

Секция «Психология личности в изменяющемся мире»

**Взаимосвязь временной перспективы и активности студентов с разной выраженностью субъективного благополучия**

**Научный руководитель – Васюра Светлана Александровна**

*Львов Захар Денисович*

*Студент (бакалавр)*

Удмуртский государственный университет, Ижевск, Россия

*E-mail: ZaharLvov4747@yandex.ru*

Вызовы современности предъявляют все больше требований к способности молодых людей студенческого возраста самоопределяться во временной перспективе, справляться трудностями, реализовывать субъектное качество – активность, проявляя его в разных сферах своей жизни: общении, учебной деятельности, познании, созерцании, рефлексии. Активность субъекта характеризуется резновременностью, гетерохронностью возможностей и потенциалов. В этой связи актуальной научно-практической задачей является изучение взаимосвязи временной перспективы и активности студентов с разной выраженностью субъективного благополучия.

Цель: выявить взаимосвязь временной перспективы и активности студентов с разной выраженностью субъективного благополучия.

Объект: временная перспектива и активность студентов в разных сферах жизнедеятельности.

Предмет: взаимосвязь временной перспективы и активности студентов с разной выраженностью субъективного благополучия.

Гипотеза: взаимосвязи временной перспективы и активности студентов с высоким и низким субъективным благополучием отличаются как качественно, так и количественно, а именно: у студентов с высоким субъективным благополучием активность связана с ориентацией на будущее, более тесные связи временной перспективы и активности, чем у студентов с низким благополучием.

Задачи:

1. Изучить субъективное благополучие студентов, выявить группы студентов с разной выраженностью благополучия.

2. Провести сравнительный анализ показателей временной перспективы, активности в разных сферах жизнедеятельности у студентов с высоким и низким субъективным благополучием

3. Установить и проанализировать взаимосвязь временной перспективы и активности студентов с высоким и низким субъективным благополучием.

Теоретико-методологическая основа исследования: принцип единства сознания и деятельности, принцип системной организации психики человека, субъектный подход (С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова-Славская), концепция временной перспективы Ф.Зимбардо, концепция целостной активности субъекта бытия (А.А. Волочков), идеи Д.А. Леонтьева о субъективном благополучии.

Методы сбора эмпирических данных:

· шкала субъективной удовлетворенности жизнью Э. Динера, шкала субъективного счастья С. Любомирски в адаптации Осина Е.Н., Леонтьева Д.А.;

· опросник временной перспективы Ф. Зимбардо;

· методика «Диагностика активности студента» (ДАС-1) Волочкова А.А. Попова А.Ю.

В основе методики ДАС-1 лежит модель активности К. А. Абульхановой-Славской, в соответствии с которой предлагаются три компонента активности: 1) потребность во взаимодействии; 2) волевая регуляция взаимодействия; 3) удовлетворенность взаимодействием

[3]. Обобщение данных трех мер приводит к выделению систем более высокого порядка: 1) активность субъекта в конкретной сфере взаимодействия (в познании, в общении и т.д.) и 2) активность субъекта жизни как обобщенное соотношение выделенных мер субъектности в системе наиболее типичных сфер взаимодействия. [5]

Применялись методы математической обработки: методы описательной статистики, кластерный анализ (метод  $k$ -средних),  $U$ -критерий Манна-Уитни, корреляционный анализ по Спирману. Для обработки результатов исследования использовался пакет прикладных программ статистической обработки данных SPSS 22.0 for Windows.

В эмпирическом исследовании приняло участие 66 человек - студенты Удмуртского государственного университета от 19 до 21 года (11 юношей, 55 девушек).

На первом этапе исследования на основе кластерного анализа показателей «субъективной удовлетворенностью жизнью» и «субъективным уровнем счастья» были установлены три группы студентов с различной выраженностью субъективного благополучия:

— студенты с высокой выраженностью субъективного благополучия (средние показатели субъективной удовлетворенности жизни и субъективным уровнем счастья: 28,9 и 21,5 соответственно);

— студенты с умеренными показателями субъективной удовлетворенности жизни и субъективным уровнем счастья (средние показатели: 22,07 и 17,14);

— студенты с низкими показателями субъективного благополучия (средние показатели: 15,5 и 14,4).

Далее в исследовании анализировались результаты двух полярных групп студентов — с высоким и низким субъективным благополучием. Результаты сравнительного анализа показателей временной перспективы и активности в группах студентов с высоким и низким субъективным благополучием представлены в таблице 1.

В группах студентов с высоким и низким субъективным благополучием установлены значимые различия по показателю временной перспективы - «негативное прошлое». Ф. Зимбардо описывал оптимум восприятия времени, связанный с балансом нескольких перспектив. Он отмечал, что степень ориентации на негативное прошлое должна быть меньше остальных временных ориентаций [2]. У студентов с низким субъективным благополучием показатель негативного прошлого близок к показателям «позитивное прошлое» (3,45) и «будущее» (3,16). Такое восприятие личного опыта свойственно студентам с низким субъективным благополучием.

Группы студентов с высоким и низким субъективным благополучием отличаются уровнем активности в сфере учебной деятельности, а именно: компоненты активности в этой сфере и интегральный показатель активности выше у студентов с высоким субъективным благополучием. В сфере внеучебного познания активность студентов с высоким субъективным благополучием также выше. Учебная активность и познание занимает особое место в жизни студента, отличительной особенностью студентов с высоким уровнем благополучия являются: осознание важности развития, способность преодолевать препятствия и высокая мера представленности субъекта в итогах активности в сферах учебной деятельности, внеучебного познания, рефлексии.

Далее анализировались корреляционные связи показателей временной перспективы и активности в разных сферах жизнедеятельности студентов с высоким и низким субъективным благополучием (табл. 2, 3).

В двух группах студентов выявлена связь прошлого с активностью. В группе студентов с высоким субъективным благополучием это показатель «позитивное прошлое», а в группе с низким благополучием — «негативное прошлое». Наличие подобных связей, по-видимому, обусловлено возрастными особенностями студентов. С увеличением возраста, связь между оценкой прошлого опыта и счастьем постепенно снижается [1], однако

в исследовании принимали участие молодые люди студенческого возраста, для которых оценка прошлого опыта важна для организации будущего. Полагаем, что чем менее студенты оценивают свой небольшой жизненный опыт как положительный, тем более у них выражена потребность в учебной деятельности, и наоборот.

В группе студентов с низким субъективным благополучием рефлексия занимает особое место: чем более они оценивают свой прошлый опыт как негативный, тем более они способны проявлять волевую регуляцию в сфере рефлексии. Волевая регуляция в сфере рефлексии и временная ориентация на будущее в группе студентов с высоким субъективным благополучием имеют прямую связь. Студенты, которые стремятся добиться лучших результатов в будущем, способны применять волевую регуляцию в сфере рефлексии, осознавая её важность для использования текущего опыта в будущем. Связь ориентации на будущее и показателей активности — отличительная особенность студентов с высоким субъективным благополучием.

Выводы:

В эмпирическом исследовании выявлена и проанализирована взаимосвязь временной перспективы и активности студентов с разной выраженностью субъективного благополучия. Студенты регулируют активность на основе оценки своего прошлого опыта, настоящего и ориентации на будущее. Студенты с высоким субъективным благополучием проявляют более высокую активность в разных сферах – учебной деятельности, внеучебного познания, общения, рефлексии, а также у них ниже показатель «негативное прошлое». В результате исследования установлено, что взаимосвязи временной перспективы и активности студентов с высоким и низким субъективным благополучием отличаются как качественно, так и количественно, а именно: у студентов с высоким субъективным благополучием активность связана с ориентацией на будущее, более тесные связи временной перспективы и активности, чем у студентов с низким благополучием.

Практическая значимость исследования заключается в возможности применения полученных результатов в деятельности специалистов психологических служб вузов.

### Источники и литература

- 1) Simmons M. et al. Does age make a difference? Age as a moderator in the association between time perspective and happiness // *Journal of Happiness Studies*. 2018. Vol. 19. P. 57-67.
- 2) Zimbardo P.G., Boyd J.N. Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Vol. 77. No.6. P. 1271-1288.
- 3) Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности. – 1980.
- 4) Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*. 2020. № 1. С. 117–142.
- 5) Попов А. Ю., Волочков А. А. Структура и психологическая диагностика активности студента. Пермь, 2015.– 151 с.

### Иллюстрации

Таблица 1

Показатели временной перспективы и активности	Среднее значение показателей		Критерий достоверности	
	Студенты с высоким субъективным благополучием	Студенты с низким субъективным благополучием	U – Манна-Уитни	p
Негативное прошлое	2,34	3,49	41,5	0,001
Субъектность выбора в сфере общения	21,59	16,13	82	0,01
Субъектность контроля в сфере общения	28,68	24,93	89,5	0,02
Субъектность в результатах сферы познания	20,41	15,6	98	0,04
Субъектность выбора в сфере учебной деятельности	25,64	17,8	69,5	0,01
Субъектность контроля в сфере учебной деятельности	26,68	22,07	89	0,02
Субъектность в результатах сферы учебной деятельности	27,86	20,53	38,5	0,001
Субъектность выбора в сфере в рефлексии	23,64	18,73	97,5	0,04
Интегральный показатель активности в сфере познания	67,64	57,73	89	0,02
Интегральный показатель активности в сфере учебной деятельности	80,18	60,4	50,5	0,001
Интегральный показатель активности в сфере рефлексии	75,14	66,07	100,5	0,045

Рис. : Таблица 1. Результаты сравнительного анализа показателей временной перспективы и активности в группах студентов с высоким и низким субъективным благополучием

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа показателей временной перспективы и активности студентов с высоким субъективным благополучием

Позитивное прошлое	Субъектность выбора в сфере учебной деятельности	-0,47	p = 0,03
Фаталистическое настоящее	Субъектность контроля в сфере рефлексии	-0,42	p = 0,05
Гедонистическое настоящее	Субъектность выбора в сфере в общении	0,47	p = 0,03
Гедонистическое настоящее	Интегральный показатель активности в сфере общения	0,62	p = 0,01
Будущее	Субъектность выбора в сфере в общении	-0,42	p = 0,05
Будущее	Субъектность контроля в сфере рефлексии	0,52	p = 0,01

Рис. : Таблица 2. Результаты корреляционного анализа показателей временной перспективы и активности студентов с высоким субъективным благополучием

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа показателей временной перспективы и активности студентов с низким субъективным благополучием

Негативное прошлое	Субъектность контроля в сфере рефлексии	0,64	p = 0,01
Фаталистическое настоящее	Субъектность в результатах сферы познания	-0,56	p = 0,02
Гедонистическое настоящее	Субъектность контроля в сфере познания	-0,54	p = 0,04

Рис. : Таблица 3. Результаты корреляционного анализа показателей временной перспективы и активности студентов с низким субъективным благополучием