

Научная статья

УДК 159.9.07

DOI: 10.20323/1813-145X-2022-2-125-106-114

EDN: BKKVIS

**Людмила Александровна Длужневская<sup>1</sup>✉, Илья Геннадьевич Длужневский<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского». 150000, г. Ярославль, ул. Республиканская, д. 108/1

<sup>2</sup>Магистр психологии, психолог-консультант Центра корпоративного обучения и консультирования НПО «Регулятор»

<sup>1</sup>konovalova\_ludm@mail.ru✉, <https://orcid.org/0000-0001-5038-2543>

<sup>2</sup>dlughnevsky@list.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5732-4124>

### **Влияние смысложизненных ориентаций на удовлетворенность жизнью**

**Аннотация.** В статье представлено эмпирическое исследование удовлетворенности жизнью у людей с различными смысложизненными ориентациями с учетом их половой принадлежности. Цель статьи — изучение влияния, которое оказывают изменения в социальных гендерных ожиданиях на смысловую сферу личности, а также на сферу удовлетворенности жизнью человека. В ходе работы было проведено исследование влияния смысложизненных ориентаций и жизненных стратегий на удовлетворенность жизнью у мужчин и у женщин, а также проанализировано соответствие указанных смысложизненных ориентаций и жизненных стратегий общепринятым в современном обществе гендерным ожиданиям. В результате проведенного исследования было выявлено, что мужчины испытывают чувство удовлетворенности в случае соответствия их целей и ценностей тем чертам, которые характеризуют предписываемый им анонимным общественным авторитетом образ маскулинности.

Было обнаружено, что в смысловой сфере женщины в той же степени, что и мужчины, демонстрируют маскулинные черты, однако реализация подобных смыслов либо не оказывает никакого влияния на их чувство удовлетворенности, либо данное влияние оказывается по преимуществу негативным. На основании проведенного исследования сделан вывод, что изменения гендерных ожиданий, происходящие в современном обществе, оказывают влияние на смысловую сферу личности женщин, но в то же время являются недостаточно глубокими, чтобы повлиять на сферу удовлетворенности жизнью. Результаты представленного в данной статье исследования позволяют по-новому взглянуть на психологические условия процесса трансформации социальных ценностей в современном обществе, а также на психологические последствия вышеуказанных изменений и могут быть использованы в психологическом консультировании и психотерапии, фокусируя внимание психолога-консультанта на смысловой сфере.

**Ключевые слова:** смысловая сфера личности; смысложизненные ориентации; личностный смысл; жизненные стратегии; удовлетворенность жизнью; гендерные ожидания; полоролевые особенности

**Для цитирования:** Длужневская Л. А., Длужневский И. Г. Влияние смысложизненных ориентаций на удовлетворенность жизнью // Ярославский педагогический вестник. 2022. № 2 (125). С. 106-114. <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2022-2-125-106-114>. <https://elibrary.ru/bkkvis>.

Original article

**Lyudmila A. Dluzhnevskaya<sup>1</sup>✉, Iliya G. Dluzhnevsky<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Candidate of psychological sciences, associate professor of the department of general and social psychology, FSBEI HE «Yaroslavl state pedagogical university named after K. D. Ushinsky». 150000, Yaroslavl, Respublikanskaya st., 108/1

<sup>2</sup>Master of psychology, psychologist-consultant of the Center for corporate training and consulting of SIO «Regulator»

<sup>1</sup>konovalova\_ludm@mail.ru✉, <https://orcid.org/0000-0001-5038-2543>

<sup>2</sup>dlughnevsky@list.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5732-4124>

### Impact of meaningful orientations on life satisfaction

**Abstract.** The article examines life satisfaction among people with different life-meaning orientations, taking into account their gender. The aim of the article is to study the impact of changes in social gender expectations on the semantic sphere of the individual, as well as on the sphere of life satisfaction. In the course of the work, a study was carried out on the influence of life-meaning orientations and life strategies on life satisfaction in men and women, and the correspondence of these life-meaning orientations and life strategies to generally accepted in modern society gender expectations was analyzed. As a result of the study, it was revealed that men experience a sense of satisfaction if their goals and values correspond to those traits that correspond to the prescribed by anonymous public authority image of masculinity. In the semantic sphere, women show masculine traits to the same extent as men, but the realization of such meanings either does not have any effect on their sense of satisfaction, or this influence turns out to be negative. Based on the study, it was concluded that changes in gender expectations have an impact on the semantic sphere of the personality of women, but were not deep enough to affect the sphere of life satisfaction. The results of the study allow us to take a fresh look at the psychological conditions in the process of social values transformation and can be used in psychological counseling and psychotherapy, focusing the attention of the consultant on the semantic sphere.

**Keywords:** semantic sphere of personality; life-meaning orientations; personal meaning; life strategies; life satisfaction; gender expectations; sex-role features

**For citation:** Dluzhnevskaya L. A., Dluzhnevsky I. G. Impact of meaningful orientations on life satisfaction. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2022;(2): 106-114. (In Russ.). <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2022-2-125-106-114>. <https://elibrary.ru/bkkvis>.

#### Введение

В психологии понятие «удовлетворенность жизнью» зачастую трактуется весьма неоднозначно и может рассматриваться в психологической [Джидарьян, 2013; Куликов, 1997] и социологической науках в контексте качества жизни. В то же время в таких концептуальных подходах, как экзистенциально-гуманистическое направление и позитивная психология, удовлетворенность жизнью трактуется как обобщенное переживание своего бытия, синонимом которого выступает понятие счастья. Удовлетворенность выступает как характеристика внутреннего мира личности, как субъективное переживание [Аргайл, 2003; Селигман, 2006]. В то же время отмечается, что удовлетворенность жизнью — это сложное, комплексное понятие, аккумулирующее множество факторов и аспектов [Балацкий, 2005].

В этом контексте наибольший интерес представляет смысловая сфера личности, рассматриваемая как конституирующий фактор жизненной стратегии [Франкл, 1990; Леонтьев, 2007]. Это связано с тем обстоятельством, что в контексте глобальных мировоззренческих и методологических трансформаций, которые происходят сегодня во всех сферах культуры, особую актуальность приобретают стоящие перед человеком смысловые вопросы, связанные с выработкой определенного отношения к окружающей действительности, способов взаимодействия с ней и стратегий самополагания. Девальвация культурных ценностей приводит к тому, что социум постепенно утрачивает свою функцию регулятора нормативных и ценностных установок

для отдельного индивида [Дюркгейм, 2008; Мертон, 2006]. Оставшись один на один с экзистенциальными вопросами смыслополагания, человек должен вырабатывать те смыслы и ценности, которые ложатся в основу его жизненной стратегии. Неудача в этом предприятии вводит его в состояние экзистенциального вакуума, в предельном случае переходящего в ноогенный невроз, требующий психотерапевтического вмешательства [Франкл, 1990].

При этом остается дискуссионным вопрос о том, что выступает детерминантой выбора определенной смысловой ориентации, является ли она продуктом творческой активности человека, задается ему окружающей действительностью или представляет собой синтез двух этих факторов [Леонтьев, 1997].

Также нет ясности относительно того, является ли определенная смысловая ориентация результатом высшего развития личности, как полагали представители гуманистического направления психологии [Маслоу, 2012; Роджерс, 1994], или же между различными стилями жизненных стратегий в этом отношении нет существенного различия.

Кроме того, вышеуказанная девальвация традиционных ценностей, регулирующих как смысловую сферу, так и сферу удовлетворенности жизнью, приводит к смешению полоролевых функций. Безусловно, в современном обществе все еще сохраняется убежденность в том, что определенные цели, ценности и необходимые для их реализации личностные качества присущи определенному полу. Точно так же остаются и

социальные ожидания по поводу поведения и характера человека, соотносимые с его полом.

Вместе с тем нельзя не отметить, что все чаще встречаются ситуации, когда происходит смешение этих целей и ценностей: например, женщины ставят своим приоритетом профессиональную реализацию, а мужчины — построение гармоничных отношений в семье, то есть представления о маскулинности и феминности в известном смысле размываются. Однако смешение традиционных и современных представлений о полоролевых функциях может привести к дезориентации, вызванной противоречивостью гендерных ожиданий, исходящих от различных социокультурных слоев. В связи с этим вызывает особый интерес влияние смысложизненных ориентаций на сферу удовлетворенности жизнью в зависимости от полоролевых особенностей.

#### **Теоретические основания исследования**

Теоретический анализ проблемы показал, что удовлетворенность жизнью — это наиболее общее представление о психологическом комфорте. Оно включает в себя следующие компоненты:

- интерес к жизни как противоположность апатии;
- решительность, целеустремленность, последовательность в достижении жизненных целей;
- согласованность между поставленными и реально достигнутыми целями;
- положительная оценка собственных качеств и поступков;
- общий фон настроения [Селигман, 2006].

Соотношение таких понятий, как «удовлетворенность жизнью», «счастье», «субъективное благополучие», «эмоциональный комфорт», трактуются разными исследователями по-разному. Но большинством из них подчеркивается субъективное качество удовлетворенности, а также его когнитивный и эмоциональный характер [Панина, 1993].

Среди факторов, влияющих на удовлетворенность жизнью, основную роль играют субъективные факторы, как когнитивные, так и эмоциональные. Это подтверждает предположение о связи удовлетворенности жизнью со смысложизненными ориентациями [Аргайл, 2003; Франкл, 1990].

При теоретическом анализе смысловой сферы личности мы опираемся на исследования Д. А. Леонтьева. По его мнению, за многочисленными описаниями смысла, несмотря на их существенные различия, скрывается одна и та же

смысловая реальность, проявляемая в разных контекстах. Для наглядной демонстрации своей мысли он прибегает к димENSIONальной онтологии В. Франкла. Данный автор, описывая ноологическую реальность, прибегал к следующей иллюстрации. Он предлагал взять обычный стакан и представить себе две его проекции. Одна будет иметь форму круга, другая — форму прямоугольника. Между этими фигурами, на первый взгляд, сложно найти что-то общее. Однако они являются двухмерными проекциями одной и той же трехмерной фигуры [Франкл, 1990]. Эта концепция соответствует задаче Д. А. Леонтьева, состоящей в том, чтобы за разными определениями, раскрывающими разные грани смысла, увидеть особую многомерную смысловую реальность.

Пытаясь собрать воедино различные подходы, данный автор выделяет три аспекта смысловой реальности:

– Онтологический аспект отражает плоскость объективных отношений между личностью, с одной стороны, и предметами и явлениями жизненного мира данной личности — с другой. Этот аспект также можно назвать жизненным смыслом.

– Феноменологический аспект — это образ мира в сознании субъекта, он является формой познания субъектом его жизненных смыслов, презентации их в его сознании. Д. А. Леонтьев также называет этот аспект системой личностных смыслов человека. Результатом осознания системы личностных смыслов и ценностей являются смысложизненные ориентации.

– Деятельностный (субстратный) аспект — это психологический субстрат смысла, неосознаваемые механизмы внутренней регуляции жизнедеятельности. В этой плоскости смыслонесущие жизненные отношения принимают форму смысловых структур личности, образующих целостную систему и обеспечивающих регуляцию жизнедеятельности субъекта в соответствии со специфической смысловой логикой [Леонтьев, 2007].

Таким образом, смысл предстает как отношение, связывающее объективные жизненные отношения субъекта, предметное содержание сознания и строение его деятельности.

Далее автор дает определение смысла. По мнению Д. А. Леонтьева, смысл — это отношение между субъектом и объектом или явлением действительности, которое определяется местом объекта (явления) в жизни субъекта, выделяет

этот объект (явление) в образе мира и воплощается в личностных структурах, регулирующих поведение субъекта по отношению к данному объекту (явлению) [Леонтьев, 2007].

### Программа и методы исследования

В данной статье мы исследовали влияние изменений в социальных гендерных ожиданиях на смысловую сферу личности, а также на сферу удовлетворенности жизнью. В ходе работы было проведено исследование влияния смысло-жизненных ориентаций и жизненных стратегий на удовлетворенность жизнью у мужчин и женщин, а также проанализировано соответствие указанных смысло-жизненных ориентаций и жизненных стратегий общепринятым гендерным ожиданиям.

В исследовании приняли участие 50 человек. Выборка была сформирована по принципу рандомизированного случайного отбора. При организации выборки мы опирались на теорию развития личности Э. Эриксона. Согласно Э. Эриксону, на стадии юности (12-18 лет) происходит формирование самоидентичности, это период, когда человек пытается собрать воедино все знания о себе, все те роли (сын, студент, друг, спортсмен и т. д.) и образы себя, которые приобрел в течение жизни. Соответственно, по мнению Э. Эриксона, отсутствие сформированной самоидентичности приводит к тому, что человек оказывается неспособным построить карьеру или продолжить образование, оказывается неспособным к целеполаганию. Таким образом, в исследовании мы выбрали возрастной период, следующий за периодом формирования самоидентичности, то есть начиная с 18 лет и заканчивая 64 годами, то есть возрастом, начиная с которого, по Э. Эриксону, начинается этап поздней зрелости. Поздняя зрелость — это время подведения итогов, смена ориентации с будущего на прошлое. Начиная с данного периода, человек пересматривает свою жизнь и принятые решения [Эриксон, 2000]. При организации исследования мы пытались достичь равномерного распределения выборки как по полу (21 мужчина и 29 женщин), так и по возрасту.

С целью решения поставленных задач были использованы следующие методы и методики: тест «Смысло-жизненные ориентации», разработанный Д. А. Леонтьевым [Леонтьев, 1992]; методика исследования жизненных стратегий, разработанная М. О. Мдивани и П. Б. Кодессом [Мдивани, 2006]; а также тест-индекс жизненной удовлетворенности Н. В. Паниной [Панина, 1993]; статистические методы обработки данных:

сравнение значимости различий по U-критерию Манна — Уитни, корреляционный и регрессионный анализ.

Далее перейдем к анализу полученных результатов.

### Анализ полученных результатов

Рассмотрим факторы, влияющие на удовлетворенность жизнью у мужчин и женщин, отдельно. Результаты регрессионного анализа, демонстрирующие вклады факторов смысло-жизненных ориентаций и жизненных стратегий в удовлетворенность жизнью у мужчин, представлены в Таблице 1.

Таблица 1

*Влияние смысло-жизненных ориентаций на удовлетворенность жизнью (мужчины).*

*Коэффициент множественной корреляции*

$R = 0,942, R^2 = 0,89,$

*критерий Фишера  $F(7,13) = 14,695, p < 0,00003$*

	<i>Коэффициенты регрессии <math>\beta</math></i>	<i>Уровень значимости <math>p</math></i>
Локус контроля — Я	<b>0,59</b>	<b>0,00083315</b>
Фактор профессиональной самореализации	<b>0,50</b>	<b>0,00261606</b>
Возраст	<b>0,39</b>	<b>0,00315989</b>
Процесс жизни	<b>-0,41</b>	<b>0,01351767</b>
Результат жизни	<b>0,44</b>	<b>0,02614512</b>
Фактор эмпатийного общения	-0,19	0,07748806

Примечание: жирным шрифтом выделены показатели, вносящие существенный вклад в удовлетворенность жизнью

Таким образом, можно выписать линейное уравнение множественной регрессии:

$$\text{Удовлетворенность жизнью (мужчины)} = 0,59x_1 + 0,5x_2 - 0,41x_3 + 0,39x_4,$$

где  $x_1$  — локус контроля — Я,  $x_2$  — фактор профессиональной самореализации,  $x_3$  — процесс жизни,  $x_4$  — возраст.

Данное уравнение объясняет 68 % от общей изменчивости показателей ( $R^2 = 0,68$ ).

На основе регрессионного анализа можно сделать заключение о том, что положительный вклад в удовлетворенность жизнью у мужчин вносят следующие факторы: локус контроля — Я, фактор профессиональной самореализации, возраст. В то же время такой фактор, как «процесс жизни», вносит отрицательный вклад.

Основной положительный вклад в удовлетворенность жизнью у мужчин вносят такие факторы, как «локус контроля — Я» и «фактор профессиональной самореализации». Представление о сильной личности, ориентированной, в первую

очередь, на самореализацию в профессиональных рамках, в высокой степени соответствует установленному в обществе гендерному идеалу, то есть социально обусловленным ожиданиям от мужского поведения (маскулинность), сформулированным Т. Парсонсом в рамках полоролевого подхода [Парсонс, 1998]. Точно так же гедонистические тенденции (которые характеризуются фактором «процесс жизни», вносящим основной отрицательный вклад в удовлетворенность) являются, в известной степени, противоположными данному идеалу, идеалу уверенного в себе человека, обеспечивающего материальное благосостояние и социальный статус не только самого себя, но и своей семьи, нацеленного на профессиональные и карьерные достижения, а также на преодоление трудностей. На основании полученных в ходе эмпирического исследования данных, а также опираясь на теоретические работы в области гендерного поведения можно предположить, что мужчина тем более удовлетворен жизнью, чем более его образ себя соответствует установленному в обществе гендерному идеалу.

Далее мы рассмотрим те вклады, которые делают смысловые ориентации и жизненные стратегии в удовлетворенность жизнью у женщин. Результаты представлены в Таблице 2.

Таблица 2

*Влияние смысловых ориентаций на удовлетворенность жизнью (женщины).*

*Коэффициент множественной корреляции*  
 $R = 0,797$ ,  $R^2 = 0,63$ ,

*критерий Фишера*  $F(5,23) = 8,026$ ,  $p < 0,00017$

	<i>Коэффициенты регрессии <math>\beta</math></i>	<i>Уровень значимости <math>p</math></i>
Общий показатель осмысленности	<b>0,62</b>	<b>0,04209897</b>
Цели в жизни	<b>-0,47</b>	<b>0,04414462</b>
Фактор эмпатийного общения	-0,24	0,07752287
Возраст	-0,18	0,21665616

Примечание: жирным шрифтом выделены показатели, вносящие существенный вклад в удовлетворенность жизнью.

Таким образом, можно выписать линейное уравнение множественной регрессии:

Удовлетворенность жизнью (женщины) =  $0,62x_1 - 0,47x_2$ , где  $x_1$  — общий показатель осмысленности,  $x_2$  — цели в жизни.

Данное уравнение объясняет 63 % от общей изменчивости показателей ( $R^2 = 0,63$ ).

На основе регрессионного анализа можно сделать заключение о том, что положительный вклад в удовлетворенность жизнью вносит такой

фактор, как «общий показатель осмысленности». В то же время, такой фактор, как «процесс жизни», вносит отрицательный вклад.

Основной положительный вклад в удовлетворенность жизнью вносит такой фактор, как «общий показатель осмысленности». Это свидетельствует о том, что степень осмысленности жизни оказывает существенное влияние на удовлетворенность ею. Главным же отрицательным фактором является «цели в жизни». На наш взгляд, это означает, что целеустремленность, свойственная многим современным женщинам, оказывает негативное влияние на ее чувство удовлетворенности жизнью. Целеустремленность традиционно понимается как типично маскулинная ценность. Вышеуказанная закономерность позволяет предположить, что в данном случае ключевым моментом является ориентация женщин на ценности, свойственные мужскому гендерному идеалу. Социальные изменения приводят к изменениям в социальном ожидании относительно гендерного поведения [Гидденс, 2004; Здравомыслова, 1998], однако эти изменения недостаточно глубоки и продолжительны, чтобы затрагивать сферу удовлетворенности жизнью. Это может привести к тому, что социальные изменения успели затронуть смысловую сферу, но еще не оказали существенного влияния на сферу удовлетворенности.

Далее, поскольку в ходе исследования обнаружилась разница в факторах, влияющих на удовлетворенность жизнью у мужчин и у женщин, мы решили сравнить результаты, полученные для этих двух выборок на значимость различий по U-критерию Манна — Уитни.

Однако в результате сравнения этих двух групп значимых различий не выявлено, за исключением тенденции достоверных различий на уровне значимости  $p < 0,1$  по фактору «цели в жизни».

При анализе полученных результатов можно обратить внимание на то, что выраженность всех факторов у мужчин и у женщин не имеет сколько-нибудь значимого различия. При этом те факторы, которые соответствуют мужскому гендерному идеалу (такие как представление о себе как о волевой личности, целеустремленность, стремление к профессиональной самореализации и т. д.) у мужчин в целом способствуют удовлетворенности жизнью, у женщин же либо не вносят существенного вклада, либо вносят отрицательный вклад («цели в жизни»). Это обстоятельство может служить подтверждением вышеприведен-

ной гипотезы о том, что социальные изменения оказали влияние на смысловую сферу, но не успели затронуть сферу удовлетворенности жизнью.

Однако, несмотря на демонстрацию мужских ценностей, либо не влияющих, либо влияющих на удовлетворенность отрицательно, показатели удовлетворенности жизнью у женщин в целом

приблизительно совпадают с показателями удовлетворенности жизнью у мужчин. Для объяснения данного обстоятельства мы использовали метод корреляционного анализа и исследовали степень интегрированности смысловой сферы, а также структуру взаимосвязей факторов удовлетворенности жизнью. Результаты анализа представлены в виде коррелограмм (рис. 1-4).

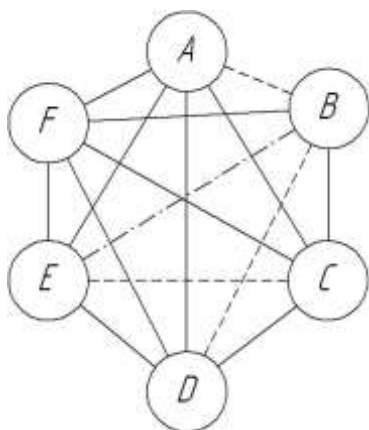


Рис. 1. Коррелограмма взаимосвязей факторов смысловой сферы у мужчин

A — цели в жизни, B — процесс жизни, C — результат жизни, D — локус контроля «Я», E — локус контроля «жизнь», F — общий показатель осмысленности

————— — положительные связи при  $p < 0,001$   
 - - - - - — положительные связи при  $p < 0,01$   
 \_ \_ \_ \_ \_ — положительные связи при  $p < 0,05$

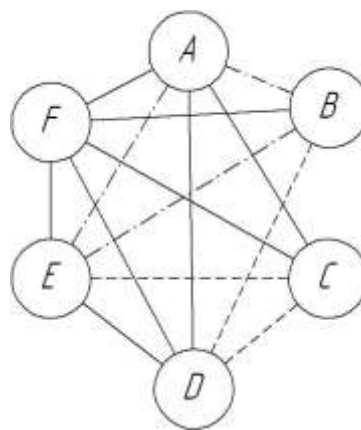


Рис. 2. Коррелограмма взаимосвязей факторов смысловой сферы у женщин

A — цели в жизни, B — процесс жизни, C — результат жизни, D — локус контроля «Я», E — локус контроля «жизнь», F — общий показатель осмысленности

————— — положительные связи при  $p < 0,001$   
 - - - - - — положительные связи при  $p < 0,01$   
 \_ \_ \_ \_ \_ — положительные связи при  $p < 0,05$

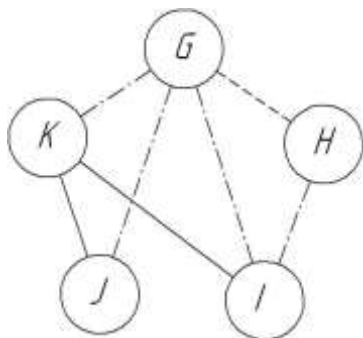


Рис. 3. Коррелограмма взаимосвязей факторов удовлетворенности жизнью у мужчин

G — интерес к жизни, H — последовательность в достижении целей, I — согласованность между поставленными и достигнутыми целями, J — положительная оценка себя и собственных поступков, K — общий фон настроения.

————— — положительные связи при  $p < 0,001$   
 - - - - - — положительные связи при  $p < 0,01$   
 \_ \_ \_ \_ \_ — положительные связи при  $p < 0,05$

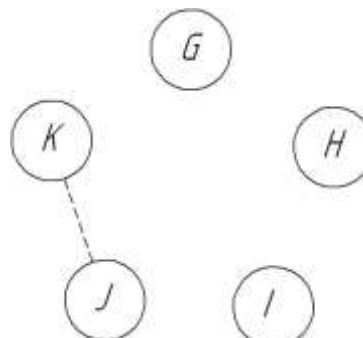


Рис. 4. Коррелограмма взаимосвязей факторов удовлетворенности жизнью у женщин.

G — интерес к жизни, H — последовательность в достижении целей, I — согласованность между поставленными и достигнутыми целями, J — положительная оценка себя и собственных поступков, K — общий фон настроения.

————— — положительные связи при  $p < 0,01$

Как видно из коррелограмм, степень организованности смысловой сферы представляет собой достаточно жесткую ригидную структуру,

где почти каждый элемент связан со всеми другими. Исключение составляют только не коррелирующие друг с другом факторы «процесс жизни»

ни» и «результат жизни» у женщин. В целом смысловая сфера у мужчин выглядит более жесткой, чем у женщин, хотя это и незначительные различия. Центром коррелограммы и у мужчин, и у женщин является фактор А (общая удовлетворенность жизнью), что, однако, не кажется удивительным в силу того, что этот фактор является интегральным показателем по всем шкалам смысложизненных ориентаций.

Факторы удовлетворенности жизнью представляют собой гораздо менее жесткую структуру, причем в случае с женщинами речь о структуре едва ли даже может идти, поскольку обнаружена лишь одна достоверная связь — между факторами «положительная оценка себя и собственных поступков» и «общий фон настроения».

На основании этого можно предположить, что положительная оценка себя и собственных поступков является у женщин одним из факторов, влияющим на общий фон настроения. У мужчин же структура выглядит более жестко, и в центре ее, очевидно, находится фактор «интерес к жизни», связанный со всеми другими факторами. На основании этого можно предположить, что сфера удовлетворенности жизнью у мужчин более ригидна и однонаправленна, чем у женщин.

Полученные результаты можно использовать для объяснения того обстоятельства, что, несмотря на демонстрацию мужских ценностей, либо не влияющих, либо влияющих на удовлетворенность отрицательно, показатели удовлетворенности жизнью у женщин в целом приблизительно совпадают с показателями удовлетворенности жизнью у мужчин.

Можно предположить, что более ригидная и однонаправленная структура факторов удовлетворенности жизнью у мужчин связана по преимуществу с ответом на социальные ожидания, выраженные в таком понятии, как «гендерный идеал». У женщин же структура более свободная, и, несмотря на то, что они демонстрируют ценности, свойственные мужскому идеалу и не приносящие им удовлетворения, есть основания предполагать, что их удовлетворенность связана с другими сферами их жизни.

Если же сравнить коррелограммы, связанные со смысложизненными ориентациями и удовлетворенностью жизнью, можно предположить, что гипотеза (выдвинутая при интерпретации результатов анализа влияния смысложизненных ориентаций на удовлетворенность жизнью) о том, что смысловая сфера задается социальным окруже-

нием и является более поверхностной, нежели сфера удовлетворенности, получает еще одно подтверждение.

Особенно наглядно это видно в ситуации с женщинами, у которых смысловая структура является очень жесткой, что, однако, никак не влияет на сферу удовлетворенности, остающуюся крайне свободной. На первый взгляд кажется, что полученные данные допускают по меньшей мере еще одну интерпретацию: можно предположить, что традиционные маскулинные и феминные ценности являются имманентно присущими мужскому и женскому полу. Или, если выражаться более прямо, биологический пол с необходимостью обуславливает гендер и соответствующие ему ценности. А снижение уровня удовлетворенности у женщин происходит в силу искажения «истинных» ценностей под воздействием нездоровой социальной среды. Вопрос о выборе предпочтительной интерпретации в данном случае зависит от тех предпосылок, которые содержатся в более широкой теории взаимоотношения пола и гендера.

Однако, поскольку предположение о неразрывной связи пола и гендера необходимо влечет за собой игнорирование достаточно разработанной на сегодняшний день гендерной теории, мы более склоняемся к первоначальной интерпретации, а именно о том, что социальные изменения на текущий момент оказались недостаточно глубоки и затронули лишь смысловую сферу личности женщины. Кроме того, есть основание предположить, что негативное влияние на удовлетворенность жизнью, которое имеют маскулинные ценности у женщин, может быть связано с противоречием между предъявляемыми женщинам гендерными ожиданиями. Как указывалось выше, в настоящее время внутри общества одновременно транслируются как традиционные, так и более современные ценности, что может приводить к дезориентации и чувству неудовлетворенности по отношению к одним целям при достижении других.

### **Заключение**

Таким образом, удовлетворенность жизнью — это общее представление человека как субъекта жизни о психологическом комфорте, показатель, отражающий систему отношения личности к своей жизни, включающий в себя принятие ее содержания, комфорт, состояние психологического благополучия. Существует целый ряд объективных и субъективных факторов, влияющих

на удовлетворенность жизнью, одним из которых являются смысложизненные ориентации.

Мы выяснили, что у мужчин основной вклад в удовлетворенность жизнью вносят те факторы, которые соответствуют социальным ожиданиям гендерного поведения. В то же время выявлено, что женщины демонстрируют ценности, соответствующие мужскому гендерному идеалу, в той же степени, что и мужчины, однако у них эти факторы либо не вносят никакого вклада, либо вносят отрицательный вклад в удовлетворенность жизнью. Было высказано предположение, что это обстоятельство обусловлено социальными изменениями, которые меняют представления об ожидаемом гендерном поведении у женщин, но в то же время недостаточно глубоки для того, чтобы затрагивать сферы личности, отвечающие за удовлетворенность. Также было обнаружено, что факторы, отвечающие за удовлетворенность жизнью у женщин, образуют структуру более свободную и гибкую, чем у мужчин. Это может объяснять тот факт, что женщины, в равной с мужчинами степени демонстрирующие ценности, традиционно считающиеся мужскими, но не получающие от этого удовлетворения, тем не менее по общей степени удовлетворенности не имеют значительных расхождений с другими. Имея более гибкую структуру факторов, составляющих удовлетворенность, они могут черпать удовлетворение из других сфер жизни. Однако подтверждение или опровержение данных, определяемых связью между ожидаемым гендерным поведением и удовлетворенностью жизнью, нуждаются в специальном исследовании.

#### Библиографический список

1. Аргайл М. Психология счастья. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 272 с.
2. Балацкий Е. В. Факторы удовлетворенности жизнью: измерения и интегральные показатели // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2005. № 4 (76). С. 42-52.
3. Гидденс Э. Ускользящий мир: как глобализация меняет нашу жизнь. Москва : Весь мир, 2004. 120 с.
4. Джидарьян И. А. Психология счастья и оптимизма. Москва : Институт психологии РАН, 2013. 268 с.
5. Дюркгейм Э. Социология. Ее предмет, метод и назначение. Москва : Терра, 2008. 400 с.
6. Здравомыслова Е. Социальное конструирование гендера / Е. Здравомыслова, А. Темкина // Социологический журнал. 1998. № 3-4. С. 171-182.
7. Леонтьев Д. А. От социальных ценностей к личностным: социогенез и феноменология ценност-
- ной регуляции деятельности (статья вторая) // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 1997. № 1. С. 20-27.
8. Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций. Москва : Смысл, 1992. 16 с.
9. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва : Смысл, 2007. 513 с.
10. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. Санкт-Петербург : Евразия, 2012. 430 с.
11. Мдивани М. О. Методика исследований жизненных стратегий личности / М. О. Мдивани, П. Б. Кодесс // Вопросы психологии. 2006. № 4. С. 146-149.
12. Мертон Р. К. Социальная теория и социальная структура. Москва : АСТ, Хранитель, 2006. 873 с.
13. Панина Н. В. Индекс жизненной удовлетворенности // Lifeline и другие новые методы психологии жизненного пути / под ред. А. А. Кроника. Москва : Прогресс, 1993. С. 107-114.
14. Парсонс Т. Система современных обществ. Москва : Аспект Пресс, 1998. 269 с.
15. Роджерс, К. Р. Взгляд на психотерапию: Становление человека. Москва : Изд. группа «Прогресс»; «Универс», 1994. 480 с.
16. Селигман М. Новая позитивная психология. Москва : София, 2006. 388 с.
17. Франкл В. Человек в поисках смысла. Москва : Прогресс, 1990. 372 с.
18. Эриксон Э. Г. Детство и общество. Санкт-Петербург : Летний сад, 2000. 416 с.

#### Reference list

1. Argajl M. Psihologija schast'ja = Psychology of happiness. Sankt-Peterburg : Piter, 2003. 272 s.
2. Balackij E. V. Faktory udovletvorennosti zhizn'ju: izmerenija i integral'nye pokazateli = Life satisfaction factors: measurements and integral measures // Monitoring obshhestvennogo mnenija: jekonomicheskie i social'nye peremeny. 2005. № 4 (76). S. 42-52.
3. Giddens Je. Uskol'zajushhij mir: kak globalizacija menjaet nashu zhizn' = The escaping world: how globalization is changing our lives. Moskva : Ves' mir, 2004. 120 s.
4. Dzhidar'jan I. A. Psihologija schast'ja i optimizma = The psychology of happiness and optimism. Moskva : Institut psihologii RAN, 2013. 268 s.
5. Djurkgejm Je. Sociologija. Ee predmet, metod i naznachenie = Sociology. Its subject, method and purpose. Moskva : Terra, 2008. 400 s.
6. Zdravomyslova E. Social'noe konstruirovanie gendera = Social construction of gender / E. Zdravomyslova, A. Temkina // Sociologicheskij zhurnal. 1998. № 3-4. S. 171-182.
7. Leont'ev D. A. Ot social'nyh cennostej k lichnostnym: sociogenez i fenomenologija cennostnoj reguljacii dejatel'nosti (stat'ja vtoraja) = From social values to personal values: sociogenesis and phenomenology of value regulation of activity (article two) // Vestnik Mos-



kovskogo universiteta. Serija 14. Psihologija. 1997. № 1. S. 20-27.

8. Leont'ev D. A. Test smyslozhiznennyh orientacij = Test of meaningful orientations. Moskva : Smysl, 1992. 16 s.

9. Leont'ev D. A. Psihologija smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoj real'nosti = Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of semantic reality. Moskva : Smysl, 2007. 513 s.

10. Maslou A. Dal'nie predely chelovecheskoj psihiki = The far limits of the human psyche. Sankt-Peterburg : Evrazija, 2012. 430 s.

11. Mdivani M. O. Metodika issledovanij zhiznennyh strategij lichnosti = Personal life strategy research methodology / M. O. Mdivani, P. B. Kodess // Voprosy psihologii. 2006. № 4. S. 146-149.

12. Merton R. K. Social'naja teorija i social'naja struktura = Social theory and social structure. Moskva : AST, Hranitel', 2006. 873 s.

13. Panina N. V. Indeks zhiznennoj udovletvorennosti = Life satisfaction index // Lifeline i drugie novye metody psihologii zhiznennogo puti / pod red. A. A. Kronika. Moskva : Progress, 1993. S. 107-114.

14. Parsons T. Sistema sovremennyh obshhestv = The system of modern societies. Moskva : Aspekt Press, 1998. 269 s.

15. Rodzhers, K. R. Vzgljad na psihoterapiju: Stanovlenie cheloveka = A look at psychotherapy: becoming human. Moskva : Izd. gruppa «Progress»; «Univers», 1994. 480 s.

16. Seligman M. Novaja pozitivnaja psihologija = New positive psychology. Moskva : Sofija, 2006. 388 s.

17. Frankl V. Chelovek v poiskah smysla = Man in search of meaning. Moskva : Progress, 1990. 372 s.

18. Jerikson Je. G. Detstvo i obshhestvo = Childhood and society. Sankt-Peterburg : Letnij sad, 2000. 416 s.

Статья поступила в редакцию 18.02.2022; одобрена после рецензирования 14.03.2022; принята к публикации 25.03.2022.

The article was submitted on 18.02.2022; approved after reviewing 14.03.2022; accepted for publication on 25.03.2022.