

Медетбекова А.А.¹, Нурадинов А.С.¹, Ильева С.Е.², Бекмуратова Г.Т.³
¹ Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана, Қазақстан
² Климент Охридский атындағы София университеті, Болгария, София
³ Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті

ЖАС ӘЙЕЛДЕРДІҢ ӨМІР САПАСЫ: ПСИХОМЕТРИЯЛЫҚ ТАЛДАУ

Аңдатпа

Жас әйелдердің өмір сапасын бағалауға жүйелі көзқарас халықтың тұтас тәжірибесін, рухани құндылықтарын және оның тарихын ескереді. Мақалада жас әйелдердің жалпы психологиялық саулығына, өмірге қанағаттануы мен бақытына әсер етуі мүмкін өмір сапасының негізгі психологиялық ерекшеліктері қарастырылады. Өзін анықтауға және өзін-өзі бағалауға, қиындықтарды жеңуге және стрессті басқаруға ерекше назар аударылады. Зерттелетін объектінің психологиясын терең талдауға ықпал ететін және жас әйелдердің өмір сапасын жақсартуға жол табуға мүмкіндік беретін деректерді іріктеу мен эмпирикалық талдауға құрылымдық көзқарас жүзеге асырылады. Жас әйелдердің өмір сапасын психометриялық талдауда, «Психологиялық саулығын» PERMA-Profilер (J. Butler, M.L. Kern 2016), Э. Диннер әріптестерімен құрастырған «Өмірге қанағаттану» және «Бақыт» (Oxford Happiness Inventory, ОНІ) М. Аргайл сауалнамалары негізінде дайындалған авторлық «Өмір сапасын бағалау» сауалнамаларының бір-бірімен байланысы мен айырмашылықтары анықталып, нәтижелері ұсынылды.

Бұл мақала белгісіздік жағдайындағы шындықтың қазіргі жағдайдың парадигмасындағы Қазақстанның жас әйелдерінің психологиялық ерекшеліктерін зерттеуге арналған. Жас әйелдердің психологиясын талдауға терең кешенді көзқарас болашақ өмір сапасының болашақ өсу динамикасын бағалауға ғана емес, болжауға да мүмкіндік береді.

Түйін сөздер: Өмір сапасы, психологиялық саулық, бақыт, өмірге қанағаттану, жас әйелдердің психологиялық ерекшеліктері.

Медетбекова А.А.¹, Нурадинов А.С.¹, Ильева С.Е.², Бекмуратова Г.Т.³
¹ Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан
² Софийский университет имени Климент Охридский, София, Болгария
³ Казахский национальный педагогический университет им. Абая

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ МОЛОДЫХ ЖЕНЩИН: ПСИХОМЕТРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Аннотация

Целостный подход к оценке качества молодых женщин учитывают уникальный опыт народа, духовные ценности и его историю. В статье рассматриваются основные

психологические особенности качества жизни молодых женщин, которые могут повлиять на их общее благополучие, удовлетворенность и счастье. Особое внимание уделяется самоидентификации и самооценке, способности преодолевать трудности и управлять стрессом. Осуществляется структурированный подход к отбору и эмпирическому анализу данных, которые способствуют глубокому анализу психологии исследуемого объекта и позволяют найти пути к улучшению качества жизни молодых женщин. В психометрическом анализе качества жизни молодых женщин «Психологическое благополучие» PERMA-Profilер (J.Butler, M.L. Kern 2016), выявлены взаимосвязи и различия авторских опросов «Оценка качества жизни», подготовленных на основе опросника М. Аргайла «Счастье» (Oxford Happiness Inventory, ОНІ) и «Удовлетворенность жизнью» составленных коллегами Э. Диннером представлены результаты.

Данная статья посвящена исследованию психологических особенностей молодых женщин Казахстана в парадигме современного состояния действительности в условиях неопределенности. Глубокий комплексный подход к анализу психологии молодых женщин позволяет не только оценить, но и спрогнозировать будущую динамику роста качества жизни молодых женщин с перспективой на будущее.

Ключевые слова: Качество жизни, благополучие, счастье, удовлетворенность жизнью, психологические особенности молодых женщин.

Medetbekova A.A.¹, Nuradinov A.S.¹, Ilieva S.E.², Bekmuratova G.T.³

¹ *L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan*

² *Kliment Ohridski Sofia University, Sofia, Bulgaria*

³ *Abai Kazakh National University*

THE QUALITY OF LIFE OF YOUNG WOMEN: A PSYCHOMETRIC ANALYSIS

Abstract

A holistic approach to assessing the quality of young women takes into account the unique experience of the people, spiritual values and its history. The article examines the main psychological features of the quality of life of young women, which can affect their overall well-being, satisfaction and happiness. Special attention is paid to self-identification and self-esteem, the ability to overcome difficulties and manage stress. A structured approach is being implemented to the selection and empirical analysis of data that contribute to a deep analysis of the psychology of the object under study and allow us to find ways to improve the quality of life of young women. In the psychometric analysis of the quality of life of young women "Psychological well-being" by PERMA-Profilер (J.Butler, M.L. Kern 2016), the interrelationships and differences of the author's surveys "Assessment of quality of life", prepared on the basis of the questionnaire by M. Argyle "Happiness" (Oxford Happiness Inventory, ОНІ) and "Life Satisfaction" compiled by colleagues of E. The results are presented by Dinnerov.

This article is devoted to the study of the psychological characteristics of young women of Kazakhstan in the paradigm of the current state of reality in conditions of uncertainty. A deep integrated approach to the analysis of the psychology of young women makes it possible not only to assess, but also to predict the future dynamics of the growth of the quality of life of young women with a view to the future.

Keywords: Quality of life, well-being, happiness, life satisfaction, psychological characteristics of young women.

КІРІСПЕ

Елімізде жас әйелдердің өмір сапасына ғасырлар бойы жинақталған халық даналығының рухани мұралары, салт-дәстүрлерлері және өмірлік тәжірибесі ерекше әсер етті, бұл қабілеттер ұрпақтан-ұрпаққа әжесі, анасы, жеңгесі, әпкесі арқылы берілді. Қыздар кішкентай кезінен ұлттық-мәдени құндылықтарды әдет-ғұрыптарды бойына сіндіреді, осы қасиеттер өмірінде қиындықтарды, мәселелерді шешуге, соның ішінде стресс пен депрессияны жеңуге, қарым-қатынасты түсінуге, қабылдауға жағымды пайдалы көмегін тигізеді. Қыз балаға анасының аурасы, сезімі, сенімі, қолдауы, түсінуі сонымен қатар жақындарының қолдауы, қыздарда қоршаған ортаны, әлемді дұрыс қабылдау түсінігі қалыптасады. Қазақ халқының рухани ішкі байлығы жанұя арқылы беріледі бұл процесте ананың орны маңызды. Қыздарды тәрбиелеудегі ерекше белгілердің бірі - инабаттылық, сыпайылық, еркіндік, үлкендерді құрметтеу. Осындай қасиеттер қыздарға өз өміріне қанағаттануға, бақыт пен психологиялық саулықты табуға көмектеседі. Қазақ тарихында таң қалатын, тамсанатын тұлға әйелдер болған. Соның бірі атақты Алла Ильчун моделі, Францияның жоғары санатында қастерлеген, құрметтеген түбі қазақ қызы. Кристиан Диор дизайнерінің киім үлгілерін көрсетіп, бүкіл әлемді өзіне қарата алды. Бұл жетістікке Алла Ильчунның ерекше талғампаздығы мен сұлулығы ғана емес, ішкі психологиялық ерекшелігі өз рөлін атқарды. Алла Ильчун тек киім көрсетіп қана қоймай, сонымен қатар жаңа сән трендтері туралы кәсіби түрде сөйлесе алды. Ол бірнеше тілдерді жетік білген: ағылшын, француз, неміс, итальян, испан, қазақ және орыс тілдерін. Алла Ильчунның жұмбақ аурасы мен ажары, киім үлгілерінің демонстрациялық көрініске жаңа рең, қайталанбас сұлулық берді. Алла Ильчунның өзіндік болмысына ғана тән мінез-құлықтың сыртқы әлеуметтік маңызды ерекшеліктерін ғана емес, адами құнды-мәдени қасиеттерін көрсетті, бұл әлемдік қоғамның қуанышына себеп болды. Ұлы кутюрье Кристиан Диор оны «Шығыс Инжу-Маржаны» деп атағаны кездейсоқ емес[1].

Қазақ әйелдерінің керемет қасиеттері атом, интернет, цифрландыру және жаһандану дәуірінде де өз маңызын жоғалтқан жоқ. Әрине, осы факторлардың барлығы ХХІ ғасырдағы қазақ әйелінің қазіргі өркениеттегі рөліне белгілі із қалдырды, бірақ оған халықтың тарихи қалыптасқан дәстүрлерінің әсерін шайқалтпады. Гендерлік саясат және тәуелсіз Қазақстанның демографиялық дамуы әйелдердің, мемлекеттің қоғамдық-саяси өміріне және іскер топтарға тартылуына ықпал етті. Қазақстан әйелдері білім беру, денсаулық сақтау және басқа да салаларында және бизнестік кәсіптерде 48% құрайды[2].

Еліміздің қазіргі іскер әйелінің психологиялық ерекшеліктерінің жағдайына тоқталсақ, мысалы, әлеуметтік кәсіпкер, «Мықты ана» қоғамдық қорының басшысы Р.В. Серікбаеваның сұхбат нәтижелері бойынша байқауға болады, көп балалы ана және әлеуметтік осал отбасындағы балаларға тегін білім алуға көмек көрсетеді. Сұхбаттан оның өмірінде туындаған көптеген қиындықтарда өзін жоғалтпай, мойымай, тек жеке мәселесін ғана ойламай, қоғамға өз пайдасын, жақсылығын жасауға күш таба алғанын көруге болады. Р.В.Серікбаеваның өміріндегі басты мақсаты мен мұраты балаларға деген сүйспеншілік, шыдамдылық, қайсарлық, қарапайымдылық деп санайды. Мұндай сапалы ерекшеліктер, елімізде басым көпшілік әйелдеріне тән қасиет[3].

Осылайша, қазіргі қоғамдағы жас әйелдерің ерекшеліктеріне тән сапалар: жоғары білім дәрежесі; тәуелсіздік; бизнес пен саясатта жоғары белсенділік; отбасылық және қоғамдық рөлді үйлестіре алу; мейрімділік пен коммуникативті әдептілік. Сонымен қатар, жас әйелдердің психологиялық маңызды элементтеріне: жауапкершілік, өмірге қажетті дағдылар мен қабілеттерді тез меңгеру, шешім қабылдай алуы, сонымен бірге, өз халқының құндылығы мен мәдениетін сақтайды.

Адамның өмір сапасы көп қырлы ұғым. Қазіргі ғылыми әдебиеттерде бұл көрсеткішті зерттеуге деген көзқарастардың саны өте кең. Тарихи тұрғыдан алғанда «өмір сапасы» (QoL) ұғымы ХХ ғасырдың 50-ші жылдарында қоғамдық-саяси әдебиеттерде қолданыла бастады, ал екінші дүниежүзілік соғыстан кейінгі ғылыми әдебиеттерде бұл ұғымды алғаш рет Линдон Джонсон қолданды. Зерттеушілердің пікірінше, бұл субъективті өлшем өмір сапасын тереңірек түсінудің психологиялық, рухани және әлеуметтік факторларды бағалаудың бастапқы нүктесі болып табылады. Психологиялық ғылыми әдебиеттерде адам өмірінің жағымды қырларын сипаттайтын ұғымдар бар: «өмір сапасы», «өмірге қанағаттану», «субъективті әл-ауқат», «психологиялық саулық», «бақыт», «денсаулық» және т.б. Адам мен қоғамның өмір сапасының маңызды құрамдас бөлігі денсаулық болып табылады. Көбінесе олар физикалық денсаулық деңгейі, жақсы физикалық әл-ауқат, ауру-сырқаудың болмауы туралы айтылады. Адам денсаулығына екі фактор әсер етеді: эндогендік (ішкі) генетика және босануға дейінгі постнатальды дамудың қауіптілігі және экзогендік (сыртқы) - экологиялық, әлеуметтік, экономикалық, педагогикалық және т.б.[4].

Өткен ғасырда 1936 жылы Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (WHO) мәліметтері бойынша, өмір сапасының тұжырымдамасы адамның қоғамдағы орнын өзінің мүдделерімен, мақсаттарымен, стандарттарымен және өмірдегі болашақ үміттерімен ұштастыра түсінуінің арақатынасымен анықталады. Қазіргі зерттеулерде өмір сапасының көрсеткіштерін объективті және субъективті деп бөлу жиі кездеседі. Объективті әлеуметтік индикаторлар экономикадағы, демографиядағы және құқықтанудағы статистикалық көрсеткіштерді қамтиды. Орташа жалақы, туу коэффициенті, экспортталатын және импортталатын тауарлардың саны және т.б. сияқты көрсеткіштерді өлшеу субъективті бағалауды қажет етпейді. Субъективті әлеуметтік индикаторларға сезімдер, сенімдер, көзқарастар, артықшылықтар, өз денсаулығына қанағаттану, жұмысына көңілі толуы, инновация, шығармашылық және т.б. Психологиялық саулықтың субъективті бағасы ретінде «өмір сапасы» ұғымы адамның қажеттіліктерін қанағаттандыра алған нақты қалаған күйін құрастыра отырып, өз мақсаттарын, идеяларын қоғамда қалыптасқан ережелерге сай құндылықтар мен өз орнын қабылдауы маңызды орын алады[5].

Тарихи тұрғыдан алғанда, адамның психологиялық саулығын зерттеуде 2 негізгі бағытты ажыратуға болады эвдемоникалық және гедонистік төмендегі кестеден көруге болады (Кесте 1).

Кесте 1 – Психологиялық саулықты зерттеу бағыттары

Бағыттары	Психологиялық саулықты түсіндіру анықтамалары	Зерттеген ғалымдар
Эвдемоникалық (бақытқа жету)	тұлғаның оң жұмысына баса назар аудару	K. Keyes M. Yagoda, A. Maslow K. Ryff, M. Seligman, Csikszentmihalyi M. және т.б.
Гедонистік (ләззат, қанағаттану)	жағымды эмоцияларды көбірек сезіну (бақыт, рахат ретінде), эмоционалды және когнитивті компоненттері бағаланады.	N. Bradburn, S. Lubomirski, E. Diener және т.б.

E.L. Robert негізгі идеясы өмірдің жоғары сапасын жеке тұлға анықтайды, дәлірек айтсақ, психикалық денсаулық пен әлеуметтік жауапкершіліктің белгісімен

сипатталатын жиынтығы. Мұндай жиынтық адамның психологиялық құрылымын құрайды: өмірден жақсылық пен бақыт алу қабілеті; когнитивті күрделілік; автономия мен тиімділік сезімі; өзін-өзі тану; өзін-өзі бағалау; тұлғааралық қатынастардың жеңілдігі; этикалық бағдар; өнімділікке, сондай-ақ жеке тұлғаның өзін-өзі қамтамасыз етуіне назар аудару. Сонымен қатар, адамның жеке басының сапасына қол жеткізу үшін пайдалана алатын мүмкіндіктері мен активтерін білдіретін сыртқы факторлардың шарттары кіреді: жеткілікті материалдық дүниемен қамтамасыз ету; физикалық қауіпсіздік; достар және әлеуметтік қолдау; сүйіспеншілік пен түсіністік; өзін-өзі дамыту, шеберлік пен шығармашылық пен релаксация элементтері бар қызықты жұмыс және демалыс мүмкіндіктері; өмірдің мәнін беретін моральдық құндылықтардың қолжетімді жиынтығы; әділдіктің адал жүйесі. Өмір сапасы денсаулық жағдайына, қоғамдағы қарым-қатынасқа, психологиялық және әлеуметтік мәртебеге, өзін-өзі бағалауға, қызмет пен таңдау еркіндігіне, стресс пен шамадан тыс алаңдаушылыққа, бос уақытты ұйымдастыруға, білім деңгейіне, мәдени мұраға қол жеткізуге, кәсіби өзін-өзі растауға психотипке байланысты болуы мүмкін, адамның жоғары бейімделу қабілеті өмір сапасына әкеледі[6].

М.Ж. Sirgy пікірінше, өмір сапасы адамзаттың әлеуметтік және саяси реформалар тұрғысынан әрбір жеке адамның психологиялық саулығының пайдасына әкелетін түпкі мақсаты деп санайды[7].

Н. Брэдберннің психологиялық саулықтың аффектінің 2 түрін оң және теріс өзара әрекеттесуі арқылы қол жеткізілетін тепе-теңдікті білдіреді. Ал, Э. Динердің субъективті психологиялық саулықтың құрамдас бөлігі ретінде: қанағаттану, жағымды және жағымсыз эмоциялардың арақатынасы адамның деңгейін анықтайды. С. Любомирский адамның психологиялық саулығы 50%-ы шығу тегі мен генетикаға, 40%-ы тұлғаның өзіне тәуелді, 10% - ы қоршаған ортаға байланысты факторларды атап өтеді. Жалпы алғанда өмір сапасы қазіргі кезде тіршіліктегі базалық қажеттіліктердің қанағаттандырылуы дәрежесін бағалау ретінде түсіндіріледі. Субъективті өмір сапасы көп компонентті құрылым ретінде тұлғаның басқа да негізгі құндылықтары мен мәдениетке, өмір сапасының, бақыт, психологиялық саулық, оңды бағалануы, материалдық, физикалық, әлеуметтік, рухани, тұлғалық, психологиялық өмір сапасы түрлері арқылы сипатталады[8].

Зерттеу жұмысымыздың мақсаты - жас әйелдердің өмір сапасын психометриялық талдауда, «Психологиялық саулығын» PERMA-Profilер (J. Butler, M.L. Kern 2016), Э. Диннер әріптестерімен құрастырған «Өмірге қанағаттану» және «Бақыт» (Oxford Happiness Inventory, ОНІ) М. Аргайл әдістемелердің бір-бірімен байланысын анықтау[9, 10, 11, 12].

ЗЕРТТЕУ ӘДІСТЕРІ

Зерттеу жүргізу үшін біз «Психологиялық саулығын» PERMA-Profilер (J. Butler, M.L. Kern 2016), Э. Диннер әріптестерімен құрастырған «Өмірге қанағаттану» және «Бақыт» (Oxford Happiness Inventory, ОНІ) М. Аргайл әдістемелердің негізінде «Өмір сапасын бағалау» атты авторлық әдістемесін жасадық. Бұл әдістер зерттелетін үлгіде қолданылды. Біздің зерттеуге 312 жас әйелдер қатысты. Респонденттердің орташа жасы - 25 жасты құрады. Сауалнамаға әр түрлі білім деңгейі мен отбасылық жағдайы бар 18-38 жас аралығындағы респонденттер кірді. Деректерді жинау google survey арқылы анонимді түрде сауалнамаларды толтыру арқылы жүзеге асырылды. Сауалнамаларға респонденттердің кейбір әлеуметтік-демографиялық сипаттамалары енгізілді. Зерттеу нәтижелері SPSS 23 бағдарламасында өңделді, онда нәтижелер t-критерийі бойынша салыстырылды. Пайдаланылған әдістемелер бойынша зерттеу нәтижелерін өңдеу барысында іріктеме орташа көрсеткіштер бойынша, атап айтқанда, «Психологиялық саулықтың», «Бақыттың» және «Өмірге қанағаттанудың» жоғары және төмен көріну деңгейлері бойынша топтарға бөлінді.

ЗЕРТТЕУ НӘТИЖЕЛЕРІ

Әдістемелер бойынша алынған нәтижелер респонденттердің «Психологиялық саулығының» сауалнамасы бойынша төмен жоғары деңгейлері

таралуы шамамен бірдей екенін көрсетті: төмен деңгейі – 152 респондент, ал жоғары деңгейі – 160 респондент, «Өмірге қанағаттану» сауалнамасы шкаласы бойынша – 172 респондент төмен, ал 140 – респондент жоғары деңгейін көрсетті. Зерттелінген әдістеме «Бақыт» (Oxford Happiness Inventory, ОНІ) сауалнамасы деңгейлерінің нәтижелері 174 респонденттер төмен, ал 138 респондент жоғары деңгейін көрсетті. Осылайша біздің дайындаған «Өмір сапасын бағалау» авторлық сауалнамасы бойынша жүргізілген зерттеу нәтижелері көрсетті: 312 респонденттің 146 – респондент төмен, 166 – респондент жоғары деңгейін көрсетті. Респонденттерді бастапқы статистиканың орташа көрсеткіштері бойынша бөлу нәтижелері № 1 кестеде келтірілген.

Кесте 2 - Жас әйелдердің психологиялық саулығы, өмірге қанағаттану және бақыт сезімі бойынша бөлу нәтижелері.

Көрсеткіштер	N	Пайыздар
Психологиялық саулығы бойынша төмен деңгейлері	152	48,7
Психологиялық саулығы бойынша жоғары деңгейлері	160	51,3
Өмірге қанағаттану бойынша төмен деңгейлері	172	55,1
Өмірге қанағаттану бойынша жоғары деңгейлері	140	44,9
Бақыт бойынша төмен деңгейлері	174	55,8
Бақыт бойынша жоғары деңгейлері	138	44,2
Өмір сапасын бағалау бойынша төмен деңгейлері	146	46,8
Өмір сапасын бағалау бойынша жоғары деңгейлері	166	53,2

Респонденттердің деңгейлерге бөлінуі шамамен бірдей болды. Бұл нәтижелер қолданылатын диагностикалық құралдар оларды репрезентативті іріктеу кезінде статистикалық маңызды деңгейде ажырата алатынын көрсетеді. Сенімділікті тексеруде қолданылатын әдістер альфа Кронбахтың («Психологиялық саулығы» сауалнамасы бойынша - ,806; «Өмірге қанағаттану» және «Бақыт» сауалнамасы бойынша - ,834; «Өмір сапасын бағалау» сауалнамасы бойынша - ,947) жоғары деңгейін көрсетті. Сондай-ақ, қолданылатын әдістер авторлардың сенімділігіне тексерілгенін мойындауымыз керек[13,14,15].

Респонденттердің «Өмір сапасын бағалау» сауалнамасы бойынша анықталған көрсеткіштері жоғары және төмен таралу деңгейлері «Психологиялық саулығы» сауалнамасы бойынша жоғары деңгейі бар субъектілердің орташа көрсеткіштер бойынша статистикалық маңызды (t-критерийі) айырмашылықтары бар екенін көрсетті. Біз дайындаған авторлық «Өмір сапасын бағалау» сауалнамасы алғаш рет пилоттық үлгіде өңдеуден және сынақтан өткеннен кейін біздің зерттеуімізде қолданылады. Сондықтан «Өмір сапасын бағалау» сауалнамасының ішкі үйлесімділігі үшін альфа Кронбахты есептеу жүргізілді -, 947. Алынған нәтиже «Өмір сапасын бағалау» сауалнамасының ішкі үйлесімділігінің жоғары деңгейін көрсетеді, бұл Қазақстандық популяцияда осы құралдың сенімділігінің жоғары деңгейі туралы қорытынды жасауға мүмкіндік береді.

Психологиялық саулық – адамның өмір сапасын бағалаудың маңызды көрсеткіштердің бірі. Сондықтан біз респонденттерді іріктеу орташа көрсеткіштер бойынша «Психологиялық саулық» деңгейлері бойынша жоғары және төмен деп екі топқа бөлдік, содан кейін іріктеу айырмашылықтарды анықтау мақсатында t-критерийі (t-test) бойынша салыстырдық. Сонымен, респонденттерді

салыстырылатын топтар арасындағы статистикалық маңызды айырмашылықтар «Психологиялық саулықтың» жалпы көрсеткіштері: «Позитивті эмоциялар», «Мағына», «Бақыт», «Жалғыздық» шкалалары бойынша алынды. Көрсетілген айнымалыларда $p < 0,05$ деңгейінде сенімділік алынды, ал қалған көрсеткіштер бойынша статистикалық маңызды айырмашылықтар анықталған жоқ.

Кесте 3 - «Өмір сапасын бағалау» сауалнамасы бойынша жоғары және төмен деңгейі бойынша іріктеу көрсеткіштері ($p < 0,05$)

Көрсеткіштер	t	N
Позитивті эмоциялар	13,661	152 (Психологиялық саулық жоғары деңгеймен, 48,7%)
Мағына	14,068	
Бақыт	12,84	
Жалпы Психологиялық саулығы	22,927	160 (Психологиялық саулық төмен деңгеймен, 51,3%)
Жалғыздық	,111	
Өмір сапасын бағалау	22,927	146 (төмен деңгеймен (46,8%), жоғары көрсеткіш - 166 (53,2%))

«Психологиялық саулық» PERMA-Profilер сауалнамасының «Позитивті эмоция» шкаласы бойынша жас әйелдердің психологиялық саулығы бойынша анықталды. «Позитивті эмоциялар» шкаласы бойынша алынған статистикалық маңызды айырмашылықтар ($t=13,661, p < 0,000$), мұнда «Психологиялық саулық» деңгейі жоғары көрсеткіштері бар жас әйелдердің «Позитивті эмоциялар» деңгейі жоғары болды. «Мағына» шкаласы бойынша жас әйелдерде статистикалық маңызды айырмашылықтар анықталды ($t=14,068, p < 0,000$), жоғары деңгейдегі жас әйелдердің өмір сапасын бағалау «Мағына» бойынша ерекшеленеді. «Бақыт» шкаласы бойынша психологиялық саулығы жоғары жас әйелдерде өмір сапасын бағалау төмен жас әйелдермен салыстырғанда ерекшеленеді. «Бақыт» шкаласы бойынша психологиялық саулығы жоғары жас әйелдер өмір сапасын бағалау төмен жас әйелдермен салыстырғанда да ерекшеленеді ($t=12,84, p < 0,000$). Дәл осындай айырмашылықтар «Жалғыздық» шкаласы бойынша ($t=,111, p < 0,000$), өмір сапасын бағалау бойынша алынды, мұнда «Жалғыздық» орташа көрсеткіші өмір сапасын бағалау төмен топтың респонденттерінде жоғары болды. Біз ұсынған «Өмір сапасын бағалау» сауалнамасы бойынша психологиялық саулықтың жалпы көрсеткішімен салыстыру статистикалық маңызды деңгейде де ерекшеленеді ($t=22,927$ мұндағы $p < 0,000$), психологиялық саулықтың жалпы көрсеткіші топпен салыстырғанда жоғары болды. «Өмірге қанағаттану» сауалнамасы іріктеуде орташа көрсеткіштер анықталды. Осы көрсеткіш бойынша статистикалық маңызды деңгейдегі айырмашылық анықталады ($t=20,489$, мұндағы $p < 0,000$), онда ол «Өмірге қанағаттану» деңгейі жоғары респонденттер тобында жоғары болды ($M_{cp.}=28,79$) «Өмірге қанағаттану» деңгейі төмен топқа қарағанда ($MSR.=23,163$). Жас әйелдер топтарында «Өмір сапасын бағалау» сауалнамасы бойынша салыстырылды. Осы көрсеткіш бойынша «Бақыт» шкаласы бойынша статистикалық маңызды айырмашылықтар анықталды ($t=25,140$ мұндағы $p < 0,000$), «Бақыт» орташа көрсеткіші «Өмір сапасын бағалау» деңгейі жоғары респонденттерде жоғары болды ($M_{cp.}= 6,891$) «Өмір сапасын бағалау» деңгейі төмен респонденттер тобымен салыстырғанда. «Бақыт», «Өмірге қанағаттану», «Өмір сапасын бағалау» психологиялық саулығының құрылымдық байланыстарын зерттеу мақсатында жас әйелдерге корреляциялық талдау жүргізілді. Жас әйелдердің жасы, отбасылық жағдайына байланысты теріс корреляцияға ие ($r=-0,330$ мұндағы $p < 0,01$) білім деңгейімен ($R=-0,210$ мұндағы $p < 0,01$), сондай-ақ

«Өмірге қанағаттану», ($r=-0,139$ мұндағы $p<0,05$). «Позитивті эмоциялар», «Қызығушылық», «Өзара қарым-қатынас», «Мағына», «Жетістіктер», «Бақыт», «Жағымсыз эмоциялар», «Денсаулық», «Жалғыздық» жалпы көрсеткіштер біздің іріктеуде өзара корреляциялық байланыстар бар, бұл нәтижелерді «Психологиялық саулық» PERMA-Profilер сауалнамасы бойынша психологиялық саулық шкалаларының ішік үйлесімділігі ретінде түсіндіруге болады. Біздің зерттеуімізде «Бақыт» (Oxford Happiness Inventory, ОНІ) сауалнамасының шкаласы «Өмір сапасын бағалау» деңгейімен оң корреляциялық байланысқа ие ($r=-0,166$ мұндағы $p<0,01$).

НӘТИЖЕЛЕРДІ ТАЛҚЫЛАУ

Зерттелетін топта «Өмірге қанағаттану» деңгейі төмен 312 жас әйелдердің жоғары жас әйелдерге қарағанда 172 адамнан (55,1%) көп болды. «Бақыт» шкаласы төмен жас әйелдердің көпшілігі өз саны бойынша 174 адам (55,8%), жоғары «Бақыт» деңгейімен салыстырғанда – 138 (44,2%), бұл ретте «Өмір сапасын бағалау» деңгейі бойынша жоғары респонденттер төмен деңгейдегі респонденттерге қарағанда 166 адам (53,2%) артық болып шықты «Өмір сапасын бағалау» - 146 адам (46,8%). Жас әйелдердің көрсеткіштері: «Психологиялық саулық», «Өмір сапасын бағалау» және «Өмірге қанағаттану» сауалнамалары бойынша салыстырудан алынған нәтижелер – жасына, отбасылық жағдайына, білім деңгейіне байланысты екенін көрсетеді. Жас әйелдер арасында отбасылық жағдай (тұрмысқа шығу) психологиялық саулығы мен өмір сапасына үлкен рөл атқарады.

Жүргізілген корреляциялық талдау көрсеткендей, жас әйелдердің жасы үлкейген сайын өмірге қанағаттану сезімі көбірек сезіледі, бірақ қанағаттану сезімі көп болуы үшін бақыт сезімдерін көбірек сезінумен байланысты. Демек, негізгі материалдық қажеттіліктері қанағаттандырылса, бақыттың субъективті сезіміне ықпал етеді.

Қолданылған әдістер гедонистік және эвдемоникалық өмір сапасының тәжірибесін субъективті бағалауға бағытталған. Зерттеу әдістері: «Психологиялық саулығын» PERMA-Profilер (J.Butler, M.L. Kern 2016), «Бақыт» (Oxford Happiness Inventory, ОНІ) М. Арғайл сауалнамалары эвдемоникалық бағытты, ал гедонистік бағытты Э. Диннер әріптестерімен құрастырған «Өмірге қанағаттану» және авторлық «Өмір сапасын бағалау» сауалнамалары қамтиды, бұл жағдайда психологиялық саулық пен бақыт, өмірге қанағаттану адамның субъективті өмір сапасын бағалаудың біртұтас құрылымын құрайтынын атап өтуге болады. Жалпы өмір сапасын зерттеген әдістер адамның тәжірибе саласына қатысты болғанымен, белгілі бір дәрежеде бақыт тәжірибесімен бірдей, олар тек когнитивті жағын ғана емес, сонымен қатар адамның эмоционалды тәжірибесін де қамтиды.

Бақыт сезімін субъективті тәжірибесінен адамның өз қажеттіліктерін қанағаттандыру және эмоциялармен байланысты, адамның өткенін, бүгінін немесе болашағын қамтитын күрделі құбылыс ретінде қарастыруға болады. Сондықтан зерттелінетін айнымалылардың көріну деңгейіне сәйкес іріктеудің шамамен адамның психологиялық саулығы тұтас процесі ретінде эвдемоникалық және гедонистік бірлікті көрсетеді. Бұл параметрлер бірыңғай факторларға біріктірілген, жасы, білім деңгейі, отбасылық жағдайы сияқты әлеуметтік-демографиялық параметрлер енгізілмеген факторлық құрылым дәлелдейді.

ҚОРЫТЫНДЫ

1. Өмір сапасын субъективті бағалау психологиялық саулыққа және бақыттың субъективті сезіміне айтарлықтай әсер етеді, өйткені зерттелетін айнымалылар, көптеген авторлардың пікірінше, бақыт сезімін жеке бағалауынан көрініс беретін эквивалентті ұғымдар болып табылады.
2. Психологиялық саулық, өмірге қанағаттану сезімі субъективті бақыт сезімінің көрсеткіштері бола отырып, олар әртүрлі диагностикалық құралдармен өлшенетін өмір сапасының көрсеткіштері болғанымен, өзара байланысын анықтамайды.
3. Өмір сапасын субъективті бағалау жас әйелдердің жасына байланысты, яғни адамның жасы ұлғайған сайын психологиялық саулығы, өмірге қанағаттану мен бақыт сезімдерін бағалау жоғары болады.

4. Өмір сапасын субъективті бағалау бақыт индикаторымен тығыз байланысты.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. <https://en.dimashnews.com/diors-pearl-a-beauty-from-china-with-kazakh-roots-allailchun/>.
2. Гендер и казахстанское общество /Сборник статей. – Алматы: Издательство «DeLuxe Printery», 2022. - С. 300.
3. <https://pk.uchet.kz/search/bin/200340022984>
4. Б.Баркачча, Г.Эспозито, М.Матаррезе, М.Бертолазо, М.Эльвира, М.Г.Де Маринис (2013), «Определение качества жизни: погоня за иллюзиями». //Европейский психологический журнал, том 9(1), 185-203, <https://doi.org/10.5964/ejop.v9i1.484>.
5. Группа WHOQOL (1995), Оценка качества жизни Всемирной организации здравоохранения (WHOQOL): Документ с изложением позиции Всемирной организации здравоохранения. Социальные науки и медицина, 41(10), 1403-1409. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00112-K](https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00112-K).
6. Роберт Э.Л. Политическая теория качества жизни и личности 22 (2):219-252 (1994), <https://doi.org/10.1177/0090591794022002002>.
7. Сирги М. Дж. Руководство по исследованию качества жизни: этический взгляд на маркетинг. Прыгун. Дордрехт, 2001. <https://doi.org/10.1007/978-94-015-9837-8>.
8. Субъективные показатели и психологические предикторы качества жизни /Под ред. доктора психологических наук В. Н. Петровой. – Томск : Издательство ТГУ, 2022. – С. 452
9. Батлер Дж., Керн М.Л. (2016), Специалист по постоянному профилированию: краткий многомерный анализ процветания// Международный журнал благополучия. Том 6(3). С. 1-48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>.
10. Динер Э., Эммонс Р.А., Ларсен Р.Дж., Гриффин С. (1985), Шкала Удовлетворенности Жизнью. Оценивают люди. Февраль;49(1):71-5. https://doi.org/10.1207/s15327752jpra4901_13. PMID: 16367493.
11. Хиллс П., Аргайл М. (2002), Оксфордский опросник счастья: компактная шкала для измерения психологического благополучия. Личность и индивидуальные различия, 33 (7), 1071-1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6).
12. Исаева О.М., Акимова А.Ю., Волкова Е.Н. (2022), Апробация русскоязычной версии опросника благополучия PERMA-Profilер: Социальная психология и общество. Том 13. № 3. с. 116-133. <https://doi.org/10.17759/sps.2022130308>.
13. Медетбекова А.А., Нурадинов А.С. (2023), Опросник оценки психологического благополучия PERMA-Profilер: сравнительное исследование мужчин и женщин, Вестник КазНПУ. Абая, серия «Психология», № 1(74), С. 108-114.
14. Медетбекова А.А., Нурадинов А.С., Илиева С.Е., Жигитбекова Б.Д., Абдугалина С.Е. Способы субъективного исследования психологического качества жизни // Вестник КазНУ, 2023. № 3(86). С. 36-45. <https://doi.org/10.26577/JPsS.2023.v86.i3.04>.
15. Медетбекова А.А., Нуртазина К.Б., Нурадинов А.С. (2023), Анкета о качестве жизни женщин Астаны.

References:

1. <https://en.dimashnews.com/diors-pearl-a-beauty-from-china-with-kazakh-roots-allailchun/>.
2. Gender and Kazakhstani society /Collection of articles. – Almaty: Publishing house «DeLuxe Printery», 2022. P. 300.
3. <https://pk.uchet.kz/search/bin/200340022984>
4. B.Barcaccia., G.Espositob., M.Matarese., M.Bertolasoc., M.Elvirad., M.G.De Marinis (2013), Defining Quality of Life: A Wild-Goose Chase? //Europe's Journal of Psychology, Vol. 9(1), 185–203, <https://doi.org/10.5964/ejop.v9i1.484>.
5. WHOQOL Group (1995), The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. Social Science & Medicine, 41(10), 1403-1409. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00112-K](https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00112-K).

6. Robert E.L. Quality of Life and Quality of Persons Political Theory 22 (2):219-252 (1994), <https://doi.org/10.1177/0090591794022002002>.
7. Sirgy M. J. Handbook of Quality-of-Life Research: An Ethical Marketing Perspective. Springer. Dordrecht, 2001. <https://doi.org/10.1007/978-94-015-9837-8>.
8. Subjective indicators and psychological predictors of quality of life / Edited by Doctor of Psychology V. N. Petrova. – Tomsk : TSU Press, 2022. – 452 p.
9. Butler J., Kern M.L. (2016), The PERMA-Profilers: A brief multidimensional measure of flourishing // International Journal of Wellbeing. Vol. 6(3). P. 1—48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>.
10. Diener E., Emmons R.A., Larsen R.J, Griffin S. (1985), The Satisfaction With Life Scale. J Pers Assess. Feb;49(1):71-5. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13. PMID: 16367493.
11. Hills P., Argyle M. (2002), The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. Personality and Individual Differences, 33(7), 1071–1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6).
12. Isaeva O.M., Akimova A.Yu., Volkova E.N. (2022), PERMA-Profilers well-being questionnaire approbation of the Russian version: Social psychology and society. Vol. 13. No. 3. pp. 116-133. <https://doi.org/10.17759/sps.2022130308>.
13. Medetbekova A.A., Nuradinov A.S. (2023), PERMA-Profilers psychological well-being assessment questionnaire: a comparative study of men and women, Bulletin of KazNPU. Abaya, Psychology series, No. 1(74), pp. 108-114.
14. Medetbekova A.A., Nuradinov A.S., Ilieva S.E., Zhigetbekova B.D., Abdugalina S.E. Ways of subjective study of psychological quality of life // Vestnik KazNU, 2023. № 3(86). C. 36-45. <https://doi.org/10.26577/JPsS.2023.v86.i3.04>.
15. Medetbekova A.A., Nurtazina K.B., Nuradinov A.S. (2023), Questionnaire on the quality of life of Astana women.