

**Н.В. Каргіна**

*аспірант кафедри загальної та диференціальної психології  
Південноукраїнського національного педагогічного університету ім.*

*К.Д. Ушинського, Одеса, Україна*

[lavanda\\_87@ukr.net](mailto:lavanda_87@ukr.net)

### **Суб'єктивні чинники психологічного благополуччя особистості**

Актуальність дослідження обумовлена тим фактом, що загальний рівень переживання задоволеності життям людиною та її психологічне благополуччя виступає в якості найважливішого внутрішнього фактора особистості, що визначає її соціальну активність, взаємовідношення з іншими людьми, ставлення до самого себе як до унікальної особистості. Недолік досліджень, які вивчають суб'єктивні чинники психологічного благополуччя зумовили вибір даного повідомлення.

Отже, метою повідомлення є теоретичне обґрунтування суб'єктивних чинників психологічного благополуччя особистості, до яких належать такі складові як: етнокультурологічна, екзистенціальна, світоглядна, ціннісна та емоційна. На наш погляд, саме ці складові відіграють значну роль у формуванні психологічного благополуччя.

Феномен психологічного благополуччя в сучасній психологічній науці досліджується N. Bradburn, C. Ryff, R. Ryan, E. Deci, E. Diner, A. Waterman, А.В. Вороніною, В.М. Духневичем, Л.В. Жуковською, О.А. Ідобаєвою, С.В. Карскановою, Л.В. Куликовим, О.С. Ширяєвою, О.Я. Павлоцькою та ін. З позиції даних науковців, психологічне благополуччя розглядається, як «повнота самореалізації та саморозвитку особистості в конкретних життєвих умовах і обставинах, знаходження «творчого синтезу» між відповідністю запитам соціального оточення та розвитком власної індивідуальності».

Однією з найважливіших обставин в переживанні психологічного благополуччя особистістю є те, що воно зовсім не передбачає лише відсутність об'єктивних труднощів або страждання. Це пов'язано з тим, що головною його підставою виступає відношення людини до цих обставин, встановлення

тонкого, а часом і не цілком усвідомленого зв'язку з найбільш важливою метою, що повинно бути. Через те, будь-які спроби пов'язати психологічне благополуччя особистості з будь-якими розподіляючими більшістю людей цінностями, смислами не подаються достатніми. Різні групи, перебуваючи в ідентичних обставинах, очевидно, виробляють свій особливий підхід до переживання власного благополуччя. В цьому відношенні психологічне благополуччя представників різних груп (наприклад, в умовах однієї країни) може в значній мірі розходитися не тільки і не стільки за рівнем, а з підстав, критеріїв, багато в чому виробляється груповим суб'єктом. Це пов'язано зі схожістю буття і умовним збігом буттєвих просторів різних суб'єктів в об'єктивно однакових або близьких умовах [1].

Вивчення психологічного благополуччя особистості в етнокультурологічному аспекті включає сукупність досліджень, спрямованих на виявлення етнічних та культурологічних специфічних факторів благополуччя, з одного боку, і впливу благополуччя на міжособистісну та етнічну толерантність, - з іншого. Зокрема стоїть проблема психологічного благополуччя як критерію різних видів діяльності та взаємин, а також комфортності перебування в будь-яких групах [1].

Етноспецифічність факторів психологічного благополуччя постійно переплітається з їх універсальністю, оскільки є загальними для всіх осіб, які проживають на відповідній території. З цього випливає необхідність виявлення тих соціально-психологічних особливостей особистості, які сформовані в процесі різних (приватних) соціалізацій, що стають відповідними його каталізаторами [1].

Соціалізація особистості в сучасних умовах суспільного розвитку накладає відбиток на всю життєдіяльність людини, визначаючи її спрямованість, систему ціннісних орієнтацій та міжособистісних відносин. У процесі соціалізації формуються і внутрішні критерії оцінки себе, системи відносин, життєдіяльності та інших об'єктів того соціального поля, в якому знаходиться сама особистість і в якому реалізується її поведінка та діяльність.

Система внутрішніх відносин особистості формується на основі її уявлень, які й задають певну систему координат в яку вона розміщує всі найбільш важливі, значущі події; ця система включає внутрішні та зовнішні інстанції, динамічні в часі та утворюють цілісності, в яких вони можуть співвідноситися, суперечити або збігатися [6].

Етнічна соціалізація являє собою процес оволодіння нормами, цінностями, установками етнічної групи. Проте формальна приналежність індивіда до певного етносу та культури не визначає ефектів етнічної соціалізації щодо цього етносу; зауважимо, що соціалізація особистості допускає засвоєння субінформації щодо будь-якого етносу (наприклад, в разі інтерналізації). Однією з неодмінних умов формально-етнічної соціалізації є прихильність первинних груп культури та соціального досвіду етносу, їх національна самосвідомість. Не випадково в самому визначенні етносу все частіше вдаються до понять, які характеризують психологічну спільність: «стійка в своєму існуванні група людей, які усвідомлюють себе її членами на основі будь-яких ознак, які сприймаються як етнічна та культурологічна диференціація» [1].

Екзистенціальна складова є досить важливим суб'єктивним чинником психологічного благополуччя особистості. У розроблюваних в рамках екзистенціального підходу категоріях сенсу, вибору, спрямованості, можливості, здійсненності міститься потужний пояснювальний потенціал для розуміння того, що становить прихований навіть від самого суб'єкта універсальний буттєвий фон персонального розвитку та власного благополуччя. Цілком очевидно, що аналіз індивідуально знайдених способів екзистенціальної адаптації суб'єкта до умов, що змінюються в історичному, соціальному, економічному та соціокультурному планах обставин, що складають буттєвий контекст його існування, в значній мірі допомагає в розумінні феномена психологічного благополуччя [5]. Благополуччя - це знання того, що буття не одновимірне та особистість існує не тільки в сьогоdnішньому, але і в минулому, та в майбутньому; не тільки в обмеженому, але і в вічному; не тільки у

видимому, а й в невидимому. Це сприйняття світу і себе не в викривленому дзеркалі, як зазвичай, - а такими, якими ми є насправді. Це відчуття справжнього задуму, який набагато цікавіше, глибше, складніше і гармонійніше, ніж нам зазвичай здається [5]. Саме тому, нами наголошується увага на вивченні екзистенціальної складової психологічного благополуччя. Психологічно благополучна особистість має здатність як до зовнішньої, так і до внутрішньої трансценденції, екзистенціальної спрямованості, у неї переважає позитивне ставлення до світу, себе та інших людей як до цілого, діалектично взаємопов'язаному.

Світоглядна складова психологічного благополуччя відображує ціннісне ставлення до світу, до власного буття (в тому числі інтеграція відносин до різних його аспектів, «просторів») формується на рівні постійного вивірення, заломлення засвоєного, зрозумілого, прийнятого, та пережитого, потрібного, очікуваного, що потребує об'єктивно заданого (враховуючи і результати активності самої людини). Відзначимо, що психологічне благополуччя складається не тільки зі ставлення до зовнішнього об'єктивного результату активності, але і його внутрішнього ефекту у вигляді самовідношення, самоцінності та цілісності. Стосовно вивчення суб'єктів саме психологічного благополуччя особистості передбачає вивчення не тільки (і не стільки) прямої оцінки задоволеності життям або рівня щастя, але, перш за все, уявлень про співвіднесення життєвих подій, їх ланцюжків та цілісного буття з ціннісно-смысловими утвореннями, хоча б у розуміючому їх вигляді. Таке дослідження відкриває перспективи аналізу психологічної картини благополуччя, що саме по собі важливо для розуміння змістовної організації цього явища, виявлення тих новоутворень особистості, які багато в чому визначаються умовами соціалізації, її ситуативного та глибинного традиційного, що минає всередину історії життя та стосунків багатьох поколінь змісту [3].

Ціннісна складова психологічного благополуччя пов'язана перш за все з ціннісними орієнтаціями особистості, що зв'язують її внутрішній світ з

навколишньою дійсністю, утворюють складну багаторівневу ієрархічну систему, займаючи прикордонне положення між мотиваційною сферою та сферою потреб й системою особистісних смислів. Відповідно, ціннісні орієнтації особистості виконують подвійні функції. З одного боку, система ціннісних орієнтацій виступає в якості вищого контрольного органу регулювання всіх збудників активності людини, визначаючи прийнятні способи їх реалізації. З іншого - в якості внутрішнього джерела життєвої мети людини, висловлюючи відповідно те, що є для неї найбільш важливим і має особистісний зміст. Система ціннісних орієнтацій сприяє саморозвитку і особистісному зростанню, переживанню психологічного благополуччя, визначаючи одночасно його напрямок і способи його здійснення [4].

Розбираючи психологічне благополуччя особистості, необхідно відзначити його соціально-нормативні ціннісні установки. Розвинені ціннісні орієнтації - це ознака зрілості особистості, показник її міри соціальності, а разом з тим і загальний рівень її благополучності. Оскільки стійка і несуперечлива сукупність ціннісних орієнтацій обумовлює такі якості особистості, як цілісність, надійність, вірність певним принципам та ідеалам, здатність до вольових зусиль в ім'я цих ідеалів та цінностей, активність життєвої позиції, що веде до психологічного благополуччя; подвійність ціннісних орієнтацій породжує непослідовність в поведінці; з часом призводить до цинізму та прагматизму у взаємовідносинах, нерозвиненість ціннісних орієнтацій є ознакою перш за все інфантилізму, пануванні зовнішніх стимулів у внутрішній структурі особистості, внаслідок чого неодмінно страждає психологічне благополуччя [4].

Емоційна складова також є суб'єктивним чинником психологічного благополуччя. Більш об'ємне уявлення про емоційне благополуччя може бути отримано за рахунок розгляду його як невід'ємної складової частини психологічного благополуччя особистості, в цілому розглядається у роботах М.С. Дмитрієва, М.Ю. Доліна та Л.В. Куликова. У руслі цього підходу емоційне благополуччя (неблагополуччя) може бути визначено інтегральною

характеристикою (інтегральним переживанням), в якому сфокусувалися почуття, обумовлені успішним (або неуспішним) функціонуванням всіх сторін особистості. Крім того, емоційна складова психологічного благополуччя відображає не тільки знак (полярність) тих чи інших емоційних проявів, а й можливість особистості ефективно регулювати будь-які з цих проявів [2]. Через те, емоційне благополуччя, перебуває в органічній єдності з психологічним благополуччям, зв'язано з ними.

Отже, суб'єктивними чинниками психологічного благополуччя особистості виступають етнокультурологічний, екзистенціальний, світоглядний, ціннісний та емоційна складові. Вивчення суб'єктивних чинників психологічного благополуччя передбачає у першу чергу виявлення зовнішніх, соціальних, культурно-історичних та внутрішніх, соціально-психологічних, власне особистісних та індивідуальних новоутворень та їх констеляцій, що впливають на його загальний рівень. Проте для більшої ясності та точності у визначенні змісту детермінантного комплексу суб'єктивних чинників необхідно з'ясувати відповідний характер переживання психологічного благополуччя та його генезис. Саме на це й будуть спрямовані наші подальші емпіричні дослідження.

### **Список використаних джерел**

1. Бочарова Е.Е. К вопросу о внутренних детерминантах субъективного благополучия личности / Е. Е. Бочарова // Известия ПГПУ им. В.Г. Белинского. - 2008. - № 10. - С. 226-231.

2. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью, 2006. [Электронный ресурс]. URL: <http://consult.pu.ru/content/view/101/55> (дата обращения: 15.03.2016).

3. Леонтьев Д. А. Мировоззрение как миф и мировоззрение как деятельность // Менталитет и коммуникативная среда в транзитном обществе / [под ред. В. И. Кабрина и О. О. Муравьевой]. – Томск: Изд-во ТГУ, 2004. – 278 с.

4. Моральные ценности и личность [Текст] / Под ред. А. И. Титаренко, В. О. Николаичева. - М.: Изд-во МГУ, 1994. - 176 с.

5. Мэй Р. Экзистенциальная психология / Р. Мэй. – М.: Апрель Пресс ЭКСМО-Пресс, 2001. – 149 с.

6. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие и ценностно-смысловые образования личности в профессиональной сфере / Р. М. Шамионов // Известия Саратовского ун-та, 2006. – Т.6. - С. 104-109.