

Суб'єктивне благополуччя особистості

Олена Величко

магістрантка ННІ психології,

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна

Ольга Васильченко

доктор психол. наук, доцент, професор ННІ психології,

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна

В сучасному надшвидкому, інформаційно насиченому світі проблема психологічного благополуччя дедалі частіше стає предметом дослідження психологів. Це зумовлено необхідністю у розумінні того, що є підставою для психологічного здоров'я особистості та її внутрішньої рівноваги. Практичні запити із різних сфер суспільного життя (економічного, політичного, соціального) також зумовлюють потребу у глибшому вивченні феномену психологічного благополуччя. Але як особистість суб'єктивно відображає психологічне благополуччя у своїй структурі ще недостатньо вивчено, тому актуальність нашого дослідження зумовлена тим, що у вітчизняній психології ця тема мало висвітлена, хоча цей феномен пов'язаний з усіма сферами людського буття-особистісною, соціальною, економічною, фізичною, сімейною тощо.

Вивчення проблеми суб'єктивного благополуччя бере початок у ХХ столітті із праць Н. Бредберна, К. Ріфф, Е. Дінера. Далі у зв'язку з розвитком позитивної психології М. Селігмана, К. Патерсона проблема суб'єктивного благополуччя отримала широке розповсюдження. Поряд з поняттям суб'єктивного благополуччя у науковій літературі знаходить використання цілий ряд суміжних понять: задоволеність життям, якість життя, емоційний комфорт, щастя. У всьому розмаїтті досліджень виокремлюються різні за змістом і кількістю компоненти і фактори. Така різноманітність підходів і термінології значно ускладнює узагальнення всіх цих даних, співставлення результатів дослідження, проведених у різні роки.

Комплексне дослідження суб'єктивного благополуччя, не дивлячись на практичну потребу, виявлено не було, що й зумовило актуальність нашого дослідження.

На сьогодні через багато факторів та подій в сучасному світі дуже актуальною є тема щастя (happiness) та благополуччя (well-being). Так як благополуччя може розглядатися у психологічному, соціальному, економічному аспектах тощо, цей термін зазвичай уточнюється з точки зору того або іншого аспекту. Для розуміння благополуччя у психологічному сенсі, потрібно звернутися до поняття психологічне благополуччя. Цей термін був введений Н. Бредберном для позначення результату взаємодії негативного та позитивного афектів, тобто звертався до гедоністичного, суб'єктивного благополуччя у сучасному розумінні. Він наголошував на тому, що події, які відбуваються у повсякденному житті, несуть в собі радість або розчарування, відбиваються у нашій свідомості, накопичуються у вигляді певного афекту. Те, що нас турбує, і те, що ми

переживаємо підсумовується у вигляді негативного афекту, а події повсякденного життя, які несуть нам радість і щастя сприяють збільшенню позитивного афекту. Спираючись на роботи Н. Бредберна, К. Ріфф запропонувала власну структуру: самоприйняття, позитивні відносини з оточуючими, автономія, управління навколишнім середовищем, мета в житті і особистісний ріст. Отже, за теорією К. Ріфф психологічне благополуччя можна визначити як інтегральний феномен, що характеризує позитивне функціонування людини, виражається в суб'єктивному відчутті задоволеності життям, реалізації власного потенціалу і опосередкований системою відносин особистості з іншими людьми, світом, собою. Своє розуміння поняття психологічного благополуччя є у Е. Дінера. Розглядаючи це явище, він ввів 3 основні компоненти: задоволення, комплекс приємних емоцій і комплекс неприємних емоцій. І відповідно до цих компонентів він визначив сторони самоприйняття: когнітивна (інтелектуальна оцінка задоволеності різними сферами свого життя; емоційна (наявність поганого чи хорошого настрою).

Російський психолог Р. М. Шаміонов розглядає суб'єктивне благополуччя як поняття, що виражає відношення людини до себе, своєї особистості, життя та процесів, які мають істотне значення для самої особистості з точки зору інтерналізованих нормативних уявлень про внутрішнє і зовнішнє середовище, яке характеризується відчуттям задоволеності [5].

М. В. Соколова виділяє об'єктивні та суб'єктивні фактори благополуччя. До об'єктивних факторів належить здоров'я, дозвілля, доходи, освіта та умови життєдіяльності. Суб'єктивні фактори засновані на властивостях особистості (щодо себе й оточення) [4].

Врамках екологічної психології суб'єктивне благополуччя можна розглядати через призму поняття «якість життя». Якість життя визначається як не окремий феномен, а виступає як інтегральна характеристика фізичного, психологічного, емоційного і соціального функціонування людини.

Якість життя є не стільки об'єктивним показником рівня соціально-економічного благополуччя суспільства, скільки суб'єктивною оцінкою людьми особливостей зміни умов життєдіяльності і способів їх взаємодії з навколишнім соціо-природним світом [6].

Отже, визначення суб'єктивного благополуччя в роботах різних дослідників, можна поділити на:

- Суб'єктивне благополуччя як глобальна оцінка життя людини, що відповідає її власним критеріям.
- Друге значення поняття суб'єктивного благополуччя пов'язане з буденним розумінням щастя, де позитивні емоції переважають над негативними. Мається на увазі приємні емоційні переживання, які або об'єктивно переважають у житті людини, або людина суб'єктивно має до них схильність.
- Суб'єктивне благополуччя можна розглядати через призму поняття «якість життя» в рамках екологічної психології через систему наочних середовищ та середовищ відносин особистості. Якість життя є суб'єктивною оцінкою людьми особливостей зміни умов життєдіяльності і способів їх взаємодії з навколишнім

соціо-природним світом. Якість життя в соціально-еколого-психологічному підході характеризується в межах таких категорій як потреби і цінності, свобода, можливості і вибір, безпека і розвиток, гармонізація та самоактуалізація.

Ключові слова: суб'єктивне благополуччя; особистість; щастя; якість життя.

Список використаних джерел

1. Bradburn, N. M. *The structure of psychological well-being* / N. M. Bradburn.-Chicago: Aldine.-1969.
2. Diener, E. *Subjective well-being* / E. Diener // *Psychological Bulletin*.-1984.-V. 95(3).-pp. 542–575.
3. Ryff C.D., Keyes C.L.M. *The structure of psychological well-being revisited. Journal of personality and social psychology*. 1995. Т. 69. № 4. pp. 719–727.
4. Васильченко О. М. Політико-правова культура: теоретико-методологічні підстави психологічного дослідження / О. М. Васильченко // *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*.-2014.-Вип. 1. Том 2.-С. 152 -157.
5. Соколова, М. В. *Шкала суб'єктивного благополуччя* / М. В. Соколова.-Изд. 2-е.-Ярославль : НППЦ «Психодиагностика», 1996.-17 с.
6. Шамионов Р. М. Суб'єктивное благополучие личности как субъекта социального бытия. *Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика*. 2014.Т. 14. № 1. С. 80–86.
7. *Еколого-психологічні чинники якості життя в умовах розвитку сучасного суспільства: Колективна монографія* / за наук. ред. Ю. М. Швалба.-Кіровоград: «Імекс-ЛТД», 2013.-208 с.