

УДК 159.9:316.37

**Бескова Т.В.**

*Российский государственный социальный университет  
(филиал в г. Саратове – Институт социального образования)*

## СООТНОШЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ С НРАВСТВЕННОСТЬЮ И РЕЛИГИОЗНОСТЬЮ ЛИЧНОСТИ<sup>1</sup>

*Аннотация.* В статье представлены результаты эмпирического исследования по выделению наиболее и наименее выраженных компонентов психологического благополучия у современного человека; выявлению взаимосвязей психологического благополучия с нравственностью и религиозностью личности. Показано, что у современного человека компоненты, входящие в структуру психологического благополучия, имеют различную выраженность. Выявлено, что отдельные компоненты нравственности и религиозности оказывают влияние на ощущение психологического благополучия или неблагополучия личности. Отмечено, что чем больше человек в своих поступках опирается на религиозные убеждения и чем чаще он прибегает к религиозным практикам, тем более психологически благополучным он себя ощущает.

*Ключевые слова:* личность, психологическое благополучие, компоненты, нравственность, религиозность, взаимосвязи.

**T. Beskova**

*Institute of Social Education (branch) of Russian State Social University in Saratov*

## RATIO OF A PERSON'S PSYCHOLOGICAL WELL-BEING WITH MORALS AND RELIGIOUSNESS

*Abstract.* The results of empirical research highlighting the most and the least expressed components of psychological well-being of a modern person are presented in the article. The interrelations of psychological well-being with morals and religiousness of a personality are also revealed. It is shown that the components of a modern person's psychological well-being structure have different intensity. It is revealed that some particular components of morals and religiousness have impact on the way the person experiences either well-being or ill-being. It is noted that the more a person in his behaviour relies on religious beliefs or the more often he resorts to religious praxes, the more psychologically safe he feels.

*Key words:* personality, psychological well-being, components, morals, religiousness, interrelations.

---

<sup>1</sup> Исследование выполнено при поддержке РГНФ в рамках проекта № 14-06-00250 «Структура и предикторы субъективного благополучия личности: этнопсихологический анализ».

Проблема благополучия личности длительное время является предметом изучения представителей разных социально-гуманитарных наук, а в последние десятилетия стала «ведущей в исследованиях социальных психологов, что связано с ролью этого явления в регуляции поведения и межличностных взаимодействий» [7, с. 15].

В психологии существует ряд подходов к пониманию феномена «психологическое благополучие». Так, в рамках гедонистического подхода психологическое благополучие трактуется в терминах удовлетворённости / неудовлетворённости (Э. Динер, Н. Бредберн), а в рамках эвдемонистического – исключительно в терминах личностного роста (А.А. Кроник, А. Ватерман). Теория психологического благополучия А.В. Ворониной [2] базируется на психофизиологической сохранности функций, а в качестве компонентного состава данного феномена выделяются иерархические уровни бытия человека (психосоматическое здоровье, социальная адаптация, психическое и психологическое здоровье).

Мы же в своём исследовании будем опираться на теорию психологического благополучия К. Рифф [11], разработанную в рамках гуманистического подхода. При данном подходе структура психологического благополучия рассматривается как совокупность различных аспектов позитивного психологического функционирования личности, среди которых автор выделяет высокую автономию, личностный рост, управление окружающей средой, позитивные отношения с другими людьми, наличие жизненных целей и позитивную оценку себя.

Исследование феномена психологического благополучия предусматривает не только изучение его структуры, но и анализ широкого круга связанных с ним аспектов, что позволяет представить его психологическую картину «во всей палитре его выявлений, связей, детерминант» [8, с. 287].

Отметим, что к настоящему времени российскими психологами (Л.В. Куликовым, Р.М. Шамионовым, И.А. Джидарьян, В.В. Гриценко, Е.Е. Бочаровой, О.И. Муравьёвой, Н.В. Усовой, В.А. Хащенко и др.) накоплен значительный эмпирический материал по детерминантам психологического благополучия. Однако анализ литературы показывает, что вне исследований остаются такие интегративные характеристики личности, как её нравственность и религиозность.

Нравственность, определяемая А.Б. Купрейченко как «целостная система воззрений на должную социальную жизнь, выражающая то или иное понимание сущности человека и его бытия <...> в категориях добра и зла» [5, с. 4, 18], безусловно, является важнейшей детерминантой развития человека и формирования его системы отношений к миру, другим людям и самому себе.

Религиозность же человека непосредственно связана с феноменом веры. По мнению Б.С. Братуся, в основе веры находится «восстановление в себе путеводного образа, никогда не могущего быть доказанным, как теорема» [1], но благодаря которому человек пытается ориентироваться на создание, развитие и удержание в себе духовной сферы. Р. Яворски отмечает, что верующие люди могут иметь разный тип религиозности – персональную и антиперсональную [9, с. 106], первая из которых основывается на персональных отношениях человека с Богом, а вторая – на инструментальном подходе к Богу (восприятие его как силы, которая может помочь в обеспечении эгоистических нужд).

### **Цель, гипотезы, методический инструментарий**

Итак, *целью исследования* является выявление соотношения психологического благополучия личности с её нравственностью и религиозностью.

В качестве *основной гипотезы* выступило предположение о том, что различные компоненты нравственности и религиозности могут по-разному влиять на ощущение человеком психологического благополучия.

*Дополнительные гипотезы:*

- у современного человека могут наблюдаться существенные различия в выраженности компонентов психологического благополучия;
- распределения выборки по уровням нравственности и религиозности, вероятно, имеют неравномерный характер и отличаются друг от друга «сдвигом» в противоположные области значений.

В качестве методического инструментария были использованы:

1. Шкала психологического благополучия К. Рифф [3, с. 82–93]. Согласно методике, в структуру психологического благополучия включены такие компоненты, как автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения, жизненные цели и самопринятие.

2. Психодиагностический тест «Добро и зло» Л.М. Попова и А.П. Кашина, целью которого является оценка двух альтернативных черт личности по функциям качеств добра и зла [6, с. 90–95].

3. Шкала персональной религиозности Р. Яворски, в которой выделены четыре подшкалы: вера, моральность, религиозные практики, религиозное «Я» (самоидентификация) [10, с. 80–82]. Несмотря на то, что данная методика создавалась применительно к католической религиозности, анализ содержания утверждений, входящих в неё, показывает, что её можно использовать и для диагностики православной религиозности (поскольку утверждения затрагивают общие моменты отношения человека с Богом).

Обработка результатов осуществлялась с помощью методов корреляционного анализа и сравнения средних показателей по t-критерию Стьюдента.

Общая выборка исследования составила 98 человек (48 % мужчин, 52 % женщин), относящихся к православной культуре. Возрастной интервал – от 17 до 60 лет ( $M_x = 28,1$ ,  $M_d = 26$ ,  $M_o = 25$ ).

### Результаты и обсуждение

На **первом этапе** исследования нами анализировался уровень выраженности различных компонентов *психологического благополучия* личности (рис. 1).

Таким образом, у респондентов наиболее выраженными являются такие компоненты психологического благополучия, как «*позитивные отношения*», «*автономность*» и «*личностный рост*», а наименее выраженными – «*самопринятие*» и «*компетентность*». Так, показатели по шкале «*позитивные отношения*» на статистически значимом уровне превышают показатели по шкалам «*компетентность*» ( $t = 4,904$ ,  $p \leq 0,001$ ) и «*самопринятие*» ( $t = 3,027$ ,  $p \leq 0,01$ ). Аналогичные результаты получены при сравнении показателей автономности с компетентностью ( $t = 4,502$ ,  $p \leq 0,001$ ) и самопринятием ( $t = 2,867$ ,  $p \leq 0,01$ ), а также личностного роста с компетентностью ( $t = 4,215$ ,  $p \leq 0,001$ ) и самопринятием ( $t = 2,793$ ,  $p \leq 0,01$ ).

Полученные результаты позволяют говорить о том, что современный человек в большей степени получает удовлетворение от доверительных и тёплых отношений с другими людьми, от собственной самостоятельности и осознания своего развития, а в меньшей степени – от своего мастерства и компетентности в различных сферах жизнедеятельности, а также от самого себя в целом (от такого, каким он является в настоящее время).

Кроме того, на этом же этапе нами был проведён анализ выборки на предмет распределения респондентов по уровням нравственности и религиозности. Так, низкий уровень *нравственности* был обнаружен у 7,1 %



респондентов, средний – у 42,9 %, а высокий – у 55 %. Эти результаты показывают, что существует «сдвиг» нравственности (человечности) в область высоких значений.

Что же касается распределения респондентов по уровням религиозности, то в силу того, что Р. Яворски выделяет два её вида (персональную и антиперсональную) и отмечает, что первой обладают респонденты, имеющие от 173 и выше баллов, а второй – респонденты, чьи показатели находятся в интервале от 91 до 138 баллов, то религиозность 34,7 % испытуемых попадает в зону неопределённости. Религиозность остальных же распределяется следующим образом: 5,1 % респондентов относятся к неверующим (нерелигиозным), 6,1 % оцениваются как имеющие персональную религиозность, а 54,1 % – антиперсональную религиозность. Данные результаты позволяют констатировать, что большинству современных людей свойственна именно антиперсональная религиозность, суть которой, как отмечалось выше, заключается в восприятии человеком Бога как некой силы, которая может помочь в обеспечении его эгоистических нужд.

На **втором этапе** исследования нами выявлялись корреляционные связи компонентов психологического благополучия с нравственностью и религиозностью личности. В таблице 1 приведена корреляционная матрица, демонстрирующая взаимосвязи психологического благополучия личности с нравственностью и её компонентами (ориентациями человека на добро и зло), а также с религиозностью и её составляющими (верой, моральностью, религиозными практиками, религиозным «Я»).

Таблица 1

Взаимосвязи психологического благополучия (ПБ)  
с нравственностью человека

Компоненты ПБ	Автономность	Компетентность	Личностный рост	Позитивные отношения	Жизненные цели	Самопринятие	Общ. уровень психологического благополучия
Нравственность, религиозность							
Нравственность личности (методика Л.М. Попова и А.П. Кашина)							
Ориентация на добро	-0,141	0,097	-0,151	-0,090	-0,093	0,028	-0,109

Продолжение табл. 1 на стр. 6

Продолжение табл. 1

Ориентация на зло	-0,238*	0,042	-0,049	-0,095	0,078	-0,229*	-0,200*
Человечность (нравственность)	0,117	0,018	-0,042	0,029	-0,113	0,201*	0,096
Персональная религиозность (методика Р. Яворски)							
Вера	-0,120	-0,088	-0,032	-0,042	0,032	-0,048	-0,071
Моральность	0,144	0,197	0,225*	0,057	0,146	0,126	0,220*
Религиозные практики	0,144	0,142	0,225*	0,082	0,236*	0,119	0,233*
Религиозное «Я»	0,028	0,142	0,224*	0,007	0,127	-0,036	0,129
Общий уровень религиозности	0,068	0,123	0,201*	0,036	0,168	0,060	0,163

Примечание: \* – уровень значимости 0,05.

Анализ соотношения психологического благополучия и **нравственности** личности показывает, что оно никак не связано с её ориентацией на добро. Но в тоже время выявлен ряд отрицательных взаимосвязей с ориентацией на зло. Можно предположить, что зло обладает большей разрушающей психологическое благополучие силой, чем добро – созидательной. Кроме того, причиной такого, на первый взгляд, противоречивого результата, может являться и сложная диалектика взаимопереходов и взаимотрансформаций добра и зла, различных «оттенков» их проявления и их относительности, которые раскрывает в своей работе Е.В. Золотухина-Аболина [4, с. 33–41] (например, «благо для меня – зло для Другого»; добро может трансформироваться в зло при нарушении меры; действия человека, убеждённого, что творит добро, могут объективно оборачиваться злом и др.).

Анализ корреляций психологического благополучия с *ориентацией на зло* позволяет констатировать, что чем сильнее человек ориентирован на зло, тем больше он на психологическом уровне ощущает своё неблагополучие в целом. Наибольшее влияние подобная ориентация оказывает на такие компоненты психологического благополучия, как «самопринятие» и «автономность». То есть чем больше человек ориентирован на зло, тем больше он неудовлетворён собой, разочарован своим прошлым, обеспокоен определёнными личностными качествами. Видимо, осознание человеком злонамеренности своих мыслей и поступков приводят к непринятию себя на эмоциональном уровне, к отрицательному результату сравнения в системе «Я – Я» (несоответствие личности тем требованиям, которые она предъявляет к себе). Помимо этого, ориентированный на зло человек в большей степени ощущает себя зависимым, он сильнее озабо-

чен оценками других людей, а его мышление и поведение подвержены социальному давлению. Вероятно, суть этой взаимосвязи основывается на том, что если человеку свойственны злые, не одобряемые обществом помыслы, то он, пытаясь скрыть их от других, вынужден регулировать своё поведение исходя не из личных моральных стандартов, а из ориентации на ожидания других людей. Иначе говоря, нормативное поведение такого человека зависит не от него самого, а от того факта, что его поступки будут оценивать окружающие люди.

С *интегративным показателем нравственности* положительно коррелирует такая составляющая психологического благополучия, как самопринятие. То есть чем сильнее ориентация человека на добро превалирует над ориентацией на зло, тем больше он принимает себя таким, какой он есть. Можно сказать, что нравственный человек существует в согласии со своими внутренними побуждениями, что усиливает его симпатию к самому себе.

Что же касается соотношения психологического благополучия с **персональной религиозностью**, то следует отметить несколько существенных моментов.

Чем выше показатели человека по шкалам «моральность», «религиозные практики» и «религиозное “Я”», тем выше его показатели по такому компоненту психологического благополучия, как *личностный рост*. Иначе говоря, чем больше моральное поведение личности мотивируется её религиозными убеждениями, чем большее значение придаётся ею исполнению религиозных практик (молитвам, углублению религиозных знаний, посещению церкви) и чем сильнее у неё чувство близости с Богом, тем сильнее личность ощущает собственный рост и совершенствование, а также свою эффективность и развитие. Кроме того, с личностным ростом связан и общий уровень персональной религиозности.

Взаимосвязь показателей шкал религиозных практик и *жизненных целей* позволяет говорить о том, что исполнение религиозных практик независимо от общественного мнения содействует чувству наполненности жизни, придаёт ей особый смысл и порождает всё новые цели.

Такие компоненты персональной религиозности, как «моральность» и «религиозные практики», имеют положительную связь с общим уровнем психологического благополучия. То есть именно они наибольшим образом влияют на обретение человеком ощущения собственного психологического благополучия и гармонии.

Таким образом, у современного человека разные компоненты психологического благополучия имеют различную выраженность. В большей степени он удовлетворён взаимоотношениями с близкими людьми, ощу-

щением себя как самостоятельного субъекта, способного мыслить и вести себя независимо от мнения других людей, своим личностным ростом и развитием. В меньшей же мере человек удовлетворён собственной компетентностью, способностью осуществлять различные виды деятельности и изменять жизненные обстоятельства, а также собой в целом, своим прошлым и настоящим, поведением и личностными качествами.

Если распределение выборки по уровню нравственности имеет «сдвиг» в область высоких значений, то по уровню религиозности – в область низких (преобладание антиперсональной религиозности), что свидетельствует о высокой степени интегрированности нравственных норм в структуру личности и низкой степени принятия личностью элементов религии.

Нравственность оказывает влияние на принятие человека самого себя таким, каков он есть, что является ожидаемым результатом, поскольку человек, мыслящий и ведущий себя по отношению к другим нравственно, вполне обоснованно относится к себе и своим личностным качествам положительно. Ощущение психологического благополучия не связано с такой составляющей нравственности, как ориентация на добро, однако зависит от другого её компонента – ориентации на зло. Чем сильнее в своих мыслях и поступках человек ориентирован на зло, тем он более негативно оценивает самого себя и считает себя зависимым человеком, что приводит его к ощущению психологического неблагополучия.

Ощущение психологического благополучия связано и с такими компонентами персональной религиозности, как моральность и религиозные практики – чем больше поведение человека обусловлено религиозными убеждениями и чем чаще человек прибегает к религиозным практикам (молитвам, совершенствованию религиозных знаний, посещению церкви), тем более психологически благополучным он себя ощущает. Исходя из этого, можно предположить, что ощущение психологического благополучия в первую очередь зависит от поведенческого компонента религиозности, поскольку содержание шкал «моральности» и «религиозных практик» включает поведенческие проявления религиозных убеждений личности.

#### Литература:

1. *Братусь Б.С.* К проблеме человека в психологии // Вопросы психологии. 1997. № 5. С. 3–19.
2. *Воронина А.В.* Оценка психологического благополучия школьников // Ежегодник российского психологического общества. СПб., 2003. Т. 2. С. 198–203.
3. *Жуковская Л.В., Трошихина Е.Г.* Шкала психологического благополучия К. Рифф // Психологический журнал. 2011. Т. 32. № 2. С. 82–93.
4. *Золотухина-Аболина Е.В.* Курс лекций по этике. Ростов н/Д.: Феникс, 1999. 384 с.



5. *Купрейченко А.Б.* Теоретические проблемы психологического исследования отношений нравственности // Журавлёв А.Л., Купрейченко А.Б. Нравственно-психологическая регуляция экономической активности. М.: Ин-т психол. РАН, 2003. С. 60–76.

6. *Попов Л.М., Голубева О.Ю., Устин П.Н.* Добро и зло в этической психологии личности. М.: Ин-т психол. РАН, 2008. 240 с.

7. *Шамионов Р.М.* Групповые ценности и установки как предикторы психологического благополучия русских и казахов [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2014. Т. 7. №35. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2014v7n35/999-shamionov35.html> (дата обращения: 01.08.2015).

8. *Шамионов Р.М.* Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов: Науч. книга, 2008. 296 с.

9. *Яворски Р.* Способы преодоления стресса у лиц с разным типом религиозности // Психология. 2008. № 3. С. 105–116.

10. *Jaworski R.* Psychologiczne badania religijności personalnej // Zeszyty Naukowe KUL. 1998. №. 41. P. 80–82.

11. *Ryff C.D.* Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of Personality and Social Psychology. 1989. Vol. 57. P. 1069–1081.