

Гребенникова О.В.

Проблема удовлетворенности жизнью в контексте социализации подростков поколения Z и поколения Альфа

Grebennikova O.V.

The problem of life satisfaction in the context of socialization of generation Z and generation Alpha adolescents

Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований (Психологический институт), Москва, Россия

В контексте подросткового возраста, характеризующегося активным формированием социальных связей и познанием себя, удовлетворенность жизнью приобретает особую значимость. Она делает подростка более открытым и общительным, помогает строить здоровые отношения и мотивирует на самосовершенствование. Чувствуя себя хорошо, он активно включается в учебно-познавательный процесс, успешно адаптируется к взрослой жизни.

Целью настоящего исследования стало изучение взаимосвязи удовлетворенности жизнью с удовлетворенностью школьной жизнью, самоконтролем общения и наличием друзей у подростков поколения Z и поколения Альфа.

В качестве эмпирических методов были использованы: шкала удовлетворённости жизнью (сокр. ШУДЖ, англ. Satisfaction With Life Scale, сокр SWLS) – краткий скрининговый самоопросник, предназначенный для опросов респондентов о степени субъективной удовлетворенности их жизнью. Предложена Э. Динером, Р.А. Эммонсом, Р. Дж. Ларсеном и Ш. Гриффином в 1985 году, адаптирована и валидизирована Д.А. Леонтьевым и Е.Н. Осиним в 2003 году на русском языке; методика «Изучение удовлетворенности учащегося школьной жизнью» (в адаптации Аксеновой Л.И.); методика диагностики оценки самоконтроля общения М. Снайдера; дополнительный опрос о наличии или отсутствии у подростков друзей (авторское). Статистическая обработка полученных данных осуществлялась при помощи программы SPSS 26 с использованием непараметрического U-критерия Манна-Уитни и коэффициента корреляции r-Спирмена, описательной статистики и дисперсионного анализа с поправкой Bonferroni. В исследовании приняли участие 200 респондентов (n = 200) в возрасте от 12 до 18 лет, из них 100 человек составили подростки 15–18 лет (поколение Z) и 100 человек подростки 12–14 лет (поколение Альфа), обучающиеся в общеобразовательных школах г. Москвы СЗАО и ЮЗАО.

Результаты показали, что удовлетворенность жизнью, удовлетворенность школьной жизнью и коммуникативный контроль выше у подростков поколения Z, чем у подростков поколения Альфа.

Исследование подтверждает, что у подростков поколения Z чем выше шкала удовлетворенности жизнью, тем выше удовлетворенность школьной жизнью, коммуникативный контроль и потребность расширения дружеских контактов. У подростков поколения Альфа удовлетворенность жизнью положительно коррелирует только с удовлетворенностью школьной жизнью. Подростки обоих поколений больше удовлетворены жизнью при наличии друзей, чем при их отсутствии, что указывает на ярко выраженную возрастно-психологическую особенность.

Ключевые слова: удовлетворенность жизнью, социализация, подростки, поколение Z, поколение Альфа, сверстники, коммуникативный контроль

Для цитирования: Гребенникова, О.В. Проблема удовлетворенности жизнью в контексте социализации подростков поколения Z и поколения Альфа // Новые психологические исследования. 2025. № 2. С. 109–129. DOI: 10.51217/npsyresearch_2025_05_02_06

Введение

Проблема удовлетворенности жизнью подростков в современном обществе становится всё более актуальной из-за множества факторов, влияющих на их восприятие жизни. Это касается внешнего вида, академической успеваемости, давления со стороны общества, семьи и сверстников. Сравнение с другими, навязывание определённых стандартов красоты и успеха создают ощущение неполноценности и неудовлетворённости собой.

Подростки живут в цифровой повседневности, где учатся, общаются и развиваются, а активное использование социальных сетей приводит к сравнению собственной жизни с идеальными образами, что может вызывать разочарование и недовольство реальностью. Учебная нагрузка и ожидания окружающих могут вызывать выгорание и снижение мотивации. Уровень удовлетворенности жизнью может быть важным показателем позитивной социализации подростков, что обуславливает актуальность нашего исследования.

Постановка проблемы

Цель. Изучение взаимосвязи удовлетворенности жизнью с удовлетворенностью школьной жизнью, самоконтролем общения и наличием друзей у подростков поколения Z и поколения Альфа.

Задачи исследования:

1. Представить теоретический анализ проблематики исследования.
2. Подобрать диагностический инструментарий эмпирического исследования.
3. Изучить взаимосвязь удовлетворенности жизнью с удовлетворенностью школьной жизнью, самоконтролем общения и наличием друзей у подростков поколения Z и поколения Альфа.

Теоретическое обоснование

Феномен удовлетворенности жизнью представляет собой сложную категорию, охватывающую психологические, социальные и философские аспекты. Его содержание не является постоянным и изменяется в зависимости от условий жизни.

Г. Зиммель, Э. Дюркгейм и М. Вебер разработали ряд теоретических и методологических основ для изучения этого феномена. В работах этих классиков социальной философии представлены ключевые теоретические модели, отражающие основные принципы и характеристики формирования и развития удовлетворенности жизнью. Эти идеи были далее развиты в монографиях, учебниках и научных статьях как зарубежных, так и российских философов. Например, О.И. Шкаратан, В.В. Радаев и А.Г. Здравомыслов исследовали структуру направлений и потребностей личности, а также этические и моральные ценности. И.С. Кон занимался выявлением и анализом смысловых компонентов человеческой жизни. В трудах К.М. Долгова рассматриваются вопросы взаимодействия между личностью и культурой, а исследования А.Н. Леонтьева и В.И. Вернадского посвящены теоретико-методологическим аспектам удовлетворенности жизнью (Шукина, 2015).

Изучением философских вопросов, связанных с человеческим потенциалом, его реализацией и развитием в контексте удовлетворенности жизнью, занимались такие известные учёные, как Б.Г. Юдин, А.Г. Васильева, В.Ж. Келле, Г.Д. Петрова, В.М. Петров, Н.А. Носов, В.А. Федотов и другие (Алимбаева, Мартаева, 2016).

А.Г. Деменев отмечал, что Н. Брэдберн в своих работах заложил основу понимания феномена «удовлетворенность жизнью», которое, по его мнению, является синонимом психологического благополучия. Учёный считал, что удовлетворенность жизнью личности подразумевает под собой баланс между негативными и позитивными аффектами (Деменев, 2016). Э. Динер, по мнению А.Г. Деменева, рас-

смастривал субъективное благополучие как структуру из трёх основных элементов: удовлетворение, положительные эмоции и отрицательные эмоции (Деменев, 2016).

Представитель гуманистической психологии К. Роджерс в понимании феномена «удовлетворенности жизнью» выделил три подхода. Первый подход основывается на индивидуальной оценке реальных жизненных условий, личном опыте и субъективном восприятии жизни. Если человек воспринимает свою жизнь положительно, то она такой для него и будет. Второй подход сосредоточен на удовлетворении предпочтений индивида. В условиях ограниченных ресурсов люди склонны выбирать те вещи, которые быстрее улучшат качество их жизни. Согласно этому подходу, удовлетворённость жизнью в обществе зависит от того, насколько люди получают желаемое. Третий подход описывает характеристики «хорошей» жизни, которые определяются идеалами и нормами, сложившимися в определенный исторический период (Психология личности, 2019).

Способность человека регулировать свое внутреннее состояние – ключевой фактор, определяющий субъективное благополучие и уровень удовлетворенности жизнью. Это подтверждается многочисленными исследованиями (Щипицын, 2014), которые показывают корреляцию между эмоциональным самоконтролем и ощущением счастья. Однако простое утверждение о связи между внутренним состоянием и удовлетворенностью жизнью неполно. Для глубокого понимания этого феномена необходимо обратиться к сложной взаимосвязи между процессами познания, поведением и оценкой жизненных обстоятельств. Наиболее адекватный инструмент для анализа этой взаимосвязи – методология анализа субъект-объектных взаимодействий. Эта методология, разрабатываемая такими авторами, как П.П. Гайденко, В.С. Стёпиным, В.А. Лекторским и другими, позволяет рассматривать человека не как пассивного наблюдателя, а как активного участника, формирующего свою реальность через взаимодействие с окружающим миром. Традиционные модели субъект-объектных взаимодействий, будь то двухчленные или трёхчленные схемы, фокусируются на анализе процесса взаимодействия, включая восприятие, интерпретацию и реакцию субъекта на объективные факторы.

Ключевыми переменными в рамках таких моделей являются эмоциональные состояния такие, как удовольствие, удовлетворение, восторг и радость. Однако ограничение анализа только этими эмоциями

недостаточно. Необходимо учитывать более широкий спектр чувств, включая негативные эмоции такие, как тревога, страх, гнев, а также нейтральные состояния. Интенсивность и продолжительность этих состояний, а также способы их регуляции играют решающую роль в формировании субъективной оценки жизни. Более всесторонний подход должен включать как объективные показатели (уровень дохода, состояние здоровья, социальное окружение), так и субъективные оценки (личное восприятие качества жизни, смысл жизни, самооценка) (Галнахметова, 2014).

Субъективная сторона отражает личное восприятие качества своей жизни, в то время как объективная сторона основана на реальных условиях существования. Важно отметить, что уровень удовлетворенности жизнью динамичен и изменяется в течение жизни.

Интересен подход Б.С. Нойгартена, который разработал тест под названием «Индекс удовлетворенности жизнью» (адаптированный для российской выборки Н.В. Паниной). Автор учитывает наличие интереса к жизни, целеустремленность, позитивную оценку своих действий, общего эмоционального фона (цит. по Шатмухаметова, 2019).

В современной отечественной психологии существует множество подходов в изучении феномена удовлетворенности жизнью, которые исследуют его через фокус благополучия (А.В. Куликов, Р.М. Шамионов, Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко, В.А. Воронина и др.) (цит. по Фомина, 2016).

И.А. Джидарьян определяет удовлетворенность жизнью как характеристику, относящуюся не просто к человеку, а к человеку как субъекту бытия, потому что свою настоящую суть эта характеристика проявляет лишь относительно масштаба целостного бытия человека – в соединении его вчера, сегодня и завтра. Осознание счастья дает возможность человеку оценить и прочувствовать свою жизнь как уникальное и целостное состояние, как неповторимую судьбу, определяемую понятиями благополучия или неблагополучия, радости или страдания. Это качественная оценка, позволяющая судить о гармонии внутреннего мира и соответствии жизни ожиданиям и ценностям. С точки зрения И.А. Джидарьян, счастье – это субъективная оценка, личное мнение человека о своих чувствах и восприятии жизни, основанное на его собственных внутренних ориентирах и представлениях об идеале. При этом соответствие этих идеалов общепринятым нормам и взглядам не играет существенной роли (Джидарьян, 2013).

В современном обществе подростки – это дети из поколения Z (15–18 лет) и поколение α (Альфа) (дети, рожденные после 2010 года). Адаптированная версия теории Хоува и Штрауса, предложенная группой авторов под руководством Евгении Шамис, описывает поколение Z, выросшее в цифровую эпоху, как поколение, характеризующееся прагматизмом, независимостью и стремлением к аутентичности. Они ценят информацию, полученную из онлайн-источников, и часто демонстрируют предпринимательский дух. В отличие от них, поколение Альфа полностью погружено в мир технологий. Они более восприимчивы к визуальному контенту и привыкли к мгновенному удовлетворению. Их обучение и социализация тесно связаны с цифровыми платформами (цит. по Миронова, 2019).

Автор статьи указывает, что подростковый возраст характеризуется также эмоциональной нестабильностью, вызванной гормональными изменениями и развитием личности. Многие подростки испытывают трудности с определением своих жизненных целей и смыслов. Отсутствие ясности в будущем может вызывать беспокойство и чувство пустоты, что снижает уровень удовлетворённости жизнью. Подросткам важно чувствовать себя любимыми и принятыми, чтобы ощущать гармонию внутри себя, быть успешными и социализированными.

По мнению автора статьи, для подростков особую роль в процессе социализации играет наличие сверстников, групповая принадлежность, качество межличностного общения. Это относится как к реальному, так и к виртуальному общению. Подростковый возраст характеризуется определенными особенностями межличностного взаимодействия. В этом возрасте наблюдается выраженная направленность ребенка на общение со сверстниками. Для подростков характерно стремление подчеркнуть свою «взрослость» перед окружающими. Следствием этого становится подчеркивание своей принадлежности к группе сверстников и демонстрация своей независимости от взрослых. Подростки могут использовать для этого определенный стиль одежды, сленг, музыкальные предпочтения, демонстративный тип поведения.

Автор статьи также обращает внимание на то, что межличностные отношения в подростковом возрасте развиваются под влиянием ценностей группы, свободным от опеки взрослых. В то же время подростки осуществляют довольно строгий контроль за соблюдением правил поведения в группе. Общность увлечений и забот, возможность открытого обсуждения без страха перед насмешками, равноправное общение со сверстниками делают эти группы более привлекатель-

ными для подростков, чем общение со взрослыми. Взаимодействие со сверстниками служит важным источником знаний для подростков. Совместная деятельность способствует формированию значимых навыков социального взаимодействия, умения подчиняться коллективным решениям и защищать свои интересы, находить баланс между личными и общественными потребностями. Без общения со сверстниками, где отношения строятся на равноправии, а статус нужно заслужить, ребенок не сможет развить необходимые коммуникативные навыки. Конкуренция, присущая групповым отношениям, отсутствующая в отношениях с родителями, является ценным жизненным опытом.

В эпоху цифровых технологий и социальных сетей, по мнению автора статьи, роль друзей в жизни подростков претерпевает значительные изменения, но при этом остается не менее важной. Друзья становятся надежными товарищами, помогающими справиться с вызовами взросления, поддерживая в трудные моменты и разделяя радости. Современные подростки часто проводят больше времени в виртуальном пространстве, что может приводить к ослаблению личных контактов. Однако потребность в близких друзьях, способных понять и принять, никуда не исчезает. Друзья представляют собой своеобразную семью, где можно быть собой, не боясь осуждения. Дружба играет ключевую роль в формировании личности подростка, помогая развить навыки общения, эмпатию и умение работать в команде. Влияние друзей может быть как положительным, так и отрицательным, поэтому важно выбирать окружение, которое способствует развитию и росту. В конечном итоге, друзья помогают подросткам чувствовать себя увереннее, адаптироваться к миру и находить свое место в обществе.

Как отмечает автор статьи, подростки часто оценивают школьную жизнь неоднозначно. С одной стороны, школа предоставляет платформу для общения, развития и подготовки к будущему. Ученики ценят возможность получать знания, участвовать в кружках и секциях, находить друзей. С другой стороны, школьная программа часто кажется оторванной от реальной жизни, перегруженной информацией и недостаточно ориентированной на индивидуальные потребности. Факторы, влияющие на удовлетворенность, включают взаимоотношения с учителями и одноклассниками, ощущение поддержки и понимания, возможность самореализации и признания.

В нашем эмпирическом исследовании фокус внимания будет сосредоточен не на цифровых технологиях и использовании

подростками социальных сетей, а на таких показателях социализации поколения Z и поколения Альфа, как удовлетворенность жизнью, удовлетворенность школьной жизнью, самоконтроль общения и наличие или отсутствие друзей.

Выборка исследования

В эмпирическом исследовании приняли участие подростки 15–18 лет (поколение Z) и подростки 12–14 лет (поколение Альфа) в количестве 200 человек ($n = 200$), из них 100 респондентов поколения Z и 100 респондентов поколения Альфа, обучающихся в общеобразовательных школах г. Москвы СЗАО и ЮЗАО.

Методы:

1. Шкала удовлетворённости жизнью (сокр. ШУДЖ, англ. Satisfaction With Life Scale, сокр SWLS) – краткий скрининговый самоопросник, предназначенный для опросов респондентов о степени субъективной удовлетворенности их жизнью. Предложена Э. Динером, Р.А. Эммонсом, Р.Дж. Ларсеном и Ш. Грифффином в 1985 году, адаптирована и валидизирована Д.А. Леонтьевым и Е.Н. Осиным в 2003 году на русском языке (Осин, Леонтьев, 2008).

2. Методика «Изучение удовлетворенности учащегося школьной жизнью» (в адаптации Аксеновой Л.И.) (Андреева, 1994).

3. Методика диагностики оценки самоконтроля общения М. Снайдера (Комарова и др., 2012).

4. Дополнительный опрос о наличии или отсутствии у подростков друзей (авторское).

Статистическая обработка полученных данных осуществлялась при помощи программы SPSS 26 с использованием непараметрического U-критерия Манна-Уитни и коэффициента корреляции Спирмена, а также описательной статистики и дисперсионного анализа с поправкой Bonferroni.

Результаты и обсуждение

Данные эмпирического исследования показали, что большинство подростков поколения Z (61%) имеет высокий уровень удовлетворенности жизнью. Они считают, что их жизнь соответствует идеалу и условия их жизни превосходные. В целом, подростки 15–18 лет удовлетворены жизнью, достигают в главном то, чего хотят. Им ничего в жизни не хочется менять. 37% респондентов имеют средний

уровень удовлетворенности жизнью. Фокус их внимания сосредоточен на том, что они сомневаются в удовлетворенности своей жизнью. На утверждения Шкалы удовлетворенности жизнью в основном отвечают «ни то, ни другое». 2% подростков поколения Z констатировали умеренный уровень удовлетворенности жизнью. Такие подростки почти не согласны, что их жизнь соответствует идеалу или условия их жизни превосходные. Они считают, что в своей жизни они многое бы изменили (см. рис. 1).

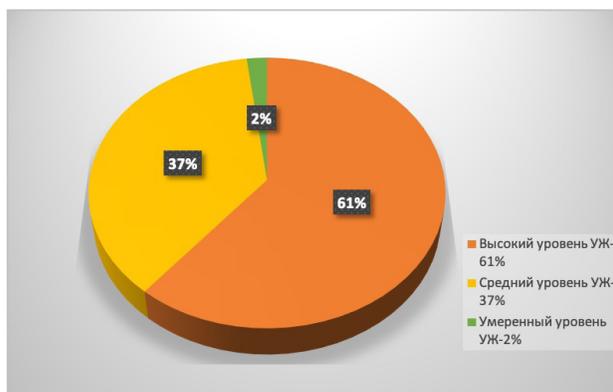


Рис. 1. Уровни удовлетворенности жизнью (УЖ) у подростков поколения Z

Результаты Шкалы удовлетворенности жизнью показали, что 32% подростков поколения Альфа имеют высокий уровень удовлетворенности жизнью. Они удовлетворены условиями своей жизни. Их все устраивает, и они пока ничего не хотели бы в ней менять. Подростки 12–14 лет удовлетворены жизнью и достигают поставленных целей. Большинство подростков (59%) имеют средний уровень удовлетворенности жизнью. Иногда они удовлетворены своей жизнью, но на некоторые утверждения Шкалы удовлетворенности жизнью в основном отвечают ни «согласен (на)», ни «не согласен (на)». Многие из них выражают сомнения в том, хотели бы они поменять что-то в своей жизни или нет. 7% подростков поколения Альфа показали умеренный уровень удовлетворенности жизнью. Они почти не согласны, что их жизнь соответствует идеалу или условия их жизни превосходные. Данные респонденты считают, что в своей жизни они многое бы изменили. 2% подростков поколения Альфа имеют низкий уровень удовлетворенности жизнью. На данном возрастном этапе они считают, что их жизнь вообще не соответствует идеалу и условия

жизни далеки от превосходных. По их мнению, они не достигают в основном то, чего хотят. Данные подростки не удовлетворены своей жизнью и почти все бы в ней изменили (см. рис. 2).

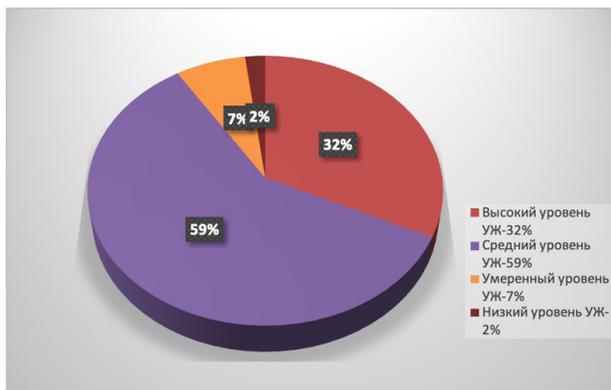


Рис. 2. Уровни удовлетворенности жизнью (УЖ) у подростков поколения Альфа

Методика «Изучение удовлетворенности учащегося школьной жизнью» (в адаптации Аксеновой Л.И.) позволила получить следующие результаты. Большинство подростков поколения Z (54%) продемонстрировало высокий уровень удовлетворенности школьной жизнью. Они позитивно оценивают свое пребывание в школе: идут с хорошим настроением, их устраивает классный руководитель, у них есть любимые школьные предметы, есть возможность в классе свободно высказать свое мнение. Данные подростки считают, что в школе создаются все условия для развития их способностей. Многие из них скучают по школе на летних каникулах.

44% подростков 15–18 лет имеют средний уровень удовлетворенности школьной жизнью. Такие подростки могут идти в школу как с радостью, так и с другим настроением. У них есть любимые учителя, любимые школьные предметы, но они считают, что не все условия в школе созданы для реализации их возможностей. Многие затрудняются согласиться с мнением, что школа по-настоящему готовит их к самостоятельной жизни. Не все респонденты скучают по школе во время летних каникул.

Только 2% подростков поколения Z показали низкий уровень удовлетворенности школьной жизнью. В школу они не идут с радостью, нет любимых предметов. Они считают, что к учителям нельзя обратиться за помощью в трудной жизненной ситуации.

Данные подростки отмечают, что в классе они не могут свободно выразить свое мнение. По школе совсем не скучают на летних каникулах.

Большинство подростков поколения Альфа (68%) показали средний уровень удовлетворенности школьной жизнью. На предложенные варианты утверждений о том, с каким настроением они идут в школу, есть ли у них любимые предметы, учитель, отвечают, что «трудно сказать». Многие из них не согласны с тем, что могут свободно в классе выразить свое мнение. Однако есть и такие респонденты, у которых отмечается хорошее настроение в школе, и их устраивает классный руководитель. Большинство из них не скучают по школе на летних каникулах.

22% подростков 12–14 лет констатировали высокий уровень удовлетворенности школьной жизнью. С радостью идут в школу, могут обратиться за помощью к учителям в трудной жизненной ситуации, есть любимый учитель и любимые школьные предметы. Они считают, что школа может по-настоящему готовить их к самостоятельной жизни.

10% подростков поколения Альфа имеют низкий уровень удовлетворенности школьной жизнью. Отмечают отсутствие хорошего настроения в школе, любимых школьных предметов. Данные подростки считают, что в классе они не могут свободно выразить свое мнение. Утверждают, что школа не может по-настоящему подготовить их к жизни и в ней не созданы все условия для реализации их способностей. Во время летних каникул про школу не вспоминают и по ней не скучают (см. рис. 3).

Результаты методики самоконтроля общения продемонстрировали, что большинство подростков поколения Z (67%) имеет высокий уровень коммуникативного контроля. Такие подростки постоянно следят за собой, хорошо осознают, как и где следует вести себя, и умеют управлять своими эмоциями. Стараются все решать конструктивно. Они легко входят в любую роль, гибко реагируют на изменение ситуации, хорошо чувствуют состояния других людей. 31% респондентов поколения Z констатировали средний уровень коммуникативного контроля. Это указывает на то, что во взаимодействии с окружающими они могут быть искренними и эмоциональными, но испытывают сложности в регулировании своего поведения. 2% участников исследования показали низкий уровень самоконтроля общения. Данные подростки 15–18 лет демонстрируют устойчивое поведение и не считают нужным меняться в зависимо-

сти от ситуаций. Часто бывают прямолинейными, и поэтому многие считают их «неудобными» в общении.

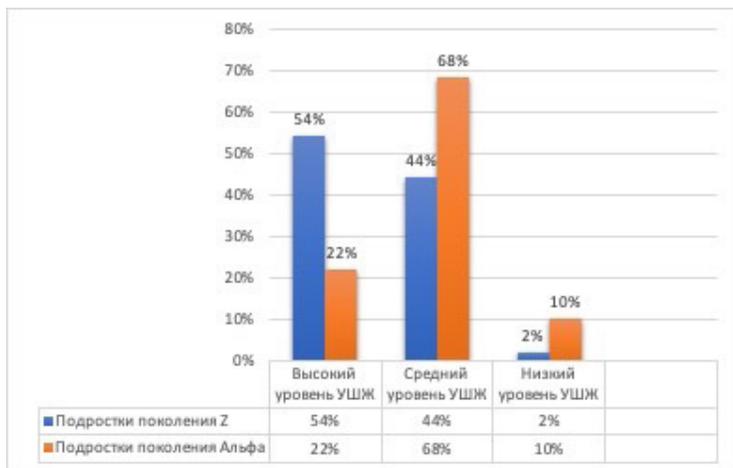


Рис. 3. Уровни удовлетворенности школьной жизнью (УШЖ) у подростков поколения Z и поколения Альфа

Большинство подростков поколения Альфа (75%) имеют средний уровень коммуникативного контроля. Во взаимодействии с окружающими они могут быть искренними и эмоциональными, но испытывают сложности с регуляцией поведения. 5% респондентов показали высокий уровень самоконтроля общения, что свидетельствует об их умении управлять своими эмоциями, поведением. Гибко реагируют на изменение ситуации. Низкий коммуникативный уровень констатируют 20% подростков 12–14 лет. Они способны к искреннему самораскрытию, но часто бывают прямолинейны и не считают, что нужно меняться в зависимости от ситуаций (см. рис. 4).

Дополнительный опрос о наличии друзей состоял из вопроса: «Скажи, пожалуйста, у тебя есть друзья?». Данные опроса показали, что большинство подростков поколения Z (89%) имеет много друзей, у 9% респондентов – 1–2 друга, и нет друзей только у 2% опрошенных подростков.

У большинства подростков поколения Альфа (73%) много друзей, у 22% респондентов – 1–2 друга, и 5% вообще не имеют друзей.

Статистическая обработка результатов эмпирического исследования показала следующее.

По всем показателям социализации подростков поколения Z и поколения Альфа (см. таблица 1 и таблица 2) статистическая значимость для критерия Колмогорова-Смирнова меньше 0,05, следовательно, все распределения значимо отличаются от нормального, что дает основание для применения непараметрического U-критерия Манна-Уитни и коэффициента корреляции r-Спирмена.

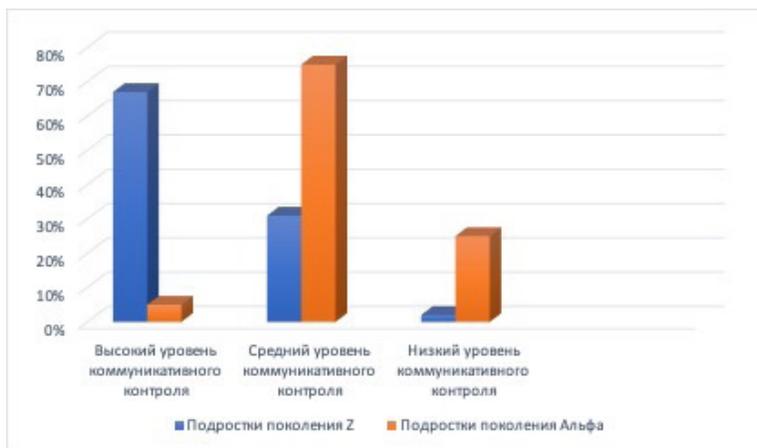


Рис. 4. Уровни самоконтроля общения у подростков поколения Z и поколения Альфа

Таблица 1. Описательные статистики, критерии нормального распределения и надежности показателей социализации подростков поколения Z

Показатели социализации	Критерий Колмогорова-Смирнова	M	SD	Экссесс	Ст. ошибка эксцесса	Асимметрия	Ст. ошибка асимметрии
Удовлетворенность жизнью	0,107 ($p = 0,007$)	25,5	0,326	-0,039	0,478	-0,542	0,241
Удовлетворенность школьной жизнью	0,171 ($p = 0,0001$)	2,88	0,345	-0,015	0,478	-0,810	0,241
Самоконтроль общения	0,292 ($p = 0,0001$)	6,51	0,157	1,446	0,478	-1,178	0,241

Таблица 2. Описательные статистики, критерии нормального распределения и надежности показателей социализации подростков поколения Альфа

Показатели социализации	Критерий Колмогорова-Смирнова	M	SD	Экспесс	Ст. ошибка экспесса	Асимметрия	Ст. ошибка асимметрии
Удовлетворенность жизнью	0,122 ($p = 0,001$)	23,87	0,362	0,739	0,478	-0,830	0,241
Удовлетворенность школьной жизнью	0,129 ($p = 0,0001$)	2,41	0,040	1,119	0,478	-0,642	0,241
Самоконтроль общения	0,243 ($p = 0,0001$)	4,29	0,111	0,368	0,478	0,658	0,241

Статистически значимые различия по непараметрическому U-критерию Манна-Уитни ($p = 0,002$) обнаружены у подростков поколения Z и поколения Альфа по показателю социализации – удовлетворенность жизнью (средние ранги: 113,04 и 87,96); ($p = 0,0001$ по показателям социализации: удовлетворенность школьной жизнью (средние ранги: 132,45 и 68,05), самоконтроль общения (средние ранги: 137,04 и 63,96); ($p = 0,003$) по показателю наличия или отсутствия друзей (средние ранги: 109,54 и 91,46). У подростков поколения Z выше уровень удовлетворенности жизнью, удовлетворенности школьной жизнью, выше показатели самоконтроля общения. У поколения Z больше респондентов, имеющих много друзей, чем у подростков поколения Альфа.

Корреляционный анализ по r критерию Спирмена при $p \leq 0,05$ показал, что у подростков поколения Z выявлена положительная корреляция $r = 0,223$ между удовлетворенностью жизнью и удовлетворенностью школьной жизнью; $r = 0,219$ между удовлетворенностью жизнью и уровнем коммуникативного контроля; $r = 0,220$ между удовлетворенностью жизнью и наличием друзей. Чем выше шкала удовлетворенности жизнью, тем подростки поколения Z более удовлетворены школьной жизнью. Чем выше шкала удовлетворенности жизнью, тем выше уровень коммуникативного контроля. Чем выше шкала удовлетворенности жизнью, тем больше стремление иметь как можно больше друзей (см. табл. 3).

Таблица 3. Корреляционные значения по показателям социализации у подростков поколения Z

Показатели социализации	Удово- ленность жизнью	Удово- ленность школьной жизнью	Самоконтроль общения	Наличие друзей
Удовлетворенность жизнью	1	0,223 $p = 0,026$	0,219 $p = 0,028$	0,220 $p = 0,027$
Удовлетворенность школьной жизни	0,223 $p = 0,026$	1	0,192 $p = 0,056$	0,027 $p = 0,790$
Самоконтроль общения	0,219 $p = 0,028$	0,192 $p = 0,056$	1	0,035 $p = 0,732$
Наличие друзей	0,220 $p = 0,027$	0,027 $p = 0,790$	0,035 $p = 0,732$	1

Корреляционный анализ по r критерию Спирмена при $\leq 0,01$ показал, что у подростков поколения Альфа выявлена положительная корреляция $r = 0,319$ только между удовлетворенностью жизнью и удовлетворенностью школьной жизнью. Чем выше удовлетворенность жизнью у подростков поколения Альфа, тем выше показатели удовлетворенности школьной жизнью (см. табл. 4).

Таблица 4. Корреляционные значения по показателям социализации у подростков поколения Альфа

Показатели социализации	Удово- ленность жизнью	Удово- ленность школьной жизнью	Самоконтроль общения	Наличие друзей
Удовлетворенность жизнью	1	0,319 $p = 0,001$	0,015 $p = 0,911$	0,076 $p = 0,452$
Удовлетворенность школьной жизни	0,319 $p = 0,001$	1	0,013 $p = 0,898$	0,011 $p = 0,913$
Самоконтроль общения	0,015 $p = 0,911$	0,013 $p = 0,898$	1	-0,168 $p = 0,094$
Наличие друзей	0,076 $p = 0,452$	0,011 $p = 0,913$	-0,168 $p = 0,094$	1

Для оценки достоверности групповых различий у подростков от 12 до 18 лет по показателям социализации нами использовался метод однофакторного дисперсионного анализа. В качестве категориального фактора вводилось наличие друзей, а зависимая переменная была представлена показателями социализации: удовлетворенность

жизнью, удовлетворенность школьной жизнью и самоконтроль общения. Оценка распределения зависимой переменной – удовлетворенность жизнью, удовлетворенность школьной жизнью, самоконтроль общения для сравниваемых групп с применением критерия Ливиния показала равенство дисперсий ($p > 0,05$). Анализ множественных сравнений с поправкой Bonferroni констатировал, что удовлетворенность жизнью как показатель социализации наиболее интенсивно варьируется между группами, где присутствуют и отсутствуют друзья ($p = 0,0001$). Статистически достоверно не отличаются группы подростков от 12 до 18 лет, где 1–2 друга и много друзей. По другим показателям значимых различий нет (см. табл. 5).

Таблица 5. Статистически достоверные результаты однофакторного дисперсионного анализа

Показатели социализации	Наличие друзей M (среднее) и SD (стандартное отклонение)			Критерий Фишера (F)	Уровень значимости (p)
	Отсутствуют друзья	Один-два друга	Много друзей		
Удовлетворенность жизнью	M = 18,14 SD = 2,73	M = 24,73 SD = 2,65	M = 24,97 SD = 3,50	14,121	0,0001

Таким образом, подростки 12–18 лет, которые не имеют друзей, констатируют более низкие показатели удовлетворенности жизнью, а подростки, у которых есть друзья, несмотря на их количество, более удовлетворены жизнью.

Выводы

1. Подростки поколения Z (15–18 лет) в большинстве характеризуются высоким уровнем удовлетворенности жизнью. Демонстрируют высокий уровень удовлетворенности школьной жизнью, что свидетельствует об их психологическом благополучии в учебно-образовательном процессе. Им свойственен высокий уровень самоконтроля общения и наличие большого количества друзей.

2. Подростки поколения Альфа (12–14 лет) в основном констатируют средний уровень удовлетворенности жизнью. Большинство из них имеют средний уровень удовлетворенности школьной жизнью и средний уровень коммуникативного контроля. Большинство подростков 12–14 лет предпочитают иметь много друзей, но среди них есть и те, которых устраивает наличие 1–2 друзей.

3. Подростки поколения Z имеют более выраженную тенденцию к позитивной социализации, чем подростки поколения Альфа, что подтверждено статистически значимыми различиями.

4. У подростков поколения Z выявлена положительная корреляционная связь между удовлетворенностью жизнью и удовлетворенностью школьной жизнью, самоконтролем общения и наличием друзей. Чем выше шкала удовлетворенности жизнью, тем выше удовлетворенность школьной жизнью, коммуникативный контроль и потребность расширения дружеских контактов. У подростков поколения Альфа положительная корреляция выявлена только между удовлетворенностью жизнью и удовлетворенностью школьной жизнью. Это может свидетельствовать о том, что, чем старше подростки, тем шире спектр влияния удовлетворенности жизнью на разные показатели социализации.

5. Подростки 12–18 лет будут больше удовлетворены жизнью при наличии друзей, чем подростки, у которых они отсутствуют, что указывает на ярко выраженную возрастно-психологическую особенность.

Благодарность

Исследование выполнено в рамках госзадания FNRE-2024-0016 «Психологические эффекты цифровизации образовательной среды: возможности когнитивного и личностного развития и риски социализации».

Литература

- Алимбаева, Р.Т., Мартаева, А.У. Субъективное благополучие и удовлетворенность жизнью // *Инновационная наука*. 2016. № 11(3). С. 142–143.
- Андреева, А.А. Методика «Изучение удовлетворенности учащегося школьной жизнью» // *Воспитательная система школы: аспект моделирования: учебно-методическое пособие* / Под ред. Е.Н. Степанова. Псков: ПОИПКРО, 1994. С. 47–48.
- Галиахметова, Л.И. Удовлетворенность жизнью и ее социально-психологические компоненты // *Современный взгляд на будущее науки: сборник статей Международной научно-практической конференции* / Под ред. А.А. Сукиасяна. Уфа: Научный центр Аэтерна, 2014. С. 159–162.
- Деменев, А.Г. Субъективистские и объективистские теории в современных исследованиях счастья // *Вестник Волгоградского гос. ун-та. Сер. 7. Философия*. 2016. № 4. С. 7–15.
- Джидарьян, И.А. Психология счастья и оптимизма. М.: Институт психологии РАН, 2013.

- Комарова, А.В., Ситников, В.А., Слотина, Т.В. Практикум по психологии общения. СПб.: Петербургский гос. ун-т путей сообщения, 2012.
- Миронова, О.А. Проблемы и задачи цифрового образования в России в контексте теории поколений // Вестник РГЭУ РИНХ. 2019. Т. 1. № 65). С. 51–63. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-i-zadachi-tsifrovogo-obrazovan> (дата обращения 15.02.2025).
- Осин, Е.Н., Леонтьев, Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // III Всероссийский социологический конгресс «Социология и общество: пути взаимодействия»: сб. тезисов. М.: Институт социологии РАН, 2008. URL: <https://publications.hse.ru/mirror/pubs/share/folder/pjuun7fz60/direct/78753837.pdf> (дата обращения: 01.02.2025).
- Психология личности: хрестоматия / Под ред. Ю.Б. Гипшенрейтер, А.А. Пузырей, В.В. Архангельской. М.: АСТ: Астрель, 2019. С. 144–156.
- Фомина, О.О. Благополучие личности: проблемы и подходы к исследованию в отечественной психологии // Интернет-журнал «Мир науки». 2016. Т. 6. № 4. URL: <http://mir-nauki.com/PDF/53PSMN616.pdf> (дата обращения 03.02.2025).
- Шаймухаметова, С.Ф. Удовлетворенность качеством жизни как коррелят жизнестойкости личности // АНИ: педагогика и психология. 2019. № 2(27). С. 406–408.
- Щипицын, А.Г. Программа анализа уровня удовлетворенностью жизнью // Хроники объединенного фонда электронных ресурсов «Наука и образовании». 2014. № 8(63). С. 10.
- Щукина, М.А. Саморазвитие как компонент личностной зрелости и удовлетворенности жизнью // Психология обучения. 2015. № 5. С. 60–72.

Сведения об авторе

Ольга В. Гребенникова, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории психологии подростка Федерального научного центра психологических и междисциплинарных исследований Психологический институт, Москва, Россия; 125009, Россия, Москва, ул. Моховая, д. 9, стр. 4; grebennikova577@mail.ru

Grebennikova O.V.

The problem of life satisfaction in the context of socialization
of generation Z and generation Alpha adolescents

*Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research (Psychological Institute),
Moscow, Russia*

In the context of adolescence, characterized by the active formation of social ties and self-discovery, life satisfaction acquires special significance. It makes the adolescent more open and sociable, helps build healthy relationships, and motivates self-improvement. Feeling good about themselves, adolescents are actively involved in the educational and cognitive process, successfully adapts to adult life.

The purpose of this study was to examine the relationship between life satisfaction with satisfaction with school life, self-control of communication, and having friends among Generation Z and Generation Alpha adolescents.

The following empirical methods were used: Satisfaction With Life Scale (SWLS), a short screening self-questionnaire designed to survey respondents about the degree of subjective satisfaction with their life. Proposed by E. Diener, R.A. Emmons, R.J. Larsen and S. Griffin in 1985, adapted and validated by D.A. Leontiev and E.N. Osin in 2003 in Russian; the method “Study of student satisfaction with school life” (adapted by L.I. Aksenova); M. Snyder’s diagnostic technique for assessing self-control of communication; an additional survey on the presence or absence of friends among adolescents (author’s). Statistical processing of the obtained data was performed with the help of the SPSS 26 program, using the nonparametric Mann-Whitney U-criterion and r-Spearman correlation coefficient, descriptive statistics, and analysis of variance with Bonferroni correction. The study involved 200 respondents ($n = 200$) aged 12 to 18 years, of whom 100 were adolescents aged 15–18 years (generation Z) and 100 were adolescents aged 12–14 years (generation Alpha), studying in general education schools in Moscow.

The results showed that life satisfaction, satisfaction with school life, and communicative control are higher in Generation Z adolescents than in Generation Alpha adolescents.

The study confirms that in Generation Z adolescents, the higher the level of life satisfaction, the higher the satisfaction with school life, communicative control, and the need to expand friendship contacts. In Generation Alpha adolescents, life satisfaction is positively correlated only with satisfaction with school life. Adolescents of both generations are more satisfied with life when they have friends than when they do not, which indicates a pronounced age-related psychological feature.

Key words: life satisfaction, socialization, adolescents, Generation Z, Generation Alpha, peers, communicative control

For citation: Grebennikova, O.V. (2025). The problem of life satisfaction in the context of socialization of adolescents of generation Z and generation Alpha. *New Psychological Research*, No. 2, 109–129. DOI: 10.51217/npsyresearch_2025_05_02_06

Acknowledgement

The study was carried out within the framework of the state task FNRE-2024-0016 «Psychological effects of digitalization of educational environment: opportunities for cognitive and personal development and risks of socialization».

References

- Alimbaeva, R.T., Martaeva, A.U. (2016). Subjective well-being and life satisfaction. *Innovatsionnaya nauka*, 11(3), 142–143.
- Andreeva, A.A. (1994). Methodology “Study of student’s satisfaction with school life”. In E.N. Stepanov (Ed.), *Educational system of the school: the aspect of modeling: teaching and methodological manual* (pp. 47–48). Pskov: POIPKRO.
- Demenev, A.G. (2016). Subjectivist and objectivist theories in modern studies of happiness. *Vestnik Volgogradskogo gos. un-ta. Ser. 7 Filosofiya*, 4, 7–15.
- Dzhidaryan, I.A. (2013). *Psychology of happiness and optimism*. Moscow: Institut psikhologii RAN.
- Fomina, O.O. (2017). Personality well-being: problems and approaches to research in Russian psychology. *Internet-žurnal “Mir nauki”*, 6(4). Retrieved from <http://mir-nauki.com/PDF/53PSMN616.pdf>
- Galiakhmetova, L.I. (2014). Satisfaction with life and its socio-psychological components. In A.A. Sukiasyan (Ed.), *A Modern View of the Future of Science: A Collection of Articles from the International Scientific and Practical Conference* (pp. 159–162). Ufa: Nauchnyi tsentr Aeterna.
- Gippenreiter, Yu.B., Puzyrei, A.A., Arkhangelskaya, V.V. (Eds.). (2019). *Psychology of personality: a textbook* (pp. 144–156). Moscow: AST: Astrel’.
- Komarova, A.V., Sitnikov, V.L., Slotina, T.V. (2012). *Practicum on the psychology of communication*. St. Petersburg: Peterburgskii gos. un-t putei soobshcheniya.
- Mironova, O.A. (2019). Problems and challenges of digital education in Russia in the context of the theory of generations. *Vestnik RGEU RINKb*, 1(65), 51–63.
- Osin, E.N., Leontiev, D.A. (2008). Approbation of Russian-language versions of two scales of express assessment of subjective well-being. In *III All-Russian Sociological Congress “Sociology and Society: Ways of Interaction”: Collection of abstracts*. Moscow: Institut sotsiologii RAN. Retrieved from <https://publications.hse.ru/mirror/pubs/share/folder/pjuun7fz60/direct/78753837.pdf>
- Shaimukhametova, S.F. (2019). Satisfaction with the quality of life as a correlate of personality resilience. *ANI: pedagogika i psikhologiya*, 2(27), 406–408.
- Shchipsyn, A.G. (2014). Program for analyzing the level of life satisfaction. *Khroniki ob’edinennogo fonda elektronnykh resursov «Nauka i obrazovanie»*, 8(63), 10.
- Shchukina, M.A. (2015). Self-development as a component of personal maturity and life satisfaction. *Psikhologiya obucheniya*, 5, 60–72.

Information about the author

Olga V. Grebennikova, Ph.D (Psychology), Senior researcher, Laboratory of psychology of the adolescent, Federal Scientific Center of Psychological and Interdisciplinary Research (Psychological Institute), Moscow, Russia; bld 9-4, Mokhovaya str., Russia, Moscow, 125009; *grebennikova577@mail.ru*