

УДК 159.9.07+159.923

**Каргіна Наталія Вікторівна**

аспірант кафедри загальної та диференціальної психології  
Південноукраїнського національного педагогічного університету  
ім. К. Д. Ушинського  
lavanda\_87@ukr.net  
ORCID: 0000-0003-0091-8906

**ФЕНОМЕН ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ:  
ОСОБЛИВОСТІ ДІАГНОСТИКИ**

У статті здійснено аналіз найбільш відомих методик вивчення психологічного благополуччя. Встановлено, що здебільшого даний феномен досліджується за допомогою самооціночних опитувальників. Здійснено класифікацію існуючих методів емпіричного вивчення психологічного благополуччя, показано відсутність універсальної методики та доцільність створення психодіагностичного інструменту з урахуванням існуючої наукової бази вивчення даної якості.

**Ключові слова:** психологічне благополуччя, компоненти психологічного благополуччя, тест, опитувальник, шкала, методика, валідність.

**Постановка проблеми.** Феномен психологічного благополуччя розглядається в багатьох науках: філософії, медицині, психології, соціології. Специфіка його вивчення у психології полягає у необхідності попереднього емпіричного діагностування даної якості. Саме тому перед науковцями нерідко постає необхідність вибору адекватного психодіагностичного інструментарію, адже вимірювання психологічного благополуччя є складною діагностичною проблемою, яка лежить в площині міждисциплінарних теоретичних та практичних розробок.

Теоретичний аспект означеної проблеми полягає в обмеженості розвитку наукових уявлень про феномен психологічного благополуччя, його природу та складові. Насамперед це пов'язано з тим, що у вітчизняній психології розробка відповідного поняття розпочалася не так давно, і на даний момент не існує його загально визнаної дефініції. Під психологічним благополуччям розуміють ряд тотожних за своїм значенням понять, таких як «психічне здоров'я», «норма», «нормальна і аномальна особистість», «позитивний стиль життя», «емоційний комфорт», «якість життя», «задоволеність життям» тощо [7]. Звідси випливає і практичний аспект, який виявляється у наявності обмеженого кола психодіагностичних інструментів, призначених для вимірювання компонентів психологічного благополуччя.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Феномен психологічного благополуччя в сучасній психологічній науці досліджується R. Ryan та E. Deci, N. Bradburn, C. Ryff, E. Diner, A. Waterman, A. B. Ворониною, В. М. Духневичем, Л. В. Жуковською, С. В. Карскановою, Л. В. Кулико-

вим, Н. П. Фетіскінім, О. С. Ширяєвою та ін. Виявлено фактори психологічного благополуччя особистості (М. Аргайл, Н. Bradburn, І. А. Джидар'ян, Л. В. Куликов, М. Селігман), запропонована модель структури та формування (С. Ruff, О. А. Ідобаєва, П. П. Фесенко, О. С. Ширяєва), встановлено зв'язок зі свідомістю життя (П. П. Фесенко), ціннісно-смысловими утвореннями (Д. О. Леонт'єв, Р. М. Шаміонов), суверенністю психологічного простору (О. Н. Паніна), толерантністю (Н. К. Бахарєва), професійною діяльністю (В. М. Духневич, І. В. Заусенко, С. В. Карсканова, Л. В. Козьміна, Р. М. Шаміонов), умовами середовища (О. С. Ширяєва), визначена вікова специфіка (Ю. Б. Дубовик) тощо.

Водночас актуальним наразі є узагальнення існуючих поглядів не тільки щодо теоретичного розуміння психологічного благополуччя, а й відносно можливостей його емпіричного вивчення. Відповідно, **метою статті** є проведення теоретичного аналізу методик як вітчизняних, так і зарубіжних, які так чи інакше досліджують психологічне благополуччя особистості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Роботу з аналізу та узагальнення існуючих психодіагностичних інструментів умовно було розділено на три етапи: пошук інформації про методики, їх класифікація та аналіз якості. На етапі пошуку інформації було сформульовано ряд ключових термінів, що описують психологічне благополуччя: благополуччя, задоволеність, щастя, процвітання, здоров'я, якість життя, психічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, евдемоністичне благополуччя тощо.

Після класифікації та якісного аналізу було виділено такі групи методик: 1) спрямовані на дослідження психологічного благополуччя як частини іншого, більш розлогого конструкту; 2) такі, що безпосередньо вивчають психологічне благополуччя; 3) наявні шкали, відповідні окремим компонентам конструкту «психологічне благополуччя».

Розподіл всіх методик за групами показав доцільність виділення двох додаткових підгруп методик — призначені для діагностики всіх сфер життєдіяльності людини та вивчення психологічного благополуччя в окремих з них. Значна кількість з проаналізованих методів діагностує окремі параметри психологічного благополуччя в різних сферах людської життєдіяльності.

Виділена також група методик вивчення психологічного благополуччя незалежно від сфери життєдіяльності. Її склали такі методики: «Шкала діагностики задоволеності життям — SLS» (В. О. Хащенко, А. В. Баранова); «Шкала задоволеності життям» (E. Diener); «Фактори задоволеності життям» (Є. В. Балацький); «Індекс загального психологічного благополуччя»; «Шкала психологічного благополуччя, автор С. Ruff»; Опитувальник ВООЗ-100 (коротка версія ВООЗ-26); «Коротка форма оцінки здоров'я MOS SF-36» (Medical Outcomes Study-Short Form); «Ноттінгемський профіль здоров'я» (Nottingham Health Profile); «Опитувальник здоров'я Мак Мастера» (Mc Master Health Index Questionnaire [МНІQ]); «Індекс якості життя» (Quality of Life Index); Оцінка якості життя (З. Ф. Дудченко); Опитувальник загального здоров'я (General Health Questionnaire, GHQ) (Д. Голдберг); Оксфордський опитувальник щастя; Індекс життєвої задо-

воленості; методика The WHO-Five Well-being Index (Індекс психологічного благополуччя); «Уявлення студентів про психологічне благополуччя та його ретроспективна самооцінка» (Л. Б. Козьміна), The Questionnaire for Eudaimonic Well-Being (A. S. Waterman); Каліфорнійський психологічний опитувальник (California Psychological Inventory — CPI) та ін.

Розглянемо деякі з них більш детально. Так, методика «Шкала діагностики задоволеності життям — SLS» (В. О. Хащенко, А. В. Баранова) [9] призначена для вимірювання загальної (глобальної) оцінки задоволеності життям за 22 найбільш суттєвими аспектами життя на основі 5-бальної порядкової шкали Лайкерта, а також задоволеність життям в окремих його проявах: родина, міжособистісні стосунки, персональні потреби, особистісна безпека, соціально-економічні умови життям та інше. Методика пройшла стандартні психометричні процедури перевірки надійності та валидності.

Методика «Фактори задоволеністю життям» (Є. В. Балацький). Виходячи з того, що задоволеність життям — складне, комплексне поняття, що акумулює безліч аспектів, автор пропонує наступний набір факторів для його виміру: особиста і сімейна безпека; матеріальне благополуччя; сімейне благополуччя; досягнення поставлених цілей; творча самореалізація; наявність хорошого, плідного дозвілля; хороший клімат і гарна погода; гідний соціальний статус; наявність ефективних неформальних соціальних контактів; соціальна стабільність, впевненість у майбутньому; комфортне середовище проживання; гарне здоров'я [1]. Н. Ж. Дурю в методиці «Індекс загального психологічного благополуччя» концентрується на оцінці емоційних або афективних розладів, що виникають внаслідок соматичних захворювань та знижують благополуччя. Методика містить ряд субшкал: тривога, депресія, самоконтроль, загальне здоров'я, емоційне благополуччя, життєва енергія [12].

Шкала психологічного благополуччя С. Ryff [16] є однією з найпоширеніших методик, складається з шести шкал: автономність, компетентність, особистісний ріст, позитивні відносини, життєві цілі, самоприйняття. Методика є адаптованим російською мовою варіантом англійської методики The Scales of Psychological Well-being, розробленої С. Ryff, та була кілька разів валідизована в різному вигляді. Дана методика вимірює актуальне психологічне благополуччя, на відміну від благополуччя потенційного, поняття якого виведено з гуманістичної парадигми, але не операціоналізується сьогодні жодним опитувальником. Найбільш поширеним є варіант з 84 пунктів, що послужив основою для двох російськомовних версій: у 2005 році опитувальник був адаптований і валідизований Т. Д. Шевеленковою та Т. П. Фесенко, а в 2007 році — Н. Н. Лепешинською. Також ця методика адаптована й українською мовою С. В. Карскановою. У версії Т. Д. Шевеленкової та Т. П. Фесенко були виділені 4 чинника шляхом факторного аналізу. Один з них — «Автономія» — збігається з раніше виділеним чинником з тією ж назвою. Встановлено, що психологічне благополуччя тісно пов'язане із усвідомленням життя, ціннісно-сисловою сферою і мотивацією. Ця методика вимірює актуальне психологічне благополуччя, на

відміну від благополуччя потенційного, поняття якого виводиться з гуманістичної парадигми, але не операціоналізується жодним опитувальником. Версія, що включає 18 тверджень, розроблена переважно для масштабних досліджень і телефонних інтерв'ю. Є дані про її недостатню психометричну надійність [16]. Опитувальник отримав широке визнання за кордоном і широко застосовується в наукових дослідженнях, пов'язаних з вивченням різних сфер психологічного благополуччя.

Однак результати досліджень, виконаних в останні роки за допомогою нових (у тому числі скорочених) версій цієї методики, показують, що чотири з цих шести показників (самоприйняття, особистісний ріст, позитивні відносини з оточуючими і управління середовищем) значно перекриваються і, швидше за все, являють собою фактично один і той же параметр. Цілком можливо, що частина області перекриття між цими чотирма параметрами обумовлена проблемами з валідністю вихідного опитувальника, обумовленою методами факторного аналізу [19], і з конструктивною валідністю оригінальної версії методики [11]. Зокрема, в одному з більш ранніх досліджень показників валідності опитувальника було відзначено, що альтернативна коротка версія поєднує в собі прийнятну факторну валідність з хорошою внутрішньою узгодженістю [20]. Як наслідок, деякі пункти, зміст і відповіді на які перекривалися в різних шкалах, були виключені. Наводяться посилання і на деякі інші дослідження, в яких виявлена необхідність прибрати деякі питання з великим показником перекриття [19]. Відзначимо, що проведені Springer et Hauser дослідження зовнішньої валідності опитувальника С. Ruff також підтвердили, що підшкали опитувальника не відображають шість емпірично різних параметрів психологічного благополуччя [18].

Таким чином, вищевикладене з достатнім рівнем обґрунтованості дозволяє зробити висновок про те, що для вимірювання евдемоністичного показника благополуччя слід або розробити новий опитувальник, або створити альтернативну версію шкали базового опитувальника С. Ruff, що враховує всі перераховані вище недоліки.

The WHO-Five Well-being Index (Індекс психологічного благополуччя) був виведений з більшою рейтинговою шкалою, розробленою для проекту ВООЗ з якості життя пацієнтів, що страждають від діабету (ВООЗ-1990). 10 з 28 оригінальних діагностичних елементів були обрані та психометрично оцінені в різних європейських країнах. Згодом означені 10 пунктів були скорочені до п'яти, які склали: позитивний настрій (гарний настрій, розслабленість), енергійність (активність, прокидатися свіжим і відпочившим), загальні інтереси (зацікавленість у речах) [10]. На окрему увагу заслуговує анкета Л. Б. Козьміної «Уявлення студентів про психологічне благополуччя та його ретроспективна самооцінка». Анкета складається з шести пунктів, три з яких призначені для збору інформації про психологічне благополуччя: уявлення, асоціації, пов'язані з ним, та причини, що його обумовлюють. Четвертий пункт анкети спрямований на визначення актуального статусу психологічного благополуччя студента-випускника через його шкальну оцінку. П'ятий пункт є ретроспективним оцінюван-

ням студентами рівня свого психологічного благополуччя за кожен рік навчання у ВНЗ. Останній (шостий) пункт анкети спрямований на виявлення суб'єктивних факторів, які обумовлюють рівень психологічного благополуччя студентів на кожному курсі навчання через їх вільний опис [5].

Термін «евдемонії» останнім часом став досить популярним у позитивній зарубіжній психології. Основними рисами евдемоністичного способу життя вважають: реалізацію суб'єктом свого особистісного потенціалу, повне функціонування та осмисленість життя. Концепція А. S. Waterman пов'язана з вивченням співвідношень евдемоністичних та гедоністичних компонентів у людській активності, самовираження, самореалізації та задоволенням. Анкета «Евдемоністичного благополуччя» вимірює рівень евдемоністичності [21]. Згідно з дослідженнями А. S. Waterman, евдемоністичний спосіб життя, пов'язаний з труднощами виконуваних завдань, дозволяє з великою ймовірністю отримати й гедоністичну насолоду (в якості супутнього, або навіть побаченого, а не основного результату діяльності), у той час як зворотне неможливо: сам по собі гедонізм не тільки не веде до евдемонії, але містить для суб'єкта потенційно руйнівні тенденції [21]. Таким чином, індивіду для отримання задоволення рекомендується реалізовувати себе і про задоволення не думати.

Методика «Опитувальник загального здоров'я» (General Health Questionnaire — GHQ) (Д. Голдберг) призначена для діагностики психологічного благополуччя та емоційної стабільності. Високі бали (характеризують полюс психічного дискомфорту) характерні для ствердних відповідей на питання, що розкривають прояви психологічного неблагополуччя, емоційної нестійкості, а негативні відповіді пов'язані з вираженням позитивних емоцій, психологічної стабільності (вони оцінюються в зворотному порядку). У 1979 році Д. Голдбергом і В. Хіллер запропоновано новий варіант методики, що складається з 28 питань (GHQ-28) і операціоналізує психологічне благополуччя як елемент більш загального конструкту — «якість життя». GHQ-28 включає 4 підшкали: соматичні симптоми, тривога і безсоння, соціальні дисфункції і депресія [11].

Переживання психологічного комфорту (благополуччя) — важливий показник динаміки здоров'я, оскільки воно виявляється найтоншим індикатором перехідних станів від здоров'я до хвороби. У зарубіжній психології при визначенні психологічного благополуччя широко використовується поняття «якість життя», що представляє собою суб'єктивне переживання задоволеності персональним життям. Воно співвідноситься з задоволеністю та самореалізацією особистості і з її психологічним здоров'ям та благополуччям.

Проект Всесвітньої організації охорони здоров'я з оцінки якості життя був створений у 1991 році. Його метою була розробка міжнародної методики для оцінки якості життя, порівнянної в умовах різних культур. Ця методика оцінює відчуття окремих людей в контексті їх культури та системи цінностей, а також їх особистих цілей, стандартів та інтересів. Методика WHOQOL [12] була розроблена спільними зусиллями цілого ряду центрів у різних країнах світу і широко протестована на місцях. Повна версія ме-

тодики WHOQOL складається зі 100 запитань, а короткий опитувальник WHOQOL-BREF — з 26 пунктів, які оцінюють такі параметри: фізичне здоров'я, психологічне благополуччя, соціальні відносини і навколишнє середовище. Короткий опитувальник WHOQOL-BREF є скороченою версією вихідної методики. Він може бути більш зручним для використання у великих наукових дослідженнях або клінічних випробуваннях. Обидві методики апробовані російською мовою з достатніми психометричними показниками [17].

Каліфорнійський психологічний опитувальник (California Psychological Inventory — CPI) є на сьогоднішній день, за оцінками фахівців, одним з найкращих особистісних тестів. Він часто застосовується в роботі з персоналом, оскільки за його показниками можна досить добре прогнозувати успішність оволодіння співробітниками тими чи іншими професійними навичками. Мета використання опитувальника: визначити індивідуальні особливості особистісних характеристик з точки зору соціальної поведінки, тобто особливостей, необхідних людині для успішного життя в суспільстві. Автор тесту CPI — Р. Гаух (H. G. Gough). У розпорядженні вітчизняних фахівців з психодіагностики є варіант опитувальника, переведений з англійської мови Н. Графініною [8]. Також існує комп'ютерний варіант тесту, який дуже зручний при проведенні обстеження зі швидкою обробкою результатів.

Коефіцієнти надійності шкал CPI високі, за цим показником опитувальник помітно перевершує інші особистісні тести. Те ж можна сказати і про його валідність. У тесті California Psychological Inventory є три шкали. Перша називається «відчуття благополуччя» (Wb). Вона ґрунтується на відповідях людей, яких просили уявити себе поганими. Друга — «сприятливе враження» (Gi) — базується на відповідях досліджуваних, що показали себе гарними. Третя шкала — «звичайність» (Сm). В її основі лежать найбільш популярні відповіді. Ці шкали служать для перевірки достовірності результатів. Так, якщо за шкалою «почуття благополуччя» отримано нижче 20 «сірих» балів, результати всього випробування вважаються невалідними. Очевидно, досліджуваний або володіє заниженою самооцінкою, або він свідомо намагався показати низькі результати. Оцінка вище 30 балів за шкалою «гарного враження» також робить результати недостовірними. В цьому випадку людина явно намагається справити більш сприятливе враження, ніж є насправді. «Сирі» бали нижче 27 за шкалою «звичайності» свідчать про замкнутість людини. У цьому випадку результати також вважаються невалідними [14].

Наступна група методик створена для діагностики суб'єктивного благополуччя особистості. Так, методика для вивчення суб'єктивного благополуччя (авт. О. І. Середа, Н. Б. Парфенова) містить наступні шкали: досвід емоційного благополуччя, задоволеність особистісними ресурсами, соціальна активність як ресурс, задоволеність професійним вибором, задоволеність міжособистісними відносинами. Дослідники зосереджують увагу на тому, що визначення суб'єктивного благополуччя зводиться до поняття задоволеності життям і пов'язується зі стандартами респондента стосовно того, що є гарним та щасливим життям [6].

Шкала суб'єктивного благополуччя (шкала СБ) була створена у 1988 році французькими психологами Perrudet-Badoux, Mendelsohn і Chiche. Приводом для її створення послужило розширення досліджень в галузі психології стресу та його впливу на здоров'я індивіда. Вивчаючи вплив хронічних хвороб на емоційний стан особистості, автори методики зіткнулися з необхідністю мати компактний скринінговий інструмент для відображення оцінки індивідом власного емоційного стану. У результаті була розроблена шкала, що вимірювала емоційний компонент суб'єктивного благополуччя. Шкала складається з 17 пунктів, зміст яких пов'язаний з емоційним станом, соціальною поведінкою та деякими фізичними симптомами [4].

Шкала суб'єктивного щастя С. Любомирські та Х. Леппер (оригінальна назва Subjective Happiness Scale) є однією з небагатьох методик позитивної психології, що є в перекладі російською мовою (автор перекладу Д. О. Леонтьєв). Вона представляє собою експрес-тест, що вимірює рівень суб'єктивного благополуччя. Англomовна версія цієї методики містить у собі 4 пункти, відповіді на кожний з них представлені за 7-бальною шкалою [15].

Методика, яка діагностує психічне благополуччя «The Warwick-Edinburgh Mental Well-being scale». Дана шкала була розроблена для моніторингу психічного здоров'я населення та оцінки проектів, програм і політики, спрямованих на підвищення рівня психічного благополуччя. WEMWBS складається з 14 пунктів. Рівень достовірності оцінювали шляхом аналізу частоти повних відповідей та розподілу відповідей по кожному пункту. Ця шкала спрямована на те, щоб охопити широкий перелік складових благополуччя, в тому числі афективно-емоційних аспектів, когнітивно-оцінних компонентів і психологічного функціонування. Зосередившись виключно на позитиві, шкала призначена для підтримки психічного здоров'я [13].

Велику групу психодіагностичних методик, застосовуваних при дослідженні психологічного благополуччя, складають проєктивні методики. Вони представляють собою систему діагностичних прийомів, спрямованих на виявлення неусвідомлених аспектів особистості, які найменш доступні безпосередньому спостереженню чи опитуванню. Ці методики дають можливість прогнозувати індивідуальний стиль поведінки і переживання в емоційно значущих чи конфліктних ситуаціях. Для всіх проєктивних методик характерні малий ступінь структурованості і різноманітність стимульного матеріалу. Це сприяє тому, що випробуваний володіє відносною свободою у виборі відповіді або тактики поведінки, яка детермінується не соціальними нормативами, а власною системою поглядів, мотивів і цінностей. Крім того, випробовувані не знають, що в їх відповідях діагностично значуще. Цей момент призводить до максимальної проєкції особистості. Нарешті, проєктивні методики вимірюють не окрему психічну характеристику особистості, а свого роду стан особистості в її взаємодії з соціальним оточенням [2; 3]. З проєктивних методик, застосовуваних при дослідженні психологічного благополуччя, найбільш поширеними в даний час вважаються інтерпре-

таційні методики — тест фрустраційної толерантності С. Розенцвейга (PF), тематичний аперцептивний тест (ТАТ), конститутивні методики — тест чорнильних плям Г. Роршаха, імпресивні методики — тест М. Люшера, а також кольоровий тест відносин (Є. Б. Варшаловська), експресивні методики — малюнкові тести («намалюй людину» К. Маховер, «неіснуюча тварина»), адитивні — тест «незакінчених речень». Звернення до підсвідомих чи недостатньо усвідомлених механізмів психологічного благополуччя дозволяє отримати цінну інформації передовсім для визначення причин та факторів його зниження.

**Висновки та перспективи подальшої роботи.** Таким чином, встановлено, що ґрунтуючись на різних теоретичних конструктах, кожна з проаналізованих методик являє собою унікальну систему вимірювання психологічного благополуччя особистості. У зв'язку з різними концепціями, що лежать в основі кожної конкретної методики, отримані результати можуть бути досить відмінними, не дивлячись на те, що вивчається психологічне благополуччя особистості, — це ускладнює отримання достовірних даних, їх співставлення та порівняння. Отримані результати мають велике практичне значення для розуміння причин порушення психологічного благополуччя, уточнення диференційно-діагностичних і прогностичних критеріїв, планування психотерапевтичного впливу та оцінки його ефективності. При цьому перспективним представляється використання не одного, навіть максимально інформативного психологічного тесту, а формування діагностичного комплексу особистісних опитувальників та проєктивних методик, які характеризують як особистісні особливості людини, так і її взаємини з навколишнім середовищем.

Виявлено обмежене коло методик, що діагностують саме психологічне благополуччя особистості. Значна кількість методик опосередковано або ж дотиково досліджують дану проблему. Найбільш відомим інструментом, призначеним для вивчення психологічного благополуччя, є розроблений С. Ruff опитувальник, який не всі дослідники відносять до надійних та валідних.

Запропонована класифікація методик на підставі двох параметрів: сфера життєдіяльності і «повнота» використання конструкту — дала змогу структурувати напрямки діагностики психологічного благополуччя в сучасній психології. Важливою є також можливість співставити розроблений нами теоретично конструкт психологічного благополуччя (описаний в попередніх публікаціях) з наявними емпірично верифікованими структурами, виявити спільне та відмінне в них, оцінити ступінь наукової новизни.

Резюмуючи вищесказане, варто підкреслити складність оцінки психологічного благополуччя не тільки через його зв'язаність зі швидкоплинним переживанням людиною щастя, а й через порушення та виявлення актуальних аспектів життя людини, її активності, прояву в усіх сферах відносин.



## Список використаних джерел і літератури

1. Балацкий Е. В. Факторы удовлетворенности жизнью: измерение и интегральные показатели / Е. В. Балацкий // Мониторинг общественного мнения. — 2005. — № 4 (76), октябрь-декабрь. — С. 42-52.
2. Бурлачук Л. Ф. Введение в проективную психологию / Л. Ф. Бурлачук. — К.: Ника-Центр, 1997. — 128 с.
3. Бурлачук Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук. — СПб.: Питер, 2008. — 652 с.
4. Духновский С. В. Диагностика межличностных отношений / С. В. Духновский. — СПб.: Речь, 2010. — 141 с.
5. Козьмина Л. Б. Оптимизация психологического благополучия личности студентов-психологов в период обучения в вузе / Л. Б. Козьмина // Историческая и социально-образовательная мысль. ИСОМ. — 2013. — № 5 (11). — С. 216-219.
6. Середа Е. И. Оценка эффективности технологий психологического сопровождения студенческой молодежи / Е. И. Середа, Н. Б. Парфенова // Вестник образования и науки. Педагогика. Психология. Медицина. — 2011. — № 1. — С. 53-64.
7. Созонтов А. Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия / А. Е. Созонтов // Вопросы психологии. — 2006. — № 4. — С. 105-114.
8. Тарабрина Н. В. Новый вариант Калифорнийского психологического опросника / Н. В. Тарабрина, Н. А. Графинина // Методики анализа контроля трудовой деятельности и функционального состояния. — М., 1993.
9. Хащенко В. А. Взаимосвязь оценки качества жизни и экономико-психологического статуса личности / В. А. Хащенко, А. В. Баранова // Проблемы экономической психологии. Т. 1 / отв. ред. А. Л. Журавлев, А. Б. Купрейченко. — М.: Институт психологии РАН, 2004. — С. 501-527.
10. Bech P., Gudex C., Staehr Johansen K. The WHO (Ten) Well-Being Index: Validation in Diabetes // Psychother Psychosom. — 1996. — Vol. 65. — P. 183-190.
11. Burns R. A., Machin M. A. Investigating the structural validity of Ryff's psychological well-being scales across two samples // Social Indicators Research. — 2009. — Vol. 93 (2). — P. 359-375.
12. Dupuy H. J. The psychological general well-being (PGWB) index // Wenger N. K., Mattson M. E., Furberg C. D., Elinson J, eds. Assessment of Quality of Life in Clinical Trials of Cardiovascular Therapies. — New York, NY: Le Jacq Publishing, 1984 — P. 170-183.
13. Failde I. I. Ramos et al. Comparison between the GHQ-28 and SF-36 (MH 1-5) for the assessment of the mental health in patients with ischemic heart disease. Eur J Epidemiol. — 2000. — 16(4). — P. 311-316.
14. Gough H. G. The California Psychological Inventory. Administrator's Guide. — Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc., 1987.
15. Lyubomirsky S., Lepper H. S. A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation // Social Indicators Research. — 1999. — Vol. 46 (2). — P. 137-155.
16. Ryff C. D. Psychological well-being in adult life // Current Directions in Psychological Science. — 1995. — Vol. 4. — P. 99-104.
17. Skevington S. M., Lotfy M., O'Connell K. A. The World Health Organization's WHOQOL-BREF quality of life assessment: Psychometric properties and results of the international field trial a Report from the WHOQOL Group // Quality of Life Res. — 2004. — Vol. 13. — P. 299-310.
18. Springer K. W., Hauser R. M. An assessment of the construct validity of Ryff's scales of psychological well-being: Method, mode, and measurement effects // Social Science Research. — 2006. — Vol. 35. — P. 1080-1102.
19. Van Dierendonck D., Diaz D., Rodriguez-Carvajal R., Blanco A., Moreno-Jimenez B. Ryff's Six-factor Model of Psychological Well-being, A Spanish Exploration // Social Indicators Research. — 2008. — Vol. 87. — P. 473-479.
20. Van Dierendonck D. The construct validity of Ryff's scales of psychological well-being and its extension with spiritual well-being. Personality and Individual Differences // Social Indicators Research. — 2004. — Vol. 36. — P. 629-643.

21. Waterman A. S., Schwartz S. J., Conti R. The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation // *Journal of Happiness Studies*. — 2008. — Vol. 9, № 1. — P. 41–79.

## References

1. Balatskiy, E. V. (2005). Faktoryi udovletvorennosti zhiznyu: izmerenie i integralnyie pokazateli. *Monitoring obschestvennogo mneniya*, 4 (76), 42–52.
2. Burlachuk, L. F. (1997). *Vvedenie v proektivnyuyu psihologiyu*. Kiev. Nika Tsentr, 128 s.
3. Burlachuk, L. F. (2008). *Slovar-spravochnik po psihodiagnostike*. Saint Petersburg. Piter, 652 s.
4. Duhnovskiy, S. V. (2010). *Diagnostika mezhlichnostnyih otnosheniy* Saint Petersburg. Rech, 141 s.
5. Kozmina, L. B. (2013). Optimizatsiya psihologicheskogo blagopoluchiya lichnosti studentov-psihologov v period obucheniya v vuze. *Istoricheskaya i sotsialno-obrazovatel'naya mysl*. ISOM, 5 (11), 216–219.
6. Sereda, E. I. & Parfenova, N. B. (2011). Otsenka effektivnosti tehnologiy psihologicheskogo soprovozhdeniya studencheskoy molodezhi. *Vestnik obrazovaniya i nauki. Pedagogika. Psihologiya. Meditsina*, 1, 53–64.
7. Sozontov, A. E. (2006). Gedonisticheskii i evdemonisticheskii podhodyi k probleme psihologicheskogo blagopoluchiya. *Voprosy psihologii*, 4, 105–114.
8. Tarabrina, N. V. & Grafina, N. A. (1993). Novyy variant Kaliforniyskogo psihologicheskogo oprosnika. V sb. *Metodiki analiza kontrolya trudovoy deyatel'nosti i funktsional'nogo sostoyaniya*. Moscow.
9. Haschenko, V. A. & Baranova, A. V. (2004). Vzaimosvyaz otsenki kachestva zhizni i ekonomiko-psihologicheskogo statusa lichnosti. T.1. *Otv. red. A. L. Zhuravlev, A. B. Kupryuchenko*. Moscow, Izd. «Institut psihologii RAN», 501–527.
10. Bech, P. & Gudex, C. & Staehr Johansen, K. (1996). The WHO (Ten) Well-Being Index: Validation in Diabetes. *Psychother Psychosom*, 65, 183–190.
11. Burns, R. A. & Machin, M. A. (2009). Investigating the structural validity of Ryff's psychological well-being scales across two samples. *Social Indicators Research*, 93 (2), 359–375.
12. Dupuy, H. J. (1984) The psychological general well-being (PGWB) index. *Assessment of Quality of Life in Clinical Trials of Cardiovascular Therapies*. New York, NY: Le Jacq Publishing, 170–183.
13. Failde, I. I. & Ramos, et al. (2000). Comparison between the GHQ-28 and SF-36 (MH 1–5) for the assessment of the mental health in patients with ischemic heart disease. *Eur J Epidemiol*, 16(4), 311–316.
14. Gough, H. G. (1987). *The California Psychological Inventory. Administrator's Guide*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
15. Lyubomirsky, S. & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46 (2), 137–155.
16. Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4, 99–104.
17. Skevington, S. M. & Lotfy, M., & O'Connell, K. A. (2004). The World Health Organization's WHOQOL-BREF quality of life assessment: Psychometric properties and results of the international field trial a Report from the WHOQOL Group. *Quality of Life Res*, 13, 299–310.
18. Springer, K. W., & Hauser, R. M. (2006). An assessment of the construct validity of Ryff's scales of psychological well-being: Method, mode, and measurement effects. *Social Science Research*, 35, 1080 — 1102.
19. Van Dierendonck, D. & Diaz, D. & Rodriguez-Carvajal, R. & Blanco, A. & Moreno-Jimenez, B. (2008). Ryff's Six-factor Model of Psychological Well-being, A Spanish Exploration. *Social Indicators Research*, 87, 473–479.
20. Van Dierendonck, D. (2004). The construct validity of Ryff's scales of psychological well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences. Social Indicators Research*, 36, 629–643.

21. Waterman, A. S. & Schwartz, S. J. & Conti, R. (2008). The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1, 41-79.

**Каргина Наталья Викторовна**

аспирант кафедры общей и дифференциальной психологии  
Южноукраинского национального педагогического университета  
имени К. Д. Ушинского

**ФЕНОМЕН ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ:  
ОСОБЕННОСТИ ДИАГНОСТИКИ**

**Резюме**

В статье осуществлен анализ наиболее известных методик изучения психологического благополучия. Установлено, что в основном данный феномен исследуется с помощью самооценочных опросников. Произведена классификация существующих методов эмпирического изучения психологического благополучия, показаны отсутствие универсальной методики и целесообразность создания психодиагностического инструмента с учетом существующей научной базы изучения данного качества.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие, компоненты психологического благополучия, тест, опросник, шкала, методика, валидность.

**Kargina Natalia**

Postgraduate department of general and of differential psychology  
of South National Pedagogical University. K. D. Ushinskogo

**THE PHENOMENON OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING:  
DIAGNOSTIC CHARACTERISTICS**

**Abstract**

The article provides theoretical analysis and synthesis of the most famous contemporary methods of studying of psychological well-being. It was found that most of the phenomenon of psychological well-being investigated by self-assessment questionnaires. The classification; analysis features methods and analyzed their psychometric indicators. Despite the variety of psychodiagnostic implements is still uncertain is the universal theoretical and methodological basis of the study of the quality.

It allocated only six techniques that diagnose psychological well-being: method «Index of general psychological well-being», «The Scale of Psychological Well-being C. Ryff», 100-WHOQOL Questionnaire methodology The WHO-Five Well-being Index; questionnaire Kozmina «Presentation of psychological well-being of students and its retrospective self-assessment» questionnaire The Questionnaire for Eudaimonic Well-Being and other methods only indirectly examine the issue. As a result, the proposed classification methods based on two parameters: the scope of life and «completeness» use construct. The largest number of techniques intended to diagnose individual components of psychological well-being in different spheres of life.

**Key words:** psychological well-being, psychological well-being components, test, questionnaire, scale, methodology, validity.

*Стаття надійшла до редакції 11.10.2015*