

УДК 159.923.2:17.023.34

До проблеми структурного аналізу поняття «психологічного благополуччя»

Гуляєва О.В.
elenagulyaeva12@gmail.com

У статті проаналізовано об'єктивні та суб'єктивні предиктори психологічного благополуччя. Розглянуто фактори психологічного благополуччя: соціально-економічний, соціокультурний, біологічний та психологічний. Психологічний фактор визначає структурні та функціональні компоненти психологічного благополуччя. До структурних компонентів відносимо емоційний, когнітивний та поведінковий; до функціональних компонентів, які забезпечують позитивне функціонування особистості, відносимо автономію, управління навколишнім середовищем, особистісне зростання, позитивні відносини з оточуючими, наявність життєвих цілей і самосприйняття.

Ключові слова: психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, задоволеність життям.

В статье проанализированы объективные и субъективные предикторы психологического благополучия. Рассмотрены факторы психологического благополучия: социально-экономический, социокультурный и психологический. Психологический фактор определяет структурные и функциональные компоненты психологического благополучия. К структурным компонентам относим эмоциональный, когнитивный и поведенческий; к функциональным компонентам, которые обеспечивают позитивное функционирование личности, относим автономию, управление окружающей средой, личностный рост, позитивные отношения с окружающими, наличие жизненных целей и самовосприятие.

Ключевые слова: психологическое благополучие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью.

In the article there were analysed objective and subjective predictors of psychological well-being. There were considered the factors of psychological well-being: socio-economic, socio-cultural, biological and psychological. The psychological factor determines the structural and functional components of psychological well-being. The structural components include the emotional, cognitive and behavioral components; to the functional components, that provide positive functioning of personality, we refer autonomy, environmental management, personal growth, positive relations with others, the existence of life goals and self-image.

Key words: psychological well-being, subjective well-being, satisfaction with life.

Вивчення психологічного благополуччя представляє собою складну теоретичну та практичну проблему в силу свого особливого значення та міждисциплінарності. В психології проблема визначення психологічного благополуччя вирішується з позицій гедоністичного або евдемоністичного підходів. У рамках першого підходу – психологічне благополуччя відображає баланс між позитивним та негативним афектами, у другому – евдемоністичному – психологічне благополуччя розглядається як особистісне зростання, як повнота самореалізації в конкретних життєвих умовах і обставинах. Психологічне благополуччя – це інтегральний показник ступеня спрямованості людини на реалізацію головних компонентів позитивного функціонування, а також ступень реалізованості цієї спрямованості, яке суб'єктивно виявляється у відчутті щастя, задоволеність життям та собою. Таке розуміння цього психологічного явища потребує вирішення питання, яке пов'язане, насамперед, з визначенням компонентів психологічного благополуччя. Аналіз різноманітних підходів до визначення самого терміну «психологічне благополуччя», дозволяє стверджувати, що в психології не існує одностайної точки зору на чинники цього феномену. У різних наукових дослідженнях в цьому напрямку психології визначаються або рівні функціонування психологічного благополуччя, або фактори, які забезпечують психологічне благополуччя, або сфери, у рамках яких проходить формування особливостей переживання психологічного благополуччя. Крім того, його структурні компоненти також різняться між собою не тільки назвою, функціями та значенням, а й кількістю. Складність вивчення психологічного благополуччя обумовлене тим, що механізм його формування знаходиться як у соціальному середовищі, так й у внутрішньому світі людини. Мова йдеться не стільки про зовнішні фактори, які впливають на психологічне благополуччя, а про внутрішні детермінанти. При цьому особистість потрібно розглядати з точки зору її активної позиції – здатності до самоактуалізації, саморозвитку, здійсненню власного вибору, наявності цілей тощо. Визначення та аналіз структури психологічного благополуччя є головною метою даної статті.

Ми вважаємо, що необхідно розрізнити фактори, які впливають на психологічне благополуччя та визначають його рівень, сфери існування психологічного благополуччя і структурні компоненти, які є предикторами психологічного благополуччя. Аналіз літератури показує, що усі фактори, які визначають рівень та структуру психологічного благополуччя, в залежності від специфіки підходу до цього розуміння, можна поділити на чотири групи.

Перша група факторів – соціально-економічні. В рамках даної групи існує взаємозв'язок між психологічним благополуччям та соціально-економічними показниками, зокрема – з рівнем матеріального прибутку. Так, наприклад, дослідження Н. Бредберна показало, що люди з більш високими прибутками мають більш високий рівень психологічного благополуччя, яке забезпечується високою кореляцією між позитивним афектом та рівнем прибутку. Але в цьому ж дослідженні не було встановлено зворотного зв'язку зі школою негативного афекту. А це означає, що гроші можуть збільшувати відчуття радості, але не можуть зменшити почуття горя [7]. На особливу увагу в контексті матеріального статку людини заслуговує поняття «суб'єктивне економічне благополуччя». Введений у коло психологічних досліджень В.О. Хашенком, він означає інтегральний психологічний феномен і категорію цілісного життя людини, як єдності зовнішніх (об'єктивних, соціально-економічних) і внутрішніх (психологічних, насамперед особистісних) умов життєдіяльності та який виражається у

ставленні людини до свого актуального та майбутнього матеріального благополуччя [6]. Як елемент благополуччя, суб'єктивне економічне благополуччя (СЕБ) тісно пов'язане не лише з потребами людини та їх задоволенням, а й з самооцінкою власних ресурсів досягнення цілей. У ході емпіричного дослідження автором було продемонстровано, що існує взаємозв'язок між СЕБ та загальним задоволенням життям, при чому вплив суб'єктивного економічного благополуччя стає стабільним та найбільш суттєвим у зоні високого рівня задоволеністю життям. Таким чином, чим вище суб'єктивне економічне благополуччя людини, тим вище її рівень задоволеністю життям і тим стабільніше цей зв'язок. Також про вплив соціально-економічного фактору на відчуття благополуччя говорять результати дослідження Е. Дінера, які проводилися у різних країнах. Ним було встановлено зв'язок між афектом і прибутком. За цими даними, у більш забезпеченій частини населення переважають позитивні емоції над негативними. Також у крос-культурному дослідженні автором був виявлений помірний кореляційний зв'язок між доходом та рівнем суб'єктивного благополуччя. Найбільш яскраво цей зв'язок виражене у тих респондентів, які знаходяться за межею бідності та мають дуже низький рівень задоволеністю життям. Разом з цим, Е. Дінером встановлено, що у найбільш забезпечених респондентів збільшення прибутку не приносило ще більшої задоволеністю життям. Крім того, автором було встановлено, що люди в економічно розвинених країнах (з високим рівнем доходу) більш щасливіші та благополучніші, ніж люди з низьким рівнем прибутку. Е. Дінер стверджує, що високий рівень доходу та проживання в економічно розвиненій країні, а також зосереджування на інтересах, не пов'язаних з матеріальним, асоціюються у людини з досягненням щастя. Це може бути пов'язаним з тим, що бідна країна обмежує можливості стабільних відношень, особистісної продуктивності та креативності. За думкою Е. Дінера злидні блокує можливість прояву компетенцій, досягнення інтересів, перешкоджають дружнім відношенням, що могли забезпечити задоволеністю психологічних потреб людини [8]. Зосередження людини на досягненні суттєвих цілей, позитивне ставлення до себе, пошук сенсу життя тощо збільшує благополуччя.

Отже, аналізуючи вплив соціально-економічних факторів на відчуття задоволеністю життям можна стверджувати, що існує зв'язок між цією групою факторів та психологічним благополуччя. Але, такий зв'язок не завжди однозначно впливає на психологічне благополуччя: по-перше, він яскраво виражений у людей з великим або низьким рівнем доходу, по-друге, збільшення прибутків здатне збільшити відчуття радості, але не зменшити відчуття горя, а у дуже забезпечених людей прибутки не здатні збільшити навіть й задоволеність життям.

Друга група факторів – соціокультурні фактори. Згідно концепції Л.С. Виготського, соціально-культурне середовище, що глибоко трансформує особистість, розвиває цілу низку нових форм та засобів її поведінки та приводить до виникнення якісно нових психологічних систем, які здатні відобразити світ соціальних відношень, свій власний світ, який формує ставлення до себе та до інших людей [4]. Дискусія відносно культурних відмінностей та їх вплив на психологічне благополуччя ґрунтується на порівнянні досліджень культур. В першу чергу мова йдеться про культури, в яких ціняться індивідуалізм і незалежність – з одного боку, та колективізм та взаємозалежність – з іншого боку. Так, дослідження К. Ріфф показало, що у корейців (з домінуючими цінностями «колективізм» і «взаємозалежність») були виявлені високі показники за шкалою «позитивне ставлення до оточуючих» і низькі показники за шкалами «самоприйняття» і «особистісне зростання». А у американських респондентів (з домінуючими цінностями «індивідуалізм» і «незалежність») навпаки, встановлено високі показники за шкалами «особистісне зростання» і «автономія». На відміну від корейців, які приділяють більш уваги психологічному благополуччю своїх близьких родичів (наприклад, дітям), американці на перше місце ставлять своє власне психологічне благополуччя. Також існують розбіжності у відчуття власного благополуччя між французькими та російськими студентами. За даними дослідження О.Е. Бочарової, французькі студенти мають більш високий рівень благополуччя, та мають статистично значущі відмінності за шкалами: «напруга та чутливість», «психоемоційна симптоматика», «значущість соціального оточення» та «ступень задоволеністю повсякденної діяльності». На відміну від французьких студентів, російські мають більш високий рівень напруги та чутливості, вони більше здатні до депресії, пригніченості, неуважності, для них менше значиме соціальне оточення, і, нарешті, вони більше задоволені повсякденною діяльністю [2].

Отже, аналізуючи соціокультурні фактори, можна говорити про існування зв'язку між ними та психологічним благополуччя. Але слід зазначити, що соціокультурні фактори впливають не на загальне психологічне благополуччя, а на окремі його компоненти. А це означає, якщо особистість сприймає та приймає соціокультурну модель власного існування, то вона відчуває психологічне благополуччя не зважаючи на те, що орієнтована на індивідуалізм або колективізм, на незалежність або взаємозалежність.

Третя група факторів – біологічні фактори. В літературі існує думка, що генетичні фактори також можуть пояснювати індивідуальну різницю в психологічному благополуччі. Вважається очевидним зв'язок між фізичним здоров'ям та психологічним благополуччям. Як правило, хвороба викликає функціональні обмеження, тим самим зменшуючи можливості життєвого задоволення. Р. Райан і К. Фредерик встановили, що суб'єктивна життєздатність є індикатором психологічного благополуччя. Вони дійшли висновку, що суб'єктивна життєздатність співвідноситься не лише з такими шкалами психологічного благополуччя як «автономія» й «позитивні відносини з оточуючими», а й з фізичними симптомами [10]. Схожу думку можемо знайти в дослідження російського психолога А. В. Ворониної, яка розглядає біологічний простір як перший рівень буття людини. Джерелом його формування є збереженість біологічних систем організму, а кінцевий результат виражається у формуванні бар'єру психічної адаптації. Під бар'єром психічної адаптації розуміється індивідуальне функціонально-динамічне утворення, яке містить в собі взаємозв'язані соціальні та біологічні фактори, які дають людині можливість у виборі адекватного та цілеспрямованого реагування в психотравмуючій ситуації [3]. На її думку, рівень психологічного благополуччя – це психосоматичне здоров'я як відображення процесу взаємозв'язку психічної та соматичної сфер, але психосоматичне здоров'я вона розглядає як

нищий рівень психологічного благополуччя. Крім того, спираючись на положення К.Ясперса про те, що поняття «норми» та «анормального» витікає зі сукупності психічного з світосприйняттям, у якому нерозривно зліті суб'єктивні та об'єктивні моменти, А.В. Вороніна вводить суб'єктивні Я-критерії цього рівня: ступень самоприйняття, адекватну (гнучку) саморегуляцію діяльності й поведінки та наявність або відсутність психічних, соматичних та психосоматичних захворювань чи порушень.

Отже, зв'язок, що існує між біологічними факторами та психологічним благополуччям, ще не доказує, що фізичні порушення або захворювання людини можуть безпосередньо впливати на її психологічне благополуччя. А при наявності адекватних суб'єктивних критеріїв зводить цей вплив до мінімуму, хоча біологічні фактори можуть обмежувати задоволеність деяких потреб людини.

Остання група факторів, вона же сама велика група – це психологічні фактори. Виходячи з того факту, що Н.Бренберн та Е. Дінер фактично ототожнювали психологічне благополуччя та суб'єктивне благополуччя, деякі зарубіжні психологи вважають, що психологічне благополуччя людини напряму пов'язане з задоволенням її потреб. Р. Райан і К. Шелдон вважають, що особисте благополуччя може бути досягнуто завдяки таким станам як задоволення потреб, життєздатність. На їх думку основою благополуччя є задоволення психологічних потреб, а щасливі дні – це дні, коли у людини головна діяльність гармоніє з потребами [12].

Особливої уваги з точки зору факторів, які впливають на психологічне благополуччя, заслуговує теорія самодетермінації Р. Райана та Е. Десі. Автори вважають, що особистісне благополуччя також пов'язане з базовими психологічними потребами, а саме: з потребою в автономії, компетентності й зв'язками з іншими. Під автономією розуміється сприйняття власної поведінки як конгруентної внутрішнім цінностям та бажанням особистості. В основі автономії лежать підтримка та відсутність контролю з боку інших людей. Компетентність – це схильність до оволодіння власним оточенням і до ефективної діяльності в ньому. Під потребою зв'язку з іншими – прагнення до близькості з іншими людьми. Вона розвивається в тому випадку, якщо людина отримує тепло й турботу від оточуючих. Таким чином, задоволення психологічних потреб, які напряму пов'язані з соціальним контекстом, підвищує рівень психологічного благополуччя, у протилежному випадку рівень психологічного благополуччя знижується. Інші дослідження в рамках теорії самодетермінації тільки підтвердили зв'язок зазначених психологічних потреб з психологічним благополуччям. Так, наприклад, було продемонстровано вплив автономії, компетентності та позитивних відносин з іншими на психологічне благополуччя дитини [9]. Автономія впливає на волю та ініціативність дитини, компетентність – на допитливість, позитивні відносини пов'язані з турботою один про одного. Батьківська любов, турбота, задоволення дитячих психологічних потреб стає основою для формування потреб у дорослому віці, а значить складає базу психологічного благополуччя особистості.

Інший інтерес викликає проблема впливу сенсу буття та життєвих цілей на рівень суб'єктивного благополуччя. Успіх у досягненні суттєвої, значимої мети асоціюється у особистості з ростом психологічного благополуччя, в той же час досягнення несуттєвої цілі знижує рівень психологічного благополуччя. Отже, цілі людини можуть виступати предикторами психологічного благополуччя. Це пов'язане з тим, що процес досягнення мети викликає зміни у житті людини, тому значущі цілі можуть спонукати до великих змін у житті, а незначущі – до невеликих, відповідно досягнення таких цілей може підвищувати чи, навпаки, зменшувати рівень психологічного благополуччя.

Ця думка отримала уточнення в дослідженнях російського психолога П.П. Фесенко. У своєму дослідженні він показав наявність прямого зв'язку між рівнем психологічного благополуччя та ступенем усвідомленості життям, а також між рівнем психологічного благополуччя та характером термінальних (бажаних цінностей) і інструментальних (бажані засоби досягнення життєвих цілей) цінностей. Важливим моментом, який визначає особливості переживання психологічного благополуччя, є не тільки характер життєвих цілей, а й оцінка людиною самої себе як ефективної чи неефективної в їх досягненні. А. Бандура розуміє самоефективність як переконаність у власній здатності організувати та виконувати згідно послідовності дії, які дозволяють впоратися з очікуваними ситуаціями, а тому вважає її визначальним компонентом позитивного функціонування особистості.

Оскільки психологічне благополуччя розглядається у контексті позитивного функціонування особистості та суб'єктивно виявляється у відчутті щастя, задоволеність життям та собою, О.О. Кроником були визначені психологічні способи набуття щастя. Автор розуміє їх як способи саморегуляції людиною своєї мотивації до світу та виділяє дві форми такої регуляції: посилення людиною значимості світу і посилення власних можливостей. На основі цих двох форм утворюються чотири відносно незалежних принципи саморегуляції людиною своєї мотивації до світу: максимізація корисності, мінімізація потреб, мінімізація складностей, максимізація здібностей. Ці принципи реалізуються в певних індивідуальних стилях життя, які складаються під впливом конкретних індивідуальних та соціальних умов та співвідносяться з різними уявами людини про шляхи набуття щастя.

Так, принцип максимізації корисності світу (стиль життя - гедонізм) міститься у прагненні людини до максимально корисних об'єктів, до тих, які повністю задовольняють його потреби. Суб'єктивно корисність відображається в емоційному стані приємного, а це означає, що максимізація корисності означає прагнення до пошуку позитивно забарвлених емоційних переживань різної інтенсивності.

Принцип мінімізації потреб (стиль життя – аскетизм) міститься у прагненні людини до зменшення інтенсивності (ступеню напруги) потреб. Зазвичай таке прагнення має місце в тому випадку, коли задоволення потреб з будь-яких причин стає неможливим.

Принцип мінімізації складності (стиль життя – споглядальний) міститься в прагненні людини до спрощення власного світу в цілому та до спрощення конкретних об'єктів – цілей його різноманітної діяльності. Це прагнення може проявитися у випадку, коли складність мети перевищує рівень здібностей людини, або у випадку, коли в масштабах часу, який є у людини, мета є важкодоступною.

Нарешті, принцип максимізації здібностей (стиль життя - діяльний) міститься у прагненні людини до всебічного розвитку та самовдосконаленню не тільки в фізичному, а й у духовному аспектах [5].

Таким чином, в концепції О.О. Кроника було продемонстроване значущість оцінки власних можливостей для умов виникнення щастя, психологічного благополуччя.

Що же стосується сфер буття особистості, рамках яких проходить формування особливостей переживання психологічного благополуччя, то звертає на себе увагу концепція А.В. Вороніної. Авторка визначає психологічний рівень як рівень соціальної адаптованості у вигляді стану рівноваги до соціального середовища. Суб'єктивним Я-критерієм для даного рівня виступають: ступень прийняття оточуючих, соціальна чи асоціальна спрямованість поведінки, задоволеність власним соціальним статусом, наявність навичок поведінки в мікросоціумі, вступ до групи, поведінка у конфліктних ситуаціях, рівень емпативної чутливості до зміни станів окремих людей і групи в цілому [3].

Отже, розглядаючи психологічне благополуччя, як інтегральний показник ступеня реалізованості особистістю власної спрямованості, що суб'єктивно виявляється у відчутті щастя, задоволеність життям та собою, можна виділити групу об'єктивних факторів, які впливають на нього: біологічні, соціально-економічні та соціокультурні. Аналіз емпіричних досліджень показує взаємозв'язок біологічних, соціально-економічних та соціокультурних факторів з психологічним благополуччям, але цей зв'язок досить неоднозначний та має певні умовності, що пов'язані, насамперед, з суб'єктивними критеріями. Зв'язок психологічних факторів з психологічним благополуччям, навпаки, має досить велике коло суб'єктивних критеріїв, які визначають структурні компоненти цього феномену. Тому, ми вважаємо за необхідне, розглянути та провести аналіз структурних компонентів психологічного благополуччя.

Аналіз наукових робіт свідчить про складність та багатокомпонентність вивчаемого феномену. Стає цілком очевидно, що не існує так званої універсальної структури даного психологічного явища. Проблема її визначення, насамперед, пов'язана з тим, що вивчення саме цього психологічного явища проводилось у рамках двох підходів – гедоністичного та евдемоністичного, що визначали різні компоненти цього феномену.

Так, у рамках гедоністичного підходу вивчення психологічного благополуччя зводилося до того від чого людина отримує задоволення, яке місце займає щастя в його житті та який вплив здійснюють позитивні й негативні емоції. Головним шляхом досягнення благополуччя парадигма гедонізму вважає адаптацію до змінних умов і обставин, а також відсутність обмежень у набутті та споживанні. При цьому в функціональному плані увага акцентується на позитивному мисленні, раціональному погляді на соціальну ситуацію та власному «Я». Аналіз гедоністичного підходу до визначення психологічного благополуччя, дозволяє нам виділити три його основних компонента, а саме: задоволеність життям, присутність позитивного настрою та відсутність негативних емоцій. При цьому, задоволеність життям як взагалі, так й окремими значними для людини періодами, в рамках даного підходу розуміється як базова соціальна установка, що впливає на його схильність здійснювати чи не здійснювати ті чи інші вчинки. Співвідношення ж позитивних і негативних емоцій розглядається як емоційний компонент, що забезпечує відчуття щастя. Підсумовуючи короткий аналіз гедоністичного підходу, можна говорити, що в якості структурних компонентів психологічного благополуччя в рамках парадигми гедонізму виступають когнітивний та емоційний компоненти. У функціональному плані вони відображаються як суб'єктивні прояви задоволеністю життям та емоційне відображення задоволення потреб.

В рамках евдемоністичного підходу наукові пошуки велися в контексті відображення психологічного благополуччя людської поведінки, що відображає її сутність. Так, в дослідження А. Ватермана, емпірично було доведено, що гедонізм дійсно має тісний взаємозв'язок з емоційним компонентом особистості, але ще більший кореляційний зв'язок спостерігався між емоціями та тими якостями особистості, які забезпечують особистісне зростання і розвиток особистості [13]. Досліджуючи психологічне благополуччя у контексті тривалості життя, К. Ріфф описала його як «прагнення до досконалості», що представляє собою реалізацію істинного потенціалу особистості. Розробив шістькомпонентну модель, надала докази того, що психологічне благополуччя може впливати навіть на конкретні фізіологічні системи, які відповідають за формування імунітету та укріплення здоров'я [11]. Основою моделі К. Ріфф послужили концепції, які пов'язані з проблемою позитивного психологічного функціонування особистості. Подібний підхід дозволив їй узагальнити та виділити шість основних компонентів психологічного благополуччя: самоприйняття, позитивні відносини з оточуючими, автономія, управління навколишнім середовищем, цілі в житті, особистісне зростання.

Самоприйняття відображає позитивну самооцінку себе та свого життя в цілому, усвідомлення та прийняття не тільки власних позитивних якостей, а і недоліків. Протилежність самоприйняттю є почуття незадоволеністю собою, яке характеризується неприйняттям певних якостей своєї особистості, незадоволеність власним минулим. На думку автора, самоприйняття співвідноситься не тільки з поняттям «самоповага» та «самоприйняття», що були введені та розроблені у теоріях А. Маслоу, К. Роджерса та М. Ягоди. Воно включає в себе визнання людиною власної гідності й недоліків, що співвідноситься з концепцією К.-Г. Юнга, а також позитивну оцінку свого минулого, що описане Е. Еріксоном як частина процесу інтеграції.

Позитивні відносини з оточуючими, авторка розуміє як досить складний і важливий чинник психологічного благополуччя. Так позитивні відносини з оточуючими мають на увазі і як уміння співпереживати, так і як здатність бути відкритим для спілкування, а також наявність навичок, які допомагають встановлювати та підтримувати контакти з іншими людьми. Крім цього даний компонент психологічного благополуччя включає в себе прагнення людини бути гнучкою в процесі взаємодії з оточуючими та вміння знаходити компроміс. Відсутність цих якостей говорить про самотність особистості, нездатність встановлювати і підтримувати нею довірливі відносини з іншими, замкнутість, не бажання знаходити компроміс.

Наступний компонент психологічного благополуччя – автономія. Людина, яка має високий рівень автономії здатна бути незалежною. Така людина не боїться протиставити власну думку думці більшості. Як правило, людина з високим рівнем автономності оцінює себе виходячи з власних уподобань та характеризується не стандартним мисленням і поведінкою. Відсутність достатнього рівня автономії веде до конформізму, зайвої залежності від думки оточуючих. Такий людині складно

самій приймати рішення, а на її поведінку та образ мислення дуже впливає соціальне оточення.

Під управлінням (контролем) навколишнім середовищем, К. Ріфф розуміє наявність якостей, які забезпечують успішне оволодіння різними видами діяльності. В першу чергу необхідно звернути увагу на вміння людини добиватися бажаного, здатність долати труднощі на шляху реалізації власних цілей. У випадку нестачі цієї характеристики, у людини спостерігається відчуття власного безсилля, некомпетентність, нездатність змінити щось на краще для того, щоб досягнути бажаного.

Як ми вже зазначали вище, важливим компонентом психологічного благополуччя є життєві цілі. В моделі К. Ріфф життєві цілі людини надають їй відчуття усвідомленості й цінності того, що було у минулому, проходить у теперішньому та станеться у майбутньому часі. Відсутність цілей в житті тягне за собою відчуття безглуздості, нудьги й туги.

Нарешті, особистісне зростання в даній моделі передбачає прагнення людини до розвитку, здатність сприймати нове, а також передбачає наявність відчуття власного прогресу. Якщо особистісне зростання за якими-то причинами не можливе, то наслідком цього стає почуття стагнації, відсутності віри в свої можливості до змін, в можливості оволодіння новими вміннями і навичками. При цьому людина втрачає інтерес до життя.

На нашу думку, унікальність даної концепції полягає в тому, що загальний рівень психологічного благополуччя визначається не тільки кількісним внеском окремих компонентів, а їх співвідношенням в індивідуальній структурі особистості, що відобразатиметься на функціональному рівні. Мова йдеться про те, що особистість з низьким рівнем психологічного благополуччя буде не просто «дзеркальним» відображенням зі знаком «мінус» структури психологічного благополуччя людей з високим рівнем, а буде мати зовсім іншу структуру.

Отже, проаналізувавши головні чинники психологічного благополуччя, ми можемо представити структуру психологічного благополуччя наступним чином. Психологічне благополуччя визначається факторами (або рівнями існування) та компонентами (структурними й функціональними). До факторів психологічного благополуччя ми відносимо: соціально-економічний, соціокультурний, біологічний та психологічний. Останній, в свою чергу, визначає структурні компоненти психологічного благополуччя: емоціональний, когнітивний та поведінковий компоненти. Поведінковий компонент психологічного благополуччя, пов'язаний з проблемою позитивного психологічного функціонування особистості, на функціональному рівні проявляється в автономії, управлінні навколишнім середовищем, особистісному зростанні, позитивних відносинах з оточуючими, наявності життєвих цілей і самосприйнятті.

Узагальнюючи усе вищесказане та відповідно до мети даної статті, можна зробити наступні висновки:

1. Об'єктивні фактори, такі як економічний, соціокультурний та біологічний мають тісний зв'язок з психологічного благополуччя та впливають на його рівень. Але суттєвий взаємозв'язок рівень психологічного благополуччя має з суб'єктивним фактором – психологічним.

2. Психологічний фактор визначає структурні та функціональні компоненти психологічного благополуччя. До структурних компонентів ми відносимо емоційний, когнітивний та конативний компоненти. Під емоційний компонент розуміємо позитивне чи негативне відношення, що виникає при реалізації цілей, потреб на намірів особистості; під когнітивним – оцінку індивідом власного життя та задоволеність життям, як головний показник; під конативним компонентом розуміємо функціональні компоненти, що забезпечують позитивне функціонування особистості: автономію, управління навколишнім середовищем, особистісне зростання, позитивне відношення з оточуючими, наявність життєвих цілей і самосприйняття.

Перспектива подальшого дослідження полягає у емпіричному дослідженні особливостей психологічного благополуччя студентів-інвалідів.

Література

1. Александровский Ю.А. Краткий психиатрический словарь / Ю.А. Александровский. – М.: РЛС-2009, 2008. – 128 с.
2. Бочарова Е.Е. Взаимосвязь субъективного благополучия и социальной активности личности: кросскультурный аспект / Елена Евгеньевна Бочарова // Социальная психология и общество. – 2012. – № 4. – С. 53–63.
3. 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.
4. Выготский Л.С. Этюды по истории поведения: Обезьяна. Прimitив. Ребенок. / Л.С. Выготский, А.Р. Лурия – М.: Педагогика-Пресс, 1993. – 224 с.
5. Кроник А.А. Каузометрия. Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А.А. Кроник, Р.А. Ахмеров. – М.: Смысл, 2003. – 145 с.
6. Хашченко В.А. Субъективное экономическое благополучие и его измерение: построение опросника и его валидизация / Валерий Александрович Хашченко // Экспериментальная психология. – 2011. – том 4. – № 1. – С. 106-127.
7. Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being / Norman M. Bradburn // Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. – 320 p.
8. Diener E. Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem / Ed Diener, Marissa Diener // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol 68 (4) – P. 653-663.
9. Ryan R. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being / Richard M. Ryan, Edvard L. Deci // American Psychology. – 2000. – Vol. 55 (1) – P. 68-78.
10. Ryan R. On energy, personality, and health: subjective vitality as a dynamic reflection of well-being / Richard M. Ryan, Christina Frederick // Journal of personality. – 65:3. – 1997. – P. 531- 565.
11. Ryff C. The contours of positive human health / C. Ryff, B. Singer // Psychological Inquiry. – 1998. – Vol. 9, no1. – P. 1-28.

12. Sheldon K. The independent effects of goal contents and motives on well-being: it's both what you pursue and why you pursue it / Kennon M. Sheldon, Richard M. Ryan, Edward L. Deci, Tim Kasser // *by the society for personality and social psychology*. – 2004. – Vol. 30 (4) – P. 475-486.

13. Waterman A.S. Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment / Alan S. Waterman // *Journal of Personality and Social Psychol - PSP*. – 1993. – Vol. 64. – P. 678-691.

Literatura

1. Aleksandrovskiy Yu.A. Kratkiy psihiatricheskii slovar / Yu.A. Aleksandrovskiy. – M.: RLS-2009, 2008. – 128 с.

2. Bocharova E.E. Vzaimosvyaz sub'ektivnogo blagopoluchiya i sotsialnoy aktivnosti lichnosti: krosskulturnyy aspekt / Elena Evgenevna Bocharova // *Sotsialnaya psihologiya i obschestvo*. – 2012. – # 4. – S. 53–63.

3. Voronina A.V. Otsenka psihologicheskogo blagopoluchiya shkolnikov v sisteme profilakticheskoy i korrektsionnoy raboty psihologicheskoy sluzhby: [Elektronnyy resurs]: avtoref. dis. ...kand. psihol. nauk: 19.00.04. / Anna Vladimirovna Voronina – Tomsk, 2002. – 24 s.

4. Vyigotskiy L.S. Etyudy po istorii povedeniya: Obezyana. Primitiv. Rebenok. / L.S. Vyigotskiy, A.R. Luriya – M. : Pedagogika-Press, 1993. – 224 s.

5. Kronik A.A. Kauzometriya. Metodyi samopoznaniya, psihodiagnostiki i psihoterapii v psihologii zhiznennogo puti / A.A. Kronik, R.A. Ahmerov. – M.: Smyisl, 2003. – 145 s.

6. Haschenko V.A. Sub'ektivnoe ekonomicheskoe blagopoluchie i ego izmerenie: postroenie oprosnika i ego validizatsiya / Valeriy Aleksandrovich Haschenko // *Eksperimentalnaya psihologiya*. – 2011. – tom 4. – # 1. – S. 106-127.

7. Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being / Norman M. Bradburn // Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. – 320 p.

8. Diener E. Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem / Ed Diener, Marissa Diener // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1995. – Vol 68 (4) – P. 653-663.

9. Ryan R. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being / Richard M. Ryan, Edward L. Deci // *American Psychology*. – 2000. – Vol. 55 (1) – P. 68-78.

10. Ryan R. On energy, personality, and health: subjective vitality as a dynamic reflection of well-being / Richard M. Ryan, Christina Frederick // *Journal of personality*. – 65:3. – 1997. – P. 531- 565.

11. Ryff C. The contours of positive human health / C. Ryff, B. Singer // *Psychological Inquiry*. – 1998. – Vol. 9, no1. – P. 1-28.

12. Sheldon K. The independent effects of goal contents and motives on well-being: it's both what you pursue and why you pursue it / Kennon M. Sheldon, Richard M. Ryan, Edward L. Deci, Tim Kasser // *by the society for personality and social psychology*. – 2004. – Vol. 30 (4) – P. 475-486.

13. Waterman A.S. Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment / Alan S. Waterman // *Journal of Personality and Social Psychol - PSP*. – 1993. – Vol. 64. – P. 678-691.