

**УДК 17.023**

## **ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О СЧАСТЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

*Смоленская Х.О., Гончаров Р.А., Мирошниченко А.А.*

Студенты 3 курса кафедры философии и социологии Томского Государственного Университета Систем Управления и Радиоэлектроники, г. Томск

*Научный руководитель: доцент каф. ФиС ТУСУР Ларионова А.В. (Томск)*

Проект ГПО ФС-1803

**Аннотация.** *Статья посвящена изучению категории счастья. Представлены результаты пилотажного исследования с использованием методики Любомирски, Вассермана и свободного сочинения на тему счастья. В исследовании приняли участие 33 студента первого курса ТУСУР.*

**Ключевые слова:** *счастье, гедонизм и эвдемонизм, факторы счастья, самооценка, пилотажного исследование.*

### **REPRESENTATION OF STUDENT YOUTH'S HAPPINESS**

Smolenskaya Kh.O., Goncharov R.A., Miroshnichenko A.A.

3rd year students of the Department of Philosophy and Sociology of Tomsk State University of Control Systems and Radioelectronics, Tomsk

**Annotation.** *The article is devoted to the study of the category of happiness. The results of the pilot study using the Lubomirski, Wasserman and free essay on the topic of happiness are presented. The study involved 33 first-year students of TUSUR.*

**Key words:** *happiness, hedonism and eudemonism, factors of happiness, self-esteem, pilot study.*

В настоящее время счастье понимается людьми по-разному: для кого-то это стабильность во всех жизненных аспектах, а для других важную роль играет возможность сиюминутной смены рода деятельности.

Понятие счастья для каждого индивидуально. Оно с трудом поддается конкретному определению.

С древнейших времен мыслители спорят между собой, что такое счастье, какими способами его достичь и что делает людей счастливыми, а что наоборот несчастливыми.

В историко-научной перспективе психология развивалась в контексте философского знания, где проблемы счастья нашли свое отражение в противоборстве двух основных этико-психологических концепций счастья – гедонизма и эвдемонизма.

Идея счастья-эвдемонии лежит в основе этической концепции Аристотеля, согласно которому состояние счастья-блаженства как высшего совершенства

предполагает стремление человека соответствовать своему предназначению («дэймону») или («подлинному Я»), которое обретается путем развития всех тех потенций, которые заложены не только в родовых особенностях человека, но уникальным образом представлены в каждом человеческом индивиде.

Таким образом, идеи гедонизма и эвдемонизма определили две основные линии в становлении такой научной дисциплины как психология счастья.

Счастье это особое психическое состояние личности, прежде всего эмоциональное, возникающее при достижении сильно желаемого. Счастье зависит как от размеров и значения целей, так и от силы желания. Стремление к счастью уже развивается в детские годы. Человек, стремясь к счастью, чувствует себя более уверенным, бодрым, целеустремленным.

Самоуважение (самооценка) также взаимосвязано с ощущением счастья. Р.Кэмпбелл указывает, что самая сильная связь характеризует их соотношение. Люди в подавленном, депрессивном состоянии склонны оценивать результаты своих действий более негативно, они также склонны недооценивать качество своих действий.

Ряд ученых полагает, что умение справляться с трудностями и проблемами, противостоять им также относится к факторам счастья. Л. Веров, Е. Доуван, И. Кулка определили, что люди, которые во время переживания каких-либо невзгод не замыкаются в себе, а рассказывают о своих проблемах другим, обычно более счастливы, чем те, кто замыкается в себе.

Быть счастливым – это умение, которым можно овладеть. Как любое умение, счастье предполагает способности, отработку умения, формирование навыка и переход навыка в привычку.

Пока нет наработанного навыка, счастье как переживание радости случайно, неустойчиво и ситуативно. В неудачном варианте может выработаться умение, навык и привычка быть несчастным.

В удачном варианте счастье, как способ существования, становится привычкой.

Умение быть счастливым включает в себя: позитивное восприятие, владение техниками душевной страховки, активное использование ключей счастья.

Соня Любомирски (Sonja Lyubomirsky), один из ведущих позитивных психологов мира, профессор психологии Калифорнийского университета в Риверсайде (США) говорит о том, что уровень счастья (или субъективное ощущение своего благополучия) – характеристика стабильная, в большой степени predetermined генетически. У любого из нас есть знакомые, про которых можно сказать, что жизнь к ним благосклонна. Однако счастливыми они вовсе не кажутся: наоборот, нередко говорят о том, что вроде бы все у

них есть, а счастья нет. И все мы знаем людей другого типа – оптимистичных и довольных жизнью, несмотря ни на какие тяготы. Нам свойственно надеяться, что в жизни произойдет нечто прекрасное, все изменится и наступит абсолютное счастье.

Однако исследования Сони Любомирски показали: значительные события, не только положительные (крупный выигрыш), но и негативные (потеря зрения, смерть близкого человека), меняют наш уровень счастья лишь на время. Сорок процентов, о которых пишет Любомирски, – это та часть индивидуального ощущения счастья, которая не предопределена наследственностью и не связана с обстоятельствами; та часть счастья, на которую мы можем повлиять. Она зависит от воспитания, событий нашей жизни и действий, которые мы сами предпринимаем.

Проблема исследования счастья заключается в двух аспектах: во-первых, как проблема мотивирования в жизни; во-вторых, как проблема развития и формирования личности. Это две стороны одного процесса.

Таким образом, на первом этапе изучения представленной проблемы было проведено пилотажное исследование, направленное на определение уровня счастья студентов ТУСУРа.

В качестве метода исследования был использован опрос. В данном опросе были опрошены студенты ТУСУР гуманитарного факультета и студенты радиоконструкторского факультета. Всего приняло участие 33 человека, из них 20 женского пола и 9 мужского, так же 4 человека не указали свой пол. Средний возраст опрошенных 18 лет, от 17 до 20 лет.

Вторым методом исследования был метод свободного сочинения на тему «Счастье – это...» и «Я счастлив, когда...». Данный метод позволяет изучить смысловые конструкции счастья студентов.

В нашем исследовании использовались две стандартизированные методики:

-Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана. Методика разработана на основе предварительного экспертного выделения и ранжирования тех сфер системы социальных отношений, которые представляются наиболее значимыми для любой личности в контексте ее взаимодействия с микро- и макросоциальным окружением.

-Шкала субъективного счастья Любомирски. Шкала субъективного счастья измеряет эмоциональное переживание индивидом собственной жизни как целого, отражающее общий уровень психологического благополучия. Область предполагаемого использования методики - массовые социологические опросы, особенно межгрупповые и кросс-культурные.

Результаты исследования.

Проанализировав данные, можно сказать что у опрошенных студентов, среднего уровня счастья 18,6 баллов (интерпретация по Любомирски), и очень низкий уровень фрустрированности 1,03. Так же мы проанализировали результаты в зависимости от принадлежности респондентов к факультету и получили следующие данные:

Респондентам гуманитарного и радиоконструкторского факультета соответствует средний уровень счастья. При этом уровень фрустрации у респондентов гуманитарного факультета (1,08) немного выше, чем у респондентов радиоконструкторского (1,01).

На следующем этапе обработки результатов были проанализированы сочинения студентов на тему «Счастье – это...» с помощью контент-анализа (таблица 1).

Таблица 1.

понимание счастья		
категория	единица счета	частота
семья/ близкие/друзья	когда ты счастлив, как и твои близкие. когда родные рядом и все здоровы. Когда здоровы все члены моей семьи. Все мои друзья. Когда близкие рядом. семья. Так же счастье — это иметь семью, друзей и проводить с ними время. Иметь родных и близких людей видеть их каждый день. когда все близкие здоровы. Рядом находятся родные и близкие люди, все здоровы. семья, друзья. Когда живы и здоровы родители и близкие люди. Счастье — это когда твои родные и близкие тебя любят. быть рядом с родными близкими и друзьями. здоровые близкие родные. Верные друзья.50%-хорошие отношения в семье.	16
здоровье	когда здоровы все члены моей семьи. Когда родные рядом и все здоровы. Когда все близкие здоровы. Рядом находятся родные и близкие люди, все здоровы. Когда живы и здоровы родители и близкие люди. Здоровые близкие родные.	6
работа/учеба	Занимаешься любимым делом. Работать, отдыхать. любимая работа. самореализация. 50%-хорошая работа. Счастье — это приходиться на занятие по биологии. Приходиться на биологию .	7
материальное благополучие	Полное материальное благополучие. Благополучие. Материальные блага. Финансовая независимость.	4
физические потребности	Счастье это когда твой холодильник битком забит едой. время отдыхать.	2
абстрактное	когда все хорошо. счастье — это слово. Отсутствие вещей, которые по своей природе могут сделать человека несчастным (смерть близких, разрыв отношений и т.д.), когда все хорошо, жить, иметь возможность делать то, что нравится, осуществлять свои цели и мечты. Быть с тем кто тебя действительно ценит. Хорошее настроение. Когда ты доволен своей жизнью, всем что в ней происходит. жизнь. свобода. Когда тебе всего хватает как духовна, так и физически материально. Это когда люди которые тебя окружают не раздражают и у всех все хорошо. Чувство, когда я испытываю полный покой. Когда нет проблем значительных, и рядом кто-то есть.	15

По данной таблице можно сделать следующие выводы: счастье для большинства, это когда родные и близкие рядом и здоровы; люди счастливы , когда они имеют семью и

друзей и могут с ними проводить время. Так же часто встречается абстрактное определение счастья, когда все хорошо или нет ничего плохого.

Далее были проанализированы сочинения студентов на тему «Я счастлив, когда...» с помощью контент-анализа (таблица 2).

Таблица 2.

<b>переживание счастья</b>		
<b>категория</b>	<b>единица счета</b>	<b>часто та</b>
Семья/друзья	А также когда мои близкие счастливы и здоровы. Моя семья счастлива и здорова. Меня окружают друзья, семья, хорошее общество. Вижу родных и близких. Нахожусь рядом с близкими и родными людьми. Все мои родные рядом. Родные и близкие рядом. Когда мои близкие здоровы и счастливы. Родители рядом.	9
Абстрактное	в моей жизни все хорошо, и у меня все получается мечтаниях. Моя семья счастлива. все идет по плану. Меня окружают те, кого я люблю. Я живу и делаю то что мне нравится. Я могу сделать счастлив кого-либо еще. когда все хорошо. Есть повод просыпаться с улыбкой. Когда у меня все хорошо .	8
Экзистенциальное понимание	я счастлив, когда я не несчастлив. Счастливы все. все хорошо. у меня все хорошо. Нет плохого настроения. Я счастлив. все свободны	7
Другой	Познакомиться с новыми и хорошими людьми чувствовать себя нужным. Могу помочь нуждающемуся	2
Работа/учеба/хоби	занимаешься тем что приносит мне удовольствие. Найти свое призвание. На биологии	3
Материальное благополучие	есть деньги. Нет финансовых проблем. Когда не нужно думать о своем материальном положение	3
Физические потребности	поем. Сыт. Отдыхаю	3

По второй таблице можно увидеть, как и в первой таблице, что на первом месте счастье заключается в том, когда все близкие рядом и здоровы. Абстрактное определение во второй таблице встречается часто, как и в первом случае.

В заключение можно сделать вывод, что понимание счастья и его переживание очень близки по смыслу.

Нами была разработана программа, направленная на формирование позитивного эмоционального фона и обсуждения проблемы счастья.

В процессе создания программы были поставлены следующие задачи:

- Дать представление о понятии “Счастье”
- Представить первый компонент счастья – отношение к окружающему миру
- Закрепить информацию на практических заданиях

Наше исследование проведено в русле современных тенденций развития психологии, оно сосредоточено на выявлении факторов, оказывающих влияние на достижение счастья. Нами был проведён теоретический обзор современного состояния исследований счастья. Мы проанализировали, что такое счастье, какие существуют подходы к его пониманию. В зарубежной и отечественной психологии было достаточно исследованы факторы счастья, то исследования на выборке молодёжи гораздо меньше, и мы решили их расширить.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Аберкромби Н. Социологический словарь: Пер. с англ. / Н. Аберкромби, С. Хилл, Б.С. Тернер; под ред. С.А. Ерофеева. -2-е изд. перераб. и доп. -М.: Экономика, 2004. (дата обращения 13.12.2018)
2. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. СПб.: Питер, 2003. Научная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat <http://www.dissercat.com/content/schaste-kak-sotsiokulturnyi-fenomen#ixzz5ZYCuKImc> (дата обращения 13.12.2018)
3. Аристотель. Никомахова этика / Соч.: В 4-х т. Т.4 / Аристотель. - М.: Мысль, 1984.
4. Научная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat <http://www.dissercat.com/content/schaste-kak-sotsiokulturnyi-fenomen#ixzz5ZYD9vQ00> (дата обращения 13.12.2018)
5. Позитивная психология // URL: <https://4brain.ru/blog/> (дата обращения 13.12.2018)
6. [https://superinf.ru/view\\_helpstud.php?id=2252](https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=2252) (дата обращения 13.12.2018)