

А.А. Медетбекова, А.С. Нурадинов

*Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана, Қазақстан
(E-mail: anarhappy@mail.ru, almat2007@mail.ru)*

Жас әйелдердің психологиялық саулығын зерттеудің теориялық негіздері

Аңдатпа. Мақалада мемлекет пен қоғамда әйелдердің алатын орны ерекше. Оның негізі, ең алдымен жас әйелдердің психологиялық саулығы мен өмір сапасы және қанағаттануынан бастау алады. Өкінішке орай, психологиялық саулық және өмір сапасының болмауы, жас әйелдерді жайсыздыққа, өзін бақытсыз, дәрменсіз, жалғыз сезінуге, отбасында зорлық-зомбылыққа ұшырауы, қиын өмірлік жағдайлардың құрбаны болуға әкеледі. Жас әйелдердің субъективті психологиялық саулығы, өмір сапасы, өмірге қанағаттану мәселелері, экономикада, саясаттануда, мәдениеттануда, денсаулық сақтау және әлеуметтік, психология ғылымдарында белсенді зерттелуде. Дүние жүзінде болып жатқан саяси ахуал, қоғам дамуының қарқынды динамикасы мен бәсекелестік жағдайлар адамның ыңғайлы, үйлесімді өмір сүруіне және психикалық көңіл-күйінің жағымды және өнімді деңгейін сақтауға итермелейді. Мақалада отандық және шетелдік ғалымдардың субъективті психологиялық саулық пен өмір сапасы, қанағат сезімі, бақыт ұғымы туралы көзқарастары мен тұжырымдары талданған, сондай-ақ әдіснамалық және теориялық, эмпирикалық студенттер мен жас әйелдердің объективті және субъективті әлеуметтік-психологиялық факторлары, бағалау механизмдері мен бағыттарының зерттелу жолдары көрсетілген.

Түйін сөздер: психологиялық саулық, өмір сапасы, қанағаттану сезімі, жас әйелдер, субъективті психологиялық саулық, өмір салты.

DOI: <https://doi.org/10.32523/2616-6895-2023-143-2-340-349>

Кіріспе

Еліміздің басты құндылығы – адам. Халықтың тұрмыс сапасының жақсаруы және жастардың болашаққа нық сеніммен қарауы. Ұлттың психологиялық жаң, тән саулығы жақсы болса ғана, қоғам орнықты дамиды. Жастарға жан-жақты қолдау көрсету – мемлекетіміздің басты міндеттерінің бірі[1].

Мемлекет пен қоғамда әйелдердің алатын орны ерекше. Осы ерекшелігін қоғамда түсінбей келеді. Оның негізі, ең алдымен жас әйелдердің психологиялық саулығы мен өмір сапасы және қанағаттануынан бастау алады. Өкінішке орай, психологиялық саулық және өмір сапасының болмауы, жас әйелдерді жайсыздыққа, өзін бақытсыз, дәрменсіз, жалғыз сезінуге, қиын өмірлік жағдайлардың құрбаны болуға әкеледі. Әйелдерге қатысты тұрмыстық зорлық-зомбылық көрсету мәселесі де өткір әлеуметтік мәселе ретінде айтылды. Жалпы, біздің елде өткен жылы жас әйелдердің тұрмыстық зорлық-зомбылық құрбандары болған 125 мың шағым түскен. Осы санның басым көпшілігі оңтүстік өңірден мысалы, Шымкент қаласынан 5000-ға жуық өтініш келіп түскен, статистика көрсеткендей осы жағдайларға білімі мен мамандығы жоқ жас қыздар құрбаны болады. Қазіргі кезде мегаполис қалаларда жалғызбасты ерлер мен әйелдер көбеюде, адам табиғатына қарасаң, үнемі серіктестік іздейді, себебі, үйленген ерлі-зайыптылардан сұрасаң, үйленген

адамдар бақыттырақ, үйленбеген адамдар көбірек зардап шегеді деген стереотипте бар, жалғызбастыларды (қамқор, эмпатия, басқа факторларымен бірге сингматизациялау яғни, қарым-қатынасы жоқ адамдар) деп сипаттауда, «синглизм» терминін 2005 жылы американдық әлеуметтік психолог Белла ДеПауло өз еңбектерінде, сілтеме жасап қолданған. Белла ДеПауло және оның әріптестері зерттеу жүргізгенде қоғамда жалғызбастыларға қарағанда, отбасы бар адамдарды позитивті қабылдайтынын, оның негізі – адалдық пен сенімділік қасиеттерін жатқызады [2, 3, 4].

Негізгі бөлім

Экзистенциалды-гуманистік психологияда жеке тұлғаның өмір сапасына, психологиялық саулығына бірегей, біртұтас жеке және ерекше өмірлік тәжірибесі бар деп сипаттайтын адамның ыңғайлы жұмыс жасау мәселесі ХХ ғасырдың ортасынан бастап, психология ғылымы қызығушылық танытты. Соңғы онжылдықтарда ғылымды белсенді зерттеу мен дамытудың арқасында «психологиялық саулық» ұғымы ерекше орын алды, бұл адамның өткенін, бүгінін және болашағын кешенді бағалау арқылы оның нәтижелі жұмыс жасау дәрежесінің көрсеткіші болып табылады. Алайда, әртүрлі тәсілдердің белсенді зерттелуіне және мұқият назарына қарамастан, бұл құбылыс қазіргі уақытқа дейін ғалымдарға нақты түсінікке ие емес. Сонымен қатар, соңғы бірнеше жылда психологиялық саулықтың негізгі тұжырымдамалары арасындағы қарама-қайшылық күшейе түсті. Психологиялық саулықтың құрылымын түсінудегі белгісіздік Қазақстанда, Ресейде, Шетелде ғылым мен өмірдің әртүрлі салаларында зерттелуде. «Психологиялық саулық» мәні мен мазмұны адамның өз өміріне деген көзқарасының экзистенциалды тәжірибесімен байланысты, ол тұтас субъективті және тұлғаның болмысын интегралды бағалауын көрсетеді. Алғашқылардың бірі болып, американдық психолог және әлеуметтанушы Н.Брэдберн психологиялық саулық құбылысына назар аударады. Ғылыми ортаға «psychological well-being», «психологиялық саулық» терминін енгізу арқылы теориялық негіз құра отырып, бұл құбылысты субъективті бақыт сезімі, және өмірге жалпы қанағаттану деп атады. Алайда, басқа ғалымдар бұл терминмен қатар «психикалық денсаулық», «позитивті өмір салты», «өмір сапасы», «кемелденген, жетілген тұлға», «эмоционалды жайлылық», «өзін жүзеге асыратын тұлға», «толыққанды жұмыс жасайтын тұлға» және т.б. синонимдерді қолданды [4].

Осыған орай, дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы өмір сапасын мәдениеттің және өмір сүріп отырған қоғамның әлеуметтік құндылықтар жүйесінің салыстырмалы тұрғыда тұлғаның өзіндік позициясына, мақсаты мен үміт міндеттеріне сәйкес қабылдауында деп түсіндіріледі [5].

Кейде адамның психологиялық саулығы мен өмір сапасы қаржылық қажеттілігі мен әлеуметтік ортада орны мен дәрежесіне қарай бағаланады деп тар мағынада қарастырылады. Оның бір дәлелі П.П. Фесенко өмір сапасын тұлғаның функционалдық дәрежесі бұл, әлеуметтік рөлдерінің сапаға көшуінде екенін көрсетеді. Кейде өмір сапасы жеке адамның немесе адамдар тобының өз өміріне қанағаттану деңгейімен анықтайды. Өмір сапасының құрылымы екі компоненттен тұрады: Физикалық тұрғыда өмір сапасы (денсаулық, өмір салты, тамақ, қауіпсіздік, аурулардың алдын алу, қорғану, еркіндік жатады [6].

Ал психологиялық тұрғыда өмір сапасы субъективті жағынан позитивті және жағымсыз эмоциялар жатады. Егерде, адамның ішкі жан-дүниесі және психикалық, психологиялық ерекшеліктері есепке алынбаса, өмір сапасының деңгейінің мәні күрделі мәселелер тудырады. Қазіргі біздің қоғамда жастар санатына 14-35 жас аралығы жатады. Жастардың және әйелдердің негізгі мәселелері – баспанаға қол жеткізу; жұмысқа орналасу; білім алу; кәсіп бастау; азаматтық қоғамда өз орнын табу болып табылады. Себебі былтырғы жылы бакалавр, магистр, докторантура PhD бітірген мамандардың 30% жұмысқа орналаса алмаған, осындай жағдайлар жастар мен әйел адамдардың психологиялық саулығы мен өмір сапасына әсер етеді [7].

Зерттеу әдістері

Зерттеу барысында теориялық әдіс қолданылды, зерттеу тақырыбы бойынша әдебиеттерге талдау жасалды.

Зерттеу нәтижелері және оларды талқылау

Жас әйелдердің психологиялық саулығы мен өмір сапасын зерттеген ғалымдарға тоқталсақ. Е.В. Панкратованың Иванова облысында тұратын 18-30 жас аралығындағы жас әйел адамдарының психологиялық саулығы мен өмір сапасының әлеуметтік-экономикалық аспектілеріне қанағаттанудың субъективті бағасын социологиялық зерттеу нәтижесінде, мынандай факторлар анықталды: материалдық ресурстардың жетіспеушілігі, қауіпсіздіктің болмауы; позитивті эмоционалды жағдай, жақындық бақыт сезімдері өміріне қанағаттануды арттырады; денсаулығын күтуде, нашар ұйымдастырылған медициналық қызметтерге көңілдері толмайтындығы; алған білімдерін тұрақты жетілдіруге тұрақты ниеттері бар екенін анықтаған [8].

Автор О.Г. Ворошень зерттеуінде, Белорус елінің 35 жастағы әйел адамдарын зерттегенде, ғылым саласындағы жас әйелдердің әлеуметтік психологиялық саулығы – әлеуметтік қызметі, дәрежесі, кәсіби, саналы таңдалған мамандықтары бойынша өз қабілеттерін іс жүзіне асыру, өсу, тұрмыстық, материалдық жағдайларына қанағаттану, субъективті бағалау арқылы ертеңгі күнге сенімдерін анықтаған [9].

Е.Д. Беспанская-Павленко., А.И. Шелихова зерттеулерінде, Беларус елінің өмір сапасының субъективті қабылдауын ӘҚӨС-2006 түпнұсқа әдістемесінің көмегімен әртүрлі 120 әйел саны және ерлер саны 90, 20-65 жас аралығындағы жыныстық және жас санаттарының көрсеткіштеріне салыстырмалы талдау деректерін сипаттап ұсынады: 1) физиологиялық белсенділік өзінің психологиялық саулығының барынша субъективті қанағаттану кезеңі 20-35 жас аралығына келеді; 2) 35 жасқа қарай когнитивті бейімделу және жоспарлау, эмоционалды жайлылық, әлеуметтік коммуникациялар, әлеуметтік-отбасылық бейімделу және қоғамдық өмірге икемделу көрсеткіштері ең жоғары мәнге артады; 3) егде жастағы топта әлеуметтік қабілеттердің іске асыру көрсеткішінің ең жоғары мәні өмір мен мансаптың осы кезеңіне тән, сондай-ақ әлеуметтік отбасылық бейімделу көрсеткішінің ең төмен мәні және жастарына қарай ерлі-зайыптылардың бірі қайтыс болған, ажырасулар мен отбасылар санының ұлғаюымен түсіндіруге болады деп көрсетілген[10].

Алайда, О.Г. Родионованың пікірінше, материалдық дүниесі төмен адамдарға қарағанда табысы мен материалдық жағдайы жоғары адамдар өмірде әлдеқайда психологиялық саулығы жоғары, бақытты болады деп тұжырымдайды. Субъективті психологиялық саулық факторына: эмоциялық көңіл-күй, когнитивті процесстер, қоғамдық мәдени бағдар, әлеуметтік нормалар, тұлғалық қасиеттер, денсаулықты сақтау жолдары, қауіпсіздіктің қамтамасыз етілуі, демалуға жағдайдың болуы және т.б. Ал, объективті психологиялық саулыққа: қаржы табуға қабілеттілік, қызмет жасауға жағдай, азаматтық құқықтарын білу, білім алу мүмкіндіктері, қоғамның ықпалы және т.б. жатады. Осы автордың зерттеуінде, психологиялық саулық ер адамдар мен әйел адамдарында салыстырмалы тұрғыда айырмашылықтар бар, себебі субъективті тұрғыда әйел адамдары білім алуда есте сақтау қабілеттілігі, тез ұғып алу, тұрмыстық тіршілікте икемірек болып келеді деп қорытындылайды[11].

Сонымен қатар, Н.В. Чурило зерттеуі бойынша, жастардың өмірінде көбінде эмоциялық дискомфортпен; өзіне, жеткен жетістіктеріне көңілдерінің толуы немесе толмауы субъективті қанағаттанбауына байланысты деп есептейді[12].

Ал, И.А. Джидарьянның көптеген зерттеулерінде, тұлғаның жас ерекшелігінің психологиялық саулығы мен өмір сапасын ішкі қанағаттануынан, сонымен бірге этностық әлеуметтік қоршаған ортасына байланыстылығымен түсіндіреді [13].

Осы тұжырыммен толық келісуге болады, жас әйелдердің өзін бақытты, өмір сапасын, психологиялық саулығын сезіну үшін, өз өміріне көңілі толып, қанағаттануы арқылы бейнеленетін субъективті бақытының өзгелермен өзара қарым-қатынасынан нәтижеге, табысқа ықпал ететінін анықтайды. Сонымен қатар, ғалымдардың тұлғалардың, студенттердің психологиялық саулығын, қанағаттануын, бақытын зерттеген бағыттар баршылық.

Осыған орай, А.Б. Эйдельманның 20-30 жас аралығындағы жастардың субъективті психологиялық саулық ерекшеліктері – рөлдік қызмет пен дәрежесі, өмірлік белсенділік әрекеті мен физиологиялық денсаулық ресурстары психологиялық саулығын сақтауда үлкен маңызға ие [14].

Н.С. Ахтаева, Н.В. Польшанная пікірінше, бақыттың психологиялық компоненттерін зерттеудегі бағыттарды қалыптастыру жұмысында, психологиялық саулық пен бақытты 8 бағытта бөліп көрсетеді: 1) өзін бағалау және өзіне деген сенімділік; 2) өмірдің мәні және қоршаған ортамен субъективті бейнесінің тепе-теңдік шынайылығы; 3) позитивті бағдар, өмірге деген сүйіспеншілік, оптимизм; 4) Ішкі еркіндік, ашықтық және жаңа тәжірибе; 5) субъективті психологиялық саулық деңгейі – когнитивті және эмоционалды аспектілер; 6) әлеуметтік бейімделу, оң және жағымды қатынас орнату мүмкіндіктері; 7) рухани және жеке өсу; 8) өзін тану, қабілеттерін іс жүзіне асыру, жетістік деңгейлері [15].

О.А. Колюх және М.С. Темиргалиеваның Студенттердің өмір сапасын субъективті бағалаудың психологиялық ерекшеліктері атты зерттеулерінде, 1-4 курс студенттерінің жасы, курсы, жұмыс іздеу, тәуелсіз өмірді ұйымдастыру мәселесі өмір сапасына әсер ететін факторлар емес екенін анықтады, яғни студенттердің өмір сапасына: отбасы, жақын достары мен туыстарының болуы, физикалық және психикалық денсаулық, экономикалық әл-ауқат, өзгелердің демеушілік сезімдер субъективті бағалауды қалыптастыруға және өмірдің әртүрлі салаларына қанағаттануы дәрежесіне, жеке ресурстарының өсуіне психологиялық саулығын арттыруға жетекші мотив екендігін анықтады [16].

К.С. Адильжанованың «Студенттерде субъективті қанағатты арттырудың психологиялық-педагогикалық негіздері» атты ғылыми зерттеуінде, психологиялық саулықтың – субъективті қанағаттың психологиялық және педагогикалық шарттары, моделі, механизмдері мен заңдылықтары қарастырылған [17].

Психологиялық саулық ұғымының құрылымын Ташимова Ф.С., Сапарова И.А. құндылық, өмір мағынасы ретінде анықтайды [18, 19].

Н.Ж. Султаниязованың субъективті психологиялық саулық – адамның өміріне, қоршаған шындыққа, өзелермен қарым-қатынасы жайлылық пен ішкі үйлесімділік тәжірибесін сипаттайтын интегралды әлеуметтік-психологиялық білім, оның өмірге қанағаттану параметрлері, бақыт, әсер ету балансы, автономия, құзыреттілік, жеке өсу, өмірлік мақсаттар, өзін-өзі қабылдау. Субъективті саулық пен этникалық сәйкестік түрлерінің өзара байланысы топшілік (этникалық) интеграция процестерімен ұштасуымен сипатталады. Титулдық топтар өкілдерінің субъективті психологиялық саулық гипер сәйкестілік дейін өзінің этникалық бірегейлігін қалыптастыруға деген ұтылыспен анықталады және титулдық емес топтардың психологиялық саулығы олардың жеке басын жағымды қабылдау типі бойынша этникалық сәйкестендіреді [20].

Л.Б. Козьминаның психология мамандығында оқитын студенттерінің жеке басының психологиялық саулығының динамикасы зерттеулерінде, оқудағы табыстылық және кәсіби қызметке жеке дайындықтың көрсеткіштерінің бірі болып табылады. Оқудың бастапқы жылдары психолог-студенттердің жеке басының психологиялық саулығына сипаттама: өзін теріс бағалау, кемсіту, жалпы өмір мен жеке тұлғалардың жеке қырларын қабылдамау; сенімді тұлға аралық қатынастарды орната алмау, икемділіктің болмауы, жаңа ақпаратқа сезімтал, бағалау мен пайымдауда жеткілікті тәуелсіз, жеке өсу ұмтылыстарымен ерекшеленеді [21].

А.Р. Ризулла пікірінше, Субъективті саулықтың тұлға ішіндегі үйлесім ретінде айқындаушы көрсеткіштер интеграциясы мен арақатынасы болып, мимикриясы жоғары

адамдар мимикриясы төмен адамдарға қарағанда, позитивті эмоцияларымен эмоциялық интеллекті, оптимизмі, өмірге қанағаттанушылық дейгейі жоғары болады, сонымен қатар, экстраверсиясы мен интроверсиясы жынысына қарамастан субъективті психологиялық саулығы бірдей ынталандырады [22].

А.В. Баранованың экономика – субъективті өмір сапасының психологиялық детерминанттары ғылыми еңбегінде, өмірдің өзекті субъективті сапасы, ол маңызды аспектілері мен компоненттерін көрсететін үстемдігімен сипатталады. Қазіргі өзгеріп жатқан қоғам жағдайындағы жастар өмірінің субъективті сапасының құрылымындағы жетекші негізгі компонент оның экономикалық психологиялық саулығы болып табылады [23].

В.А. Хащенко пікірінше, адамның психологиялық саулығы мен бақыты үшін материалдық байлықтың рөлі мен маңыздылығын анықтайтын құндылық-семантикалық, когнитивті, эмоционалды бағалау және субъективті аспектілерді қамтиды. Субъективті экономикалық психологиялық саулық адамдардың өмірді материалдық жағдайларын қабылдауы мен тәжірибесінің жалпыланған құбылысы ретінде өмір сапасының деңгейін бағалауда жүйелі түрде көрінеді [24].

Бұл құбылысты түсінуге тағы бір американдық психолог Э. Динер маңызды үлес қосты. Ол өз еңбектерінде психологиялық саулықтың басқа аспектісін қолданады, оның атауын субъективті психологиялық саулық ұғымын енгізеді. Жалпы, Э. Динер субъективті психологиялық саулықтың 3 компонентті құрылымы бар деп есептейді: 1) қанағаттану; 2) позитивті эмоциялар; 3) жағымсыз эмоциялар осы компоненттер субъективті психологиялық саулықтың бірыңғай көрсеткішін береді деп есептеді. Осының арқасында, К. Рифф психологиялық саулықтың барынша толық және жалпы сипатын беретін 6 негізгі компонентін ұсынды: өзін-өзі қабылдау; 2) өзгелермен позитивті қарым-қатынас; 3) автономия; 4) қоршаған ортаны басқару; 5) өмірдегі мақсат; 6) жеке өсу.

Ғылыми әдебиеттерде көрсетілген талдаулардан өмір сапасы әйел адамдардың өз өмірін қалай бағалап, қабылдауына байланысты екендігі туралы мәлім болды.

Гедонистік көзқарастың өкілдері субъективті психологиялық саулыққа адамның өмір сүруінің басты мақсаты оның позитивті сезімдері мен ләззат алуы немесе қанағаттанбауы арқылы анықтайды. Мысалы, Э. Динер тұжырымдамасында егер адам өз өміріне жиі қанағаттанса, онда ол психологиялық саулығы жоғары деңгейіне ие. Психологиялық эвдемонистік тәсіл шеңберінде психологиялық саулықтың даралығын дамыту, адамның жеке басын қабылдау, өзін жүзеге асыру деңгейі, сондай-ақ өз өмірінің субъектісі болу мүмкіндігімен сипатталады. Бұл тәсілдің шеңберінде ең көп таралған модельдердің бірі – М. Селигман әзірлеген және ұсынған PERMA психологиялық саулық моделі. PERMA психологиялық саулықтың 5 негізгі құрамдас бөліктен тұрады: позитивті эмоциялар; қызығу; қарым-қатынас; мағына; жетістіктер [24, 26, 27].

Д.А. Лоентьевтің пікірінше, субъективті психологиялық саулық адамның өз өмірін бағалаумен анықталады, ол тек негізгі қажеттіліктерді қанағаттандыру шарттарымен ғана емес, сонымен қатар таңдалған немесе құрылған өмір салты шеңберінде мүмкіндіктерін іске асыру, қабылдау, субъективті өлшемдерімен өмір сапасын қамтиды. Пәнаралық тұжырымдамалық теориялық-әдіснамалық негіз болады. Гедонизмге сәйкес базалық қажеттіліктерді қамту және өмір сапасын бағалап, көңіл толу сезімдерінің қанағаттанудан болатын бақыттың аз да болса мөлшерін анықтайды. Атап айтқанда, субъектінің өзі жасаған сыртқы қатынас жағдайларына мағына ағынның тәжірибесі жатады [28].

Осыған орай, өмір сапасының психологиялық аспектілері әзірше көкейкесті мәселе ретінде артта қалуда. Психологиялық саулық және өмір сапасы өмірлік мағынаны анықтайтын тұжырым болса да оның субъективті екендігін көрсетеді. Өйткені тұлғаның өз өмірін өзіне қатысты тіршілік әрекеттерін, өз ортасы мен эмоциялық көңіл-күйін тек өзі бағалау арқылы өмір сапасы пайда болады. Психологиялық саулыққа ұмтылу – бұл универсалды ниеттер негізгі қозғаушы күштердің бірі болып табылады. Психологиялық саулық және өмір сапасының диагностикасы өзіне есеп беру деректеріне сүйенеді және

адамның жеке ішкі әлемінің жағдайы мен ерекшеліктерін анықтай отырып, оның қызметі мен өміріне қатысты субъективті тәжірибесін сипаттайды.

Сонымен қатар, эмпирикалық жолмен алынған психологиялық саулық көрсеткіштері адам үшін ең маңызды қажеттіліктер, мақсаттар мен тілектердің қанағаттану дәрежесін субъективті когнитивті және эмоционалды бағалау болып табылады. Психологияда өмір сапасы объективті шындықпен тығыз көрсеткіш ретінде көрсетіледі, ал субъективті психологиялық саулық тек субъективті көрсеткіш ретінде айқындалады.

Қорытынды

Жоғарыда айтылған пікірлерге сүйене отырып, біздің алғашқы түсініктемеміз жас әйелдердің субъективті психологиялық саулығын былай анықтауға болады – өзін бағалау, қабылдау, базалық қажеттіліктерін қанағаттандыру, өмір салтына, өзін анықтайтын қабілеттері мен мүмкіндіктеріне, жас ерекшелігіне сай өнімді бола алу, өмірлік позициясы айқын сезім. Осы анықтама жас әйелдердің әлеуметтік ерекшеліктерін ескере келе, жан-жақты эмпирикалық зерттеулерді қажет етеді.

Қорытындылай келе, жас әйелдердің психологиялық саулығы мен өмір сапасы аз зерттелінген, зерттеу жұмыстары көбінесе студенттердің психологиялық саулығы, қанағаттану, бақыты, өмір сапасына арналған. Аталған отандық және шетел ғалымдардың жалпы тұлғаның объективті және субъективті психологиялық саулығына, қанағаттану мен бақытына арнаған пікірлеріне сүйенуге болады. Болашақта жас әйел адамдарының психологиялық саулығы мен өмір сапасын әдістемелердің көмегімен зерттеп, нәтижелерін ұсынатын боламыз.

Әдебиеттер тізімі

1. Халық бірлігі және жүйелі реформалар – ел өркендеуінің берік негізі. Мемлекет басшысы 2021 жылғы 1 қыркүйектегі Қазақстан халқына Жолдауы «Егемен Қазақстан» [Электрон. ресурс] – 2022. – URL: <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/K2100002021/history> (қарастырылған күні: 19.01.2023).
2. Ұлттық қоғамдық сенім кеңесінің бесінші отырысына қатысты Мемлекет басшысы [Электрон. ресурс] – 2021. – URL: https://www.akorda.kz/kz/events/akorda_news/meetings_and_sittings/memleket-basshysy-ulttyk-kogamdyk-senim-kenesinin-besinshi-otyrysyna-katysty (қарастырылған күні: 19.01.2023).
3. Бектенова А. Архаизация южных регионов приводит к росту специфических преступлений против женщин и детей [Электрон.ресурс] – 2023. – URL: <https://turanpress.kz/regiony/5110-nasilie-s-yuzhnyum-koloritom.html> (дата обращения: 06.01.2023).
4. Янсон Е. Когда замуж: что такое синглизм и есть ли счастье вне отношений. [Электрон. ресурс] – 2022. – URL: <https://ria.ru/20220804/single-1807057088.html> (дата обращения: 10.08.2022).
5. Эйдельман А.Б. Субъективный возраст как фактор психологического благополучия: дис.. канд.психол. наук: 19.00.13. – Москва, 2022. – 219с.
6. Бенко Е.В. Обзор зарубежных публикаций, посвященных исследованию психологического благополучия // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2015. Т.8. №2. С. 5-13.
7. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методик исследования) // Психологическая диагностика. – 2005. – №3 – С. 95-129.
8. Толькбай М. Біздің мақсат бағдарламасы тақырып: «Отыз бесте де жассың» [Электрон. ресурс] – 2023. – URL: <https://khabar.kz/kk/muragat-bizdin-maksat/item/> (қарастырылған күні: 17.01.2023).
9. Панкратова Е.В. Журнал «Женщина в российском обществе» Субъективная оценка социально-экономических аспектов качества жизни молодых женщин (на примере Ивановской области), 2008. – С. 81-89.
10. Ворошень О.Г. Социальное самочувствие молодых женщин в науке. Минск, Беларусь 2016. С. 723-725.
11. Беспанская-Павленко Е.Д., Шелихова А.И. Оценка качества жизни населения Республики Беларусь разных половозрастных категорий. Философия и социальные науки. – 2010. – №3. – С. 55–58.

12. Родионова О.Г. Социально-психологические особенности представлений школьников, студентов педагогических специальностей и учителей о школе будущего // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. – 201. №7(51). С. 85-89.
13. Чурило Н.В. Субъективное благополучие как показатель эффективности жизненной стратегии в юношеском возрасте // Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки: сб.науч. ст. – Минск: РИВШ, 2010. – Вып 9(14). – С. 356-363.
14. Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма. М.: ИП РАН. 2013. – 267 с.
15. Эйдельман А.Б. Особенности субъективного возраста и психологического благополучия в молодом возрасте. Вестник КГУ. 2019.- С. 30-35.
16. Ахтаева Н.С., Польшвинная Н.В. Формирование направлений в исследовании психологических компонентов счастья. Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. №2 (41). 2012. 59-63.
17. Колюх О.А., Темиргалиева М.С. Психологические особенности субъективной оценки качества жизни студентов. Вестник Казахского национального женского педагогического университета. 2020;(4):178-186.
18. Адильжанова К.С. «Студенттерде субъективті қанағатты арттырудың психологиялық-педагогикалық негіздері: док. дис. PhD: 6D010300. – Семей, 2022. – 271б.
19. Ташимова Ф.С. Субъектная детерминация смыслов: дисс. докт. психол. наук. – Алматы, 2010. – 253 с.
20. Сапарова И.А. Особенности смысловой регуляции деятельности при ипохондрических состояниях разного генеза: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – Москва. 1989. – 47 с.
21. Султаниязова Н.Ж. Социально-психологические предикторы субъективного благополучия русских и казахов, проживающих в России и Казахстане: автореф. дисс. канд. психол. наук. – Саратов. 2022. – 26 с.
22. Козьмина Л.Б. Динамика психологического благополучия личности студентов-психологов: дис.канд.психол. наук: 19.00.07. – Иркутск. 2014. – 174 с.
23. Ризулла А. Р. Связь субъективного благополучия и мимикрии на примере студенческой молодежи г. Алматы: док. ... психол. наук. 6D050300. – Алматы 2019. – С. 174.
24. Баранова А.В. Экономико-психологические детерминанты субъективного качества жизни: дисс. ... канд. психол. наук. 19.00.05. – Москва. 2005. – 26 с.
25. Хашченко В.А. Социально-психологическая детерминация субъективного экономического благополучия: автореф. док.психол.наук. 19.00.05. – Москва. – 2012. 51 с.
26. Bradburn N.M. The measurement of psychological well-being / Health Goals and Health Indicators: Policy, Planning, and Evaluation. 2019. Vol. 4. P. 84–94.
27. Diener E., Wirtz D., Tov W., Kim-Prieto C., Choi D., Oishi S., Biswas Diener R. New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings // Social Indicators Research. 2010. № 97(2). P. 143–156.
28. Seligman M.E.P. Flourishing. A new understanding of happiness and well-being and how to achieve them. Boston: Nicholas Brealey, 2011.
29. Леонтьев Д.А. Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты. Психологический журнал, 2020, том 41, №6. 98-107 с.

А.А. Медетбекова, А.С. Нурадинов

Евразийский национальный университет им. Л. Н. Гумилева, Астана, Казахстан

Теоретические предпосылки изучения психологического благополучия молодых женщин

Аннотация. В статье отмечается особое место женщины в государстве и обществе, в то же время, к сожалению, такая важная роль второй половины человечества в современном обществе не до конца осознается. В таких условиях мало внимания уделяется психологическому благополучию и качеству жизни женщин в целом и молодых женщин, в частности. Не в полной мере исследуется реальное психологическое состояние молодых женщин, их дискомфортное состояние, их беспомощность, чувство одиночества и несчастья. Имеющее место домашнее насилие приводит к тому, что они становятся жертвами сложных жизненных ситуаций. Общая ситуация, а также приоритет прав человека во всем мире, и положительная динамика развития общества и конкурентные условия

жизни людей побуждают человека к комфортной, гармоничной жизни, поддержанию своего продуктивного уровня, к сохранению в балансе положительных и отрицательных сторон своих психических настроений. Сегодня субъективное психологическое благополучие человека и молодых женщин, в частности качество их жизни, чувство счастья, удовлетворенность жизнью и другие их проблемы, активно изучаются в экономике, политологии, культурологии, здравоохранении, социальных и психологических науках. В работе показаны подходы и выводы ученых о понятии психологического благополучия и качества жизни, чувство удовлетворенности, счастья, а также рассмотрены пути изучения факторов, образа жизни, методологических и теоретических аспектов, механизмов объективной и субъективной оценки жизни человека и определены пути исследования психологического благополучия молодых женщин.

Ключевые слова: психологическое благополучие, качество жизни, чувство удовлетворенности, молодые женщины, субъективное психологическое благополучие, образ жизни.

A.A. Medetbekova, A.S. Nuradinov

L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan

The state and ways of studying psychological well-being and quality of life of young women

Abstract. The article notes the special place of women in the state and society, at the same time, unfortunately, such an important role of the second half of humanity in modern society is not fully realized. In such conditions, little attention is paid to the psychological well-being and quality of life of women in general, and young women in particular. The real psychological state of young women, their uncomfortable state, their helplessness, feelings of loneliness and unhappiness are not fully investigated. The domestic violence that takes place leads to the fact that they become victims of difficult life situations. The general situation, as well as the priority of human rights around the world, and the positive dynamics of the development of society and competitive living conditions of people encourage people to a comfortable, harmonious life, maintaining their productive level, to maintain the balance of positive and negative aspects of their mental moods. Today, the subjective psychological well-being of a person and young women, in particular their quality of life, happiness, life satisfaction, and their other problems, are actively studied in economics, political science, cultural studies, healthcare, social and psychological sciences. The paper shows the approaches and conclusions of scientists on the concept of psychological well-being and quality of life, a sense of satisfaction, happiness, and also considers ways to study factors, lifestyle, methodological and theoretical aspects, mechanisms of objective and subjective assessment of human life and identifies ways to study the psychological well-being of young women.

Keywords: psychological well-being, quality of life, sense of satisfaction, young women, subjective psychological well-being, lifestyle.

References

1. Halyq birligi zhane juyeli reformalar – el orkendeuinin berik negizi. Memleket bashysy 2021 zhylygy 1 kyrkuyektegi [Qazaqstan khalqyna Zholdaуy] Egemen Kazakhstan – 2022. – Available at: <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/K2100002021/history> (accessed: 19.01.2023). [in Kazakh].
2. Ultyyq qogamdyq senim kenesinin besinshi otyrysyna qatysty Memleket bashysy – 2021. – Available at: [https://www.akorda.kz/kz/events/akorda_news/meetings_and_sittings/\[memleket-basshysy-ultyyk-kogamdyk-senim-kenesinin-besinshi-otyrysyna-katysty\]](https://www.akorda.kz/kz/events/akorda_news/meetings_and_sittings/[memleket-basshysy-ultyyk-kogamdyk-senim-kenesinin-besinshi-otyrysyna-katysty]) (accessed: 19.01.2023). [in Kazakh].
3. Bektenova A. Archaization of the southern regions leads to an increase in specific crimes against women and children – 2023. – Available at: <https://turanpress.kz/regiony/5110-nasilie-s-yuzhnym-koloritom.html> (accessed: 06.01.2023). [in Kazakh].
4. Yanson E. When to get married: what is singleness and is there happiness outside of relationships. – 2022. – Available at: <https://ria.ru/20220804/single-1807057088.html> (accessed: 10.08.2022). [in Kazakh].
5. Eidelman A.B. Subjective age as a factor of psychological well-being: dis.cand.psychological sciences: 19.00.13. – Moscow, 2022. – 219p. [in Russian].

6. Benko E.V. Review of foreign publications devoted to the study of psychological well-being // Bulletin of the South Ural State University. Series: Psychology. 2015. Vol.8. No.2. pp. 5-13. [in Russian].
7. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. Psychological well-being of the individual (review of basic concepts and research methods) // Psychological diagnostics. – 2005. – No.3 – pp. 95-129. [in Russian].
8. Tolykbay M. Bizdin maksat bagdarlamasy takyryp: «Otyz beste de zhassyn» – 2023. – Available at: <https://khabar.kz/kk/muragat-bizdin-maksat/item/> (accessed: 17.01.2023).
9. E.V. Pankratova Journal «Woman in Russian society» Subjective assessment of socio-economic aspects of the quality of life of young women (on the example of the Ivanovo region), 2008. – pp. 81-89. [in Russian].
10. Voroshen O.G. «Social well-being of young women in science». Minsk, Belarus 2016. pp. 723-725. [in Russian].
11. E.D. Bepanskaya-Pavlenko., A.I. Shelikhova Assessment of the quality of life of the population of the Republic of Belarus of different age and gender categories. Philosophy and social sciences. – 2010. – No. 3. – pp. 55-58. [in Russian].
12. Rodionova O.G. Socio-psychological features of representations of schoolchildren, students of pedagogical specialties and teachers about the school of the future // Izvestiya Volgograd State Pedagogical University. – 201. No.7(51). pp. 85-89. [in Russian].
13. Churilo N.V. Subjective well-being as an indicator of the effectiveness of life strategy in adolescence // Scientific works of the Republican Institute of Higher Education. Historical and psychological and pedagogical sciences: collection of scientific articles – Minsk: Riga, 2010. – Issue 9(14). – pp. 356-363. [in Russian].
14. Dzhydaryan I.A. Psychology of happiness and optimism. M.: IP RAS. 2013. – 267 p. [in Russian].
15. Eidelman A.B. Features of subjective age and psychological well-being at a young age. Bulletin of KSU. 2019.- pp. 30-35. [in Russian].
16. N.S. Akhtayeva., N.V. Polyvyannaya Formation of directions in the study of psychological components of happiness. Bulletin of the Treasury. Psychology and Sociology series. №2 (41). 2012. 59-63. [in Kazakh].
17. Kolyukh O.A., Temirgalieva M.S. Psychological features of the subjective assessment of the quality of life of students. Bulletin of the Kazakh National Women’s Pedagogical University. 2020;(4):178-186. [in Kazakh].
18. Adilzhanova K.S. «Studentterde subjecti kanagatty arttyrudyn psikhologiyalyk-pedagogikalyk negizderi: doc. dis. PhD: 6D010300. – Semey, 2022. – 271b.
19. Tashimova F.S. Subjective determination of meanings: diss. ...doct. psychological sciences. – Almaty, 2010. – 253 p. [in Kazakh].
20. Saparova I.A. Features of semantic regulation of activity in hypochondriacal states of different genesis: abstract. diss. ... cand. psychological sciences. – Moscow. 1989. – 47 p. [in Kazakh].
21. Sultaniyazova N.J. Socio-psychological predictors of subjective well-being of Russians and Kazakhs living in Russia and Kazakhstan: : abstract. diss. ... cand. psychological sciences. – Saratov. 2022. – 26 p. [in Kazakh].
22. Kozmina L.B. Dynamics of psychological well-being of the personality of psychology students: dis.cand.Psychological sciences: 19.00.07. – Irkutsk. 2014. – 174 p. [in Russian].
23. Rizulla A. R. The connection of subjective well-being and mimicry on the example of the student youth of Almaty: doc. ... of psychological sciences. 6D050300. – Almaty 2019. – p. 174. [in Kazakh].
24. Baranova A.V. Economics-psychological determinants of subjective quality of life: dissertation ... cand. psychological sciences. 19.00.05. – Moscow. 2005. – 26 p. [in Russian].
25. Khashchenko V.A. Socio-psychological determination of subjective economic well-being: abstract. doc.psychological sciences. 19.00.05. – Moscow. – 2012. 51 p. [in Russian].
26. Bradburn N.M. The measurement of psychological well-being / Health Goals and Health Indicators: Policy, Planning, and Evaluation. 2019. Vol. 4. P. 84–94. [in Russian].
27. Diener E., Wirtz D., Tov W., Kim-Prieto C., Choi D., Oishi S., Biswas Diener R. New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings // Social Indicators Research. 2010. № 97(2). P. 143–156. [in Russian].
28. Seligman M.E.P. Flourishing. A new understanding of happiness and well-being and how to achieve them. Boston: Nicholas Brealey, 2011. [in Russian].
29. Leontiev D.A. Quality of life and well-being: objective, subjective and subjective aspects. Psychological Journal, 2020, volume 41, No. 6. 98-107 p. [in Russian].

Авторлар туралы мәлімет:

Медетбекова А.А. – Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, психология білім беру бағдарламасының 2 курс докторанты, А.Янушкевич көш., 6, Астана, Қазақстан.

Нурадинов А.С. – психология ғылымдарының кандидаты, Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінің психология кафедрасының доценті, А. Янушкевич көш., 6, Астана, Қазақстан.

Medetbekova A.A.– The 2nd year Ph.D. student of educational Program in Psychology, L. N. Gumilyov Eurasian National University, 6 A. Yanushkevich str., Astana, Kazakhstan.

Nuradinov A.S. – Candidate of Psychological, Associate Professor, Department of Psychology, L.N. Gumilyov Eurasian National University, 6 A. Yanushkevich str., Astana, Kazakhstan.