касается шкалы «общественное благо», набранный балл говорит о стремлении молодых взрослых помогать окружающим людям и участвовать в жизни сообщества, к которому они себя причисляют.

Из тех стремлений, которые, согласно теории самодетерминации, не ведут к благополучию, а лишь создают его видимость через внешние атрибуты, у респондентов наиболее выражено стремление к финансовому успеху, которое, тем не менее, уступает ранее обозначенным внутренним целям. Из это следует, что молодым взрослым не свойственно в первую очередь связывать свое будущее с зарабатыванием денег, поскольку удовлетворение духовных и социальных потребностей является для них более значимым, чем накопление материальных благ. Еще в меньшей степени для респондентов важна внешняя привлекательность, что, вероятно, объясняется их устойчивой самооценкой и принятием своей внешности, а также невысокой ориентацией на внешние оценки. Наконец, самый низкий балл в рамках данной методики был получен по шкале «известность». Это позволяет нам сделать предположение о том, что молодые люди не стремятся к всеобщему

признанию и ориентируются преимущественно на себя и свои желания, что потенциально является важной особенностью, положительно связанной с субъективным благополучием.

В целом, учитывая отсутствие гендерных отличий при выборе приоритетных жизненных стремлений, полученные результаты означают, что молодые люди независимо от пола охотнее стремятся к целям, достижение которых напрямую способствует удовлетворению их потребностей в развитии, привязанности и взаимопомощи, в то время как группа внешних жизненных целей, имеющих скорее инструментальный характер, в меньшей степени интересует опрошенных, принадлежащих к периоду ранней взрослости.

3.1.2. Типы ценностно-смысловых предпочтений

Учитывая многочисленные связи основных жизненных стремлений с индивидуальными ценностями, на основе которых они, вероятно, были сформированы, рассмотрим более подробно структуру ценностно-смысловой сферы молодых взрослых с использованием факторного анализа.

Совокупность из 7 стремлений и 19 ценностей, по результатам проведенного анализа, образовала относительно небольшое количество переменных, а именно 7 факторов, объясняющих 61,4% от общей дисперсии. Отклонив последний из них ввиду его малого веса, мы получили 6 факторов, суммарная информативность которых составляет 57,5% (таблица 5).

Таблица 5

Структура ценностно-смысловой сферы

№	Фактор	Переменные	Факторная нагрузка
1.	Самоутверждение и внешние стремления (13,44%)	Богатство	0,790
		Власть – Ресурсы	0,784
		Достижения	0,720
		Внешняя привлекательность	0,719
		Известность	0,660
		Власть – Доминирование	0,528

2.	Самопреодоление и благо общества (11,34%)	Универсализм – Толерантность	0,783
		Общественное благо	0,688
		Универсализм – Забота о природе	0,687
		Универсализм – Забота о других	0,575
3.	Самопреодоление и внутренние стремления (9,31%)	Отношения с людьми	0,848
		Здоровье	0,732
		Личностный рост	0,731
		Благожелательность – Чувство долга	0,401
		Благожелательность – Забота	0,283
4.	Самосохранение (8,36%)	Традиции	0,859
		Конформизм – Правила	0,569
		Скромность	0,543
		Конформизм – Межличностный	0,517
5.	Открытость изменениям (8,22%)	Самостоятельность – Поступки	0,852
		Самостоятельность – Мысли	0,809
		Стимуляция	0,516
6.	Самосохранение и гедонизм (6,8%)	Репутация	0,671
		Гедонизм	0,411
		Безопасность – Общественная	0,410

Первый фактор «Самоутверждение и внешние стремления» представлен стремлениями к финансовому благополучию, широкой известности и привлекательной внешности, которые, согласно теории самодетерминации, относятся к категории инструментальных целей, внешних по отношению к истинному Я респондентов, а также ценностями, которые указывают на стремление молодых взрослых к получению контроля над людьми или ресурсами и к достижению высоких результатов в соответствии с принятыми в обществе представлениями об успехе. Вероятно, их связь объясняется тем, что молодые люди, которые не чувствуют себя в безопасности, при наличии высокой самооценки стремятся к доминированию над другими людьми и самоутверждению за их счет, а также расценивают богатство, известность и привлекательность в качестве средств, которые позволят им прийти к успеху, заручиться признанием других людей и испытать свободу от тревоги.

В состав второго фактора «Самопреодоление и благо общества» вошло жизненное стремление к социальному благополучию в сопровождении универсализма – ценности, предполагающей преодоление собственных интересов ради заботы об обществе и природе. Их согласованность кажется

нам абсолютно логичной, поскольку стремление к участию в социальной жизни и оказанию бескорыстной помощи людям, которым это необходимо, является одним из проявлений универсализма со стороны молодых респондентов, вероятно, свободных от удовлетворения своих дефицитных потребностей, и потому ориентированных на устранение социальной дискриминации и преодоление эксплуатации окружающей их среды.

Третий фактор «Самопреодоление и внутренние стремления» образуют такие цели, как личностный рост, отношения с людьми и здоровье, а также благожелательность – важная для молодых взрослых ценность, указывающая на их стремление быть надежными членами группы и заботиться о близких людях. Несмотря на то, что благожелательность, направленная на благополучие других людей, на первый взгляд контрастирует с целями по укреплению собственного здоровья и развитию собственной личности, отметим, что одним из важных аспектов здоровых социальных отношений является не принесение своих потребностей в бессмысленную жертву, а эго-трансцендентность, вероятно, позволяющая молодым людям воспринимать свои личные интересы с учетом их взаимной зависимости от потребностей близкого окружения. В связи с чем выраженная направленность на собственное благо за счет процесса идентификации не только не противоречит, но и хорошо сочетается с доброжелательным отношением к другим членам значимых социальных групп, а также стремлением сохранить с ними надежную связь.

Четвертый фактор «Самосохранение» определяется ценностями традиций, скромности и конформизма, которые ориентированы на сохранение привычного уклада жизни и поддержание порядка, в том числе путем следования общему мнению. При этом приспособление к правилам, предписанным как отдельными социальными группами, так и обществом в целом, может быть связано либо с болезненным самоограничением, либо, напротив, с высокой гибкостью и адаптивностью к разным нормам и ценностям.

Пятый фактор «Открытость изменениям» также лишен жизненных целей и состоит только из индивидуальных ценностей, а именно самостоятельности и стимуляции, которые противоположны ценностям предыдущего фактора, так как подчеркивают важность свободного развития своих идей и осуществления не только автономной, но и разнообразной деятельности для молодых взрослых, готовых к творческой активности и получению нового опыта.

Наконец, шестой фактор «Самосохранение и гедонизм» является наиболее противоречивым, поскольку включает ценности, находящиеся на границе разных категорий, а именно социальную безопасность (по какой-то причине ориентированную на стабильность в обществе, но не на ощущение собственной защищенности), репутацию (связанную, с одной стороны, с безопасностью через желание защитить честь и достоинство, а с другой стороны, с властью над людьми и ресурсами посредством публичного имиджа) и гедонизм (содержащий в себе элементы открытости изменениям и самоутверждения). Тем не менее, данные ценности, как нам кажется, могут быть связаны потому, что хорошее времяпровождение и наслаждение жизнью ставится молодыми людьми в прямую зависимость от того, насколько уязвимо они чувствуют себя перед опасностями, исходящими от окружающих людей.

Таким образом, наличие множества связей между отдельными жизненными стремлениями и индивидуальными ценностями можно объяснить влиянием нескольких факторов, большая часть из которых однозначно интерпретируется путем их соотнесения с категориями, предложенными в теории самодетреминации, а также в уточненной теории базовых ценностей.

3.1.3. Мотивация достижения и смысловые характеристики ориентации на успех в разных жизненных сферах

Что касается мотивации достижения жизненных целей, судя по результатам применения методики А. Мехрабиана, сделать однозначный

вывод о преобладании у респондентов одного из двух устойчивых мотивов – к достижению успеха или к избеганию неудачи – нельзя. При этом, гендерные особенности мотивационной сферы молодых взрослых (96% из которых имеют неопределенную мотивационную тенденцию) состоят в преобладании стремления к успеху у молодых мужчин по сравнению с молодыми женщинами ($T = -4,203$, $p \leq 0,01$), что, вероятно, говорит о том, что мужчины чаще предпочитают сложные задачи с неопределенным исходом, способствующие их самосовершенствованию в труде и достижению жизненного успеха, чем женщины, которые чаще испытывают беспокойство из-за возможных ошибок, низкой оценки своей деятельности другими людьми или неудачных попыток достигнуть желаемый результат (рис. 1).

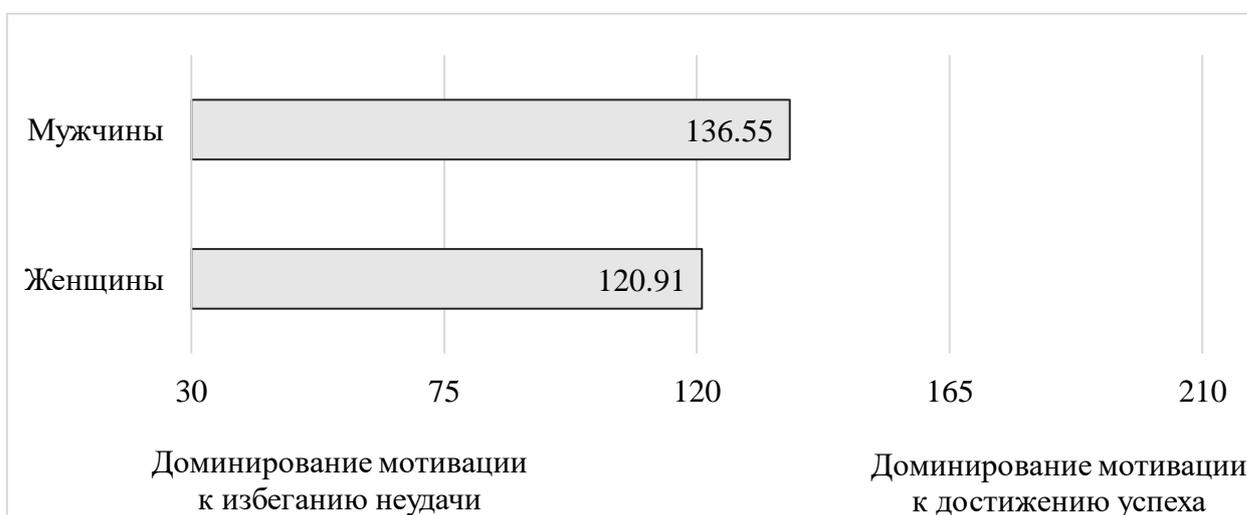


Рис. 1. Особенности мотивации достижения успеха у молодых взрослых разного пола (средние значения, баллы)

Поскольку количественные результаты, позволяющие понять силу стремления молодых людей к целям, а также степень мотивационного напряжения исходя из соответствия между достигнутыми и желаемыми результатами, не отражают при этом личностный смысл важных стремлений, мы предложили респондентам ряд вопросов, касающихся изучаемых целей (богатства, известности, привлекательной внешности, личностного роста, отношений с людьми, общественного блага и здоровья), которые были сформулированы следующим образом «Если вы стремитесь к богатству,

пожалуйста, опишите, почему данная цель важна для Вас. Если данная цель для Вас неважна, укажите в своем ответе, почему это так» и так далее.

Рассмотрим качественные особенности мотивация достижения разных жизненных целей, содержащиеся в развернутых ответах респондентов, включая их согласованность друг с другом, базовыми потребностями и личностью молодых людей в целом (полный перечень категорий приведен в приложении В).

Богатство. Среди широкого круга причин, побуждающих молодых взрослых стремиться к богатству, одной из доминирующих является стремление удовлетворять свои желания и потребности и ни в чем себе не отказывать (18,4%). Ее выраженность подтверждает, что богатство является прежде всего инструментальной ценностью, которую молодые люди, за исключением тех, кому хотелось бы владеть ценным имуществом и покупать вещи высокого качества (13,3%), могут использовать для реализации целей, напрямую не связанных с материальным достатком.

Несмотря на то, что данная категория не позволяет понять, о каких именно желаниях и потребностях идет речь, благодаря другим, более содержательным ответам, мы можем видеть, что мотивация молодежи имеет разный вектор. Альтруистическая мотивация (направленная на других) проявляется в том, что молодежь стремится к богатству, чтобы помогать семье и другим близким людям (19,4%), вносить свой вклад в общественное благо (2%) и обеспечивать будущих детей (2%). В свою очередь эгоистическая мотивация (направленная на себя) имеет связь с потребностями разного уровня: дефицитарными, продиктованными устранением дискомфорта, и бытийными, продиктованными развитием.

Исходя из полученных ответов, часть респондентов с помощью богатства хотела бы удовлетворять низшие (дефицитарные) потребности: оплачивать базовые расходы, в том числе на питание (6,1%), обеспечивать личную безопасность (5,1%), поддерживать свое здоровье (4,1%). В то время как другая часть, напротив, хотела бы удовлетворять высшие (бытийные)

потребности: обеспечивать себе отдых и развлечения (8,2%), путешествовать (7,1%), проявлять независимость (6,1%), реализовывать личностный потенциал (6,1%), а также получать образование и развиваться (5,1%).

Чаще всего молодежь не стремится к богатству из-за наличия более важных жизненных целей (12,2%), которых, видимо, можно достигнуть, не прибегая к деньгам, а также из-за представления, которое было отражено молодыми людьми с помощью устоявшейся в обществе фразы «счастье не в деньгах» (9,2%).

Известность. К известности большому кругу лиц чаще всего не стремятся молодые люди, которые ценят приватность или не любят внимание, выступающее неотъемлемым атрибутом данной жизненной цели (15,3%). Молодые люди, которые любят быть в центре внимания (6,1%), наоборот, предсказуемо считают это причиной стремиться к известности, которая, вероятно, важна и приятна для них сама по себе. При этом известность не только доставляет удовольствие, но имеет инструментальный смысл, так как, по мнению респондентов, она упрощает жизнь, усиливая влияние человека (9,1%), а также способствует накоплению денежных средств (3,1%).

Можно предположить, что известность, по мнению молодежи, также является средством удовлетворения дефицитарных потребностей: ее ответы о стремлении приобрести полезные и интересные знакомства (4,1%) отражают потребность принадлежать к социальной группе единомышленников, а ответы о стремлении к всеобщему признанию своих достоинств (10,2%), а также о стремлении занять место в истории (3,1%) – потребность в уважении и почитании. Отметим, что, хотя существенная часть опрошенных не стремится к широкой известности, она, тем не менее, хочет прославиться в определенных кругах (чаще всего имея в виду профессиональное сообщество) (7,1%), что, вероятно, также отражает ее потребность в признании компетентности и уважении окружающими людьми.

Внешняя привлекательность. К внешней привлекательности молодежь чаще всего стремится, чтобы нравиться себе (17,3%) и испытывать чувство уверенности (16,3%), основой для формирования которого является прежде всего высокая самооценка, что подчеркивает ориентацию испытуемых на внутренние стимулы, включая их собственные представления о красоте.

Примерами ярко выраженной ориентации на внешние стимулы является стремление молодых людей соответствовать принятым в обществе стандартам (4,1%), нравиться окружающим людям и в том числе получать комплименты (11,2%), а также формировать приятное первое впечатление, через призму которого, по мнению некоторых испытуемых, люди будут их воспринимать при дальнейшем общении (15,3%).

Стремление к внешности, которую другие люди находят привлекательной, наряду с указанием на то, что красивым людям легче жить и строить отношения (11,2), вероятно, говорит о том, что привлекательность воспринимается молодыми взрослыми как инструмент для построения социальных отношений, и поэтому определяющим фактором для стремления к ней может являться удовлетворение одной из базовых потребностей в принятии и восприятии себя объектом, достойным симпатии других людей.

Основной причиной, по которой молодые люди не стремятся к внешней привлекательности, является то, что они нравятся себе и принимают себя такими, какие они есть (14,3%), что, впрочем, не исключает того, что испытуемые, стремящиеся к поддержанию привлекательной внешности, тоже действуют из любви к себе.

Личностный рост. Что касается так называемых внутренних целей, примечательно, что молодыми взрослыми не было названо ни одной причины, которая бы препятствовала их стремлению к саморазвитию.

С учетом того, что данная цель наделена исключительно положительным смыслом, отметим, что небольшая часть респондентов имеет внутреннюю мотивацию, на которую указывает удовольствие, получаемое молодежью от самого процесса познания (6,1%). Другие ответы так или иначе

свидетельствуют об ориентации не на процесс, а на отчужденный от деятельности результат, причем связанный не только с преимуществами личностного роста, но и направленный на избегание негативных последствий его отсутствия (встречаемость стремления не находиться в стагнации и не деградировать составляет 12,2%). Мотивация достижения в случае с личностным ростом чаще направлена себя, однако, судя по некоторым ответам, она может быть ориентирована и на совершенствование мира (5,1%).

Ряд молодых людей, ассоциируя личностный рост с познавательной деятельностью, стремится к нему, чтобы понять себя (6,1%) и окружающий мир (4,1%), удовлетворив тем самым свою потребность в познании. Другие испытуемые, вероятно, желая получить одобрение других людей и заслужить их признание, стремятся стать эрудированными собеседниками (7,1%) и компетентными профессионалами (7,1%), а также добиться успеха (20,4%), используя личностный рост как инструмент достижения этих целей. Наконец, личностный рост, по мнению молодых взрослых, также нужен им для того, чтобы почувствовать себя полноценными и гармонично развитыми людьми (10,2%), приблизиться к лучшей возможной версии себя (7,1%), а также получить повод для гордости и любви к себе (6,1%), что, как нам кажется, отражает потребность в обретении чувства собственного достоинства на пути к полной реализации своих потенциальных возможностей.

Отношения с людьми. Описывая основания для стремления к социальным отношениям, молодые люди часто указывают на их самооценку, поскольку доверительное общение с другими людьми является источником приятных эмоций (11,2%) и приносит счастье (4,1%) само по себе. При этом часть ответов отражает ориентацию молодых взрослых не столько на отношения, сколько на избегание одиночества, вызванного их отсутствием (7,1%), что, вероятно, отражает возрастную актуальность выбора между интимностью и изоляцией, особенно для молодежи, переживающей из-за отсутствия надежных межличностных отношений.

По мнению некоторых респондентов, отношения с людьми служат промежуточной ступенью для удовлетворения других потребностей, напрямую несвязанных с ними, например, в безопасности, которая проявляется в стремлении чувствовать себя в отношениях с кем-то уверенно и защищенно (10,2%), или в уважении, которая проявляет в стремлении достигнуть успеха при помощи социальных связей (6,1%).

Согласно ответам других респондентов, отношения с людьми напрямую способствуют удовлетворению дефицитарной потребности в принадлежности и любви. Так, в зависимости от альтруистической или эгоистической ориентации молодые люди стремятся к социальным отношениям, поскольку хотят оказывать другим людям поддержку и проявлять заботу (14,3%) или поскольку хотят получать поддержку и иметь опору в лице окружающих их людей (38,8%), а также часто сочетая два данных желания между собой.

Список причин для того, чтобы не стремиться к отношениям, является немногочисленным и включает прежде всего удовлетворенность испытуемых теми социальными связями, которые они уже успели сформировать (6,1%). При этом, отметим, что некоторых респондентов наличие хороших отношений с семьей и друзьями, наоборот, мотивирует продолжать прикладывать усилия к их поддержанию (5,1%).

Общественное благо. Направленность на достижение общественного блага может существовать в виде направленности не только на его результат, но и на процесс, что подтверждают люди, для которых оказание помощи тем, кто в этом нуждается, сопровождается переживанием приятных эмоций (5,1%).

Учитывая специфику данного жизненного стремления, вектор мотивации по его достижению предсказуемо обращен на других людей чаще, чем на себя. Это проявляется в том, что опрошенная молодежь желает людям счастья и признает их право на счастливую жизнь (14,3%), может и хочет сделать жизнь людей и мир вокруг лучше (5,1%), ценит общественные

интересы выше, чем личные (2%), и хочет оставить будущим поколениям лучший мир (2%).

Несмотря на то, что стремление к общественному благу альтруистично по своей природе, часть опрошенных помогает людям улучшить их жизнь, преследуя личные интересы, в том числе отмечая, что социальное благополучие положительно отразится на жизни каждого человека, включая их собственную (14,3%), или и вовсе рассчитывая получить от них помощь в ответ (2%).

Отметим также, что доля ответов, посвященная важности справедливости и безопасности (13,3%), указывает нам на то, что работа на благо общества, вероятно, способствует удовлетворению у молодежи как ее высшей бытийной потребности в достижение равных прав, свобод и возможностей для всех людей, так и низшей дефицитарной потребности в защищенности от различных угроз, источником которых может быть снижение духовного и материального уровня жизни окружающих людей.

Среди причин, снижающих стремление к общественному благу, молодые люди чаще всего пишут о том, что данная цель противоречит их желанию сначала обустроить собственную жизнь (13,3%), что, с одной стороны, может объясняться тем, что отправной точкой для мотивации является удовлетворение людьми собственных базовых нужд, без которого многие высшие ценности, включая сострадание другим людям, теряют свою актуальность, а, с другой стороны, это может указывать на упрощенное понимание респондентами своих личных интересов, а именно на игнорирование их связи с интересами общества, в отличие молодежи, чье мнение об общественном благе рассматривалось нами ранее.

Здоровье. Подобно личностному росту и отношениям с людьми, в ряде случаев молодые взрослые объясняют свое стремление к здоровью нежеланием испытывать негативные последствия, вызванные его ухудшением (7,1%). При этом среди респондентов, ориентированных скорее на улучшение своего состояния, чем на избегание сопутствующих болезням страданий, часть

из них отмечает связь между физическим и ментальным здоровьем (7,1%), предполагая, что удовлетворение витальных потребностей является необходимой основой не только оптимального физического самочувствия (которому придается большое значение в 11,2% ответов), но также и для хорошего эмоционального самочувствия.

Кроме этого, реализация данной жизненной цели, по мнению молодых взрослых, сопровождается вознаграждением в виде возможности вести полноценную (10,2%), продолжительную (19,4%) и продуктивную (28,6%) жизнь без ограничений, что не только приятно само по себе, но и характеризует здоровье как ценный ресурс, потенциально способствующий достижениям в разных жизненных сферах.

Наконец, наряду с отсутствием стремления к здоровью, которое опрошенные молодые люди объясняют либо хорошим самочувствием (3,1%), либо неспособностью на него повлиять (3,1%), при анализе нам также встретились утверждения респондентов, которые признают важность здоровья, но не осуществляют никакой деятельности по его поддержанию (6,1%), демонстрируя, тем самым, несоответствие ценностных ориентаций реальному поведению молодежи.

Таким образом, обобщая полученные ответы, отметим, что личностные смыслы, которыми молодые взрослые наделяют ранее перечисленные жизненные стремления, отличаются широким разнообразием, которое, вероятно, является следствием уникальности жизненного опыта каждого респондента.

Индивидуальные особенности проявляются также и в том, что ведущие место в жизни разных опрошенных занимают разные цели, при том, что в целом по выборке молодые люди выбирают внутренние стремления чаще, чем внешние. Несмотря на то, что ориентация на внутренние цели часто ассоциируется с высокой осмысленностью жизни, отсутствие ответов о субъективных причинах стремления к ним (например, в случае с личностным ростом – 22,4%) может указывать на формальное понимание респондентами

их высокой социальной значимости, но без ее присвоения и наделения личностным смыслом.

Среди качественных особенностей мотивации в первую очередь стоит отметить ее внутренний тип. Основанием для его выделения является интерес к процессу деятельности, который редко, но все же встречается на фоне преобладающего внешнего типа мотивации, направленного на ее результат. Так, например, некоторые молодые взрослые иногда ориентированы на процесс при стремлении к личностному росту, общественному благу и отношениям с людьми, судя по удовольствию, которое они испытывают, познавая себя и окружающий мир, помогая нуждающимся, а также общаясь с близким окружением.

Направленность на получение результата может принимать форму мотивации достижения и избегания. В связи с чем стоит отметить, что небольшая часть респондентов, рассматривая такие жизненные цели, как личностный рост, отношения с людьми и здоровье, концентрируется не на успехах, а на тех негативных исходах, которые ей хотелось бы предотвратить в данных сферах.

Примечательно, что, по мнению некоторых молодых людей, достижение жизненных целей (как внутренних, так и внешних) само по себе является ценным вознаграждением, что говорит либо о том, что побуждения, под влиянием которых действуют респонденты, не осознаются ими в полной мере, либо о том, что данные жизненные стремления относятся молодежью к конечным целям-ценностям, не нуждающимся в дополнительном обосновании.

Категории целей-ценностей противостоят цели-средства, к числу которых также могут относиться любые из рассмотренных стремлений в зависимости от приоритетов респондентов. Другими словами, не только внешние, но и внутренние стремления воспринимаются молодыми людьми как инструменты для достижения более значимых целей из-за чего, как нам кажется, важно рассматривать мотивацию не только с позиции ее величины,

но и с позиции ее качества, понимая, что одни и те же стремления, несмотря на их внешнее сходство, могут иметь разный смысл и приводить к субъективно разным последствиям для респондентов.

Поскольку личностный смысл формируется под влиянием врожденных потребностей, отметим, что мнению молодых взрослых, они также в значительной мере согласуются с достижением разных жизненных целей.

Исходя из полученных ответов, можно предположить, что люди, ориентированные на достижение привлекательной внешности и известности, на самом деле стремятся к любви и принятию, а также к социальному одобрению и уважению. Люди, которые стремятся к богатству, помимо удовлетворения базовых нужд, ориентированы на развитие и самореализацию, которые также являются предсказуемой причиной стремления к такой важной жизненной цели, как личностный рост. Ее достижение, помимо прочего, может быть обусловлено потребностью чувствовать собственное достоинство и общественное признание (в зависимости от направленности молодежи на внутреннее или внешнее одобрение). В основе стремления устанавливать близкие отношения лежит социальная потребность в любви, которая включает не только потребность быть объектом внимания и заботы, но и потребность любить и заботиться о других. Наконец, направленность на других людей или себя проявляется также в стремлении к общественному благу, важность которого признает молодежь, несклонная видеть противоречие между личными интересами и проявлением доброты к окружающим людям.

3.1.4. Соотношение значимости и степени достижения успеха в различных жизненных сферах

Что касается самооценки успешности достижения целей, возвращаясь к методике «Индекс стремлений» и ориентируясь на нормативные показатели, предложенные для всех шкал, можно сказать, что значения разных стремлений в большей степени соответствуют норме, когда речь идет об их важности, и в

меньшей степени соответствуют норме в контексте степени их достижения (таблица 6).

Таблица 6

Соотношение важности и достижения жизненных стремлений
(средние значения, баллы)

№	Жизненные стремления	Важность			Достижение			Критерий Вилкоксона
		М	SD	R	М	SD	R	
1.	Богатство	24,00	7,35	5	10,90	5,23	6	-8,253 **
2.	Известность	18,42	6,95	7	10,29	4,97	7	-8,217 **
3.	Привлекательная внешность	18,61	6,83	6	15,52	6,70	4	-4,843 **
4.	Личностный рост	29,69	4,73	2	20,35	5,83	2	-8,174 **
5.	Отношения с людьми	31,08	5,18	1	22,80	8,07	1	-7,723 **
6.	Общественное благо	24,27	6,83	4	15,48	6,47	5	-8,454 **
7.	Здоровье	28,90	5,64	3	19,48	6,81	3	-8,484 **

Примечания:
 1. М – среднее значение, SD – стандартное отклонение, R – ранг.
 2. Максимальное значение = 35 баллов.
 3. Различия значимы: * – при $p \leq 0,05$, ** – при $p \leq 0,01$.

При этом показательно, что важность жизненных целей для испытуемых примерно соответствует степени их достижения, исходя из сопоставления рейтинговых позиций стремлений по этим двум измерениям. Исключение составляет внешняя привлекательность, так как по шкале важности ее рейтинг ниже общественного блага и богатства, а по шкале достижения – выше, что, вероятно, связано с тем, что основным стандартом красоты в современном мире является молодость, легко доступная для испытуемых в силу их возраста. В остальном, соответствие между жизненными ориентирами и результативностью действий, предпринимаемых для их достижения, на наш взгляд, характеризует опрошенных как целеустремленных молодых людей, ориентированных на желаемый результат.

Тем не менее, согласно статистике, между важностью всех стремлений и степенью их достижения предсказуемо наблюдаются достоверно значимые отличия, провоцирующие появление мотивационного напряжения.

Мотивационное напряжение молодых взрослых, образованное несоответствием «желаемого» и «действительного», состоит в преобладании важности всех предложенных к рассмотрению целей над их достижением. В порядке нарастания мотивационного напряжения жизненные стремления имеют следующую последовательность: внешняя привлекательность, известность, отношения с людьми, общественное благо, личностный рост, здоровье и богатство (таблица 7).

Таблица 7

Мотивационное напряжение, вызванное жизненными стремлениями
(средние значения, баллы)

№	Жизненное стремление	Мотивационное напряжение		
		М	SD	R
1.	Богатство	13,1	8,3	1
2.	Известность	8,1	6,0	6
3.	Привлекательная внешность	3,1	6,1	7
4.	Личностный рост	9,3	6,4	3
5.	Отношения с людьми	8,3	7,6	5
6.	Общественное благо	8,8	6,3	4
7.	Здоровье	9,4	6,2	2
Внешние жизненные стремления		8,1	5,4	2
Внутренние жизненные стремления		9,0	4,8	1
Примечание: М – среднее значение, SD – стандартное отклонение, R – ранг.				

Несмотря на то, что степень реализации жизненных стремлений не отличается гендерным своеобразием, в ходе сравнения мы обнаружили различия, связанные с оценкой достижения богатства, общественного блага и здоровья между тремя группами испытуемых, а именно молодыми людьми, которые находятся в процессе обучения, работают и сочетают учебную деятельность и работу (таблица 8).

Таблица 8

Достижение жизненных стремлений молодыми взрослыми: 1) разного пола, 2) с разной учебной и трудовой занятостью (средние значения, баллы)

№	Жизненное стремление	Достижение						
		Ж	М	U-критерий Манна-Уитни	1	2	3	H-критерий Краскела-Уоллиса
1	Богатство	11,2	10,3	978,5	10,3	12,6	10,2	7,046*
2	Известность	10,2	10,4	1064,5	10,1	11,4	9,2	5,645
3	Привлекательная внешность	15,5	15,6	1058,0	15,5	15,7	15,2	0,111
4	Личностный рост	20,4	20,2	1040,0	20,0	21,4	19,7	1,117
5	Отношения с людьми	22,6	23,1	1023,5	22,6	22,5	23,9	0,407
6	Общественное благо	16,0	14,6	923,5	14,2	17,8	15,8	6,773*
7	Здоровье	19,7	19,1	1013,0	20,7	19,4	15,8	6,263*

Примечания:
 1. Ж – женщины, М – мужчины; 1 – неработающие студенты, 2 – работающие студенты, 3 – работающие молодые взрослые.
 2. Различия значимы: * – при $p \leq 0,05$, ** – при $p \leq 0,01$.

Примечательно, что различие, связанное с богатством, состоит в том, что наиболее высоко свое материальное состояние оценивают работающие студенты, чей доход одновременно может включать родительскую финансовую поддержку, стипендию и заработную плату. Различие, связанное с общественным благом, также состоит в более высокой оценке результатов своей социально значимой деятельности у работающих студентов. В это же время различие, связанное с оценкой здоровья, состоит в том, что молодые люди, которые заняты только получением образования, больше довольны его уровнем, возможно, из-за менее высокой занятости и меньшего числа стрессовых факторов особенно по сравнению с работающими молодыми взрослыми, которые, помимо этого, имеют более высокий средний возраст, чем студенты.

3.1.4. Представления молодых взрослых о соотношении успеха и счастья

Переходя к субъективной оценке общих результатов своей жизнедеятельности, без уточнения конкретных сфер, отметим, что среднее значение ответов на вопрос «В целом насколько успешным или неуспешным Вы себя обычно чувствуете?» по аналогии со шкалой счастья М. Фордуса говорит об умеренной самооценке, немного превышающей нейтральный показатель ($M = 5,96$ из 10, $SD = 1,65$), что входит в противоречие с невысокой степенью достижения всех долгосрочных жизненных стремлений.

Что касается счастья в период ранней взрослости, среднее значение, полученное с помощью методики М. Фордуса, говорит о «слегка счастливом» настроении респондентов, немного превышающем нейтральное состояние и, вместе с этим, их самооценку успеха ($M = 6,22$ из 10, $SD = 2,12$).

На особое соотношение успеха и счастья, помимо количественной оценки, указывают представления респондентов о данных понятиях (таблица 9).

Таблица 9

Распределение ответов на вопрос «В чем, на Ваш взгляд, заключается разница между успехом и счастьем?» (частота встречаемости, %)

№	Критерий соотношения успеха и счастья	%
1.	Успех – то же самое, что и счастье	7,1
2.	Успех – необязательный компонент счастья	9,2
3.	Успех – средство достижения счастья	7,1
4.	Успех – следствие счастья	3,1
5.	Успех – материальная сфера, счастье – нематериальная	11,2
6.	Успех – внешние достижения, счастье – внутренние переживания	22,4
7.	Успех – оценка обществом, счастье – самооценка	14,3
8.	Успех – целенаправленный, счастье – спонтанное	13,3
9.	Успех – следствие обстоятельств, счастье – желания	4,1
10.	Успех – менее важная ценность, чем счастье	8,2

Используя анкетный вопрос «В чем, на Ваш взгляд, заключается разница между успехом и счастьем?», было обнаружено, что только 7,1% испытуемых

считают данные понятия полностью совпадающими и неотделимыми. Представления остальных респондентов указывают на различия, основания для которых можно объединить в несколько групп

Так, например, одно из двух названных состояний часто рассматривается респондентами через призму его роли в достижении другого состояния. Данная особенность проявляется даже в том, что ранее упомянутые ответы, отождествляющие успех и счастье, как правило, делают это на основании сильной причинно-следственной связи (например, «На мой взгляд, эти понятия равны, так как мое счастье напрямую зависит от того, насколько я успешна»). При этом интересно, что 8,2% ответов указывают на то, что счастье является более важной ценностью, доминирующей над успехом, 9,2% ответов указывают на то, что для достижения счастья успех не является обязательным или даже желательным (например, «Успех не всегда приносит счастье» или «Счастье может сопутствовать успеху, но оно состоит не только в нем»), а 7,1% ответов связаны с высокой ролью успеха при достижении счастья (например, «Успех важен для счастья, он помогает чувствовать себя хорошо. Когда достигаешь успеха в жизни, тогда ты чувствуешь себя счастливым»).

При этом небольшая доля ответов (3,1%), наоборот, связана с важностью счастья при достижении человеком успеха, которому, по мнению молодежи, способствует положительный эмоциональный настрой (например, «Счастье может быть без успеха, а настоящий успех может быть только когда человек ощущает счастье»).

Другое представление о разнице между успехом и счастьем связано с тем, что счастье относится к нематериальной сфере, тогда как успех – к материальной. Эта позиция отражена в 11,2% ответов (например, «Разница заключается в том, что счастье – это скорее что-то духовное, например, любовь, поддержка, понимание, положительные эмоции. А успех – это что-то про материальный достаток»).

Подразумевая под успехом нечто «внешнее», а под счастьем нечто «внутреннее», наибольшая часть респондентов (22,4%) отвечает, что успех основан на внешне наблюдаемых достижениях, тогда как счастье – на внутренних переживаниях личности (например, «Счастье у каждого свое и ощущается оно внутренне, а успех – нечто внешнее, связанное с реализацией себя в обществе» или «Успех – это результат достижения целей, а счастье – это не привязанное к чему-то конкретному чувство душевного равновесия»). Такой подход к происхождению двух данных состояний, на наш взгляд, также связан с представлениями о способе определения их выраженности – по мнению 14,3% молодых взрослых, счастье определяется посредством субъективной оценки своего внутреннего состояния, тогда как успех – через оценку результатов деятельности «другими» (например, «Успех – это что-то общее и среднестатистическое, а счастье – личное, для него у каждого свой ориентир» или «Успех – это то, что видит и оценивает общество, а счастье – это то, что видит и возвращает внутри себя сам человек»).

Наконец, интересными нам представляются те различия, которые связаны с представлениями о субъектности, а именно о величине личного вклада, необходимой для переживания успеха или счастья. Согласно 13,3% ответов, успех является результатом усилий, приложенных к определенному делу, в то время как счастье можно переживать неожиданно и спонтанно, не прилагая усилий (например, «Для достижения успеха нужно добиваться каких-то целей, счастье же можно испытывать от чего угодно»). Другое отношение к проблеме имеют 4,1% респондентов, согласно которым, успех зависит от совокупности жизненных обстоятельств, а счастье – от самого человека и его желания быть счастливым (например, «Успех зависит от многих причин, а счастье мы делаем сами»).

Таким образом, несмотря на то, что попытка определить соотношение таких понятий, как успех и счастье, не привела к однозначному результату, при помощи контент-анализа мы убедились в том, что существует несколько критериев для их сравнения, которые следует дополнительно исследовать в

дальнейшем, в том числе с помощью регрессионного анализа того, какой вклад вносит одна переменная в изменчивость другой.

3.1.5. Общая характеристика субъективного благополучия в период ранней взрослости

Учитывая сложную структуру субъективного благополучия, наряду со счастьем рассмотрим также другой его компонент, а именно удовлетворенность жизнью. Для ее диагностики мы применили методику Мельниковой Н.Н., которая отражает характерное для испытуемых качество взаимодействия «Я – жизнь» через такой положительный компонент, как жизненная включенность, а также через отрицательные компоненты – разочарование в жизни, усталость от жизни и беспокойство о будущем (таблица 10).

Таблица 10

Компоненты удовлетворенности жизнью (средние значения, баллы)

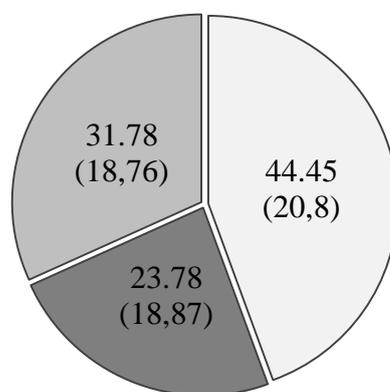
№	Компонент удовлетворенности	М	SD
1.	Жизненная включенность	50,67	10,85
2.	Разочарование в жизни	30,26	7,78
3.	Усталость от жизни	31,13	8,93
4.	Беспокойство о будущем	29,97	8,01
Общая удовлетворенность жизнью		59,32	29,50
Примечание: М – среднее значение, SD – стандартное отклонение.			

Интерпретируя отдельные компоненты в общей структуре удовлетворенности, можно сказать, что молодые взрослые время от времени переживают различные позитивные состояния (удовольствие, радость, спокойствие и так далее), однако существенно реже, чем им хотелось бы. Наряду с этим они также часто испытывают недовольство достигнутыми результатами, отмечают пониженный интерес к жизни, а также имеют тревожные мысли о завтрашнем дне. При этом общий показатель в стандартизированном виде составляет лишь 3 стенона, что говорит о низком уровне удовлетворенности жизнью у опрошенных молодых взрослых.

При общем сходстве субъективного благополучия у женщин и мужчин в период ранней в зрелости, согласно нашим результатам, у женщин (31,2 балла против 27,6 балла у мужчин) доминирует такой компонент неудовлетворенности жизнью, как беспокойство о будущем ($T = 2,047$, $p \leq 0,05$), которое выражается в более настороженном отношении к предстоящим событиям в связи с ощущением неопределенной угрозы, исходящей от нестабильного окружающего мира.

Что касается счастья в период ранней зрелости, как уже было отмечено ранее, среднее значение, полученное с помощью методики М. Фордуса, говорит о «слегка счастливом» настроении респондентов, немного превышающем их нейтральное состояние ($M = 6,22$ из 10, $SD = 2,12$).

Анализируя второй показатель данной методики, а именно процентное соотношение трех разных эмоциональных состояний по продолжительности их переживания, также можно сказать, что опрошенная молодежь чувствует себя счастливо чуть менее половины от общего времени, что почти в два раза чаще, чем несчастно, и в полтора раза чаще, чем просто нейтрально (рис. 2).



□ Счастливое состояние ■ Несчастное состояние □ Нейтральное состояние
Примечание: M (SD), где M – среднее значение, SD – стандартное отклонение.

Рис. 2. Время переживания эмоциональных состояний
(средние значения, %)

При этом следует отметить, что величина стандартного отклонения является весьма высокой среди молодых людей независимо от эмоциональной

направленности их переживаний, что указывает на высокую вариативность ответов, вызванную индивидуальными различиями респондентов.

3.1.6. Взаимосвязи ценностно-смысловых факторов с компонентами мотивационной сферы и субъективным благополучием

Для оценки взаимосвязи ценностно-смысловых и мотивационных факторов, рассмотрим результаты корреляционного анализа, которые отражают связь ценностно-целевых предпочтений, образованных путем факторного анализа, с мотивацией достижения успеха и мотивационным напряжением у молодых взрослых (таблица 11).

Таблица 11

Взаимосвязи ценностно-смысловых факторов с компонентами мотивационной сферы

Факторы	Мотивационное напряжение							Мотивация достижения
	1	2	3	4	5	6	7	
1	0,467**	0,557**	0,293**	0,008	-0,085	-0,091	-0,037	-0,024
2	-0,184	0,166	0,048	0,035	-0,051	0,304**	-0,010	-0,116
3	0,285**	0,042	-0,053	0,338**	0,327**	0,396**	0,277**	0,220*
4	-0,382**	-0,106	-0,212*	-0,144	0,004	-0,038	-0,112	0,013
5	0,035	-0,026	-0,165	-0,031	-0,012	0,131	-0,006	0,416**
6	-0,010	0,056	0,169	0,097	0,073	0,015	0,047	-0,262**

Примечания:

1. Коэффициенты корреляции: Пирсона – для связи факторов с мотивацией достижения, Спирмана – для связи факторов с показателями мотивационного напряжения.
2. Связи значимы: * – при $p \leq 0,05$, ** – при $p \leq 0,01$.
3. Ценностно-смысловые факторы: 1) самоутверждение и внешние стремления, 2) самопреодоление и благо общества, 3) самопреодоление и внутренние стремления, 4) самосохранение, 5) открытость изменениям, 6) самосохранение и гедонизм.
4. Жизненные стремления, вызывающие мотивационное напряжение: 1) богатство, 2) известность, 3) внешняя привлекательность, 4) личностный рост, 5) отношения с людьми, 6) общественное благо, 7) здоровье.

Согласно полученным результатам, чем больше молодые взрослые ценят самопреодоление и достижение внутренних целей, а также чем больше они открыты для изменений, тем больше они ориентированы на успешное достижение целей. Чем больше молодые взрослые ценят частично противоположную категорию ценностей, связанную с самосохранением и

гедонизмом, тем меньше они ориентированы на успешное достижение целей, так как, вероятно, переживают из-за неудач, способных навредить их безопасности, репутации и получению удовольствия от жизни.

Поскольку, кроме мотивации достижения успеха, одним из важных показателей мотивационной сферы, на наш взгляд, является напряжение, образованное соотношением между важностью жизненных стремлений и непосредственно достигнутыми результатами, перейдем к рассмотрению связи между данными показателями и ценностно-целевыми образованиями.

Начнем с того, что обнаруженные корреляции говорят о более высоком мотивационном напряжении преимущественно по тем жизненным целям и ценностям, которым респонденты отдают приоритет. Так, например, чем больше молодые взрослые стремятся к самоутверждению и достижению внешних целей, тем больше у них выражено состояние неудовлетворенности своими богатством, известностью и привлекательностью, при котором их желаемый уровень не совпадает с реальным. Чем больше молодые люди стремятся к самопреодолению и благу общества, тем больше они чувствуют расхождение между желаемым результатом своей общественной деятельности и реальной пользой, которую они смогли принести в настоящий момент. А также, чем больше молодые взрослые ориентированы на самопреодоление и достижение внутренних целей, тем больше у них выражено мотивационное напряжение, вызванное низкой реализацией их стремлений к личностному росту, отношениям с людьми, общественному благу и здоровью.

Кроме этого, в корреляционной матрице также присутствуют связи мотивационного напряжения с компонентами ценностно-целевой сферы молодых взрослых, в состав которых не входят стремления, вызывающие данное напряжение. Отметим среди них ориентацию на материальный достаток. Чем сильнее достижение богатства доминирует над его важностью, образуя избыточное удовлетворение данной цели, тем важнее для респондентов становится самосохранение, самопреодоление и благо общества. Либо, наоборот, важность целей и ценностей, объединенных в

данные факторы, усиливает состояние, при котором наличие денег не представляет для респондентов существенный интерес. Кроме богатства, внешняя привлекательность, а точнее соотношение ее важности и достижения, имеет связь с таким компонентом ценностно-целевой сферы, как самосохранение, возрастание значимости которого либо ведет к преобладанию самооценки привлекательности над ее важностью, либо, наоборот, определяется величиной разницы между ними.

Поскольку субъективное благополучие, вероятно, оценивается молодыми людьми в соответствии с их индивидуальной системой ценностей и стремлений, рассмотрим связи между ценностно-смысловыми образованиями, обнаруженными в результате факторного анализа, и показателями субъективного благополучия молодежи (таблица 12).

Таблица 12

Взаимосвязи ценностно-смысловых факторов с показателями субъективного благополучия

Показатели субъективного благополучия	Ценностно-смысловые факторы					
	1	2	3	4	5	6
Жизненная включенность	0,175	0,143	0,082	0,272**	0,161	-0,031
Разочарование в жизни	0,215*	0,049	-0,159	-0,054	-0,204*	0,003
Усталость от жизни	-0,025	0,161	-0,068	-0,064	-0,112	0,042
Беспокойство о будущем	0,039	0,242*	-0,050	-0,007	-0,285**	0,112
Удовлетворенность жизнью	0,005	-0,074	0,106	0,136	0,224*	-0,055
Счастлирое состояние	0,130	-0,114	0,085	0,103	-0,008	-0,045
Несчастное состояние	-0,087	0,162	-0,135	-0,114	-0,055	-0,004
Нейтральное состояние	0,030	-0,080	0,066	-,058	-0,003	0,051
Самооценка счастья	0,202*	-0,084	0,065	0,150	0,076	-0,108

Примечания:

1. Коэффициенты корреляции: Пирсона – для связи факторов с удовлетворенностью жизнью и ее компонентами, Спирмана – для связи факторов с самооценкой счастья и временем переживания эмоциональных состояний.
2. Связи значимы: * – при $p \leq 0,05$, ** – при $p \leq 0,01$.
3. Ценностно-смысловые факторы: 1) самоутверждение и внешние стремления, 2) самопреодоление и благо общества, 3) самопреодоление и внутренние стремления, 4) самосохранение, 5) открытость изменениям, 6) самосохранение и гедонизм.

Несмотря на положительную связь с таким отрицательным показателем удовлетворенности, как разочарование в жизни, фактор, содержащий

ценности самоутверждения и внешние стремления (к богатству, известности и привлекательности), положительно связан с самооценкой уровня счастья. Фактор, содержащий ценности самопреодоления и стремление к благу общества, положительно связан с еще одним отрицательным показателем удовлетворенности – беспокойством о будущем. Фактор, состоящий из ценностей самосохранения, несмотря на отсутствие связи с удовлетворенностью жизнью, положительно связан с жизненной включенностью – компонентом удовлетворенности, указывающим на ощущение полноты жизни и высокую жизненную активность. Наконец, ценности открытости изменениям, образующие последний фактор, имеют отрицательную связь с двумя составляющими неудовлетворенности жизнью – разочарованием и беспокойством о будущем, а также положительную связь с общим уровнем удовлетворенности жизнью.

Таким образом, можно отметить, что обнаруженные взаимосвязи являются относительно немногочисленными, не имеют высокой силы и заключают в себе некоторые противоречия, что позволяет усомниться в том, что достижение субъективного благополучия молодыми взрослыми в значительной мере обусловлено тем, насколько важными они считают для себя разнообразные ценности и жизненные стремления.

Предполагая, что величина расхождения между важностью и достижением разных жизненных целей находит свое отражение в том, насколько молодые взрослые удовлетворены своей жизнью и счастливы, рассмотрим корреляционные связи между показателями мотивационного напряжения и субъективного благополучия у молодежи (таблица 13).

Взаимосвязи показателей мотивационного напряжения с показателями субъективного благополучия

Показатели субъективного благополучия	Мотивационное напряжение						
	1	2	3	4	5	6	7
Жизненная включенность	-,222*	-,128	-,209*	-,464**	,116	,049	-,350**
Разочарование в жизни	,332**	,402**	,388**	,399**	,133	,042	,151
Усталость от жизни	-,012	,105	,160	,313**	-,007	,000	,247*
Беспокойство о будущем	,122	,291**	,371**	,301**	,046	,015	,168
Удовлетворенность жизнью	-,200*	-,275**	-,330**	-,456**	-,113	-,003	-,249*
Счастлирое состояние	-,079	-,087	-,086	-,213*	-,205*	0,020	-,073
Несчастное состояние	,028	,143	,179	,253*	,149	-,007	,122
Нейтральное состояние	,211*	,029	,009	,060	,109	,113	,017
Самооценка счастья	-,019	-,075	-,113	-,244*	-,138	,061	-,211*

Примечания:

1. Коэффициент корреляции Спирмана.
2. Связи значимы: * – при $p \leq 0,05$, ** – при $p \leq 0,01$.
3. Жизненные стремления, вызывающие мотивационное напряжение: 1) богатство, 2) известность, 3) внешняя привлекательность, 4) личностный рост, 5) отношения с людьми, 6) общественное благо, 7) здоровье.

В результате анализа были обнаружены достоверные отрицательные взаимосвязи удовлетворенности жизнью с мотивационным напряжением, вызванным, с одной стороны, внешними стремлениями к богатству, известности и внешней привлекательности, а, с другой стороны, внутренними стремлениями к личностному росту и здоровью. Несмотря на то, что более низкий уровень общей удовлетворенности жизнью наблюдается у испытуемых с более выраженным расхождением между важностью и достижением по всем отмеченным целям, мотивационное напряжение в разных сферах сопровождают разные показатели, отражающие качество взаимодействия с жизнью.

Так, напряжение из-за богатства положительно связано с разочарованием в жизни и отрицательно с жизненной включенностью. Напряжение из-за известности положительно связано с разочарованием в жизни и беспокойством о будущем. Напряжение из-за внешней привлекательности имеет связь с тремя названными показателями:

отрицательную с жизненной включенностью, а также положительную с разочарованием в жизни и беспокойством о будущем. Напряжение из-за здоровья отрицательно связано с жизненной включенностью и положительно с усталостью от жизни. И, наконец, напряжение из-за личностного роста имеет связь со всеми признаками неудовлетворенности жизнью, согласно которой, чем больше желаемый уровень личностного роста не совпадает с реальным, тем больше у молодых людей выражены переживания пустоты и несправедливости жизни, астенические состояния и тревожные ожидания.

Кроме этого, напряжение из-за богатства имеет положительную связь с количеством времени, в течение которого молодые люди чувствуют себя нейтрально, а напряжение из-за отношений с людьми – отрицательную связь с тем количеством времени, в ходе которого они чувствуют себя счастливо. Что касается самооценки счастья, ее более низкий уровень наблюдается у испытуемых с более выраженным мотивационным напряжением из-за двух внутренних целей – здоровья и личностного роста – последняя из которых также положительно связана с временем счастливого самочувствия и отрицательно – с временем пребывания в несчастном состоянии.

Таким образом, молодые взрослые испытывают неудовлетворенность (которая чаще всего состоит в ослаблении ощущения «я в контакте с жизнью» и в усилении ощущения «жизнь проходит мимо меня») при повышении мотивационного напряжения не из-за всех, а только из-за нескольких стремлений. В их число входят богатство, известность, привлекательная внешность, здоровье и личностный рост (имеющий наиболее число связей). Мотивационное напряжение, вызванное отношениями с людьми и общественным благом, напротив, не сопровождается изменениями в показателях субъективного благополучия, на основе чего можно предположить, что их высокая значимость даже на фоне низкой реализации (в отличие от других, перечисленных ранее целей) не требует от молодежи снижения своих амбиций для достижения удовлетворенности жизнью и счастья.

Предполагая, что сила стремления к целям (прямо или посредством успеха) находит свое отражение в том, насколько молодые взрослые удовлетворены своей жизнью и счастливы, рассмотрим корреляционные связи между мотивацией достижения успеха, степенью достижения жизненных целей, самооценкой успеха и, наконец, показателями субъективного благополучия (таблица 14).

Таблица 14

Взаимосвязи мотивации достижения успеха со степенью достижения жизненных стремлений, самооценкой успеха и показателями субъективного благополучия

Степень достижения жизненных стремлений и самооценка успеха	Коэффициент корреляции	Показатели субъективного благополучия	Коэффициент корреляции
Богатство	0,126	Жизненная включенность	0,238*
Известность	0,193	Разочарование в жизни	-0,319**
Внешняя привлекательность	0,088	Усталость от жизни	-0,176
Личностный рост	0,195	Беспокойство о будущем	-0,347**
Отношения с людьми	0,059	Удовлетворенность жизнью	0,319**
Общественное благо	0,118	Счастлирое состояние	0,233*
Здоровье	0,219*	Несчастное состояние	-0,281**
Самооценка успеха	0,092	Самооценка счастья	0,267**

Примечания:

1. Коэффициенты корреляции: Пирсона – для связи мотивации достижения с удовлетворенностью жизнью и ее компонентами, Спирмана – для связи мотивации достижения со степенью достижения жизненных стремлений, самооценкой успеха и счастья, а также временем переживания эмоциональных состояний.
2. Связи значимы: * – при $p \leq 0,05$, ** – при $p \leq 0,01$.

Начнем с того, что мотивация достижения в рамках нашей работы оказалась не связана ни со степенью достижения большинства жизненных целей, ни с самооценкой успеха, что, вероятно, можно объяснить тем, что одной лишь силы стремления к целям, как правило, недостаточно для их успешного достижения, особенно при учете иных многочисленных факторов, определяющих активность деятельности и ее продуктивность.

Что касается единственной обнаруженной связи, степень реализации молодыми людьми своего желания быть физически и ментально здоровыми,

как нам кажется, имеет значимую положительную корреляцию с мотивацией достижения либо по причине того, что молодые взрослые с лучшим здоровьем готовы прикладывать больше сил для преодоления трудностей, самосовершенствования в труде и достижения наилучших результатов, либо, наоборот, по причине того, что молодые взрослые с более выраженной ориентацией на успех, осознавая ведущую роль здоровья в успешном осуществлении любой деятельности, в первую очередь удовлетворяют свои витальные нужды, обеспечивая себе хорошее самочувствие и вытекающую из него продуктивность.

Тем не менее, несмотря на практически полное отсутствие корреляций с показателями успеха в отдельных жизненных сферах и жизни в целом, мотивация достижения демонстрирует положительные достоверные связи с большинством показателей субъективного благополучия: прямыми с жизненной включенностью, общим уровнем удовлетворенности жизнью, временем пребывания в счастливом состоянии и самооценкой счастья, а также обратными с разочарованием в жизни, беспокойством о будущем и временем пребывания в несчастном состоянии. Таким образом, с учетом всех перечисленных связей, образованных мотивацией достижения, можно предположить, что важным способом обретения субъективного благополучия наряду с достижением высоких результатов является выбор амбициозных целей и процесс движения к их успешному осуществлению с энтузиазмом и верой в желаемый исход.

3.1.7. Вклад ценностно-смысловых и мотивационных факторов в достижение субъективного благополучия в ранней взрослости

Для изучения того, какой вклад особенности мотивационно-смысловой направленности на достижение успеха вносят в переживание субъективного благополучия, рассмотрим результаты регрессионного анализа, которые отражают связь удовлетворенности жизнью с важностью жизненных целей и

ценностей, мотивацией достижения успеха, мотивационным напряжением из-за внутренних и внешних целей, а также со степенью достижения этих целей.

Отметим, что показатели, которые выступили предикторами удовлетворенности жизнью, также были рассмотрены как зависимые переменные, что позволило оценить их изменчивость под влиянием факторов, сочетающих в себе разные ценности и жизненные стремления.

Начнем рассмотрение всех полученных регрессионных моделей с мотивации достижения успеха (таблица 15).

Таблица 15

Предикторы мотивации достижения успеха

Зависимые переменные	R-квадрат	Независимые переменные	Бета-коэффициент
Мотивация достижения успеха	0,30	Ф5. Открытость изменениям	0,429**
		Ф6. Самосохранение и гедонизм	-0,291**
		Ф3. Самопреодоление и внутренние стремления	0,226**

Согласно нашим результатам, 30% ее изменчивости объясняют такие факторы, как «Открытость изменениям», «Самосохранение и гедонизм», а также «Самопреодоление и внутренние стремления», что говорит о том, что готовность к свободному мышлению, самостоятельному поведению и получению нового опыта, а также не только к достижению своих внутренних целей, но и к их самопреодолению ради благополучия других людей, вносит положительный вклад в оценку мотивации молодых взрослых, поскольку усиливает их способность к успешному преодолению трудностей и достижению всех намеченных целей. Стремление к получению удовольствия от жизни, безопасности общества в целом и сохранению своего лица в глазах других людей, наоборот, вносит отрицательный вклад в оценку мотивации, поскольку, молодые взрослые, которые высоко ценят гедонизм и самосохранение, вероятно, стремятся не к переменам, а к ограждению себя от неприятностей для поддержания спокойной и веселой жизни, что ослабляет

мотивацию достижения успеха и усиливает мотивацию избегания неудачи в тех сферах, которые для них важны.

Мотивационное напряжение из-за личностного роста, отношений с людьми, общественного блага и здоровья предсказуемо возрастает по мере увеличения важности фактора «Самопреодоление и внутренние стремления» (что объясняет 22% дисперсии зависимой переменной), поскольку высокие ожидания по тем целям, которые входят в его состав, приводят к тому, что желаемый уровень их достижения не совпадает с реальным (таблица 16).

Таблица 16

Предикторы мотивационного напряжения из-за внешних и внутренних
жизненных стремлений

Зависимые переменные	R-квадрат	Независимые переменные	Бета-коэффициент
Мотивационное напряжение из-за внешних стремлений	0,47	Ф1. Самоутверждение и внешние стремления	0,569**
		Ф4. Самосохранение	-0,320**
		Ф3. Самопреодоление и внутренние стремления	0,171*
Мотивационное напряжение из-за внутренних стремлений	0,22	Ф3. Самопреодоление и внутренние стремления	0,464**

При этом мотивационное напряжение из-за богатства, известности и привлекательной внешности возрастает не только по мере увеличения их важности в составе фактора «Самоутверждение и внешние стремления», но и под влиянием других целей и ценностей (что объясняет 47% дисперсии зависимой переменной). В частности, чем больше молодые взрослые ценят самопреодоление и достижение внутренних целей, тем сильнее их напряжение из-за недостаточно высоких показателей материального достатка, общественного признания и привлекательности, которые, вероятно, расцениваются как необходимые инструменты для реализации важных внутренних целей и связанных с ними ценностей. Кроме этого, чем больше молодые взрослые стремятся к ценностям в составе фактора «Самосохранение», тем их напряжение из-за внешних целей, напротив, слабее,

поскольку важность традиций, скромности и конформизма, вероятно, способствует избыточному достижению внешних целей, так как снижает их желаемый уровень.

Что касается реализации внутренних целей, отметим, что в соответствии с регрессионной моделью, которая объясняет 33% дисперсии, степень достижения личностного роста, надежных отношений, общественного блага и здоровья, зависит не только от важности данных стремлений и связанных с ними ценностей, но и от того, насколько важными молодежь считает богатство, известность и внешнюю привлекательность. Что касается реализации внешних целей, согласно модели, которая объясняет 29% дисперсии, то, насколько молодые люди достигли богатства, известности и привлекательной внешности, также зависит не только от важности данных целей и связанных с ними ценностей, но и от того, насколько выражена социальная направленность молодежи, предполагающая ее участие в жизни общества, заботу о других людях и чувство долга перед ними. Кроме этого, интересно, что степень достижения как внутренних, так и внешних целей, возрастает по мере увеличения ценностей самосохранения, которые говорят о стремлении к избеганию изменений и готовности к самоограничению ради поддержания порядка в обществе и отношений с социальным окружением (таблица 17).

Таблица 17

Предикторы степени достижения внешних и внутренних
жизненных стремлений

Зависимые переменные	R-квадрат	Независимые переменные	Бета-коэффициент
Степень достижения внешних стремлений	0,33	Ф1. Самоутверждение и внешние стремления	0,453**
		Ф4. Самосохранение	0,317**
		Ф2. Самопреодоление и благо общества	0,175*

Степень достижения внутренних стремлений	0,29	Ф3. Самопреодоление и внутренние стремления	0,324**
		Ф2. Самопреодоление и благо общества	0,283**
		Ф4. Самосохранение	0,233**
		Ф1. Самоутверждение и внешние стремления	0,192*

Сравнивая предикторы мотивационного напряжения, вызванного внешними целями, с предикторами их достижения для обобщения всех полученных результатов, можно прийти к нескольким выводам.

Во-первых, фактор «Самосохранение» играет однозначно положительную роль, поскольку ценности, которые входят в его состав, способствуют достижению внешних стремлений и, тем самым, снижают мотивационное напряжение, уменьшая расхождение между желаемыми и реальными достижениями респондентов.

Во-вторых, фактор «Самоутверждение и внешние стремления», напротив, играет неоднозначную роль, поскольку ценности и цели, которыми он образован, с одной стороны, способствуют достижению внешних целей (как нам кажется, из-за влияния силы стремлений на активность деятельности и ее эффективность), а, с другой стороны, усиливают напряжение (из-за неспособности соответствовать возрастающим притязаниям по объективным причинам).

В-третьих, на достижении внешних стремлений положительно сказывается фактор «Самопреодоление и благо общества», а на напряжении – фактор «Самопреодоление и внутренние стремления». Несмотря на их сходство, общественное благо и универсализм в составе первого фактора, вероятно, являются для молодежи необходимой основой, наличие которой делает достижение ее собственных внешних целей более легкодоступным. В то время как внутренние стремления и благожелательность в составе второго фактора, как нам кажется, представляют собой не ресурс, а конечные ценности-цели, чья реализация тоже требует достижения внешних стремлений и, соответственно, лишь усиливает напряжение, вызванное их нехваткой.

Сравнивая предикторы мотивационного напряжения, вызванного внутренними целями, с предикторами их достижения, также можно сделать ряд выводов.

Во-первых, фактор «Самосохранение» хотя и не снижает мотивационное напряжение, все же способствует достижению внутренних целей, что подтверждает его положительное значение.

Во-вторых, фактор «Самопреодоление и внутренние стремления» имеет противоречивое значение, поскольку наделение целей и ценностей высокой важностью, как уже было показано ранее, провоцирует чрезмерные ожидания и поэтому вместе с успешностью достижения целей одновременно увеличивает напряжение из-за их недостаточной реализации.

В-третьих, несмотря на то, что стремление к социальному благополучию в составе фактора «Самопреодоление и благо общества» также является внутренним, наделение данного фактора высокой важностью не приводит к мотивационному напряжению, но усиливает достижение других внутренних целей, по всей видимости, выступая ресурсом для более полной реализации молодежи своих возможностей в разных жизненных сферах.

Возвращаясь к мотивации достижения успеха, проанализируем отличия в ее предикторах на фоне рассмотренных ранее связей. Начнем с того, что фактор «Самосохранение», который способствует достижению внешних и внутренних целей у молодежи, никак не связан с ее мотивацией, а фактор «Самосохранение и гедонизм» и вовсе обязует с ней обратную взаимосвязь, что говорит об ослаблении стремления к успеху при усилении тех ценностей, которые входят в его состав. В дополнение к этому положительный вклад в мотивацию достижения вносит фактор «Открытость изменениям», чьи ценности полностью контрастируют с ценностями в составе рассмотренных ранее факторов, поскольку они ориентированы на свободное развитие, а не на избегание тревоги и сохранение статуса-кво.

Наконец, рассмотрим предикторы удовлетворенности жизнью (таблица 18).

Предикторы удовлетворенности жизнью

Зависимые переменные	R-квадрат	Независимые переменные	Бета-коэффициент
Удовлетворенность жизнью	0,23	Степень достижения внутренних стремлений	0,247*
		Мотивация достижения успеха	0,239*
		Мотивационное напряжение из-за внешних стремлений	-0,197*

Согласно нашим результатам, 23% ее изменчивости обусловлены несколькими переменными, включая мотивацию достижения успеха, мотивационное напряжение, вызванное внешними целями, а также степень достижения внутренних целей. Другими словами, 1) чем сильнее молодые люди хотят добиться успеха в каком-либо деле, 2) чем больше их желания соответствуют степени достижения внешних стремлений, а также 3) чем больше они успели достигнуть, двигаясь по направлению к внутренним целям, тем в большей степени они довольны тем, как складывается их жизнь. Интересной особенностью данной регрессионной модели является то, что в основе некоторых предикторов удовлетворенности жизнью лежат противоположные факторы, из чего следует, что предложить универсальную рекомендацию о том, какие ценности стоит формировать у молодых людей для достижения благополучия в период ранней взрослости, нельзя.

Так, например, если для молодых людей главным критерием счастливой жизни является стабильность окружающего мира, их удовлетворенность, вероятно, увеличится при достижении важных жизненных целей благодаря тому, что сохранение традиций, скромное поведение, уступчивость и соблюдение общепризнанных правил будут препятствовать неожиданным изменениям и обеспечивать комфортное воплощение в жизнь всех намеченных планов.

В том случае, если для молодых людей главным критерием счастливой жизни является ее насыщенность и полнота (а стабильность, напротив, ассоциируется с остановкой в развитии и провоцирует скуку), их

удовлетворенность, вероятно, увеличится при усилении мотивации достижения успеха благодаря тому, что открытость новому опыту и переменам, свободное развитие своих идей и независимость в принятии решений будут обеспечивать жизненную включенность и провоцировать интерес к любой деятельности без беспокойства из-за неудач.

Таким образом, можно предположить, что то, какие ценности и представления сформировались у молодых людей к ранней взрослости, определяет то, какие факторы оказывают влияние на достижение ими удовлетворенности жизнью.

Другой интересной особенностью данной регрессионной модели является то, что внешние стремления отрицательно связаны с удовлетворенностью жизнью через мотивационное напряжение, тогда как внутренние стремления положительно связаны с ней через степень их достижения.

Объяснение этому, как нам кажется, состоит в том, что достижение внешних стремлений, согласно ответам, полученным от респондентов, имеет значение не столько само по себе, сколько как средство удовлетворения разнообразных потребностей, в связи с чем низкий уровень реализации данных целей (в особенности, когда речь идет о материальном достатке) провоцирует неприятные переживания из-за невозможности в полном объеме воплотить в жизнь свои планы, что вносит существенный отрицательный вклад в оценку общей удовлетворенности жизнью. С учетом этого, работая с досадой и беспокойством из-за недостатка внешних достижений, можно способствовать понижению их высокой важности для молодежи, в том числе через поиск других инструментов по достижению внутренних целей, позволяющих развивать свою личность, улучшать здоровье, выстраивать надежные отношения и помогать другим людям, не прибегая к богатству, известности и привлекательной внешности.

Что касается мотивационного напряжения из-за внутренних целей, судя по отсутствию отрицательной связи с удовлетворенностью жизнью,

несоответствие между желаемыми и реальными внутренними достижениями, вероятно, не вызывает у молодежи разочарование и тревогу. Объяснение этому, как нам кажется, состоит в том, что удовольствие от самой деятельности (в том числе от процесса развития, заботы о своем здоровье, общения с окружающими людьми и участия в жизни сообщества безотносительно к их итогу) побуждает молодых взрослых к выбору внутренних целей в такой же мере, как и удовольствие от результата их достижения. Таким образом, как нам кажется, выбор и достижение молодыми людьми разных внутренних целей можно поддерживать, не опасаясь конфликта из-за расхождения между их «хочу» и «имею».

3.2. Обсуждение результатов

Учитывая задачи нашего исследования, проанализируем основные полученные результаты через их сравнение с результатами других исследований на похожую тему.

Начнем с того, что по нашим данным, наиболее важными ценностями в период ранней взрослости являются благожелательность, включая заботу о близких людях и чувство долга перед ними, самостоятельность, включая как свободу действий, так и свободу мыслей, а также общественная безопасность. Сопоставляя эти результаты с результатами других авторов, полученными на выборках старшеклассников и студентов при помощи ценностного опросника Ш. Шварца, можно обнаружить их сходство между собой.

Так, например, А.Г. Хайбулаева относит к числу приоритетных ценностей молодежи безопасность, благожелательность и конформизм на уровне нормативных идеалов, а также благожелательность, безопасность и самостоятельность на уровне индивидуальных приоритетов (Хайбулаева, 2015), а О.В. Митина и В.В. Сорокина называют в качестве важных ценностей молодежи самостоятельность, связанную с желанием иметь собственную точку зрения, и заботливое отношение к ближнему кругу людей (Митина, Сорокина, 2015).

Различия в ценностно-смысловой сфере молодых взрослых, обусловленные разной учебной и трудовой занятостью, по результатам нашего исследования, на уровне индивидуальных ценностей связаны только универсализмом, тогда как на уровне жизненных целей – не связаны ни с одним из стремлений.

Анализируя работы других авторов, можно увидеть, что многие из них, в соответствии с нашей гипотезой, свидетельствуют о наличии связи учебно-профессионального статуса молодежи с особенностями ее ценностно-смысловой сферы. Так, например, А.Ю. Маленова и Т.А. Чередниченко, сравнивая учащуюся и работающую молодежь, приходят к выводу о том, что респонденты, уже приступившие к трудовой деятельности, в большей степени ориентированы на ценности социального фокуса, от которых зависит их положение в обществе, тогда как молодые люди, которые еще учатся, в большей степени ориентированы на ценности индивидуальной направленности (Маленова, Чередниченко, 2017), чего не наблюдается в рамках нашей работы.

При этом, по нашим данным, различия есть в уровне достижения жизненных целей. Они проявляются в том, что оценка своего материального состояния и вклада в благополучие общества выше среди работающих студентов, тогда как оценка здоровья – среди с тех студентов, которые заняты исключительно обучением.

Гендерные различия, по результатам нашего исследования, состоят в том, что для молодых мужчин ценность конформизма является еще менее предпочтительной, чем для молодых женщин, которым также более важен универсализм и менее важна самостоятельность, по сравнению с респондентами мужского пола. Анализируя результаты отечественных работ, в которых был использован аналогичный инструментарий, можно увидеть, как сходства, так и отличия в том, какие индивидуальные ценности и жизненные стремления, другие авторы считают приоритетными для молодых людей разного пола.

Так, например, результаты О.В. Митиной и В.В. Сорокиной похожи с нашими в том, что молодые женщины более толерантны, а также заботливы в отношении как людей, так и природы, и, наоборот, расходятся с нашими в том, что, по мнению авторов, молодые мужчины менее благожелательны и более ориентированы на власть (Митина, Сорокина, 2015). Результаты П.Ш. Магомедова и Г.М. Чанакева совпадают с нашими в определении приоритетных ценностей молодежи, однако расходятся в том, что, по данным авторов, в иерархии молодых мужчин доминирует самостоятельность, а в иерархии молодых женщин – благожелательность (Магомедов, Чанакаев, 2020), тогда как, по нашим данным, забота о благополучии близких людей является наиболее важной ценностью, независимо от гендерной принадлежности респондентов.

Что касается жизненных стремлений, в отличие от многих авторов, например, Н.Е. Ждановой, которая констатирует, что здоровье и личностный рост важнее для молодых женщин, чем для мужчин (Жданова, 2014), мы не выявили связь между полом и выбором приоритетных стремлений. С учетом этого, дальнейшее рассмотрение как их смыслового содержания, так и их связей с показателями субъективного благополучия, было продолжено нами на выборке в целом, без ее деления на подгруппы.

С опорой на зарубежные данные (по причине того, что в отечественной науке теория содержания целей в составе теории самодетерминации является гораздо менее популярной), отметим, что предпочтение внутренних целей по сравнению с внешними, по всей видимости, отличается универсальностью, так как воспроизводится в том числе в кросс-культурных исследованиях, например, в исследовании Н. Лекеса и соавторов, проведенном на трех подростковых выборках из Китая, Канады и США (Lekes et al., 2009). Эта закономерность находит свое отражение и в рамках нашей работы, поскольку стремления к социальным отношениям, личностному росту, здоровью и общественному благу среди опрошенных молодых взрослых выражены сильнее стремлений к богатству, известности и привлекательной внешности,

независимо от влияния других факторов. Связь данных стремлений с психологическим благополучием (прямая со внутренними и обратная с внешними), о которой говорят авторы теории содержания целей, напротив, скорее всего, не является универсальной, поскольку выбор внешних целей не только не ослабляет благополучие, но и в некоторых подгруппах имеет с ним прямую связь (Leikes et al., 2009).

Взаимосвязь стремлений и ценностей, объединенных в общие факторы, с показателями субъективного благополучия, согласно нашим результатам, свидетельствует о том, что, несмотря на разочарование в жизни, более высокая самооценка счастья наблюдается у испытуемых, наделяющих более высокой важностью ценности самоутверждения и внешние стремления. Данная результаты частично согласуются с результатами Т.О. Гордеевой, Д.А. Леонтьева и Е.Н. Осина, которые, сравнивая успешных студентов с разным уровнем психологического благополучия, указывают на отсутствие между ними различий по уровню важности разных целей за исключением важности финансового успеха, который относится к категории внешних стремлений и имеет более высокую важность для студенческой молодежи с более высоким уровнем благополучия (Гордеева и др., 2011).

Кроме этого, взаимосвязь ценностно-смысловых факторов с показателями субъективного благополучия, по нашим данным, свидетельствует о том, что, несмотря на положительную корреляцию ценностей самосохранения с жизненной включенностью, более высокая общая удовлетворенность жизнью наблюдается у испытуемых, наделяющих более высокой важностью ценности открытости изменениям. Данные результаты вступают в противоречие с результатами некоторых других авторов. Так, например, А.А. Реан и И.Л. Шагалов в своей работе указывают на то, что счастье молодых людей положительно связано не с открытостью изменениям, а с противоположными ценностями, ориентированными самосохранение – безопасность, традиции и конформизм (Реан, Шагалов, 2018).

При этом важно отметить, что по результатам регрессионного анализа, важность ценностно-смысловых факторов не имеет прямого влияния на субъективное благополучие молодых взрослых, однако одновременно с этим имеет влияние на все предикторы удовлетворенности жизнью: мотивацию достижения успеха, мотивационное напряжение, вызванное внешними целями, а также степень достижения внутренних целей.

Поскольку одним из важных показателей мотивационной сферы, обладающих побудительно силой, на наш взгляд, является мотивационное напряжение, образованное расхождением «желаемого» и «действительного» в отношении разных жизненных целей, отметим, что, согласно полученным результатам, в период ранней взрослости данное несоответствие в большинстве случаев состоит в преобладании важности всех предложенных к рассмотрению целей над их достижением.

Стремясь оценить достоверность полученных результатов, сопоставим их с результатами Е.Б. Фанталовой, которая, используя свою авторскую методику, также исследует соотношение важности и доступности разных жизненных целей как «индикатор блокады функционирующих в мотивационно-личностной сфере ценностно-смысловых образований и внутренних конфликтов» (Фанталова, 2013, с. 68). Несмотря на то, что автор использует расхождение между «хочу» и «могу», в то время как мы – расхождение между «хочу» и «имею», учитывая общее сходство идей, лежащих в основе исследований, перечислим предложенные ею сферы, сопоставимые с жизненными стремлениями в рамках нашей работы.

Так, согласно Е.Б. Фанталовой: наиболее актуальными ценностями для студентов являются любовь и семья, значение которых настолько велико, что вызывает внутренний конфликт, поскольку важность данных сфер существенно доминирует над их доступностью; расширение своего кругозора попадает в область внутреннего вакуума, поскольку познание для студентов является легкодоступным занятием и одновременно с этим не представляет существенного интереса; и, наконец, ценность материально-обеспеченной

жизни вместе с ценностью ментального и физического здоровья вызывают спокойное и бесконфликтное состояние у молодежи из-за относительного равновесия между важностью и доступностью их достижения .

Согласно нашим результатам: стремление к построению отношений с другими людьми, сопоставимое с ценностями любви и семьи, также является наиболее приоритетным для молодежи, однако на фоне прочих стремлений имеет не самое сильное напряжение из-за относительно высокой реализации; стремление к личностному росту, сопоставимое с ценностью расширения кругозора, вопреки результатам Е.Б. Фанталовой, является актуальным для молодежи и поэтому, как и другие цели, сопровождается напряжением из-за недостаточной реализации; наконец, жизненные стремления к хорошему самочувствию и богатству, сопоставимые с ценностями здоровья и материально-обеспеченной жизни, сопровождаются наиболее сильным мотивационным напряжением из-за высокого расхождения между актуальными и желаемыми показателями, что также контрастирует с результатами, полученными Е.Б. Фанатловой.

Согласно нашим результатам, молодые взрослые в условиях преобладания важности целей над их достижением испытывают снижение общего уровня удовлетворенности жизнью при повышении мотивационного напряжения лишь из-за нескольких целей, в том числе из-за богатства, известности, привлекательной внешности, личностного роста и здоровья. Повышение мотивационного напряжения по последним двум целям также отрицательно связано с самооценкой уровня счастья. При этом, по результатам корреляционного анализа, мотивационное напряжение, вызванное отношениями с людьми и общественным благом, не сопровождается изменениями в показателях субъективного благополучия, то есть не провоцирует ожидаемый Е.Б. Фанталовой психологический дискомфорт (Фанаталова, 2013).

Продолжая анализировать динамическую сторону мотивации, отметим, что в рамках нашей работы сделать однозначный вывод о преобладании у

респондентов одного из двух устойчивых мотивов – к достижению успеха или к избеганию неудачи – нельзя, однако можно сказать, что молодые мужчины больше, чем женщины, ориентированы на успех. Поскольку результаты гендерного сравнения мотивации достижения имеют противоречивый характер, среди отечественных исследований можно встретить работы не только с похожими, но и с противоположными данными. К числу последних относится работа О.С. Виндекер, в которой она обращает внимание на более высокие показатели мотивации достижения девушек, связывая это с тем, что студентки в большей степени ориентированы на учебные достижения, чем студенты. Кроме этого, автор также указывает на прямую и достоверную связь высоких показателей мотивации достижения с показателями оптимизма, верой в себя, свои способности и успех (Виндекер, 2010).

Несмотря на наличие широкого круга исследований, подтверждающих связь между силой мотива, активностью и эффективностью деятельности (Ильин, 2000), мотивация достижения в рамках нашей работы оказалась не связана ни со степенью достижения большинства жизненных целей, ни с самооценкой успеха, что, вероятно, можно объяснить с помощью многочисленных факторов, определяющих динамическую сторону мотивации, которые не были учтены в рамках данной работы, и потому требуют дополнительного изучения. Тем не менее, мотивация достижения, по нашим данным, имеет прямые корреляционные связи с большинством показателей субъективного благополучия и, как уже было отмечено, выступает предиктором удовлетворенности жизнью, указывая на то, что направленность на эффективное выполнение деятельности, ориентированной на любую цель, улучшает качество отношений респондентов с жизнью, независимо от достигнутых результатов.

Одновременно с этим успешное достижение целей также имеет большое значение для субъективного благополучия. Начнем с того, что представления молодых взрослых о счастье и об успехе, собранные в рамках нашей работы, указывают на их разное соотношение, с точки зрения разных людей. Обобщая

ответы, мы можем отметить, что в ранней взрослости, по мнению респондентов, успех представляет собой высокую социальную оценку внешне наблюдаемых результатов какой-либо целенаправленной деятельности, тогда как счастье – высокую субъективную оценку деятельности и спонтанные внутренние переживания, несвязанные с наличием или отсутствием материальных ценностей. При этом, несмотря на качественные отличия, высокая доля молодых людей, согласно полученным результатам, указывает на существование взаимосвязи между данными феноменами, как правило, рассматривая успех через призму его роли в достижении счастья, что подвело нас к мысли о том, что успешное достижение целей может являться предиктором переживания субъективного благополучия в ранней взрослости.

В рамках нашей работы данная мысль подтверждается результатами корреляционного анализа, которые говорят о наличии достоверных взаимосвязей между показателями субъективного благополучия, самооценкой успеха и степенью достижения таких жизненных целей, как богатство, известность, личностный рост и здоровье, а также результатами регрессионного анализа, которые говорят о том, что степень достижения внутренних целей (наряду с особенностями мотивационной направленности на успех) является одним из факторов удовлетворенности жизнью для молодых взрослых.

В то же время исследования некоторых других авторов не только не подтверждают предположение о положительной роли успеха в достижении счастья, но и указывают на риски, с которыми могут столкнуться успешные люди. Так, например, Т.О. Гордеева, Д.А. Леонтьев и Е.Н. Осин, исследуя студенческую молодежь, говорят об отсутствии связи между ее психологическим благополучием, представленным показателями витальности и удовлетворенности жизнью, и успешностью, представленной академическими достижениями (Гордеева и др., 2011).

Причина несогласованности результатов, как нам кажется, состоит в том, что другие авторы часто рассматривают успех в контексте учебной и

трудова́й дета́льности, в то время как мы выходим за их пределы и оцениваем успех в контексте жизнедеятельности молодых людей в целом. Кроме этого, другие авторы часто оценивают успех, опираясь на объективную результативность деятельности, в то время как мы используем самооценку как субъективный критерий успешности, обобщающий все достигнутые результаты.

Таким образом, проанализировав место полученных нами данных в структуре психологических знаний, накопленных разными авторами, мы обнаружили не только аналогичные результаты, подтверждающие достоверность нашей работы, но и многочисленные непохожие результаты, подтверждающие актуальность темы мотивационно-смысловой направленности на успех и необходимость ее дальнейшего изучения в контексте субъективного благополучия личности.

ВЫВОДЫ

1. В период ранней взрослости к группе приоритетных ценностей относятся благожелательность, включая заботу о близких людях и чувство долга перед ними, самостоятельность, включая как свободу действий, так и свободу мыслей, общественная безопасность. Внутренние стремления к социальным отношениям, личностному росту, здоровью и общественному благу у молодых людей выражены сильнее внешних стремлений к богатству, привлекательной внешности и известности.

2. Гендерные особенности индивидуальных ценностей состоят в том, что ценность конформизма является для мужчин еще менее предпочтительной, чем для женщин, которым также более важен универсализм и менее важна самостоятельность, по сравнению с респондентами мужского пола. Различия молодых взрослых с разной занятостью являются еще менее многочисленными, так связаны только с ценностью универсализма, которая ниже у респондентов, занятых исключительно трудовой деятельностью. При этом различия в жизненных стремлениях, обусловленные гендерной принадлежностью, а также учебной или трудовой занятостью респондентов не были обнаружены.

3. С помощью факторного анализа на основе жизненных стремлений и индивидуальных ценностей были выделены факторы, отражающие типы ценностно-смысловых предпочтений, с совокупной дисперсией 57,5%: «Самоутверждение и внешние стремления» (13,44%) объединяет такие ценности, как достижения и власть (над людьми и ресурсами), с внешними стремлениями к богатству, известности и привлекательной внешности; «Самопреодоление и благо общества» (11,34%) объединяет ценности универсализма (толерантность, заботу о людях и о природе) со стремлением к общественному благополучию; «Самопреодоление и внутренние стремления» (9,31%) объединяет ценности благожелательности (чувство долга и заботу о близких людях) с внутренними стремлениями к отношениям с людьми,

здоровью и личностному росту; «Самосохранение» (8,36%) объединяет такие ценности, как традиции, скромность и конформизм (следование правилам и общему мнению); «Открытость изменениям» (8,22%) объединяет такие ценности, как самостоятельность (в мыслях и поступках) и стимуляция, а также «Самосохранение и гедонизм» (6,8%) объединяет такие ценности, как гедонизм, репутация и общественная безопасность.

4. Изучение мотивации достижения в целом по выборке показало, что сделать однозначный вывод о преобладании у респондентов одного из двух устойчивых мотивов – к достижению успеха или к избеганию неудачи – нельзя, однако можно сказать, что молодые мужчины больше, чем женщины, ориентированы на успех.

5. С помощью контент-анализа были изучены качественные особенности мотивации, состоящие в разнообразии личностных смыслов, которыми молодые люди наделяют важные жизненные стремления. Среди широкого круга причин, объясняющих постановку и достижение целей, богатство часто объясняется стремлением удовлетворить за счет денег разнообразные желания и потребности, известность – стремлением к всеобщему признанию своих достоинств, внешняя привлекательность – стремлением нравиться другим людям, личностный рост – стремлением не находиться в стагнации и не деградировать, отношения с окружающими людьми – стремлением получать поддержку и иметь опору, общественное благо – стремлением к справедливому общественному устройству. Таким образом, внешние стремления часто имеют инструментальный характер и основаны на дефицитной потребности в уважении и признании, тогда как основные внутренние стремления часто основаны на бытийных потребностях, а также сочетают эгоистическую и альтруистическую направленность.

6. Анализ показателей субъективного благополучия показал, что общая удовлетворенность жизнью соответствует низкому уровню, который складывается из редкого переживания жизненной включенности, а также частого переживания разочарования в жизни, усталости в жизни и

беспокойства о будущем. Кроме этого, самооценка счастья говорит о «слегка счастливом» настроении респондентов, немного превышающем нейтральное состояние, а время переживания счастливого состояния преобладает над временем переживания остальных состояний. Сравнительный анализ указал на отсутствие достоверных различий по всем показателям субъективного благополучия, за исключением беспокойства о будущем, которое выражено сильнее у молодых женщин.

7. Изучение представлений об успехе и счастье с помощью контент-анализа показало, что значительная часть молодых взрослых указывает на существование связи между успехом и счастьем, однако представления о данных понятиях имеют качественные отличия: большинство респондентов считает, что успех основан на внешне наблюдаемых достижениях, тогда как счастье – на внутренних переживаниях личности.

8. С помощью корреляционного анализа были изучены взаимосвязи ценностно-смысловых предпочтений с мотивационными компонентами. Было выявлено, что чем более важными являются факторы «Открытость изменениям», «Самопреодоление и внутренние стремления», а также чем менее важным является фактор «Самосохранение и гедонизм», тем более высокой является мотивация достижения успеха. Кроме этого, было показано, что чем более важными являются факторы «Самоутверждение и внешние стремления», «Самопреодоление и благо общества» и «Самопреодоление и внутренние стремления», тем более сильным является мотивационное напряжение по тем целям, которые входят в состав данных ценностно-смысловых факторов.

9. С помощью корреляционного анализа также были изучены взаимосвязи показателей субъективного благополучия с ценностно-смысловыми и мотивационными факторами. Взаимосвязи с ценностно-смысловыми факторами свидетельствуют, с одной стороны, о более высокой самооценке счастья у респондентов, считающих важным «Самоутверждение и внешние стремления», а, с другой стороны, о более высоком уровне удовлетворенности

жизнью у респондентов, предпочитающих «Открытость изменениям». Взаимосвязи с мотивационными факторами свидетельствуют, с одной стороны, о более высоких показателях субъективного благополучия у респондентов, имеющих более высокую мотивацию достижения успеха, а, с другой стороны, о более низких показателях субъективного благополучия у респондентов, переживающих более сильное мотивационное напряжение из-за всех внешних целей, личностного роста, а также здоровья.

10. Анализ вклада ценностно-смысловых и мотивационных факторов в достижение субъективного благополучия при помощи регрессионного анализа позволил получить модель, объясняющую 23% дисперсии общего уровня удовлетворенности жизнью молодых взрослых при помощи таких факторов, как степень достижения внутренних стремлений ($\beta = 0,247$), мотивация достижения успеха ($\beta = 0,239$), а также мотивационное напряжение, вызванное внешними стремлениями ($\beta = -0,197$). В отличие от особенностей мотивации, важность ценностно-смысловых предпочтений, не имеет прямого влияния на удовлетворенность жизнью, но одновременно с этим вносит свой вклад в изменчивость ее предикторов. Таким образом, мотивационные факторы обуславливают достижение субъективного благополучия в период ранней взрослости в большей мере, чем ценностно-смысловые.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основная цель проведенного нами эмпирического исследования, связанная с изучением особенностей мотивационно-смысловой направленности на достижение успеха и ее вклада в переживание субъективного благополучия в ранней взрослости, была достигнута.

Первая гипотеза о наличии достоверных различий между молодыми взрослыми разного пола, с разной учебной и трудовой занятостью подтвердилась частично. Согласно результатам сравнительного анализа, гендерная принадлежность имеет связь с мотивацией достижения успеха, а также с важностью нескольких индивидуальных ценностей, тогда как учебный и трудовой статус в большей степени связан с жизненными стремлениями (однако не с их важностью, а лишь со степенью достижения).

Вторая гипотеза, посвященная неравнозначности взаимосвязей ценностно-смысловой и мотивационной направленности с показателями субъективного благополучия, также нашла свое подтверждение в рамках данной работы. Согласно результатам корреляционного анализа, удовлетворенность жизнью и счастье, включая их компоненты, имеют разнонаправленные связи с типами ценностно-смысловых предпочтений, сочетающимися индивидуальными ценностями и жизненными стремлениями, прямые связи с мотивацией достижения успеха и обратные – с мотивационным напряжением, вызванным недостаточно успешной реализацией некоторых важных целей.

Наконец, подтвердилась и третья гипотеза, посвященная тому, что субъективное благополучие обусловлено мотивационными факторами в большей мере, чем ценностно-смысловыми. Согласно результатам регрессионного анализа, предикторами общей удовлетворенности жизнью, помимо степени достижения внутренних целей, являются мотивационные факторы, а именно мотивация достижения успеха (которая вносит положительный вклад) и мотивационное напряжение из-за внешних целей

(которое вносит отрицательный вклад), в то время как ни один из ценностно-смысловых факторов напрямую не обуславливает общий уровень удовлетворенности жизнью.

Дальнейшие исследовательские перспективы по данной теме, как нам кажется, могут быть связаны с выявлением динамики мотивационной и ценностно-смысловой направленности на успех в ранней взрослости и за ее пределами. Поскольку вместе с иерархией ценностно-смысловых предпочтений по мере взросления и решения разных возрастных задач (среди которых в качестве фактора мы рассмотрели только начало трудовой деятельности), вероятно, меняется и уровень достижения всех поставленных целей, интерес представляет не только динамика силы стремления к успеху в различных сферах, но и динамика мотивационного напряжения (соотношения между оценками важности, доступности и успешности достижения целей) на протяжении жизненного пути, а также роль названных показателей в переживании субъективного благополучия в разные возрастные периоды.

Кроме этого, несмотря на вывод о том, что мотивационные факторы, отражающие интенсивность стремления к успешному достижению целей, в большей мере, чем содержание ценностно-смысловых предпочтений, обуславливают удовлетворенность жизнью у молодых взрослых, интересным направлением для дальнейших исследований, на наш взгляд, является изучение личностных смыслов, которые отличаются широким индивидуальным своеобразием, отражают соподчиненность и согласованность жизненных целей и, по всей видимости, опосредуют вклад их выбора и достижения в субъективное благополучие личности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 288 с.
2. Андреева Г.М. Социальная психология. Учебник для вузов. М.: Аспект Пресс, 2001.
3. Асмолов А.Г. Деятельность // Психологический словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. 2-е изд. М.: Политиздат, 1990. 494 с.
4. Асмолов А.Г. Мотивация // Психологический словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. 2-е изд. М.: Политиздат, 1990. 494 с.
5. Бабаян И.В., Пашина Е.И. Социальное благополучие молодежи в социально-экономических условиях модернизации. // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Социология. Политология. 2016. Том 16. № 1. С. 15-22.
6. Бандура А. Теория социального научения. СПб.: Евразия, 2000. 318 с.
7. Бонивелл И. Ключи к благополучию: Что может позитивная психология / Пер. с англ. М. Бабичевой. М.: Время, 2009. 192 с.
8. Василенко Т.Д. Жизненный путь личности: время и смысл человеческого бытия в норме и при соматической патологии. Курск: КГМУ, 2011. 572 с.
9. Васильев И.А., Поплужный В.Л., Тихомиров О.К. Эмоции и мышление. М.: Изд-во МГУ, 1980. 192 с.
10. Виндекер О.С. Структура и психологические корреляты мотивации достижения: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / О.С. Виндекер. Екатеринбург, 2010. 26 с.
11. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. / Гл. ред. А.В. Запорожец. М.: Педагогика, 1982. 504 с.
12. Галажинский Э.В., Бохан Т.Г., Ульянич А.Л., Терехина О.В., Шабаловская М.В. Связь субъективного качества жизни с представлениями о счастье (ценностной обусловленностью счастья, интенсивностью мотивации

счастья и ответственностью за собственное счастье) у студенческой молодежи // Вестник НГПУ. 2019. № 6. С. 19-38.

13. Гапонова С.А., Сальникова И.В. Представления о счастье современных студентов – юношей и девушек // Вестник Вятского государственного университета. 2013. № 2-3. С. 151-154.

14. Головин С.Ю. Мотивация достижения // Словарь практического психолога. Минск: Харвест, 1998. 799 с.

15. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения. М.: Смысл, 2006. 336 с.

16. Гордеева Т.О., Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Вклад личностного потенциала в академические достижения // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. С. 642-667.

17. Гордеева Т.О., Сычев О.А. Мотивационные профили как предикторы саморегуляции и академической успешности студентов // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2017. № 1. С. 67-87.

18. Жданова Н.Е. Исследование ценностных ориентаций студентов в условиях профессионально-образовательного пространства вуза // Образование и наука. 2014. № 7 (116). С. 75-86.

19. Забродин Ю.М., Сосновский Б.А. Мотивационно-смысловые связи в структуре направленности человека // Вопросы психологии. 1989. № 6. С. 100-108.

20. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: в 2-х т. Т. 1. Психическое развитие ребенка. М.: Педагогика, 1986. 320 с.

21. Захаров С.В., Митрофанова Е.С. Демографические характеристики молодежи России // Россия и Китай: молодежь XXI века. М. Новый хронограф, 2014. С. 55-79.

22. Идобаева О.А. К построению модели исследования психологического благополучия личности: психолого-развитийный и психолого-педагогический аспекты // Вестн. Том. гос. ун-та. 2011. № 351. С. 128-134.

23. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2000. 512 с.

24. Ильин Е.П. Психология взрослости. СПб.: Питер, 2012. 542 с.
25. Каширский, Д.В. Психологический подход к анализу ценностей в студенческом возрасте // Вестник Алтайской академии экономики и права. 2014. № 2. С. 140-143.
26. Качур Н.В. Молодежное восприятие счастья (по результатам социологического опроса) // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Социология. Политология. 2013. № 13 (3). С. 55-56.
27. Лейффрид Н.В. Социальные представления о счастье у молодежи // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2009. № 1. С. 30-35.
28. Леонтьев Д.А. Методика предельных смыслов (МПС). М.: Смысл, 1999. 36 с.
29. Леонтьев Д.А. От социальных ценностей к личностным: социогенез и феноменология ценностной регуляции деятельности (статья первая) // Вестник Моск. Ун-та. Сер. 14. Психология. 1996. № 4. С. 40.
30. Леонтьев Д.А. Понятие мотива у А.Н. Леонтьева и проблема качества мотивации // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2016. № 2. С. 3-18.
31. Леонтьев Д.А. Потребность // Большая российская энциклопедия. Том 27. Москва, 2015.
32. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. 2-е, испр. изд. М.: Смысл, 2003. 487 с.
33. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы и эмоции. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 288 с.
34. Леонтьев А.Н. Психологические вопросы сознательности учения // Вопросы психологии понимания / Под ред. А.А.Смирнова. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1947. С. 3-40.
35. Леонтьев А.Н. Философия психологии: из научного наследия / Под ред. А.А Леонтьева, Д.А. Леонтьева. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1994. 287 с.

36. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Что надо для счастья: культурные, региональные и индивидуальные различия и инварианты источников счастья // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. 2006. № 2. С. 3-12.
37. Линч М. Базовые потребности и субъективное благополучие с точки зрения теории самодетерминации // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2004. № 1 (3). С. 137-142.
38. Лифинцев Д.В. Социальная поддержка в кросс-культурной перспективе // Сибирский педагогический журнал. 2015. № 6. С. 193-198.
39. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984. 448 с.
40. Магомедов П.Ш., Чанакаев Г.М. Гендерные различия в индивидуальных ценностях российской молодежи // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2020. № 12. С. 80-85.
41. Майерс Д. Социальная психология / перев. с англ. СПб.: Питер, 1997. 688 с.
42. Маленова А.Ю., Чередниченко Т.А. Ценности и социальные аксиомы работающей и учащейся молодежи // Молодежь в новом тысячелетии: проблемы и решения: материалы IV региональной научно-практической конференции. Омск: СибГУФК, 2017. С. 54-64.
43. Мельникова Н.Н. Диагностика социально-психологической адаптации личности: Учебное пособие. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. 57 с.
44. Мерзлякова С.В, Голубева М.Г., Бибарсова Н.В. Динамика ценностных ориентаций юношей и девушек в процессе обучения в вузе. // Общество: социология, психология, педагогика. 2020. № 6. С. 103-110.
45. Митина О.В., Сорокина В.В. Ценности старшеклассников: разработка компьютерного диагностического инструментария. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. № 1. 2015. С. 42-59.
46. Монусова Г.А. Субъективное благополучие и возраст: Россия в контексте международных сравнений // XII Международная научная

конференция по проблемам развития экономики и общества: сб. трудов в 4 т. М.: Изд. дом ВШЭ, 2012. Т. 3. С. 98-109.

47. Почтарева Е.Ю. Ценностно-смысловая сфера личности: сущность, детерминанты, механизмы развития // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2017. № 4. С. 563-575.

48. Реан А.А., Шагалов И.Л. Личностные ценности как предикторы переживания счастья подростками // Вопросы психологии. 2018. № 6. С. 16-28.

49. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. 2-е изд. Питер, 2002. 720 с.

50. Семенова Л.Э., Серебрякова Т.А., Семенова В.Э. Гендерная специфика смыслового значения счастья в представлениях людей разных возрастов // Вестник Мининского университета. 2017. № 4 (21). С. 8-24.

51. Ситаров В.А., Романюк Л.В. Соотношение ценностей и потребностей личности в современном обществе // Знание. Понимание. Умение. 2016. № 4. С. 124-130.

52. Сучков Д.Д. Характеристики целей как факторы субъективного благополучия: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01 / Д.Д. Сучков. Москва, 2017. 143 с.

53. Туев В.А. Целевое программирование деятельности индивидуального субъекта // Известия Байкальского государственного университета. 2012. № 5. С. 172-176.

54. Фанталова Е.Б. Диагностика ценностей и внутренних конфликтов в общей и клинической психологии [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2013. Том 2. № 1. URL: <https://psyjournals.ru/psyclin/2013/n1/58926.shtml> (Дата обращения: 20.05.2022)

55. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Диагностика мотивации достижения (А. Мехрабиан) / Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-ва Института Психотерапии, 2002. С. 98-102.

56. Филоненко В.И., Мосиенко О.С., Магранов А.С. Представления студенческой молодежи о профессиональном выборе (по материалам межрегиональных социологических исследований 2006-2016 гг.) // Вопросы образования. 2020. № 1. С. 283-301.
57. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 367 с.
58. Фрейд З. Лекции по введению в психоанализ. М.: ГИЗ, 1922. Т. 1. 251 с.
59. Хайбулаева А.Г. Динамика ценностных и смысло-жизненных ориентаций молодежи в полиэтнической образовательной среде: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / А.Г. Хайбулаева. Махачкала, 2015. 194 с.
60. Чиксентмихайи М.В. Поисках потока. Психология включенности в повседневность. «Альпина Диджитал», 1997. 194 с.
61. Шварц Ш., Бутенко Т.П., Седова Д.С., Липатова А.С. Уточненная теория базовых индивидуальных ценностей: применение в России // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2012. № 2. С. 43-70.
62. Швец А.М., Могилёвкин Е.А., Каргаполова Е.Ю. Мотивация вступления в брак и ее влияние на кризис будущей семьи // Вопросы психологии. 2006. № 2. С. 89-97.
63. Яницкий М.С. и др. Система ценностных ориентаций «поколения Z»: социальные, культурные и демографические детерминанты // Сибирский психологический журнал. 2019. № 72. С. 46-67.
64. Adler A. Psychotherapie und Erziehung: Ausgewahlte Aufsätze. Bd I: 1919-1929 / Hg. von H.L.Ansbacher, R.F.Antoch. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag, 1982.
65. Andrews F.M., Withey S.B. Social indicators of well-being. New York: Plenum Press, 1976.
66. Bradburn N. The Structure of Psychological well-being. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969.
67. Campbell A.P., Converse P.E. & Rodgers W.L. The quality of American life. New York: Russell Sage Foundation, 1976.

68. Deci E.L., Ryan R.M. Handbook of Self-determination Research: University Rochester Press, 2002.
69. Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. 1984. № 95. P. 542-575.
70. Diener E., Suh E.M., Lucas R., Smith H. Subjective well-being: three decades of progress // Psychological bulletin. 1999. № 125 (2). P. 276-302.
71. Fordyce M.W. A review of research on the happiness measures: A sixty second index of happiness and mental health // Social Indicators Research. 1988. Vol. 20, No. 4. P. 355-381.
72. Lekes N., Gingras I., Philippe F.L., Koestner R., Fang J. Parental autonomy-support, intrinsic life goals, and well-being among adolescents in China and North America // Journal of Youth and Adolescence. 2009. Vol. 39 (8). P. 858-869.
73. Lewin K. Vorsatz, Wille, und Bediirfnis. Berlin: Verlag von Julius Springer, 1926. 92 p.
74. Maslow A.H. Motivation and Personality. New York: Harpaer and Row, 1954.
75. Michalos A.C. Multiple discrepancies theory (MDT) // Social Indicators Research. 1985. № 16. P. 347-413.
76. Murray H. Explorations in Personality. New York: Oxford University Press, 1938.
77. Nuttin J. Motivation, planning, and action: a relational theory of behavior dynamics. Leuven: Leuven University press; Hilisdale (N.J.): Lawrence Erlbaum Associates, 1984.
78. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness. New York: Guilford Press, 2017.
79. Ryff C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of personality and social psychology. 1989. № 57 (6). P. 1069-1081.
80. Seligman M. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. Simon and Schuster, 2012.

81. Schwartz S. H. et al. Refining the theory of basic individual values // Journal of personality and social psychology. 2012. Vol. 103. № 4. P. 663-688.

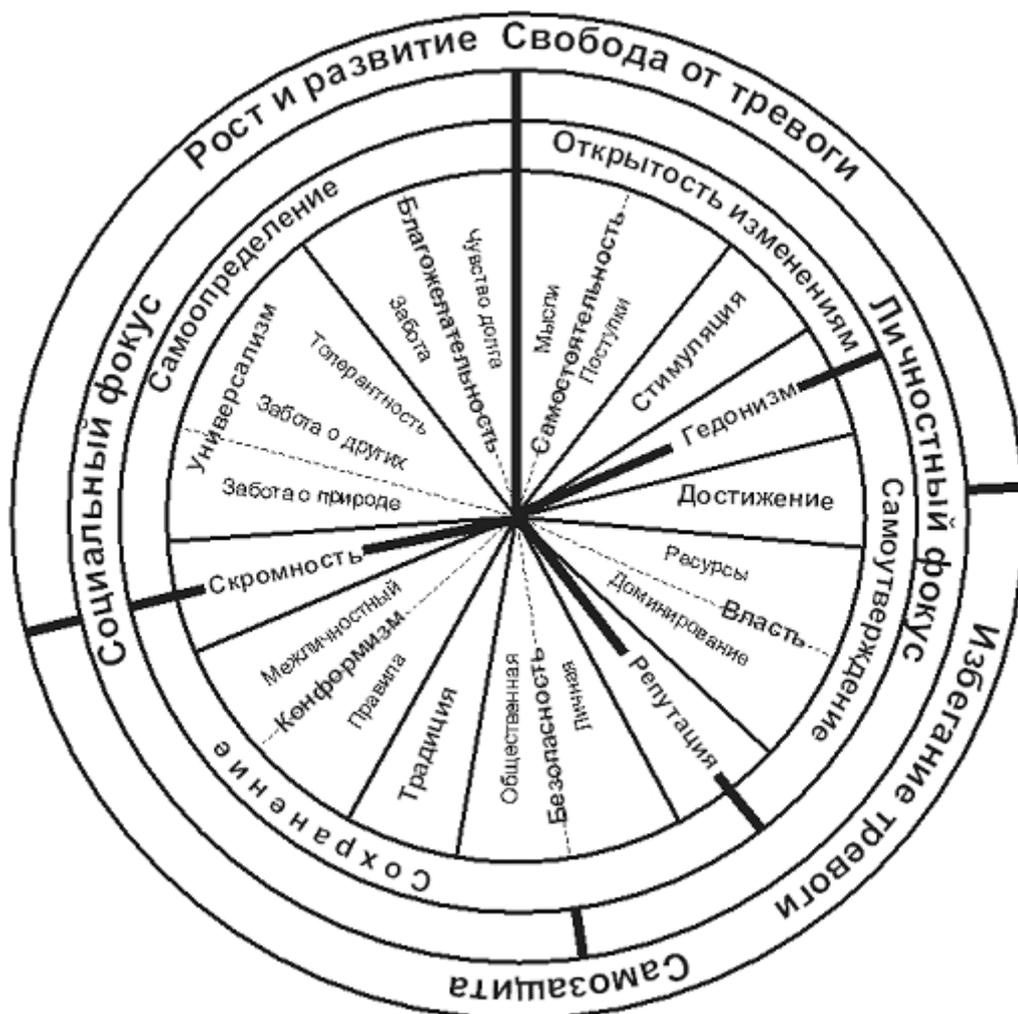
82. Thomas L. Nothing more theoretical than good practice: teaching for self-organized learning // Issues and approaches in personal construct theory. London etc.: Academic press, 1985. P. 233-251.

83. Wilson W. Correlates of avowed happiness // Psychological Bulletin. 1967. № 67. P. 294-306.

Количество источников – 83, в том числе зарубежных – 20.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Круговой мотивационный континуум 19 ценностей с указанием причин их размещения в данном порядке (Шварц и др., 2012, с. 50)



Две пары метаценностей		Ценности высшего порядка	Исходные ценности		Уточненные ценности	
Личностный фокус	Свобода от тревоги и развитие	Открытость изменениям	1	Самостоятельность	1	Самостоятельность — Мысли
			2	Стимуляция	2	Самостоятельность — Поступки
			3	Гедонизм	3	Стимуляция
			4	Достижения	4	<i>Гедонизм</i>
	Избегание тревоги и самозащита	Самоутверждение	5	Власть	5	<i>Достижения</i>
			6	Безопасность	6	Власть — Доминирование
			7		Власть — Ресурсы	
			8	Традиции	8	<i>Репутация</i>
9	Безопасность — Личная					
Социальный фокус	Свобода от тревоги и развитие	Выход за пределы своего «Я» / Самопреодоление	10	Благожелательность	10	Безопасность — Общественная
			7		Традиции	11
			8	Конформизм	12	Конформизм — Правила
			9		Универсализм	13
	10	Благожелательность	14	<i>Скромность</i>		
	15		Универсализм — Забота о природе			
	16		Универсализм — Забота о других			
	17		Универсализм — Толерантность			
18	Благожелательность — Забота					
19	Благожелательность — Чувство долга					

Примечание:

- «Репутация» находится на границе между «Властью» и «Безопасностью», однако при переходе от 19 к 10 ценностям она рассматривается как часть «Безопасности».
- «Скромность» находится на границе между «Конформизмом» и «Универсализмом», однако при переходе от 19 к 10 ценностям она рассматривается как часть «Конформизма» (Шварц и др, 2012, с. 52, с. 63).
- «Гедонизм» находится на границе между «Открытостью изменениям» и «Самоутверждением», однако при объединении 19 ценностей в 4 категории он рассматривается как часть «Открытости изменениям».
- «Достижение» находится на границе между «Свободой от тревоги и развитием» и «Избеганием тревоги и самозащитой», однако при объединении 19 ценностей в 2 измерения оно рассматривается как часть «Избегания тревоги и самозащиты», так как является ценностью «Самоутверждения» (Schwartz et al., 2012, p. 669).

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Авторская анкета

Ответьте, пожалуйста, на следующий вопрос: в целом насколько успешным или неуспешным вы себя обычно чувствуете? Используйте для ответа предложенную шкалу, где 0 описывает состояние «чрезвычайно неуспешный», а 10 – «очень успешный».

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Пожалуйста, ответьте на следующий вопрос: в чем, на Ваш взгляд, заключается разница между успехом и счастьем?

Пожалуйста, ответьте на вопросы, касающиеся причин различных жизненных стремлений

1. Если вы стремитесь к **БОГАТСТВУ**, пожалуйста, опишите, почему данная цель важна для Вас? Если данная цель для Вас неважна, укажите в своем ответе, почему это так.

2. Если вы стремитесь к **ИЗВЕСТНОСТИ**, пожалуйста, опишите, почему данная цель важна для Вас? Если данная цель для Вас неважна, укажите в своем ответе, почему это так.

3. Если вы стремитесь к **ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОЙ ВНЕШНОСТИ**, пожалуйста, опишите, почему данная цель важна для Вас? Если данная цель для Вас неважна, укажите в своем ответе, почему это так.

4. Если вы стремитесь к **ЛИЧНОСТНОМУ РОСТУ**, пожалуйста, опишите, почему данная цель важна для Вас? Если данная цель для Вас неважна, укажите в своем ответе, почему это так.

5. Если вы стремитесь к ОТНОШЕНИЯМ С ЛЮДЬМИ, пожалуйста, опишите, почему данная цель важна для Вас? Если данная цель для Вас неважна, укажите в своем ответе, почему это так.

6. Если вы стремитесь к ОБЩЕСТВЕННОМУ БЛАГУ, пожалуйста, опишите, почему данная цель важна для Вас? Если данная цель для Вас неважна, укажите в своем ответе, почему это так.

7. Если вы стремитесь к ЗДОРОВЬЮ, пожалуйста, опишите, почему данная цель важна для Вас? Если данная цель для Вас неважна, укажите в своем ответе, почему это так.

Пожалуйста, ответьте на вопросы, касающиеся личной информации о Вас

Ваш пол:

- Женский
- Мужской

Ваш возраст:

Семейное положение:

- Замужем / женат
- Не замужем / не женат

Место проживания (пожалуйста, укажите Ваш город):

Вид деятельности:

- Учусь
- Работаю
- Учусь и работаю

Направление подготовки:

Благодарим Вас за участие!