

УДК 159.923:17.023.34

До проблеми визначення психологічного змісту поняття «психологічного благополуччя»

О. Є. Поліванова, О. В. Гуляєва
elena_polivanova@mail.ru

Стаття присвячена проблемі визначення психологічного змісту поняття «психологічного благополуччя». Спираючись на основні концепції зарубіжних дослідників, а також на сучасні наукові здобутки російських психологів, було проаналізовано підходи до розуміння категорії «психологічного благополуччя». Психологічне благополуччя розуміється авторами як інтегральний показник ступеня спрямованості особистості на реалізацію головних компонентів позитивного функціонування. В статті здійснена спроба відмежувати поняття «психологічного благополуччя» від інших понять, які знаходяться з ним в одному смислового полі.

Ключові слова: психологічне благополуччя, щастя, задоволеність життям, якість життя, психологічне здоров'я особистості.

Статья посвящена проблеме определения психологического смысла понятия «психологического благополучия». В статье проанализированы подходы к пониманию категории «психологического благополучия» в современной психологии. Психологическое благополучие понимается авторами как интегральный показатель степени направленности личности на реализацию основных компонентов позитивного функционирования. Осуществлена попытка разграничить понятие «психологического благополучия» от других понятий, которые находятся с ним в одном смысловом поле.

Ключевые слова: психологическое благополучие, счастье, удовлетворенность жизнью, качество жизни, психологическое здоровье личности.

The article is devoted to the issue of the psychological content definition from the point of view of «psychological well-being». In the article there were analyzed the approaches to understanding the category of «psychological well-being» in modern psychology. The authors understand psychological well-being as an integrated indicator of personal orientation degree on the implementation of main components of positive functioning. In this article there was made an attempt to distinguish the concept of «psychological well-being» from the other definitions, sharing the same semantic field.

Key words: psychological well-being, happiness, life satisfaction, life quality, psychological health of the person.

Складність проблем суспільства та особистості у сучасному світі потребує для свого вирішення використання понять, які лежать на перетині різних галузей знань. Однією з таких категорій є категорія «благополуччя». Це мультидисциплінарна категорія, дослідження якої потребує соціального, економічного, політичного і т.п. аналізу. Психологічна наука надає особливу увагу цій категорії, що обумовлюється важливістю вивчення чинників повноцінної функціонуючої особистості.

Власне поняття «благополуччя» має давньослав'янське походження від словоутвореної кальки з грецької «eutychia», яка є складанням прикметника «блага» - «гарна», «добра» та іменника, який не зберігся «полука» - «випадок, доля». У сучасному вимірі благополуччя розуміється: 1) як життя в достатку й спокої; добробут, щастя (Академічний тлумачний словник української мови, Тлумачний словник С.І. Ожегова, Тлумачний словник Д.М. Ушакова); 2) спокійний та щасливий стан (Тлумачний словник С.І. Ожегова, Тлумачний словник Д. М. Ушакова); 3) теж, що й щастя, яке завжди суб'єктивно розуміється як досягнення всіх благ, до яких прагне людина (Енциклопедичний словник Ф.А. Брокгаузен і І.А. Єфрона); 4) звичайний без відхилення від норми або від небажаних явищ стан (Сучасний тлумачний словник російської мови Т.Ф. Єфремової). Вже у першому наближенні можна зрозуміти, що дане поняття характеризується широким колом вживання та високим ступенем узагальнення.

У зарубіжній психології поняття благополуччя визначається в самому широкому сенсі – wellbeing, як багатofакторний конструкт, що являє собою взаємозв'язок фізичних, соціальних, економічних та психологічних факторів. Щодо психологічного благополуччя, можна говорити про те, що сучасна психологія не має загально визначеного поняття «психологічне благополуччя особистості», не існує єдиної дефініції.

Розробці проблеми психологічного благополуччя присвячені роботи Н. Бредберна, Е. Дінера, К. Риффа, у вітчизняній психології – роботи В.С. Братуся, І. В. Дубровіної, у російській сучасній психології – робота П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленкової, О.О. Кроніка, А.В. Вороніної та ін..

Таким чином, мета цієї роботи полягає в проведенні аналізу головних підходів до розуміння дефініції «психологічне благополуччя», а також розмежування його з іншими поняттями, які знаходяться з ним в одному смислового полі.

Термін «психологічне благополуччя» було введено Н. Бердберном, який описував цей феномен в категоріях щастя або нещастя, суб'єктивного відчуття задоволеності або незадоволеності життям. Подальші теорії зарубіжних та вітчизняних психологів, які розглядають проблему психологічного благополуччя, можна поділити на дві групи. У першій групі теорій, так званих «гедоністичних», акцент робиться на задоволеності-незадоволеності, приємних-неприємних емоціях. Наприклад, у моделі Н. Бредберна поняття психологічного благополуччя відображає баланс, який досягається постійною взаємодією двох видів афектів – позитивного та негативного. Події повсякденного життя, які несуть в собі радість або смуток, відображаються у свідомості, накопичуються у вигляді відповідного афекту – негативного чи позитивного. Позитивний афект складається, відповідно, з позитивних подій у житті, негативний – з негативних. Різниця між ними і є показником психологічного благополуччя, що відображає загальне відчуття задоволеності життям. У випадку, коли позитивний афект перевищує негативний, людина відчуває себе щасливим та задоволеним і має високий рівень психологічного

благополуччя та навпаки, переваження негативного афекту над позитивним веде до відчуття нещастя та незадоволеністю власним життям і свідчить про низький рівень психологічного благополуччя.

Аналогічне поняття – «суб'єктивне благополуччя» було застосоване Е. Дінером, яке на його думку складається з трьох головних компонентів: загальне задоволення, приємні емоції та неприємні емоції. Він вважає, що більшість людей, по-різному оцінює події, які трапились з ним, і така інтелектуальна оцінка має під собою відповідно забарвлену емоцію. Таким чином, суб'єктивне благополуччя складається з когнітивної оцінки задоволеністю різними сферами власного життя та емоційної оцінки самосприйняття. На думку автора, кожен з компонентів (загальне задоволення, приємні емоції та неприємні емоції) мають окремі складові. Так наприклад, загальне задоволення може поділятися на задоволення різними галузями життя, такими як любов, робота, шлюб тощо. Приємні емоції включають в себе такі почуття як радість, гордість, любов. Неприємні емоції – це, наприклад, сором, сум, гнів, неспокій.

Р.М. Шаміонов, узагальнюючи поняття суб'єктивного благополуччя в російській сучасній психології, визначає його як власне ставлення людини до своєї особистості, життя та процесам, що мають важливе значення для неї з точки зору засвоєння нормативних уявлень щодо зовнішньої й внутрішньої середовища, які характеризуються відчуттям задоволеності [14].

Таким чином, аналізуючи дані теорії, можна констатувати, що з точки зору представників цього напрямку, головний шлях людини до психологічного благополуччя лежить, насамперед, через успішну соціальну адаптацію – пристосування до конкретних життєвих умов та обставин, запитів соціального оточення. Головними компонентами такої адаптації виступають позитивне мислення (позитивний погляд на світ, на оточуючих та на себе) і позитивна соціальна поведінка, що й забезпечує рівень психологічного благополуччя.

Другий підхід – евдемоністичний – переважно розроблявся у рамках гуманістичної психології та в цілому пов'язаний з проблемою позитивного психологічного функціонування особистості. З позиції зазначеного підходу психологічне благополуччя розглядається як особистісне зростання, як повнота самореалізації в конкретних життєвих умовах і обставинах, знаходження творчого синтезу між запитами соціального оточення та розвитком власної індивідуальності. В теоріях А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Оллпорта, М. Яходи, А. Адлера по суті мова йдеться про психологічне здоров'я особистості.

Для опису природи особистості Г. Оллпорт використовує поняття «пропріуму», яке на його думку, є властивістю людини, що проявляється в позитивності, творчості, прагнення до зростання та розвитку. Особистісна зрілість здобувається в процесі особистісного росту та передбачає: сформованість пропріютивних функцій (відчуття власного тіла, відчуття самоідентичності, самоповагу, яке засноване на усвідомленні успішності в процесі досягнення різних цілей, образ себе, раціональне управління собою та пропріативне прагнення, що відображується в постановці та досягнанні перспективних цілей і в процесі самовдосконалення); свободу, яка виражається у самовизначенні; проактивність або цілеспрямованість [4]. Благополуччя розуміється через призму «досягнення» особистістю віддалених цілей, завдань та ідеалів.

Ідея повноцінного функціонування особистості просліджується у роботах К. Роджерса. Він вводить поняття «конгруентності», яке визначає здатність особистості діяти щиро, відкрито виказуючи свої почуття. Конгруентність і відкритість досвіду є основними вимогами повноцінного функціонування. На думку К. Роджерса повноцінно функціонуюча людина має й такі характеристики, як відкритість переживанню (здатність чітко сприймати суб'єктивні та об'єктивні події життя); екзистенціальний образ життя (повноцінне сприймання кожної миті життя); організмичну довіру (контакт з внутрішніми почуттями та цінностями, які чітко відображають потреби, емоції та різноманітні аспекти соціальної ситуації); свободу вибору та креативність (здатність знаходити нові способи життя, які допомагають адаптуватися до новим умов) [11]. Саме ці особистісні характеристики визначають «гарне життя», яке в свою чергу, К. Роджерс розумів як фіксований, статичний стан буття, який відображається не тільки в стані задоволеності, щастя, досконалості, актуалізації, а як кінцевий пункт, напрям, яким рухається людина відповідно до своєї природи.

Одним з понять, яке часто використовується як синонім «психологічного благополуччя», є поняття психологічного здоров'я. Аналізуючи зміст поняття «здоров'я» представниками різних галузей наук, можна виділити два основних підходи до його розуміння. Перший – розуміє здоров'я як стан повного фізичного, душевного та соціального благополуччя, а не лише як відсутність хвороб та фізичних дефектів. Другий підхід – як гармонійне функціонування внутрішніх і зовнішніх складових людини й суспільства. У сучасній психології розуміння здоров'я, яке не зводиться лише тільки до відсутності захворювання, отримало назву позитивна концепція здоров'я. Й. Н. Гурвич посилається на теорію М. Яходи, у якій концепція позитивного здоров'я представлена з точки зору позитивного функціонування особистості. Автор виділяє шість критеріїв позитивного здоров'я: ставлення до себе, самоактуалізація, особистісна інтеграція, автономія, сприйняття реальності, майстерство та компетентність в ставленні до оточуючих. Перші три критерії відображають «Я-концепцію» особистості, останні три – особливості взаємодії особистості з соціальною реальністю. Таким чином, відповідність образу «Я» до реальності, яке позитивно оцінюється особистістю, виражається у відчутті щастя, благополуччя [6].

Г.Л. Пучкова у дисертаційному дослідженні розглядає суб'єктивне благополуччя як інтегральне психологічне утворення, що включає в себе оцінку й ставлення людини до власного життя та себе. Центральне значення для дослідження цього психологічного феномену надається потребам та цінностям, усвідомлення їх, своїй поведінці та результату діяльності по їх задоволенню, яке викликає певний стан – задоволеність, щастя, позитивні емоції. Увага тут, приділяється відповідності актуальних потреб суб'єктивним можливостям людини по їх задоволенню. Встановлюється зв'язок між актуалізацією потреби та усвідомленням її реалізації. Г.Л. Пучкова припускає відповідність рівня благополуччя з задоволенням потреб різного рівня – вітальними, соціальними та ідеальними [10]. Таке уявлення перекликається з роботами А. Маслоу, в яких принципове значення мають наступні

положення:

1. Благополуччя та здоров'я особистості становлять невинний процес

сходження та здійснення особистісної самоактуалізації.

2. Людині постійно потрібні як цінності розвитку, так й регресивні цінності, відтворюючи динамічну рівновагу, яке визначає відкриту поведінку [13]. Описуючи дефіцитарний стиль життя (або побутовий, «Д-життя») та метажиття («Б-життя»), Маслоу надавав велике значення самовдосконаленню людини, яке виражається у різноманітних стилях життя та надає людині відчуття щастя, наповненості, «вершинного переживання». Вершинне переживання – це моменти, під час яких людина відчуває великий екстаз, насолоду, захоплення, і саме вони стають головними причинами змін у житті.

Таким чином, гедоністичний та евдемоністичний підходи надають кардинально різний зміст поняттю «психологічне благополуччя» - від позитивної соціальної поведінки, що супроводжується позитивним мисленням та позитивним переживанням, до повноцінно функціонуючої особистості з акцентом перш за все на самоактуалізації особистості. Однак, такі різноманітні погляди на поняття «психологічного благополуччя» змушують багатьох авторів шукати можливості поєднання цих підходів

Однією з таких концепцій є концепція К. Ріффа, яка визначає психологічне благополуччя як інтегральний показник ступеню спрямованості людини на реалізацію головних компонентів позитивного функціонування, а також ступень реалізованості цієї спрямованості, яке суб'єктивно виявляється у відчутті щастя, задоволеності життям та собою. Підґрунтя її концепції становили основні теорії, які будь-якою мірою пов'язані з поняттям психологічного благополуччя та які відносяться до проблеми позитивного функціонування особистості (теорії А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Оллпорта, М. Яхода). Подібний підхід дозволив К. Ріффу виділити шість критеріїв позитивного функціонування особистості: особистісне зростання, самоприйняття, управління середою, автономія, цілі життя, позитивні стосунки з оточуючими [3].

У сучасній психології поняття благополуччя розглядається в широкому сенсі цього слова. Наприклад, А.В. Вороніна розуміє «психологічне благополуччя» як системну властивість людини, яка набувається ним у процесі життєдіяльності на підставі психофізіологічного збереження функцій. Воно проявляється у суб'єкта в переживанні змістовного наповнення життям та цінності життя в цілому як засобу досягнення внутрішніх, соціально орієнтованих цілей і являється умовою реалізації його потенціальних можливостей та здібностей [5].

Одна з цікавих трактовок поняття «психологічного благополуччя», на наш погляд, належить О.О. Кроніку. В його роботах центральним поняттям стає питання щодо умов та засобів набуття щастя. Щастя розуміється ним як форма переживання повноти буття, пов'язаного з самосправдженням. На відміну від інших, О.О. Кронік намагається виділити психологічні засоби набуття щастя, які він розуміє як засоби саморегуляції людиною своєї мотивації до світу та, відповідно, виділяє дві форми такої регуляції: посилення людиною значущості світу та посилення власних можливостей. Ці дві форми саморегуляції становлять чотири відносно незалежних принципи саморегуляції людиною своєї мотивації до світу: максимізація корисності, мінімізація потреб, мінімізація складності, максимізація здібностей. Ці принципи реалізуються в певних індивідуальних стилях життя, які складаються під впливом конкретних індивідуальних і соціальних умов та співвідносяться з різними уявленнями людини про шляхи набуття щастя [7].

Спроба не тільки розширити термінологічний словник дефініції «психологічне благополуччя», а й відокремити його від близьких за змістом, були здійснені в роботах П.П. Фесенко та Т.Д. Шевеленкової. Автори розглядали психологічне благополуччя як цілісне переживання, яке виказується в суб'єктивному відчутті щастя, задоволеності собою та власним життям, а також як те, що пов'язане з базовими людськими цінностями та потребами. Насамперед, вони розглядали психологічне благополуччя як суб'єктивне явище, переживання, яке схоже з поняттям «суб'єктивне благополуччя» Е. Дінера та яке повністю залежить від внутрішніх оцінок самого носія даного переживання. При розробці поняття «психологічне благополуччя» автори намагалися поєднати суб'єктивну оцінку людиною себе та свого життя і аспекти позитивного функціонування особистості, спираючись на модель К. Ріффа. П.П. Фесенко та Т.Д. Шевеленкова зазначають, що переживання людиною психологічного благополуччя, передбачає порівняння себе, свого буття з нормою, еталоном, ідеалом, і ця норма або еталон присутня у свідомості самої людини. Таким чином, психологічне благополуччя – це деякий варіант самовідношення при дослідженні якого необхідно враховувати як характер цього самого переживання, так й параметри суб'єктивного еталону.

Враховуючи те, що особистість в гуманістичній психології характеризується одночасно як актуальне так й потенціальне, як «відкрита система», як деяка можливість, яка не завжди реалізується, а також спираючись на теорію К. Ріффа, автори запропонували розуміти психологічне благополуччя особистості як складне переживання людиною задоволеністю життям, що відображає актуальні та потенціальні аспекти життя особистості. Виходячи з цього вони виділяють «актуальне психологічне благополуччя» та «ідеальне психологічне благополуччя».

Актуальне психологічне благополуччя розуміється як переживання, яке характеризує відношення людини до того, ким він на його думку є та відображає ступень реалізованості головних компонентів позитивного функціонування. Ідеальне психологічне благополуччя, в даному випадку, характеризує потенціальне аспекти функціонування особистості, ступень спрямованості на реалізацію компонентів позитивного функціонування [14].

Таким чином, аналіз основних підходів до визначення поняття «психологічне благополуччя» вказує на те, що це поняття знаходиться в одному смислового полі з такими поняттями як «задоволеність життям», «щастя», «якість життя» та «психологічне здоров'я». Така близькість, на наш погляд, обумовлена декількома факторами. По-перше, усі зазначені поняття характеризуються високим рівнем узагальненості та інтегральності. По кожному з понять існують, принаймні, декілька визначень. По-друге, аналіз підходів дає можливість розглядати взаємозв'язок між цими поняттями як на рівні

структурних компонентів (афективних, когнітивних, конотативних) та і на рівні функціонування особистості. Але взаємозв'язок понять не означає того, що кожне з них має свій зміст, функції, історію та ін. Тому, з нашої точки зору, необхідно розвести ці поняття, дати визначення зазначеним явищам.

У трактатові М. Аргайла «щастя» розуміється як стан переживання задоволеністю життям в цілому, загальна рефлексивна оцінка людиною свого минулого та теперішнього, а також частота та інтенсивність позитивних емоцій [2]. Головний вектор розвитку задоволеністю життям та щастя особистості полягає у збільшенні як кількісного переживання позитивних емоцій, так й якісного переживання емоцій шляхом порівняння власного минулого з теперішнім часом. Якщо людина оцінює теперішнє позитивно, не сприймає його як агресивне, а як те, що не порушує звичного образу життя, то вона відчуває загальну задоволеність життям. На перший погляд, таке розуміння «задоволеність життям» та «щастя» ототожнюється з розумінням «суб'єктивного благополуччя» Е. Дінера. Але на думку самого ж автора, наявність лише позитивних емоцій та задоволеності життям не є визначальними в психологічному благополуччі особистості, хоча й сприймаються людиною як бажаний стан. З цього боку можна говорити про те, що ці поняття можуть входити до складу психологічного благополуччя як афективні компоненти.

Як ми зазначали вище, категорія «благополуччя» є мультидисциплінарною наукою, адже людина може переживати задоволеність життям у різних сферах – сімейній, професійній, соціальній й т.п., а суб'єктивна оцінка, що відбувається в термінах «гарне-погане», відбивається на загальному задоволенні життям та вказує лише на рівень емоційного комфорту в той чи іншій сфері життя. Тому в соціології, економіці, політиці, медицині та інших сферах використовують дуже близьке за змістом поняття «якість життя». Якість життя відображає тільки якісні характеристики різних сфер життя людини (рівень життя, ступень задоволеності різними сферами власного життя, впевненість у завтрашньому дні тощо), які базуються на особистій ступені задоволеності цими характеристиками. Наприклад, за даними соціологічного Центру Разумкова та Інституту Горшеніна головними чинниками щастя українці вважають впевненість у завтрашньому дні, сім'ю та гроші. В даному випадку, можна говорити, що для українців соціальне та суб'єктивне економічне благополуччя є складовими загального благополуччя людини. Соціальне благополуччя проявляється в широкій динамічній системі соціальних зв'язків, пов'язане з наявністю позитивних міжособистісних відношень в формі любові, дружби. Під соціальним благополуччям розуміється задоволеність особистістю власним соціальним статусом і актуальним станом суспільства, до якого вона себе відносить. Іншими словами, можна говорити про рівень залучення індивіда до соціальної взаємодії, який визначається її потребами та має афективну оцінку. Контакти дають можливість індивідууму відчувати приналежність до певного соціуму, задоволеність дружніми стосунками, а статус – є індикатор ефективності виконання індивідом вимог соціальних ролей. О. М. Леонтьєв зазначав, що «роль» - це програма, яка відповідає очікуваній поведінці людини, яка займає певне місце в структурі тієї чи іншої соціальної групи, це структурований спосіб її участі в житті суспільства. У невизначених ситуаціях роль також виникає, тільки у таких випадках найчастіше проявляються риси архетипу та індивідуального досвіду [9].

Суб'єктивне економічне благополуччя довгий час визначалося як результат соціального порівняння фактичного статусу людини з його домаганнями, потребами та сприйняттям власного положення або з фінансовою ситуацією у референтних (типових, подібних, авторитетних) осіб. Достатньо часто воно розглядалось як аспект загального благополуччя людини, безпосередньо пов'язаний з грошима та матеріальними статками, як одна із складових «якості життя». На думку В.О. Хащенко, суб'єктивне економічне благополуччя визначається як інтегральний психологічний показник життя людини, що виражає відношення людини до власного актуального та майбутнього матеріального достатку. Таке розуміння цього поняття вказує, що економічне благополуччя є, з одного боку, складовою, компонентом суб'єктивного благополуччя, а з іншого – детермінує його, є джерелом загального благополуччя, значення якого посилюється або зменшується в різні періоди життя [12]. А ні кількість соціальних контактів, а ні рівень соціального статусу, і, як показують дослідження, – а ні кількість грошей не відображають загальний рівень задоволеності власним життям людини та відчуття щастя. Так, наприклад, матеріальний добробут не говорить про те, що людина щаслива у сімейних відносинах, а невелика кількість друзів ще не становить показник незадоволеності дружніми стосунками.

Якщо близькість понять «психологічне благополуччя», «суб'єктивне благополуччя», «задоволеність життям», «щастя» та «якість життя» обумовлюється наявністю оціночного емоційного компоненту, що відображається в категоріях «добре-погане», «приємне-неприємне» та мають, так би мовити, «гедоністичні» коріння, то близькість «психологічного благополуччя» та «психологічного здоров'я особистості», можна пояснити з позиції позитивного функціонування особистості.

Існування людини на біологічному рівні забезпечується його здоров'ям або станом здоров'я. У преамбулі уставу Всесвітньої організації здоров'я (ВОЗ) 1948 р. здоров'я визначається як «стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки як відсутність хвороби або фізичних дефектів». Якщо ми апріорі відмовляємося від розглядання здоров'я на континуумі «здоровий - хворий», де визначальними повинні бути наявність захворювання або його відсутність, то важливим тут стає рівень функціонування особистості. У Г. Олпорта – це зріла особистість, у А. Маслоу – особистість, що самоактуалізується, у К. Роджерса – особистість, що повноцінно функціонує, у М. Яходи – гармонійне співвідношення «Я-концепції» з реальністю.

Нам дуже близька позиція В.О. Ананьєва, який визначає психологічно здорову особистість, як особистість з гармонійно розвинутими потенціалами, які сприяють досягненню повного благополуччя. Автор визначає сім потенціалів, які забезпечують позитивне функціонування особистості: потенціал розуму (інтелектуальний аспект здоров'я), потенціал волі (особистісний аспект здоров'я), потенціал почуттів (емоційний аспект здоров'я), потенціал тіла (фізичний аспект здоров'я), суспільний потенціал (соціальний аспект здоров'я), креативний потенціал (творчий аспект здоров'я) та духовний потенціал

(духовний аспект здоров'я). Гармонійне розкриття усіх зазначених потенціалі сприяє особистісному зростанню та вказує на «холістичне здоров'я», розкриття ж окремих потенціалів вказує на «фрагментарне здоров'я» та на певний рівень зрілості особистості [1]. Зрілість (здоров'я) є якістю, яка характеризує рівень розвитку особистості з точки зору «досягнення» та представляє собою інтегральну характеристику, що описує особливості функціонування людини в конкретному життєвому контексті.

Одна з головних різниць між двома поняттями полягає в тому, що на відміну від «психологічного здоров'я» «психологічне благополуччя» не акцентує увагу на фізичних або психічних відхиленнях. Така різниця очевидна, й в даному випадку необхідно проаналізувати ще й співвідношення «психологічного здоров'я» та «психологічного благополуччя». Аналізуючи уявлення в сучасній психології щодо співвідношення цих понять, можна зазначити, що існують дві протилежні точки зору. Перша – включає категорію благополуччя до складу психологічного здоров'я, як суб'єктивний показник стану, що відображає рівень задоволеності собою та різними сферами життя. Однаковість загальних структурних компонентів: афективного, когнітивного та поведінкового лише підкреслює це. На відміну від неї, друга точка зору, навпаки, розглядає психологічне здоров'я через призму суб'єктивного благополуччя, пов'язуючи останнє з самосвідомістю та почуттям задоволеності. Л. В. Куликов визначає суб'єктивне благополуччя як узагальнене та відносно стійке переживання, яке має особливе значення для особистості. Саме воно більшою мірою визначає характеристики домінуючого психічного стану – сприятливого або несприятливого. Сприятливий стан, сприяє протіканню психічних явищ, успішній поведінці, підтримує психічне ті фізичне здоров'я, несприятливий – навпаки [8]. Але акцент у визначенні психологічного благополуччя на особистісному рості, де визначені конкретні складові, пропускає ще й позитивне функціонування особистості на певних рівнях (особистісно-смісловому, соціальному, професійному) в тому числі на рівні психологічного здоров'я, підсумком якого й буде саме рівень сформованості зрілої особистості.

Таким чином, проведений аналіз існуючих підходів до визначення поняття «психологічного благополуччя» дозволяє нам зробити наступні висновки:

- Психологічне благополуччя – це інтегральний показник ступеня спрямованості людини на реалізацію головних компонентів позитивного функціонування, а також ступеня реалізованості цієї спрямованості, яке суб'єктивно виявляється у відчутті щастя, задоволеність життям та собою.

- На відміну від інших категорій, які знаходяться з ним в одному смислового полі, «психологічне благополуччя» характеризується високим рівнем інтегральності, що виражається в поєднанні суб'єктивних та об'єктивних компонентів позитивного функціонування особистості та високим рівнем узагальненості, що відображає ступень реалізованості цього функціонування на різних рівнях.

Визначенню конкретних структурних та функціональних компонентів психологічного благополуччя й будуть присвячені наші подальші дослідження.

Література

1. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья / Виктор Алексеевич Ананьев. – СПб.: Речь, 2006. – 384 с. – (Концептуальные основы психологии здоровья; кн. 1).
2. Аргайл М. Психология счастья / Майкл Аргайл; пер. с англ. М.В. Гулина (гл. 1 – 4), Н.Г. Мкервали (гл. 5 – 11). – М.: Прогресс, 1990 – 336 с.
3. Бучацкая М.В. Психологическое благополучие работающих женщин [Электронный ресурс]: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. / Бучацкая Марина Викторовна – М.: РГБ, 2007. – 250 с.
4. Васильева О.С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: [учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений] / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. – М.: Академия, 2001. – 352 с.
5. Воронина А.В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы: [Электронный ресурс]: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.04. / Анна Владимировна Воронина – Томск, 2002. – 24 с.
6. Гурвич И.Н. Социальная психология здоровья [Электронный ресурс] : дис. ... док. психол. наук: 19.00.05. / Иосиф Наумович Гурвич. – М.: РГБ, 2003. – 392 с.
7. Кроник А.А. Каузометрия. Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А.А. Кроник, Р.А. Ахмеров. – М.: Смысл, 2003. – 145 с.
8. Куликов Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: [учеб. пособие] / Леонид Васильевич Куликов. – СПб.: Питер, 2004. – 464 с.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / Алексей Николаевич Леонтьев – [2-е изд.] – М.: Смысл; «Академия», 2005. – 345 с.
10. Пучкова Г.Л. Субъективное Благополучие как фактор самоактуализации личности [Электронный ресурс] : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. / Галина Леонидовна Пучкова – М. : РГБ, 2003. – 163 с.
11. Теории личности: познание человека / Сьюзен Клонингер. – [3-е изд.] – СПб.: Питер, 2003. – 718. [163] с. – (Серия «Мастера психологии»).
12. Хащенко В.А. Субъективное экономическое благополучие и его измерение: построение опросника и его валидизация / Валерий Александрович Хащенко // Экспериментальная психология. – 2011. – том 4. – № 1. – С. 106-127.
13. Хруцкий К.С. Аксеологический подход в современной валеологии личности [Электронный ресурс] : дис. ... канд. философ. наук: 19.00.013. / Константин Станиславович Хруцкий – Новгород, 2000. – 170 с.
14. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия: (к разработке интегративной концепции) / Райль Мунирович Шамионов // Мир Психологии. – 2002. – №2. – С. 143-148.
15. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Татьяна Дмитриевна Шевеленкова, Павел Петрович Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – №3. – С.95-130.

Literatura

1. Anan'ev V.A. Osnovy psy`xology`y` zdorov`ya / Vy`ktor Alekseevy`ch Anan`ev. – SPb.: Rech`, 2006. – 384 s. – (Konseptual`nye osnovy psy`xology`y` zdorov`ya; kn. 1).
2. Argajl M. Psy`xology`ya schast`ya / Majkl Argajl; per. s angl. M.V. Guly`na (gl. 1 – 4), N.G. Mkervaly` (gl. 5 – 11). – M.: Progress, 1990 – 336 s.
3. Buchaczkaya M.V. Psy`xology`cheskoe blagopoluchy`e rabotayushhy`x zhenshhy`n [Электронный ресурс]: dy`s. ...kand. psy`xol. nauk: 19.00.01. / Buchaczkaya Mary`na Vy`ktorovna – M.: RGB, 2007. – 250 s.
4. Vasy`l`eva O.S. Psy`xology`ya zdorov`ya cheloveka: etalony, predstavleny`ya, ustanovky` : [ucheb. posoby`e dlya stud. vyssh. ucheb. zavedeny`j] / O.S. Vasy`l`eva, F.R. Fy`latov. – M.: Akademy`ya, 2001. – 352 s.
5. Vorony`na A.V. Ocenka psy`xology`cheskogo blagopoluchy`ya shkol`ny`kov v sy`steme profy`lakti`cheskoj y` korrekcy`onnoj raboty psy`xology`cheskoj sluzhby: [Электронный ресурс]: avtoref. dy`s. ...kand. psy`xol. nauk: 19.00.04. / Anna Vlady`my`rovna Vorony`na – Tomsk, 2002. – 24 s.
6. Gurvy`ch Y`.N. Socy`al`naya psy`xology`ya zdorov`ya [Электронный ресурс]: dy`s. ...dok. psy`xol. nauk: 19.00.05. / Y`osy`f Naumovy`ch Gurvy`ch. – M.: RGB, 2003. – 392 s.
7. Krony`k A.A. Kauzometry`ya. Metody samopoznany`ya, psy`xody`agnosty`ky` y` psy`xoterapy`y` v psy`xology`y` zhy`znenogo puty` / A.A. Krony`k, R.A. Axmerov. – M.: Smysl, 2003. – 145 s.
8. Kuly`kov L. V. Psy`xogy`gy`ena ly`chnosty`. Voprosy psy`xology`cheskoj ustojchy`vosty` y` psy`xoprofilakty`ky` : [ucheb. posoby`e] / Leony`d Vasy`l`evy`ch Kuly`kov. – SPb.: Py`ter, 2004. – 464 s.
9. Leont`ev A.N. Deyatel`nost`. Soznany`e. Ly`chnost` / Aleksej Ny`kolaevy`ch Leont`ev – [2-e y`zd.] – M.: Smysl; «Akademy`ya», 2005. – 345 s.
10. Puchkova G.L. Sub`ekty`vnoe Blagopoluchy`e kak faktor samoaktualy`zacy`y` ly`chnosty` [Электронный ресурс]: dy`s. ...kand. psy`xol. nauk: 19.00.01. / Galy`na Leony`dovna Puchkova – M.: RGB, 2003. – 163 s.
11. Teory`y` ly`chnosty` : poznany`e cheloveka / S`yuzen Klony`nger. – [3-e y`zd.] – SPb.: Py`ter, 2003. – 718. [163] c. – (Sery`ya «Mastery` psy`xology`y`»).
12. Xashhenko V.A. Sub`ekty`vnoe ekonomy`cheskoe blagopoluchy`e y` ego y`zmereny`e: postroyen`e oprosny`ka y` ego valy`dy`zacy`ya / Valery`j Aleksandrovy`ch Xashhenko // Эkspery`mental`naya psy`xology`ya. – 2011. – tom 4. – # 1. – S. 106-127.
13. Xruczky`j K.S. Akseology`chesky`j podxod v sovremennoj valeology`y` ly`chnosty` [Электронный ресурс]: dy`s. ...kand. fy`losof. nauk: 19.00.013. / Konstanty`n Stany`slavovy`ch Xruczky`j – Novgorod, 2000. – 170 s.
14. Shamy`onov P.M. Psy`xology`ya sub`ekty`vnogo blagopoluchy`ya: (k razrabotke y`ntegraty`vnoj koncepcy`y`) / Ray`l Muny`rovy`ch Shamy`onov // My`r Psy`xology`y`. – 2002. – #2. – S. 143-148.
15. Shevelenkova T.D. Psy`xology`cheskoe blagopoluchy`e ly`chnosty` (obzor osnovny`x koncepcy`j y` metody`ka y`ssledovany`ya) / Tat`yana Dmy`try`evna Shevelenkova, Pavel Petrovy`ch Fesenko // Psy`xology`cheskaya dy`agnosty`ka. – 2005. – #3. – S.95-130.