

УДК 159.9

Чепрасова Элла Маратовна

аспирант, Южный федеральный университет

emchep@yandex.ru

Ella M. Cheprasova

graduate student, Southern Federal University

emchep@yandex.ru

Инструмент исследования структуры субъективного благополучия подростков

The questionnaire for measuring the adolescent subjective well-being

***Аннотация.** Статья посвящена исследованию субъективного благополучия в подростковом и юношеском возрасте. Проводится теоретический анализ проблемы выделения составляющих субъективного благополучия. Доказывается актуальность создания диагностического инструментария, предназначенного для исследования 3-х компонентной структуры субъективного благополучия: когнитивный, эмоциональный, конативный (поведенческий) компоненты. Цель исследования – разработка и проверка надежности и валидности опросника «Субъективное благополучие подростков» – компактного инструмента измерения благополучия в подростковом и юношеском возрасте с учетом структурных компонентов и основных сфер жизни (Я сам, Я и семья, Я и другие, Я и жизнь). Представлены результаты проверки опросника на надежность и валидность на выборке школьников 13-18 лет (N=117). Все пункты опросника имеют высокую надежность и показывают ожидаемые корреляции с другими индикаторами субъективного благополучия. Сделан вывод о возможности использования опросника в исследованиях субъективного благополучия в подростковом и юношеском возрасте.*

***Ключевые слова:** субъективное благополучие, психологическое благополучие, диагностика, подростковый возраст, юношеский возраст, надежность опросника, валидность опросника*

***Abstract.** The article focuses on the study of subjective well-being in adolescence. What is carried out here is a theoretical analysis of the problem of identifying the structural components of subjective well-being. The author has identified and described the structural components of subjective well-being as cognitive, emotional, and conative (behavioral). It proves the relevance of creating a comprehensive diagnostic tool intended to study the 3-component structure of subjective well-being. The purpose of the research is to develop and test the reliability of the questionnaire “Subjective well-being of adolescents” which is a compact tool for measuring subjective well-being in adolescence, taking into account structural components and main areas of life (I myself, family and I, others and I, life and I). The reliability and validity of questionnaire are demonstrated on the sample*

of adolescents (13-18 year old, N=117). All the bullet points have high reliability ($\alpha=0,93$) and show expected correlations with other indicators of subjective well-being. In summary, it was concluded that the questionnaire could be used in studies of subjective well-being in adolescence.

Keywords: *subjective well-being, psychological well-being, diagnostics, teenagers, adolescence, reliability of the questionnaire, validity of the questionnaire*

Введение. Психологическое и субъективное благополучие считается необходимым условием для укрепления психического здоровья людей. В последнее время наблюдается растущий интерес к вопросам формирования субъективного благополучия в период детства и подросткового возраста в целях содействия позитивному развитию подрастающего поколения [1;2;3]. С 2009 г. реализуется международный проект «Детские миры: Международное исследование благополучия детей» (ISCWeB).

Для достижения цели позитивного развития подростка изначально считаем необходимым определить уровень его субъективного благополучия с выявлением наиболее уязвимых компонентов формирования благополучия.

Теоретическое обоснование. Анализ зарубежной научной литературы показал, что в числе структурных компонентов субъективного благополучия обычно выделяют удовлетворенность жизнью (когнитивный компонент), баланс положительных и негативных аффективных переживаний (эмоциональный компонент) [1;4;5]. Если два компонента – когнитивный и эмоциональный – однозначно признаются отечественными исследователями субъективного благополучия [6;7 и др.], то в отношении наличия третьего и его понимания существуют разночтения [8;9;10;11;12]. Важное значение в процессе формирования субъективного благополучия придается осознанной саморегуляции [6;13], что позволяет говорить о поведенческой составляющей. Анализ литературы показал, что, конативный (поведенческий) компонент можно определить как: способность к саморегуляции [6], поведенческие стратегии [9], активность [10], активное начало [11], показатель уровня самоактуализации [12], оптимистическое отношение к жизни и соответствующее поведение [14]. По нашему мнению, поведенческая активность характеризует субъекта, который не ждет счастливых обстоятельств, чтобы чувствовать себя хорошо, но сам своими установками и действиями способствует созданию таких событий и ситуаций, в результате чего ощущает себя благополучным.

Осуществив анализ работ зарубежных и отечественных исследователей, мы пришли к выводу о целесообразности выделения таких трех составляющих, как когнитивный, эмоциональный, конативный (поведенческий) компоненты, и предлагаем следующее их содержание: когнитивный компонент (оценка, представление об удовлетворенности жизнью, как в целом, так и в разрезе сфер жизнедеятельности); эмоциональный компонент (эмоциональное отношение к своей жизни, переживание счастья, положительные и отрицательные эмоции); конативный компонент (установки, поведенческие стратегии, активность).

В настоящее время нет методического инструментария для измерения субъективного благополучия в подростковом и юношеском возрасте, сочетающего в себе: 1) компактность; 2) наличие шкал-структурных компонентов субъективного благополучия; 3) наличие шкал-показателей удовлетворенности в основных областях жизни. Новизна исследования заключается в том, что будет создан такой инструментарий.

Цель нашего исследования – создание и апробация опросника, позволяющего получить представление о вкладе каждого компонента в общую картину субъективного благополучия в подростковом и юношеском возрасте.

Гипотеза исследования: мы предположили, что возможно создание такого опросника субъективного благополучия, который будет компактным и при этом позволит выявить степень удовлетворенности жизнью в разрезе 3-х структурных компонентов и основных сфер жизни подростка и юноши (Я сам, Я и семья, Я и другие, Я и жизнь).

Практическая значимость такого исследования будет заключаться в получении скринингового инструмента выявления неблагополучия в разрезе его структурных компонентов и сфер жизни, что позволит осуществить целенаправленные усилия к формированию навыков успешной адаптации и функционирования развивающейся личности.

Методы. На основании проведенного анализа теоретических и эмпирических исследований был разработан опросник, позволяющий получить представление о вкладе каждого компонента (когнитивного, эмоционального и поведенческого) в общую картину субъективного благополучия лиц подросткового и старшего школьного возраста. При составлении пунктов опросника мы исходили из представлений о наличии общей (интегральной) оценки субъективного благополучия и благополучия в разрезе сфер жизнедеятельности.

Первый этап разработки стимульного материала включал в себя анализ методик, близких по целям исследования. На втором этапе был определен перечень вопросов. При подборе пунктов мы ориентировались на существующие методики исследования субъективного благополучия, удовлетворенности, счастья, как для детей, так и для взрослых. Первоначально в него были включены 36 вопросов, некоторые из них имели примерно одинаковое содержание, но разную формулировку, для того, чтобы в конечном итоге отобрать вопросы, наиболее соответствующие цели исследования. На третьем этапе опросник был предъявлен обучающимся детского объединения «Юные психологи» МБУ ДО ДТДМ г. Ростова-на-Дону подросткового и юношеского возраста ($N = 30$). По окончании опроса респондентам было предложено указать близкие по смыслу и вызывающие двойственное толкование вопросы. С помощью корреляционного анализа были определены пункты, имеющие статистически значимые связи с общим показателем ($r > 0,5$ при $p < 0,04$). В результате анализа и отбора оставлены 16 вопросов. На четвертом этапе произведена оценка валидности и измерение надежности методики на выборке 117 человек подростково-юношеского возраста школ города Ростова-на-Дону (68 девочек, 49 мальчиков, 58 подростков 13-14 лет и

59 юношей 15-18 лет). Вычисления производились в программе «Statistica 10». Ответы респондентов оценивались по пятибалльной шкале Р.Лайкерта от «почти никогда» до «почти всегда». Текст «Опросника субъективного благополучия подростков» с инструкцией и ключом приведен в приложении.

Результаты. Внутренняя однородность методики подтверждена с помощью «split-half» коэффициента Спирмена-Брауна (0,959), что свидетельствует о высокой надежности опросника. Коэффициент корреляции между первой и второй половинами опросника равен 0,922, что также говорит о сильной связи между частями методики. С помощью коэффициента надежности Альфа-Кронбаха была проверена внутренняя согласованность шкал ($0,741 < \alpha < 0,868$) и пунктов методики в целом (α -Кронбаха = 0,925), что является показателем высокой надежности, так как полученный результат приближается к единице (Таблица 1).

Таблица 1

Согласованность шкал опросника субъективного благополучия подростков

Шкала	Альфа-Кронбаха	Кол-во пунктов
Структурные компоненты		
Когнитивный	0,776	5
Эмоциональный	0,868	6
Конативный	0,741	5
В целом по опроснику	0,925	16

Значение коэффициента Альфа-Кронбаха, рассчитанное с возможностью удаления каждого пункта в отдельности, колеблется в узком диапазоне ($0,915 \leq \alpha \leq 0,930$), то есть удаление любого пункта не повлечет за собой повышение надежности методики.

С помощью критерия R-Спирмена выявлены сильные связи шкал-структурных компонентов между собой ($0,792 < r < 0,853$ при $p < 0,01$), что подтверждает цельность и согласованность шкал методики и свидетельствует о надежности опросника в целом.

Психометрическая проверка посредством тест-ретестовой надежности показала устойчивость результата исследования (коэффициент R-Спирмена $r = 0,730$ при $p = 0,007$).

Конструктивная валидность методики выявлялась посредством измерения конвергентной и дискриминантной валидности с помощью методик: «Многомерная Шкала удовлетворенности жизнью школьников MLSS» Е.С.Хюбнера (ШУДЖИ) в адаптации О.А.Сычева, Т.О.Гордеевой, М.В.Лункиной, Е.Н.Осина, А.Н.Сидневой [15], «Шкала субъективного счастья» С.Любомирски в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н.Осина, [16], опросник «Изучение особенностей Я-концепции» (Я-концепция) Е. Пирс и Д. Харрис в адаптации А.М.Прихожан [17] (шкалы, отражающие сходные конструкты: «Положение в семье», «Уверенность», «Счастье, удовлетворенность»).

С помощью коэффициента R-Спирмена (при $p < 0,05$) были выявлены статистически значимые корреляции между шкалами опросника и

показателями ШУДЖИ – удовлетворенности школьника собой, школой, отношениями в семье, с друзьями, учителями (Таблица 2).

Таблица 2

Взаимосвязь показателей Опросника субъективного благополучия подростков и ШУДЖИ*

Показатели Опросника субъективного благополучия подростков	ШУДЖИ			
	Суммарный балл	Я сам	Друзья	Семья
Интегральное СБ	0,470472	0,623235	0,327489	0,527341
Структурные компоненты				
Когнитивный	0,430266	0,597108	0,305274	0,548091
Эмоциональный	0,456957	0,642095	0,35977	0,426546
Конативный	0,450457	0,513143	-	0,523800
Сферы жизнедеятельности				
Я сам	0,461242	0,696736		
Я и другие	-	0,364104	0,290186	
Я и семья	0,471248	0,454489		0,743225
Я и жизнь	0,436455	0,571126		

*Все приведенные коэффициенты значимы при $p < 0,05$

Конвергентная валидность опросника подтверждается сильной и выше средней корреляционной связью между аналогичными шкалами: «Семья» ($r=0,743$), «Я сам» и ($r = 0,697$). Дискриминантная валидность подтверждена слабой корреляцией шкалы «Я и другие» опросника со шкалой «Друзья» ШУДЖИ ($r = 0,290$). Это объясняется тем, что с помощью опросника субъективного благополучия изучается более широкий круг общения подростка. Проверка внешней валидности опросника с помощью методики «Я-концепция» выявила статистически значимые корреляционные связи различной силы между компонентами субъективного благополучия и шкалой «счастье, удовлетворенность». Наименее сильную связь показал поведенческий компонент субъективного благополучия ($r = 0,307$ при $p < 0,05$) ввиду того, что в методике «Я-концепция» меньше всего исследуется поведенческий аспект. По результатам анализа взаимосвязей опросника субъективного благополучия подростков и Шкалы субъективного счастья, характеризующей эмоциональный аспект благополучия, как и следовало ожидать, наиболее тесные связи выявлены между эмоциональным компонентом субъективного благополучия и уровнем субъективного счастья ($r = 0,650$ при $p = 0,0002$). Следует отметить, что Шкала субъективного счастья содержит вопросы, отражающие установки респондента относительно оценки наличной ситуации, вследствие чего закономерным оказалось выявление связей средней силы общего показателя субъективного счастья с конативным ($r = 0,581$ при $p = 0,00$) и когнитивным ($r = 0,577$ при $p = 0,0004$) компонентами (Таблица 3).

Таблица 3

Взаимосвязь показателей Опросника субъективного благополучия подростков, опросника «Я-концепция» и Шкалы субъективного счастья (ШСС)

Показатели опросника СБ подростков	ШСС	Шкалы «Я-концепции»
------------------------------------	-----	---------------------

		Счастье, удовлетво ренность	Уверенно сть	Положение в семье
Интегральное СБ	0,632	0,561	0,595	0,475
Структурные компоненты СБ				
Когнитивный	0,577	0,576	0,576	
Эмоциональный	0,651	0,602	0,624	
Конативный	0,581	0,307		
Сферы жизнедеятельности				
Я сам	0,627	0,658	0,710	0,418
Я и другие	0,296			
Я и семья	0,496	0,539		0,623
Я и жизнь	0,579	0,491		

*Все приведенные коэффициенты значимы при $p < 0,05$

Валидизируемый опросник, в отличие от Шкалы субъективного счастья, отражает субъективное благополучие в части отношений с другими людьми и с членами семьи. Это подтверждается значением R-Спирмена ($r = 0,296$ при $p < 0,05$) и ещё раз указывает на дискриминантную валидность опросника.

Таким образом, внешняя конвергентная валидность опросника «Субъективное благополучие подростков» подтверждается положительными корреляциями с показателями шкал «Я сам», «Счастье, удовлетворенность», «Уверенность», «Семья», «Положение в семье» опросников ШУДЖИ, Я-концепция, с общим баллом по Шкале субъективного счастья. Дискриминантная валидность подтверждается слабыми связями конативного компонента и шкалы «Я и другие» с показателями сопоставляемых методик.

Результаты анализа данных для подтверждения критериальной валидности с помощью критерия Манна-Уитни показали, что гендерные различия не влияют на показатели методики ($U = 763,0$ при $p = 0,06$). В то же время были выявлены значимые различия между показателями субъективного благополучия в подростковом (13-14 лет) и юношеском возрасте (15-18 лет) ($U = 845,5$ при $p = 0,005$). Уровень субъективного благополучия респондентов юношеского возраста оказался ниже, чем у подростков. Такой результат подтверждается данными других исследований [18]. Полученные результаты можно использовать для стандартизации методики с учетом возрастного фактора. Однако, мы считаем целесообразным увеличить выборку, прежде чем предлагать нормы.

Заключение. Гипотеза исследования подтвердилась. Опросник «Субъективное благополучие подростков» прошел психометрическую проверку. Подтверждена надежность и валидность опросника (внутренняя согласованность, тест-ретестовая надежность, внешняя валидность). Опросник является компактным (16 пунктов), позволяет выявить степень субъективного благополучия в подростково-юношеском возрасте в разрезе его компонентов (когнитивный, эмоциональный, поведенческий), отражает степень удовлетворенности в основных сферах жизни (Я сам, Я и другие, Я и семья, Я и жизнь). Таким образом, данный опросник может использоваться в исследовательских целях. В перспективе мы планируем увеличить выборку и

произвести стандартизацию и нормализацию показателей шкал опросника для использования в индивидуальной диагностике субъективного благополучия подростков и юношей.

Приложение

Опросник субъективного благополучия подростков

Перед тобой список предложений. Отметь, пожалуйста, насколько часто они оказываются верными для тебя.

<i>Утверждения</i>	<i>почти никог да</i>	<i>редк о</i>	<i>50/50</i>	<i>час то</i>	<i>почти всегда</i>
1. Я часто делаю те дела, которые мне нравятся					
2. Я могу назвать себя уверенным человеком					
3. Критика в мой адрес снижает мою самооценку					
4. Я умею радоваться простым вещам					
5. Мне комфортно находиться дома со своей семьей					
6. В целом я удовлетворен (а) своей жизнью					
7. В целом, я позитивно оцениваю свою жизнь					
8. Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной					
9. Я счастливый человек					
10. Я склонен концентрироваться скорей на своих достижениях, чем на неудачах					
11. У меня хорошие отношения с родителями (или с теми, кто их заменяет)					
12. Я считаю, что мелкие неприятности не стоят того, чтобы из-за них сильно расстраиваться					
13. Мне не составляет труда обратиться с вопросом к незнакомому человеку					
14. В целом я себе нравлюсь					
15. В целом я дружелюбно настроен(а) к людям					
16. В случае трудностей я могу обратиться к своим родным					

Ключ

Показатели	№№ вопросов	
	Прямые	Обратные
Интегральный показатель	1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	3
<i>Компоненты</i>		

Когнитивный компонент	2, 5, 6, 8	3
Эмоциональный компонент	7, 9, 11, 12, 14, 15	
Конативный (поведенческий) компонент	1, 4, 10, 13, 16	
<i>Сферы (области) жизни</i>		
Я сам	2, 9, 10, 14	
Я и семья	5, 11, 16	
Я и другие	13, 15	3
Я и жизнь	1, 4, 6, 7, 8, 12	

Литература

1. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 1984, № 95, P. 542–575.
2. Dinisman T., Ben-Arieh A. The Characteristics of Children’s Subjective Well-Being. *Social Indicators Research: An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement*. Springer, 2016, Vol. 126(2), P. 555–569. doi:10.1007/s11205-015-0921-x
3. Lampropoulou A. Personality, school, and family: What is their role in adolescents' subjective well-being // *Journal of Adolescence*, 2018, Vol. 67, P.12–21. doi: 10.1016/j.adolescence.2018.05.013
4. Аргайл М. Психология счастья. СПб.: Питер, 2003.
5. Arthaud-Day M.L., Rode J.C., Mooney C.H., Near J.P. The subjective well-being construct: A test of its convergent, discriminant, and factorial validity. *Social Indicators Research*, 2005. № 74, С. 445–476.
6. Фомина Т.Г., Ефимова О.В., Моросанова В.И. Взаимосвязь субъективного благополучия с регуляторными и личностными особенностями у учащихся младшего школьного возраста. *Психолого-педагогические исследования*, 2018, № 10(2), С. 64–76. doi:10.17759/psyedu.2018100206
7. Куликов Л. В. Детерминанты удовлетворенности жизнью // *Общество и политика* / Под ред. В. Ю. Большакова. СПб.: СПбГУ, 2000. С. 476–510.
8. Афанасенко И. В., Чепрасова Э. М. Духовные ценности лиц с разным уровнем субъективного благополучия // *Международный научно-исследовательский журнал*, 2015, № 10(41), С. 68–70. doi:10.18454/IRJ.2015.41.199
9. Бочарова Е. Е. Взаимосвязь ценностных ориентаций, стратегий поведения и субъективного благополучия личности: дис. ... канд. психол. наук. Саратов, 2005.
10. Елисеева О.А. Структура субъективного благополучия подростков в образовательной среде с низким уровнем психологической безопасности // *Известия РГПУ им. А.И. Герцена*, 2011. № 132. С. 368-375.
11. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия личности. Саратов: Сарат. гос. университет, 2004.
12. Пучкова Г. Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности: дис. ...канд. психол. наук. Хабаровск, 2003.

13. Безуглова А.А., Васильева О.С., Правдина Л.Р. Особенности психологической адаптации у лиц с разными стратегиями совладающего поведения // *Российский психологический журнал*, 2017, № 14(4), С.180–204.
14. Свередюк Е.В. Ментальные репрезентации счастья студентов-психологов // *Современные научные исследования и инновации*, 2011. № 1. <http://web.snauka.ru/issues/2011/05/543> (дата обращения: 02.10.2018).
15. Сычев О.А., Гордеева Т.О., Лункина М.В., Осин Е.Н., Сиднева А.Н. Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников // *Психологическая наука и образование*, 2018. № 23(6), 5–15. doi:10.17759/pse.2018230601
16. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия. Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН, 2008. <https://publications.hse.ru/chapters/78753840> (дата обращения: 10.02.2019).
17. Прихожан А.М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. М.: АНО «ПЭБ», 2007.
18. Шамне А.В. Психосоциальное развитие в подростково-юношеском возрасте // *Право. Экономика. Психология*, 2016, № 2(5), С. 86–92. <https://lib.vsu.by/xmlui/handle/123456789/9524> (дата обращения: 15.04.2019).

References

1. Diener E. Subjective well-being // *Psychological Bulletin*. 1984. No. 95. P. 542-575.
2. Dinisman T., Ben-Arieh A. The Characteristics of Children's Subjective Well-Being // *Social Indicators Research: An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement*. Springer. 2016. Vol. 126(2). P. 555-569. doi: 10.1007/s11205-015-0921-x
3. Lampropoulou A. Personality, school, and family: What is their role in adolescents' subjective well-being // *Journal of Adolescence*. 2018. Vol. 67. P.12-21. doi: 10.1016/j.adolescence.2018.05.013
4. Argyle M. *The Psychology of Happiness*. 2nd ed. London, Routledge, 2001. 276 p. (Russ. ed.: Argyle M. *Psikhologiya schast'ya*. 2nd ed. Saint Petersburg, Piter Publ., 2003. P. 271).
5. Arthaud-Day M.L., Rode J.C., Mooney C.H., Near J.P. The subjective well-being construct: A test of its convergent, discriminant, and factorial validity. *Social Indicators Research*. 2005. No. 74. pp. 445-476.
6. Fomina T.G., Eftimova O.V., Morosanova V.I. The Relationship of Subjective Well-being with Regulatory and Personality Characteristics in the Primary School Age Children // *Psychological-Educational Studies*, 2018. Vol. 10, No. 2, pp. 64–76. doi:10.17759/psyedu.2018100206
7. Kulikov L. V. Determinants of life satisfaction // *Society and Politics* / Ed. V. Y. Bolshakov. St. Petersburg: St. Petersburg State University, 2000, pp. 476–510.

8. Bezuglova A.A., Vasilyeva OS, Pravdina L.R. Socio-Psychological Adaptation in Individuals with Different Coping Strategies // Russian Psychological Journal, 2017, No. 14(4), pp. 180–204.
9. Afanasenko I.V., Cheprasova E.M. Spiritual values of persons with the different level of subjective well-being // International research journal, 2015, No.10 (41), pp. 68-70.
10. Bocharova E. E. Interrelation of value orientations, behavior strategies, and subjective well-being of a person: PhD dissertation (Psychology). Saratov, 2005.
11. Eliseeva O.A. The structure of subjective well-being of adolescents in the educational environment with low levels of psychological safety. Izvestiya Rossiyskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A.I.Gertsena, 2011, No. 132, pp. 368-375.
12. Puchkova G. L. Subjective Well-Being as a Factor of Self-Actualization: PhD dissertation (Psychology). Khabarovsk, 2003.
13. Shamionov R.M. Psychology of subjective well-being. Saratov, 2004.
14. Sveredyuk E.V. Mental representations of happiness psychology students. Modern scientific researches and innovations. 2011. No. 1. pp. 5–13. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2011/05/543>
15. Sychev O.A., Gordeeva T.O., Lunkina M.V., Osin E.N., Sidneva A.N. Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale. Psychological Science and Education, 2018. Vol. 23, No. 6, pp. 5–15. doi:10.17759/pse.2018230601
16. Osin E.N., Leontyev D.A. Approbation of Russian- language versions of two express-valuation scales of subjective well- being. Abstracts of papers of the third All-Russian Congress of Sociology. M.: Institute of Sociology of the Russian Academy of Sciences, 2008. URL: <http://publications.hse.ru/chapters/78753840>
17. Prikhozhan A.M. Diagnosis of personal development of adolescent children. M., 2007. P. 56.
18. Shamne A.V. Psychosocial Development of Adolescents. Right. Economy. Psychology. Vitebsk State University, 2016. No.2(5). pp. 86-92. <https://lib.vsu.by/xmlui/handle/123456789/9524>
- 19.