

## **УРОВЕНЬ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЧАСТЬЕ У ЖЕНЩИН РАЗНЫХ ВОЗРАСТОВ**

*П.А. Соколова*

Россия, Москва, РУДН

Счастье относится к категориям морального сознания личности. Оно представляет собой особое состояние удовлетворённости от жизни, радости бытия, приближения к идеалу. Счастье неразрывно связано с чувствами и эмоциями, которые придают ему дополнительную окраску.

Фундаментальная значимость счастья для человечества вытекает, прежде всего, из его природы, как одного из указателей, одной из мотиваций поведения человека как личности и как члена общества. Следовательно, представление о счастье – это элемент управления поведением человека, в частности, и общества в целом.

Интерес к изучению понятий «счастье» и «субъективное благополучие» преобладает в обществе с давних пор. К этой тематике обращались различные представители отечественной философии и психологии.

Тема «счастья» довольно актуальна, поскольку данной проблематикой интересовались всегда и везде, но с разными точками зрения. В ней всегда находились новые неизученные вопросы и моменты. И на данном этапе развития психологии к этой теме обращаются многие учёные всего мира.

Так у каждого человека, а в нашем случае у женщины или девушки в определённый период жизни складываются разные представления о счастье и у каждого оно своё. А также с возрастом изменяется и уровень субъективного благополучия.

Счастье бывает внешним и субъективным. Внешнее счастье – это совокупность всех факторов, которые не зависят от воли человека. К нему подходят аспекты, подразумевающие везение, счастливое стечение обстоятельств.

Субъективное счастье зависит от внутреннего состояния самого человека, его отношение к жизни и происходящих в ней явлениях. Субъективное счастье определяется мерой собственной активности человека.

Формула счастья: Счастье = индивидуальный диапазон + внешние обстоятельства + волевой контроль (М.Селигман).

Субъективное благополучие складывается из трёх компонентов: удовлетворённость жизнью, позитивные эмоции и негативные эмоции. Субъективное благополучие тем выше, чем больше у человека положительных эмоций, чем меньше отрицательных эмоций и чем больше удовлетворённость собственной жизнью, которая не является чисто эмоциональной оценкой, а включает момент когнитивного суждения.

Итак, в представленном исследовании приняли участие 25 девушек (19-25 лет) и 25 женщин (40-50 лет) разных социальных ролей и семейного положения.

Испытуемым были предложены такие методики, как: шкала удовлетворённости жизнью Э.Динера (SWLS Diener); эмоциональный опросник Фордайса (HM Fordyce); обновлённый Оксфордский опросник счастья (ОИ, Oxford Happiness Inventory).

Все испытуемые с удовольствием и большим интересом проходили предложенные им методики, т.к тема женского счастья актуальна в наше время. Но большинство из них были расстроены своими результатами, показатели приходились на низкий уровень.

Средний возраст в первой выборки 21 год. По результатам можно отметить, что показатели достаточно высоки, и можно сказать, что молодые девушки, в силу их беззаботности и не полного осмысления жизни в целом, эмоционально счастливы и уровень субъективного благополучия у молодых девушек на порядок выше, чем у женщин зрелого возраста.

Считаем, что это можно объяснить тем, что чем моложе женщина, тем она более открыта эмоциям, она не стесняется их. Если смеяться, то громко и задорно, если плакать, то навзрыд. Большинство девушек на данном возрастном периоде (19-25 лет) управляют именно эмоциями, а не мудростью и умом.

Во второй выборке средний возраст 44 года. Показатели субъективного благополучия и эмоционального восприятия счастья гораздо ниже. Это говорит о том, что с возрастом женщина становится мудрее и сдержаннее, с умом подходит к каждой сложившейся ситуации. И на данном возрастном этапе уже ум управляет эмоциями и контролирует эмоциональное состояние женщины.

Считаем, что такие низкие показатели свидетельствуют о том, что у женщин и девушек в современном обществе нет поддержки противоположного пола и уверенности в завтрашнем дне. Конечно, есть исключения, но их единицы.

Хотелось бы призвать мужчин быть мужчинами, заботиться, оберегать и делать счастливыми своих женщин изо дня в день!