

REĀLĀ LAIMES IZJŪTA KĀ SVARĪGU DZĪVES VĒRTĪBU REALIZĀCIJA UN TĀS STRUKTŪRAS IZPĒTE LATGALES REĢIONĀ

Real Happiness as Realization of Important Vital Values and Research of Its Structure in Latgale Region

Ēriks Kalvāns

Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmija, Latvija

Abstract. *The aim of this scientific research article is to justify the term “real happiness” and the investigation of this phenomenon in the Latgale region.*

A number of studies confirmed the link between happiness and the socio-economic conditions in the state. The low standard of living of Latgale’s inhabitants resulted in a fast decline of the number of inhabitants in the region. The unemployment rate in Latgale is the largest rate of unemployment in Latvia. For this reason, the problem of well-being, the integral psychological part of which is a sense of real happiness is very topical in this region.

The theoretical interpretation of happiness in this article is based on the interpretation of this phenomenon as the degree of realization of the person's vital values. The term “real happiness” is used in the context of this understanding of happiness. This interpretation allows us to fully study the phenomenon of happiness, in contrast to the hedonistic concept of this phenomenon, according to which happiness is treated only as a pleasure.

The author developed methodology „Real Happiness Scales”, were used in the research paper. It was found out that the low level of feeling of real happiness is a topical problem for Latgale people, since 57.53 % can be classified as unhappy according the structure of this phenomenon.

Keywords: *real happiness, the realization of values, positive social relations, self-realization and positive attitude toward oneself, satisfaction with public values, Latgale inhabitants*

Ievads

Introduction

Laimes fenomena problēma ir viena no fundamentālajām psiholoģijas problēmām, tādēļ interese par to saglabājas visā psiholoģijas zinātnes vēsturē. Laime ir viena no svarīgākajām cilvēku pamatvērtībām. Tiekme pēc laimes ir raksturīga katram cilvēkam un veido neatņemamu cilvēka iedabas daļu. Cilvēka priekšstati par laimi iekļaujas viņa dzīves jēgu veidojošo vērtību sistēmā un atspoguļo viņa attieksmi pret pasauli (Мишутина, 2009).

Laimes fenomens mūsdienu psiholoģijā tiek traktēts galvenokārt pamatojoties uz pozitīvās psiholoģijas laimes fenomena traktējumu, kurā laime tiek izprasta kā apmierinātība ar dzīvi un pozitīvu emociju dominante.

Šajā rakstā tiek piedāvāts traktēt laimi kā svarīgu dzīves vērtību realizācijas pakāpi. Tās definēšanai tika izveidots un pamatots jēdziens „reālā laimes izjūta” (RLI). Šis jēdziens netiek traktēts kā pretstats hedonistiskajam laimes definējumam, bet gan papildina šo traktējumu, kas ļauj daudzpusīgāk izpētīt

laimes izjūtas fenomenu. Šāds traktējums saskan ar tādu autoru kā P. Theuns, B. Baran, R. Van Vaerenberg (2012), C.S. Dunkel (2013) pētījumiem, kuros tiek akcentēta svarīgu dzīves vērtību sasniegšanas kā būtiskākā laimes izjūtu noteicošā faktora nozīmība. Jēdziens „reālā laimes izjūta” idejas līmenī ir pārstāvēts darbos, kuros pētītas dzīves jēgu veidojošās vērtības reālajā un ideālajā modelī (Карпинский, 2011; Капто, 2006).

Pozitīvās psiholoģijas ietvaros tika veikta virkne pētījumu (Adler & Newman, 2002; Clark & Oswald, 1994; Diener & Biswas Diener, 2002; Diener & Seligman, 2004; Stevenson & Wolfers, 2008; Svence, 2009.), kuri apstiprina laimes izjūtas saikni ar valsts sociāli ekonomiskajiem apstākļiem un iedzīvotāju dzīves līmeni.

Zemais Latgales iedzīvotāju dzīves līmenis izraisīja strauju šī reģiona iedzīvotāju skaita samazināšanos. No 2000.gada Latgales iedzīvotāju skaits samazinājās par 24 %. Iekšzemes kopprodukts uz vienu Latgales iedzīvotāju ir 15 reizes zemāks, nekā IKP uz vienu Rīgas iedzīvotāju (Воронов & Лавриненко, 2011). Bezdarba līmenis Latgalē, saskaņā ar oficiālajiem datiem, sastāda 19,1 %, kas ir lielākais bezdarba rādītājs Latvijā (saskaņā ar Nodarbinātības Valsts aģentūras datiem, 2016).

Nemot vērā minētos faktus šī pētījuma mērķis ir izpētīt Latgales iedzīvotāju reālās laimes izjūtu.

Jēdziena „reālā laimes izjūta” pamatojums *Justification of the concept „real happiness”*

Jēdziens „reālās laimes izjūta” netiek lietots psiholoģiskajā literatūrā, tomēr šis jēdziens pilnībā atbilst tādu autoru kā F.Endrjūsa un S.Vaitija (Andrews & Withey, 1976) un E.Dīnera un līdzautoru (Diener, 1984; Diener, Lucas, & Smith, 1999) laimes koncepcijai, saskaņā ar kuru laimes kognitīvo komponentu nosaka difference starp indivīda reālo situāciju un viņa ideālajiem priekšstatiem par šo situāciju svarīgu dzīves vērtību realizācijas gadījumos. Minētais jēdziens tiek piedāvāts, lai pēc iespējas daudzpusīgāk traktētu laimes izjūtas fenomenu, jo pozitīvās psiholoģijas ietvaros tas tiek definēts galvenokārt hedonistiskās paradigmas tradīcijās kā bauda, kura rodas no pozitīva savas dzīves novērtējuma un pozitīvu emociju pārsvara pār negatīvajām.

Tādējādi jēdziens „reālā laimes izjūta” šī raksta ietvaros tiek interpretēts kā individuāli psiholoģisks parametrs, ar kura palīdzību tiek aprakstīts cilvēkiem svarīgu dzīves vērtību sasniegšanas līmenis, kurš raksturo indivīda apmierinātību ar personisko dzīvi. RLI apzīmē svarīgu dzīves vērtību sasniegšanas pakāpi, kuras rezultātā paaugstinās apmierinātība ar dzīvi un pozitīvo emociju līmenis. Analogiski laimes fenomenu traktē pētnieks E.Rends: „Laime ir tāds apziņas stāvoklis, kurš rodas, cilvēkam realizējot savas vērtības” (Rand, 1992, 67).

Svarīgs jēdziena RLI raksturlielums ir „reālistiskums”. Šī atziņa pamatojas zinātnieka K.Karpinska uzskatos par to, ka laimes izjūtas reālisms ir dzīves jēgas psiholoģiska īpašība, kura norāda uz to, ka cilvēka dzīves vērtības un to realizācija ir saistīta ar plašu reālo cilvēka dzīves apstākļu spektru (Карпинский, 2011). RLI interpretācijas kontekstā jāatzīmē, ka augsts RLI līmenis liecina par indivīda spēju izvēlēties reāli sasniedzamas vērtības pie šo vērtību praktiskajai realizācijai nepieciešamo resursu esamības (Карпинский, 2011).

„Reālistiskuma” parametrs var tikt traktēts kā „realizējamības” parametra ekvivalents, ar ko tiek saprasta cilvēka ideālā dzīves modeļa, kuru veido personiski svarīgas vērtības, realizācijas iespējamība ar pieejamo ārējo un personības resursu palīdzību (Карпинский, 2011).

RLI iespējams saistīt arī ar laimes fenomena afektīvo komponentu, kurš izpaužas kā cilvēka dzīves dominējošais emocionālais fons. Šo atziņu pamato N.Švarca un F.Starka atziņas par to, ka cilvēka spriedumus par apmierinātību ar dzīvi bieži vien nosaka viņu dominējošais emocionālais stāvoklis (Schwarz & Strack, 1999).

Turklāt svarīgu dzīves vērtību realizāciju pavada pozitīvu emociju līmeņa paaugstināšanās. Kad tiek sasniegts personiski svarīgs mērķis, kurš pamatojas cilvēka vērtību sistēmā, cilvēka emocionālajā sfērā dominē pozitīvās emocijas, svarīgākā no kurām ir prieks, kas, pēc M.Ārgaila domām, ir svarīgākais laimes izjūtu raksturojošais afektīvais komponents (Argyle, 2003).

Turpmāk aprakstītajā empīriskajā pētījumā tiek analizēta Latgales iedzīvotāju RLI struktūra.

Pētījuma metodoloģija *Research methodology*

Pētījumā tika iesaistīti respondenti no Rēzeknes, Balvu, Ludzas, Preiļu, Daugavpils un Krāslavas novada (n=450). Empīriskā pētījuma bāzi veidoja valsts izglītības iestādes, Latgales reģiona valsts iestādes un privātie uzņēmumi.

Respondentu RLI izpētei tika izmantota autora izstrādāta oriģinālmetodika „Reālās laimes skalas” (RLS) (Kalvāns, 2013), kas tika veidota kā ranžēšanas skala, kurā respondentiem tiek piedāvāts novērtēt subjektīvo nozīmīgumu un realizācijas pakāpi 15 indikatoriem, kuri nosaka viņu RLI. Šie indikatori saistīti ar cilvēka dzīves vērtībām un atspoguļo dažādus cilvēka esības aspektus. Šīs metodikas mērķis ir detalizēti izpētīt Latgales iedzīvotāju RLI struktūru.

Metodikas „RLS” indikatoru faktoranalīzes (KMO=0,795) rezultātā tika iegūti trīs faktori, kuri atspoguļo Latgales iedzīvotāju RLI struktūru (skat. 1. tabulu).

1.tab. Metodikas „RLS” faktoriālā struktūra
 Table 1 Factor structure of the methodology „RHS”

Faktori	Indikatori	(1)	(2)	(3)
(1) Apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām	Materiālā nodrošinātība	0,723		
	Likumība	0,713		
	Drošība	0,581		
	Taisnīgums	0,576		
	Garīgums (ticība Dievam)	0,488		
(2) Pašrealizācija un pozitīva attieksme pret sevi	Radošums		0,743	
	Aktīva, darbīga dzīve		0,624	
	Sava potenciāla realizācija		0,609	
	Interesants darbs		0,529	
	Pozitīvs pašnovērtējums		0,486	
	Pašnoteikšanās iespēja (brīvība)		0,438	
(3) Pozitīvas sociālās attiecības	Laimīga ģimenes dzīve			0,700
	Atbalstošas sociālās attiecības			0,619
	Sabiedriskā atzinība			0,575
	Dzīves stabilitātes izjūta			0,489
Summārā faktoru dispersija		14,7%	13,9%	13,8%
Kronbaha alfa		0,616	0,659	0,682

Ticamības saskaņotības noteikšanai tika izmantots Kronbaha alfa koeficients, kurš dotajai metodikai variē 0,616 – 0,682 robežās, kas liecina par pietiekamu atsevišķu metodikas punktu saskaņotību.

Turpmāk tiek aprakstīti pētījuma rezultāti, kas atspoguļo Latgales iedzīvotāju RLI struktūru.

Pētījuma rezultātu analīze *Analysis of the research results*

Metodikas „RLS” indikatoru faktoranalīzes rezultātā tika noteikts, ka Latgales iedzīvotāju RLI struktūru veido šādi faktori:

- „apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām”;
- „pašrealizācija un pozitīva attieksme pret sevi”;
- „pozitīvas sociālās attiecības”.

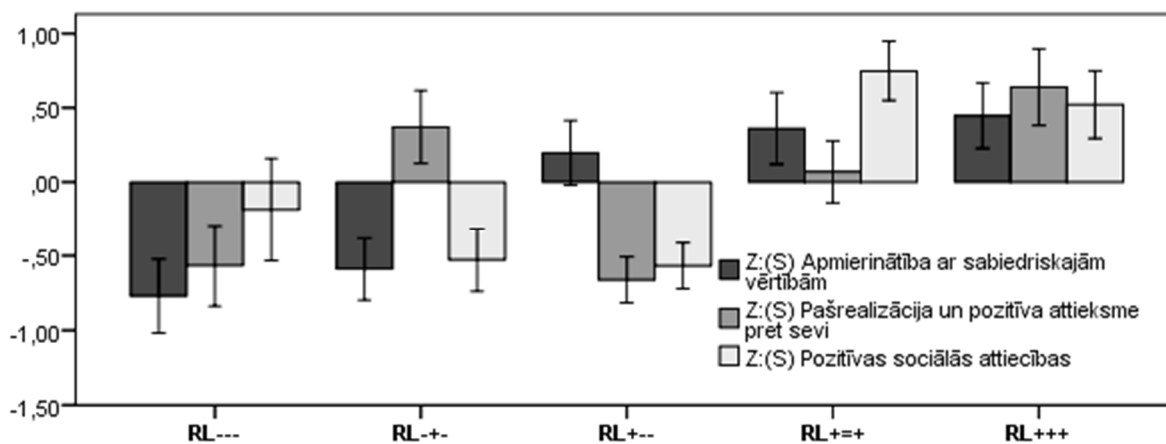
Iegūto faktoru saturs, kā arī metodikas „RLS” indikatoru ticamības saskaņotības rādītāji ilustrēti 1. tabulā.

Tiek pieņemts, ka būtiskāko ieguldījumu RLI nosaka šo fenomenu veidojošo faktoru svara (faktora nozīmīgums un tā realizācijas pakāpe) attiecības. Pamatojoties uz šo pieņēmumu, tika analizēts RLI struktūras faktoru svars. Tika noteikts, ka nozīmīgākais faktors, kas nosaka Latgales iedzīvotāju RLI ir „Pozitīvas sociālās attiecības”. Nākamais būtiskākais faktors ir „Pašrealizācija un

pozitīva attieksme pret sevi”, bet faktors „Apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām” neveic nozīmīgu ieguldījumu Latgales iedzīvotāju RLI.

Ar divpakāpju klasteranalīzes palīdzību tika veikta respondentu klasifikācija izdalīto RLI struktūras faktoru svāra telpā, kuras rezultātā tika iegūtas piecas respondentu grupas, kuras atspoguļo Latgales iedzīvotāju RLI struktūru.

1.attēlā ilustrētas minētās grupas un respondentu reālo sasniegumu svāra vidējās vērtības izdalītajās grupās.



1.att. Latgales iedzīvotāju RLI struktūra
Fig.1 Structure of the RH of Latgale inhabitants'

Turpmāk tiek raksturotas Latgales iedzīvotāju grupas ar dažādu RLI struktūru un veikta RLI faktoru svāra vidējo vērtību analīze minētajās grupās.

„RL---” grupas respondentu visi RLI faktori ir izteikti zemāk par izlases vidējo līmeni. Zemākais līmenis raksturo faktoru „Apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām”, bet augstākais - faktoru „Pozitīvas sociālās attiecības”. Šajā grupā respondentu reālo sasniegumu svārs pozitīvu sociālo attiecību jomā ir augstāks nekā grupās „RL-+-”, un „RL+--”. Tātad šo grupu raksturo neapmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām, zema pašrealizācija un pozitīvas attieksmes pret sevi trūkums, neapmierinātība ar sociālajām attiecībām.

„RL-+-” grupas respondentus raksturo zems faktoru „Apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām” un „Pozitīvas sociālās attiecības” svāra līmenis. Tajā pašā laikā šo grupu raksturo augstāks par izlases vidējo līmeni faktora „Pašrealizācija un pozitīva attieksme pret sevi” svārs. Iespējams secināt, ka šai grupai raksturīga neapmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām, pozitīva pašrealizācija un pozitīva attieksme pret sevi, neapmierinātība ar sociālajām attiecībām.

„RL+--” grupā faktoru „Pašrealizācija un pozitīva attieksme pret sevi” un „Pozitīvas sociālās attiecības” svāra vidējās vērtības ir zemākās pētītajā izlasē. Savukārt faktora „Apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām” svāra līmenis ir augstāks par izlases vidējo līmeni. Tādējādi grupai raksturīga apmierinātība ar

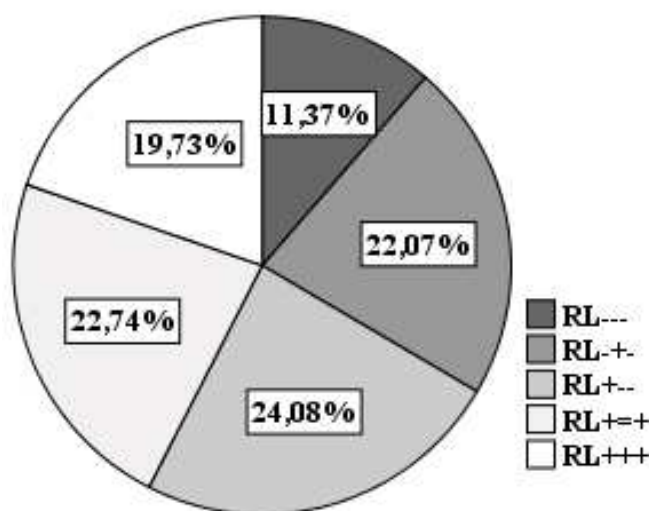
sabiedriskajām vērtībām, pašrealizācijas un pozitīvas attieksmes pret sevi trūkums, neapmierinātība ar sociālajām attiecībām.

„RL+=+” grupā faktoru „Apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām” un „Pozitīvas sociālās attiecības” svara līmenis ir augstāks izlases vidējo līmeni, bet faktora „Pašrealizācija un pozitīva attieksme pret sevi” svars ir tuvs izlases vidējam līmenim. Jāatzīmē, ka šo grupu raksturo visaugstākais faktora „Pozitīvas sociālās attiecības” svars un otrs augstākais faktora „Apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām” svars pētāmajā izlasē. Grupā raksturo apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām, vidējs pašrealizācijas un pozitīvas attieksmes pret sevi līmenis, apmierinātība ar sociālajām attiecībām.

„RL +++” grupas respondentus raksturo augstāks par izlases vidējo līmeni visu RLI struktūru veidojošo faktoru svars. Tādejādi grupas respondenti ir apmierināti ar sabiedriskajām vērtībām, viņiem raksturīga pašrealizācijas izjūta un pozitīva attieksme pret sevi, kā arī apmierinātība ar savām sociālajām attiecībām.

2. attēlā ilustrēts Latgales iedzīvotāju pētāmās izlases procentuālais sastāvs, saskaņā ar izdalītajām RLI struktūru raksturojošām grupām.

Konstatēts, ka Latgales iedzīvotāju pētāmajā izlasē dominē respondenti ar RLI struktūru „RL+---”. Savukārt procentuāli mazāko pētāmās izlases daļu veido respondenti ar RLI struktūru „RL----”. Jāatzīmē, ka tikai 19,7 % (grupa „RL+++”) respondentu raksturīgas visu RLI faktoru augstas vērtības.



2.att. **Grupu ar dažādu RLI procentuālā struktūra**
Fig.2 The percentage structure of groups with different RH

Iespējams secināt, ka tikai grupu RL+=+ un RL+++ respondentus iespējams klasificēt kā laimīgus, jo respondenti ir apmierināti vismaz pēc 2 RLI noteicošajiem faktoriem un raksturīga apmierinātība pēc būtiskākā RLI faktora „Pozitīvas sociālās attiecības”. No kopējā respondentu skaita minētās grupas

sastāda 42,47 %, tādējādi Latgales reģiona iedzīvotāju reālās laimes izjūta ir aktuāla šī reģiona problēma.

Secinājumi **Conclusions**

Apkopojot iegūtos rezultātus, iespējams secināt:

1. Latgales iedzīvotāju reālās laimes izjūtas struktūru veido faktori: „Apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām”, „Pašrealizācija un pozitīva attieksme pret sevi”, „Pozitīvas sociālās attiecības”.
2. Būtiskāko ieguldījumu respondentu reālās laimes izjūtā veic pozitīvas sociālās attiecības.
3. Apmierinātība ar sabiedriskajām vērtībām nav būtiska Latgales iedzīvotāju reālās laimes izjūtas veidošanā.
4. Zemais reālās laimes izjūtas līmenis ir aktuāla Latgales iedzīvotāju problēma, jo tikai 42,47 % iespējams klasificēt kā laimīgus pēc minētā fenomena struktūras.
5. Latgales iedzīvotājiem trūkst atbalstošas sociālās attiecības, sabiedriskās atzinības un dzīves stabilitātes izjūtas, kas veido būtiskāko reālās laimes izjūtu noteicošo faktoru „Pozitīvas sociālās attiecības”
6. Garīgums, likumība, drošība, taisnīgums nav būtiski Latgales reālās laimes izjūtas veidošanā.

Summary

The problem of the phenomenon of happiness is one of the fundamental problems of psychology, therefore, interest in it is preserved throughout the history of psychology. Happiness is one of the most important core values of people. The pursuit of happiness is inherent in every human being and forms an integral part of human nature. Human perceptions of happiness fit into the system of value-forming values of his life and reflect his attitude towards the world.

The aim of this scientific research is justify the concept of “real happiness” (RH) and explore structure of this phenomenon in the Latgale region. In the context of this article under the concept of “real happiness” is understood the relevance and extent of implementation of important human values. This approach to the interpretation of happiness is due to the need for a comprehensive study of this phenomenon, since in positive psychology this phenomenon is only seen in the hedonistic interpretation as pleasure.

Latgale region has been chosen because this is the region of Latvia with the lowest socio-economic development, which is considered one of the poorest regions in the European Union - so it acquires a special topicality of the problem of human well-being, the most important psychological aspect of which is the phenomenon of real happiness.

Because of this author of this article chose to investigate Latgale inhabitants' structure of real happiness.

Participated in the survey respondents (n=450) of the Balvi, Ludza, Rezekne, Preiļi, Daugavpils and Kraslava region. The empirical research base: the state educational institution, regional public authorities of Latgale and private businesses.

Were used author developed methodology „Real Happiness Scales” (RHS) (Kalvāns, 2013).

The results of empirical study lead the following conclusions:

1. The structure of the feeling of real happiness of the Latgale population consists of factors: „Satisfaction with public values”, „Self-realization and positive attitude toward oneself”, „Positive social relations”.
2. The most significant contribution to a sense of real happiness is made by positive social relationship.
3. Satisfaction with public values is not essential for creating a feeling of real happiness in Latgale people.
4. The low level of feeling of real happiness is a topical problem for Latgale people, since only 42.47 % can be classified according the structure of this phenomenon.
5. Latgallians lack supportive social relations, feelings of public recognition and life stability, which which constitute the structure of the most significant factor („Positive social relations”) in the structure of real happiness
6. Spirituality, legality, security, justice is not essential in creating the feeling of Latgale inhabitants' real happiness.

Literatūra References

- Adler, N. E., & Newman, K. (2002). Socioeconomic disparities in health: Pathways and policies. *Health Affairs*, 21 (2), 60-76.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being: America's perception of life quality*. NY: Plenum Press.
- Argyle, M. (2003). Causes and Correlates of Happiness, In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.). *Well being: The foundations of hedonic psychology*, 353-373.
- Clark, A., & Oswald, A. J. (1994). Unhappiness and Unemployment. *The Economic Journal*, 104, 648-659.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-575.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? A review and guide to needed literature. *Social Indicators Research* 57, 119 – 169.
- Diener, E., & Seligman, M. (2004). Beyond Money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5 (1), 1-31.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 2, 276 – 302.
- Dunkel, C. S. (2013). Relative and longitudinal evidence for the importance of the General Factor of Psychosocial Development in predicting well-being. *Personality & Individual Differences*, 54 (1), 118-122.
- Kalvāns, Ē. (2013). *Latgales iedzīvotāju laimes izjūtas struktūra un psiholoģiskās labklājības saturs*. Promocijas darbs. Daugavpils.

- Rand, A. (1992). *Atlas Shrugged*. New York: Dutton.
- Starck, F., Argyle, M., & Schwarz, N. (1999). *Subjective well-being an interdisciplinary perspective*. Oxford: Pergamon Press, 298 p.
- Stevenson, B., & Wolfers, J. (2008). Economic growth and subjective well-being: Reassessing the Easterlin paradox. *Brookings Papers on Economic Activity*, Spring, 1-87.
- Svence, G. (2009). *Pozitīvā psiholoģija*. Apgāds Zvaigzne ABC.
- Theuns, P., Baran, B., & Van Vaerenbergh, R. (2012). A Cross-Cultural Experimental Approach to the Contribution of Health, Religion and Personal Relations to Subjective Satisfaction with Life as a Whole. *Psicologica: International Journal of Methodology and Experimental Psychology*, 33 (3), 591-608.
- Valsts Nodarbinātības aģentūras dati. (2016). <http://www.nva.gov.lv/>
- Wendt, A. (1994). Collective Identity Formation and the International State. *American Political Science Review*. N 88.
- Воронов, В. В., Лавриненко, О. Я. (2011). Доходы населения Латвии: уровень, дифференциация, динамика. *Социологические исследования*, 9, с. 47.
- Капто, А. С. (2006). Генезис миролюбивых общечеловеческих ценностей. *Социально-гуманитарные знания*, 6, 256-277.
- Карпинский, К. В. (2011). Ценностные конфликты и смысло-жизненный кризис в развитии личности. *Психологические исследования: электронный научный журнал*, 5 (19).
- URL: <http://psystudy.ru>.
- Мишутина, Е. А. (2009). *Социально-философский анализ феномена счастья*. Диссертационная работа. Новочеркас, 186 с.