

ЦІННІСНО-СМИСЛОВІ ОСНОВИ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЖИТТЯМ У СТУДЕНТІВ LIFE SATISFACTION OF STUDENTS: VALUE BASIS

У статті розглянуто ціннісні основи задоволеності життям у молодому віці. Здійснено теоретичний огляд наукових досліджень задоволеності життям та його психологічних особливостей у студентський віковий період. Для емпіричного дослідження використали три методики: шкала задоволеності життям, опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо (україномовна адаптація О. Сенік), ціннісний опитувальник Шварца. Експериментальна база дослідження складалася зі студентів факультетів психології, іноземної філології, біології та лісового господарства Волинського національного університету імені Лесі Українки. Кількість учасників дослідження – 67 осіб. Вік досліджуваних 17-23 роки. Здійснене емпіричне дослідження, дало можливість виявити, що переважна більшість студентів задоволені власним життям (діагностовано рівні вище середнього), натомість 26,85% опитуваних демонструють незадоволеність. Також була побудована ієрархічна структура цінностей студентів, за допомогою якої, ми визначили, що домінуючими, наразі, для них є такі цінності, як безпека, самостійність та досягнення, натомість, цінностями низької значущості виявились традиції, влада та стимуляція. Також, було досліджено, що найбільше студенти орієнтовані на власне майбутнє та на позитивне минуле, натомість, значно нижчими виявились орієнтації студентів на негативне минуле та теперішнє фаталістичне. Для виявлення взаємозв'язку цінно-смислових орієнтацій та задоволеності життям ми використали кореляційний аналіз Пірсона. Отримані дані дали змогу визначити певні закономірності формування переживання задоволеності життям сучасної молоді. Так, отримані результати свідчать про те, що задоволеність життям корелює з орієнтацією студентів на власне позитивне минуле, статистично значущим є зв'язок досліджуваного феномену із такими цінностями як традиції та гедонізм. Усі дані були отримані до початку війни Росії проти України. Тож перспективи дослідження вбачаємо у

дослідженні цінностей студентів у повоєнний час.

Ключові слова: цінності, задоволення життям, часова перспектива, молодь.

The article considers the value bases of life satisfaction at a young age. The theoretical review of scientific research of life satisfaction and its psychological features in the student age period is carried out. For the empirical study, we used three methods: the scale of life satisfaction, the questionnaire of time perspective F. Zimbardo (Ukrainian adaptation of O. Senyk), the value questionnaire of Schwartz. The experimental base of the study consisted of students from Lesya Ukrainka Volyn National University (the faculties of psychology, foreign philology, biology and forestry). Number of study participants – 67 people (17-23 years). The study was implemented in 2021. An empirical study revealed that the vast majority of students are satisfied with their own lives (diagnosed with above average levels), while 26.85% of respondents show dissatisfaction. A hierarchical structure of student values was built, which determined that the dominant values for students today are security, independence and achievement, while the values of low importance are traditions, power and stimulation. Also, it was investigated that most students are focused on their own future and positive past, while much less – on the negative past and present fatalistic. We used Pearson's correlation analysis to identify the relationship between value orientations and life satisfaction. The obtained data made it possible to determine certain patterns of experiencing life satisfaction of modern youth. Thus, the results show that life satisfaction correlates with the focus on one's own positive past, and the connection of the studied phenomenon with such values as traditions and hedonism is statistically significant. All data were obtained before the start of Russia's war against Ukraine. Therefore, we see the prospects of the study in the study of student values in the postwar period.

Key words: values, life satisfaction, time perspective, youth.

УДК 159.99
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.36.28>

Коструба Н.С.

к.психол.н.,
доцент кафедри загальної
та клінічної психології
Волинський національний університет
імені Лесі Українки

Ляшко Л.М.

здобувач вищої освіти
Волинський національний університет
імені Лесі Українки

Проблемою задоволеності життям все частіше цікавляться представники соціально-гуманітарних наук (психологи, соціологи, економісти та ін.), які аналізують різні аспекти цього феномену. Зацікавлення вчених проблемою задоволеності життям на сьогодні все більше зростає, проте в науковому середовищі досі немає єдиного сформованого підходу до змісту самого поняття, його складових, а також немає загальної методології та методики його визначення.

Дослідженню феномену задоволеності життям присвячена велика кількість наукових праць. Це поняття є важливим для розуміння людської природи, щастя, відношення до життя, його плінності та людських цінностей. В науковій літературі

існує велика кількість наукових підходів до аналізу поняття задоволеності життям, що свідчить про його складність та актуальність для сучасної людини.

Серед сучасних українських психологів-науковців поняття задоволення життям у студентів вивчають Ж.П. Вірна, М. О. Григор'єва, Д.Е. Дубініна, В.А. Дяченко, І.А. Мунасіпова-Мотяш [2; 3; 4]. Дослідники пояснюють задоволеність життям як найбільш загальне уявлення людини про психологічний комфорт, який включає: інтерес до життя, рішучість, цілеспрямованість, послідовність у досягненні життєвих цілей, узгодженість між поставленими та реальними цілями; позитивну оцінку власних якостей і вчинків; загальний позитивний

фон настрою, зазначаючи, що основним складником індексу життєвої задоволеності є емоційна складова [4].

А. Адлер зауважує, що задоволеність життям виходить від соціального інтересу як основи людського існування. Його припущення про те, що люди живуть уявленнями і домислами про належне, і на поведінку людини більшим чином впливають її очікування, пов'язані з майбутнім, аніж події минулого. Тобто, задоволеність життям залежить від очікувань людини щодо майбутнього, таким чином, людина буде задоволена своїм життям, якщо воно відповідає її очікуванням і вимогам. Вчений опирався на те, що люди, визначаючи за допомогою вигадки свої особисті цілі, тим самим, за їх допомогою визначають власну поведінку та стиль життя [6].

Українська психологиня Ж.П. Вірна розглядає поняття задоволеності життям у студентів як феномен пов'язаний із сформованістю раціонального ставлення до здоров'я, розвинутістю самоприйняття й прийняття інших, толерантністю й позитивним сприйняттям обставин [2].

Також в науковій літературі розглядається взаємозв'язок благополуччя та ціннісно-сміслових орієнтацій. Результати таких досліджень дозволяють співвідносити суб'єктивне та психологічне благополуччя особистості, підкреслюючи особливу важливість системи смислових утворень особистості та їх якісних зв'язків у формуванні задоволеності життям, а також роль значущих подій, динаміку ціннісно-сміслових одиниць у різних ситуаціях, наявність смислу та цільової ієрархії, що приносять радість, і створюють у результаті зону психологічного благополуччя [1].

Беручи до уваги погляди різних дослідників щодо поняття задоволеності життям, його характерних ознак, структури, враховуючи психологічні особливості студентства, як представників юнацького віку, можемо визначити, що задоволеність життям студентів являє собою інтегральну сукупність психологічних властивостей студентів. Вона зумовлена комплексом зовнішніх і внутрішніх чинників, які сприяють позитивному функціонуванню особистості в процесі навчально-професійної діяльності. Дана сукупність є універсальним механізмом у процесі дослідження та формування задоволеності життям та суб'єктивного благополуччя студентів та вимагає чіткого структурування.

Насамперед, задоволеність життям обумовлена досягнутими цілями, перебореними труднощами, змінами, які відбуваються в особистому й професійному житті. Також

вплив має весь комплекс характеристик, пов'язаних із невротизмом (сюди дослідники відносять підвищену тривожність, схильність відчувати почуття провини (що знижує задоволеність життям) та інші фактори) [7].

Дослідники з Фінляндії дослідили зв'язок особистих цінностей із задоволеністю життям у 25 європейських країнах. Цінності вивчалися з опорою на теорію цінностей С. Шварца [8]. У різних країнах високі цінності доброзичливості та гедонізму були пов'язані з підвищеним рівнем задоволеності життям, тоді як високі цінності влади та безпеки були пов'язані з нижчим рівнем цієї характеристики [9].

Дослідження проведене у 56 країнах світу у 2010–2014 рр. мало на меті дослідити зв'язок між людськими цінностями та загальним рівнем задоволеністю життям (включало 85 512 респондентів). Результати показали значний зв'язок між людськими цінностями та загальним рівнем задоволеності життям. Цікаво, що ці відносини модеруються як культурними регіонами, так і віком. Результати не лише підтримують уявлення про цінності культурного рівня, а й припускають, що раціональні особистості динамічно змінюють свої ціннісні пріоритети з віком, щоб забезпечити вищий рівень загального задоволення життям [10].

Мета статті – теоретичний огляд та емпіричне вивчення ціннісно-сміслових основ задоволеності життям студентів.

Для реалізації мети дослідження було використано три методики: «Шкала задоволеності життям» (Е. Дінера), опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо (україномовна адаптація О. Сенік) [5], ціннісний опитувальник Шварца. Для статистичного опису даних використано кореляційний аналіз Пірсона.

Експериментальну базу дослідження склали студенти факультету психології, іноземної філології, біології та лісового господарства Волинського національного університету імені Лесі Українки. В опитуванні взяло участь 67 осіб, студентів 1-5 курсів, факультетів психології, біології та лісового господарства, іноземної філології, віком 1–23 роки.

Вибірка дослідження включає в себе 88,4 % осіб жіночої статі та 11,9 % чоловічої. Щодо вікового розподілу респондентів дослідження, у ньому взяли участь 19,4 % віком 17 років, по 20,8% – 18 та 19 років, студентів віком 20 років – 17,9 %, 21 років – 11,9 %, а віком 22-23 роки 8,9 %. З них на факультеті психології навчається 38,8 % опитуваних, 26,8 % – на факультеті іноземної філології та 34,3 % – біології та лісового

господарства Волинського національного університету імені Лесі Українки.

Серед опитаних студентів власний рівень задоволеності життям вважають низьким 2,98 % (2 особи), заниженим – 8,95 % (6 осіб), рівень нижче середнього спостерігаємо в 14,92 % (10 осіб), середній – 25,37 % (17 осіб), свій рівень оцінюють, як підвищений 35,82 % (24 особи), а високий діагностовано у 11,94 % (8 осіб). Таким чином, бачимо, що переважна кількість студентів задоволені власним життям (рівні вище середнього), натомість 26,85 % (18 осіб) сумарно оцінюють його нижче середнього.

На основі отриманих результатів була отримана ієрархічна структура цінностей опитуваних. Домінуючими цінностями, які стоять наразі у пріоритеті для студентів є такі: безпека (6,27), самостійність (6,13) та досягнення (6,03), натомість, цінностями низької значущості виявились такі як: традиції, стимуляція, влада (див. табл. 1).

Таблиця 1
Результати вимірювання ціннісних орієнтацій студентів за методикою Ш. Шварца

Ранг	Цінність	Середній бал
1	Безпека	6,27
2	Самостійність	6,13
3	Досягнення	6,03
4	Універсалізм	5,93
5	Конформність	5,9
6	Доброта	5,8
7	Гедонізм	5,77
8	Традиції	5,21
9	Стимуляція	5,08
10	Влада	4,97

Варто зазначити, що найбільш значущою для студентів є така цінність, як безпека, що на сьогодні є найбільш притаманною, як молоді, так і всьому населенню України, вона яскраво характеризує сучасний стан українського суспільства в цілому. Орієнтація на безпеку виникає через недостатню фінансову забезпеченість, невпевненість у майбутньому, а особливо, через складну ситуацію на Сході країни. Також не менш важливими для студентів є такі цінності, як самостійність та досягнення. Адже, молодь прагне досягати успіху у навчанні, науці, бізнесі, активніше будувати професійну кар'єру, проявляти компетентність та професіоналізм, відповідно до сучасних стандартів, які ставить суспільство.

Найнижчі ранги займають такі цінності, як традиції, тобто прийняття та повага до звичаїв і традицій, які культура чи релі-

гія декларує людині, цінність – стимуляція (хвилювання, події, які шокують, потреба в постійному стані збудження) та влада, тобто прагнення домінувати над людьми та постійному контролю.

Результати щодо часової перспективи у студентів, то серед опитаних домінує орієнтація на майбутнє (3,65), друге місце посідає орієнтація на позитивне минуле (3,5), дещо менше орієнтованими студенти є на теперішнє гедоністичне. За отриманими результатами, спостерігаємо найменшу орієнтацію на негативне минуле (2,85) та фаталістичне теперішнє (2,6).

Для ґрунтового аналізу взаємозв'язку часової перспективи та задоволеності життям студентів нами був застосований метод обрахунку кореляційних зв'язків Пірсона. Таким чином, було виявлено статистично значимі взаємозв'язки задоволеності життям студентів та часовою перспективою (див. табл. 2).

Таблиця 2
Статистично значущі коефіцієнти кореляції задоволеності життям із часовою перспективою

	Задоволеність життям
Негативне минуле	-0,072
Позитивне минуле	0,261*
Гедоністичне теперішнє	-0,083
Фаталістичне теперішнє	0,069
Орієнтація на майбутнє	0,138

Примітка: * – статистично значущий зв'язок на рівні 0,05; ** – статистично значущий зв'язок на рівні 0,01.

Так, виявлено статистично значущий зв'язок задоволеності життям та позитивним минулим ($r = 0,261$; $p < 0,05$). Тобто задоволеність життям студентів корелює з позитивним минулим, це може свідчити про те, що саме позитивне минуле є підґрунтям та основою для натхнення, яке необхідне для подальшого розвитку та досягнень у майбутньому.

Так, чим вищий рівень задоволеності життям у студента, тим більше він орієнтований на власне позитивне минуле і навпаки, чим менш задоволений своїм життям, тим меншою є орієнтація на позитивне минуле.

Також було досліджено взаємозв'язок задоволеності життям та ціннісними орієнтаціями студентів. Результати представлені в таблиці 3.

Аналізуючи отримані статистично значущі коефіцієнти кореляції задоволеності життям із ціннісними орієнтаціями, бачимо, що значущий взаємозв'язок задоволеності

Таблиця 3
Статистично значущі коефіцієнти кореляції
задоволеності життям із ціннісними
орієнтаціями

	Задоволеність життям
Конформність	0,215
Традиції	0,294*
Доброта	0,148
Універсалізм	-0,071
Самостійність	0,064
Стимуляція	-0,049
Гедонізм	0,286*
Досягнення	0,136
Влада	0,025
Безпека	-0,114

Примітка: * – статистично значущий зв'язок на рівні 0,05;
** – статистично значущий зв'язок на рівні 0,01.

життям студентів існує із такими цінностями, як традиції ($r=0,294$; $p<0,05$) та гедонізм ($r=0,286$; $p<0,05$). Тобто, важливими цінностями для задоволених життям студентів є прийняття та повага до традицій і звичаїв, які сучасній молоді декларує культура та релігія, а також гедонізм, це свідчить про те, що чим більше студент задоволений власним життям, тим більш схильним він є до гедонізму, великого значення він надає комфорту, відпочинку, здоровому сну і харчуванню. Також, важливим для нього є гарне проведення свого вільного часу, важливу роль у житті відіграють розваги та відпочинок і навпаки, чим менша задоволеність життям студента, тим менш схильним він є до гедонізму.

Висновки. Здійснений емпіричний аналіз дав змогу зробити висновки щодо певних закономірностей формування переживання задоволеності життям студентів. Для студентів, в яких визначено високий рівень задоволеності життям характерним є орієнтація на власне позитивне минуле, що в свою чергу є підґрунтям та основою для особистісного зростання, натхнення досягати успіху в майбутньому, натомість у студентів з низьким рівнем задоволеності життям орієнтація на позитивне минуле є значно нижчою, відповідно вони є менш

готовими до змін, мають нижчий особистісний потенціал та бажання досягати цілей в майбутньому.

Також було визначено, що для студентів, котрі задоволені власним життям значущими є такі цінності, як традиції та гедонізм. Тобто, важливе місце для них посідають комфорт, вільний час для відпочинку та розваг, а також такі студенти є більш схильними приймати та поважати суспільні цінності, традиції та звичаї.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бринза І. В. Цінності та сенсожиттєві орієнтації особистості, яка переживає благополуччя. *Наука і освіта : наук.-практ. журнал*. Спецвип.: «Актуальні проблеми рекреаційної психології дитинства». 2011. № 11 С. 21–25.
2. Вірна Ж. П. Адаптаційний профіль задоволеності життям особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 2. С. 20–25.
3. Григор'єва М. О. Суб'єктивна задоволеність життям студентської молоді: підходи до оцінки. *Вісник Приазовського державного технічного університету : зб. наук. праць*. 2018. Вип. 1. С. 25–30.
4. Дяченко В.А., Мунасіпова-Мотяш І.А., Дубініна Д.Е. Задоволеність життям та рівень психологічного благополуччя студентської молоді. *Актуальні проблеми психології: Екологічна психологія: збірник наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка*. 2018. Т. VII. Вип. 45. С. 120–129.
5. Сенік О. М. Часова перспектива студентів і їхнє психологічне благополуччя. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2011. № 28. С. 109–119.
6. Adler A. *The Practice and Theory of Individual Psychology*. Martino Fine Books. 2011. 362 p.
7. Azizli N., Atkinson B.E., Baughman H.M., Giammarco E.A. Relationships between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*. 2015. Vol. 82. P. 58–60.
8. Schwartz S. H. Studying values: personal adventure, future directions. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2011. Vol. 42, P. 307–319. <https://doi.org/10.1177/0022022110396925>
9. Sortheix F. M., & Lönnqvist J.-E. Personal Value Priorities and Life Satisfaction in Europe: The Moderating Role of Socioeconomic Development. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2014. Vol. 45(2). P. 282–299. <https://doi.org/10.1177/0022022113504621>
10. Teerakapibal S. Human values and life satisfaction: Moderating effects of culture and age. *Journal of Global Marketing*. 2020. Vol. 33(3). P. 177–192. <https://doi.org/10.1080/08911762.2019.1683668>