

УДК 159.923

І. Ф. Аршава, Д. В. Носенко

*Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара*

## **СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ І ЙОГО ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ТА ОСОБИСТІСНІ КОРЕЛЯТИ**

Наведено теоретичні і емпіричні дані, що свідчать про наявність закономірного зв'язку між суб'єктивним благополуччям і рисами особистості та її позитивними цінностями і відповідними властивостями характеру. Оскільки останні пов'язані із суб'єктивним благополуччям більш щільно і актуально усвідомлюються, ставиться питання про можливість цілеспрямованого формування суб'єктивного благополуччя.

*Ключові слова:* суб'єктивне благополуччя, особистісні риси, позитивні цінності, цілеспрямоване формування.

Рассмотрены теоретические и эмпирические данные, которые свидетельствуют о существовании закономерной связи между субъективным благополучием и чертами личности, позитивными ценностями и соответствующими им свойствами характера. Поскольку последние связаны с субъективным благополучием более тесно и актуально осознаются, ставится вопрос о возможности целенаправленного формирования субъективного благополучия.

*Ключевые слова:* субъективное благополучие, черты личности, позитивные ценности, целенаправленное формирование.

The paper present theoretical and empirical data which suggest lawful relationship between subjective well-being and personality traits, positive values and corresponding character strengths. Since the latter we related to subjective well-being more closely and are consciously reflected, the possibility of forming the subjective well-being is substantiated.

*Key words:* subjective well-being, personality traits, positive values, character strengths, purposeful development.

**Вступ.** Суб'єктивне благополуччя (СБ), яке визначається сучасними дослідниками у галузі психології особистості як позитивне когнітивно-оцінювальне ставлення людини до світу у цілому, до себе як суб'єкта життєдіяльності та до інших як партнерів по спілкуванню і взаємодії, та переживання на цій підставі почуття задоволення собою [14], має два виміри: когнітивно-рефлексивний і емоційний. Воно характеризується в аспекті першого виміру почуттям *задоволення життям*, а в аспекті другого – переважанням у досвіді життєдіяльності людини *позитивних емоцій* над негативними.

Сучасні позитивні психологи навіть запропонували *критеріальне* оцінювання ступеня переважання позитивних емоцій над негативними: коли співвідношення позитивних емоцій над негативними перевищує 2,9, вважається, що людина досягла рівня автентичного щастя [3].

Важливість забезпечення почуття людиною суб'єктивного благополуччя важко переоцінити: воно зумовлює не тільки психологічне здоров'я людини, а й її життєстійкість за умов нестабільності на зламних етапах соціально-економічного розвитку суспільства, появи ускладнень та перешкод на шляху досягнення життєвих цілей, стимулює готовність до самореалізації, досягнення успіхів.

**Постановка проблеми.** Наявність у концептуальній базі феномена суб'єктивного благополуччя когнітивно-рефлексивних і емоційних компонентів і його

постульована дослідниками цінність для забезпечення особистісної самореалізації людини [6] зумовлює інтерес дослідників до вивчення різнорівневих як індивідуально-психологічних, так і особистісних корелятивів суб'єктивного благополуччя з метою визначення їх можливого диференційованого психологічного впливу на підвищення рівня цього почуття [5].

Можна очікувати, що більш вагомий внесок у забезпечення суб'єктивного благополуччя спричиняють рефлексивно усвідомлені психологічні явища, зокрема цінності, у порівнянні із стійкими рисами особистості, регулюючий внесок яких у поведінку людини усвідомлюється нею у меншій мірі.

**Стан дослідження зв'язку суб'єктивного благополуччя з індивідуально-психологічними властивостями особистості та іншими психологічними феноменами.** Властивості особистості зазвичай розглядаються в літературі з проблеми у складі найбільш значущих вірогідних передумов суб'єктивного благополуччя [14]. У термінах рис Великої п'ятірки МакКрас і Коста [10] продемонстрували, що, чим вище рівень екстраверсії людини і нижче рівень нейротизму (протилежного полюсу емоційної стійкості), тим вище рівень суб'єктивного благополуччя. У зазначеному вище дослідженні вони також запропонували модель, у якій емоційний компонент суб'єктивного благополуччя (позитивні емоції) співвідносяться з екстраверсією, а негативні – з нейротизмом. De Neve and Cooper [4] емпірично підтвердили результати дослідження МакКрас і Коста, зокрема стосовно того, що екстраверсія і нейротизм є також і найбільш вагомими детермінантами задоволення життям. Пізніше інші виміри п'яти глобальних факторів особистості теж виявилися пов'язаними із суб'єктивним благополуччям, що довело обмеженість традиційного підходу, згідно з яким детермінантами суб'єктивного благополуччя вважались генетичні фактори, особливо низькі рівні нейротизму і тривожності. МакКрас і Коста довели [11], що фактор доброзичливості приводить до позитивного функціонування у контекстах соціальної взаємодії, а фактор сумлінності підсилює вірогідність індивідуальних досягнень. У протилежність цьому відкритість новому досвіду, за даними тих же дослідників, не пов'язана з психологічним благополуччям, що автори розглянутої вище моделі пов'язують з тим, що завдяки цій властивості людина виявляється сенситивною як до позитивних, так і до негативних емоцій [4].

У дослідженні Siedlecki et al. [8] було встановлено, що у порівнянні з демографічними і контекстуальними змінними на суб'єктивне благополуччя значно більшою мірою впливають показники загального інтелекту, оскільки більш високі рівні когнітивного функціонування надають суб'єктові можливість бути більшою мірою залученим до життя, що, у свою чергу, може приводити до більш високого рівня задоволення собою. Поглиблюючи дослідження механізмів зв'язку між рівнем інтелекту і суб'єктивним благополуччям, зазначені вище автори [8] довели, що хоча вплив «плинного» інтелекту на почуття задоволення життям знижується в осіб старечого віку (60–94 р.), інтелект залишається важливою детермінантою задоволення життям у молодому (18–39 р.) та у середньому (40–59 р.) віці.

Дослідники Diener, Suh, Lucas and Smith [14] запропонували модель «цінності – як модератор» емоційно-оцінювального ставлення людини до світу, згідно з якою вони повідомили, що на показники суб'єктивного благополуччя більшою мірою впливають у студентських вибірках показники задоволення оцінками їхніх знань за наявності високого рівня мотивації досягнень, у той час як при низькому рівні мотивації досягнень бали оцінки знань не впливають на суб'єктивне благополуччя.

У відповідності з розглянутими вище даними ми висунули низку гіпотез у дослідженні, результати якого аналізуються у даній статті, щодо існування: а) закономірного *додатного* зв'язку між суб'єктивним благополуччям і *позитивними*

полюсами індивідуально-психологічних факторів Великої п'ятірки; б) закономірного *від'ємного* зв'язку між суб'єктивним благополуччям і показниками Темної Тріади Рис (макевіалізм, нарцисизм, психопатичні відхилення); в) *додатного* зв'язку між суб'єктивним благополуччям і самооцінкою; інтелектом, та показниками позитивних цінностей і так званих «сильних рис характеру», що формуються завдяки свідомому дотримувannya цих цінностей; г) більш вагомого впливу цінностей як актуально усвідомлених компонентів досвіду на забезпечення суб'єктивного благополуччя, ніж стійких особистісних рис.

**Мета** даного дослідження полягала в тому, щоб перевірити розглянуті вище гіпотези на різних вибірках молодих людей студентського віку (18–25 р.), представників різних культур (української – американської).

У дослідженні було поставлено такі три запитання.

1. Чи усі виміри індивідуально-психологічних властивостей роблять однаковий внесок у суб'єктивне благополуччя представників різних культур?

2. Чи є зв'язок особистісних властивостей (сильних рис характеру), що формуються під впливом позитивних цінностей із суб'єктивним благополуччям більш щільним, ніж зв'язок індивідуально-типологічних, зокрема генетично зумовлених (екстраверсія, нейротизм) властивостей?

3. Які особистісні властивості найбільшою мірою прогнозують зв'язок особистості із суб'єктивним благополуччям?

#### **Метод**

*Досліджувані.* Учасниками дослідження були:

1) 73 особи (25 чоловіків і 48 жінок) у віці від 19 до 22 років, середній вік – 20 – студенти американського університету Уейк Форест (третього і четвертого курсів), де у період проведення емпіричного дослідження навчалась одна з авторів даної статті. Усі студенти були зараховані на курс «Методи дослідження в психології 1». Участь в емпіричному дослідженні була складовою частиною їх роботи над курсом;

2) 96 осіб (88 жінок і 8 чоловіків) у віці від 19 до 22 років, студенти Дніпропетровського національного університету ім. Олеся Гончара соціально-гуманітарного профілю. Студенти були зараховані на вибіркового курс «Основи психології і психодіагностики». Участь у дослідженні була складовою частиною їх роботи над курсом.

*Матеріал.* Задоволення життям вимірювалось за допомогою шкали, розробленої для вимірювання глобального когнітивно-оцінювального ставлення суб'єкта до власного життя. Шкала складається з п'яти пунктів, які оцінюються за 7-бальною шкалою Лікерта (SWLS) [15]. В українських вибірках тест пред'являвся в російськомовній редакції [1]. Шкала позитивної і негативної афективності ПАНАС (Watson et al., 1988) – англійська і російськомовна версії у відповідних вибірках [1].

Оцінка показника суб'єктивного благополуччя підраховувалась з використанням балів z-перетворення трьох змінних: (бали за Шкалою Задоволення життям<sub>z</sub> + Позитивна афективність<sub>z</sub>) – Негативна афективність<sub>z</sub>.

Показники п'яти глобальних факторів особистості обчислювались в американській вибірці із застосуванням 10-пунктового особистісного опитувальника, розробленого Gosling, Rentfrow and Swan [7]. Опитувальник включає описання п'яти рис, які досліджувані мали оцінити за 7-бальною шкалою в аспекті міри придатності описань для характеристики властивостей їх особистості. В українських вибірках був застосований опитувальник МакКрае і Коста (в адаптації). Для самооцінки використовувалась шкала Розенберга (1965) як в американській, так і в українській вибірках.

В українській вибірці застосовувався також опитувальник «Цінності-у-дії»,

авторів С. Peterson and M. Seligman (2004) у прямому перекладі на українську мову, виконаному Е. Л. Носенко і Л. І. Байсарою, а також Шкали «психологічного благополуччя» С. D. Ryff (1989), адаптовані О. М. Знанецькою [13].

*Процедура.* Усі досліджувані заповнювали опитувальники в індивідуальному порядку у присутності помічників дослідників для з'ясування можливих запитань.

**Результати.** Кореляційні зв'язки між показниками факторів «Великої п'ятірки», суб'єктивного благополуччя, а також окремо для тесту «задоволення життям» і шкал позитивної афективності (ПА) та негативної афективності (НА) представлено для вибірки американських студентів у табл. 1.

Таблиця 1

**Кореляції за показниками шкали суб'єктивного благополуччя (СБ), задоволення життям (ЗЖ), позитивної афективності (ПА) і негативної афективності (НА) з показниками п'яти факторів особистості у вибірці американських студентів**

Фактори особистості	СБ	ЗЖ	ПА	НА
Екстраверсія	0,268*	0,112	0,441**	-0,067
Доброчливість	0,326**	0,373**	0,093	-0,241*
Емоційна стійкість	0,502**	0,273*	0,308**	-0,508**
Сумлінність	0,245*	0,202	0,128	-0,202
Відкритість досвіду	0,210	0,014	0,438**	-0,003

**Примітки:** N = 73. \* p < 0,05, \*\* p < 0,01.

Як видно з табл. 1, в американській вибірці кореляції між п'яттю глобальними рисами особистості і показниками *суб'єктивного благополуччя* (СБ) виявились значущими для чотирьох з п'яти рис, причому найбільш щільний додатний зв'язок встановлено для *емоційної стійкості* ( $r = 0,502$ , при  $p < 0,01$ ) і доброзичливості ( $r = 0,326$ , зв'язок значущий при  $p < 0,01$ ). Екстраверсія і сумлінність корелюють із суб'єктивним благополуччям на рівні  $p < 0,05$ .

При обчислюванні зв'язку показників індивідуально-психологічних властивостей особистості з окремими *складовими* суб'єктивного благополуччя (тобто за когнітивно-оцінювальними емоційними ознаками встановлено, що найбільш інформативною індивідуально-психологічною ознакою для прогнозування суб'єктивного благополуччя залишається *емоційна стійкість*, яка значуще додатно корелює як із задоволенням життям, так і з позитивною афективністю, а також має достовірний від'ємний зв'язок з негативною афективністю.

Ознаки *екстраверсії* достовірно корелюють крім загального показника суб'єктивного благополуччя лише з позитивною афективністю і не корелюють із задоволенням життям. Цей результат не підтверджує даних попередніх досліджень відносно того, що генетичні фактори (екстраверсія, нейротизм) відіграють провідну роль у прогнозуванні суб'єктивного благополуччя.

Дані, отримані на українській вибірці, підтвердили виняткову роль емоційної стійкості у можливості прогнозування суб'єктивного благополуччя (табл. 2).

Як відмічалось, на українській вибірці були обчислені кореляційні зв'язки суб'єктивного благополуччя з показниками також і позитивних чеснот і «сильних» рис характеру, тобто феноменів, у дослідженні і функціонуванні яких проявляється рефлексійна свідомість.

У табл. 3 представлено кореляційні зв'язки суб'єктивного благополуччя із сильними властивостями характеру, що формуються під впливом позитивних цінностей.

Таблиця 2

**Кореляції показників суб'єктивного благополуччя (СБ),  
задоволенням життям і самооцінки з глобальними рисами особистості**

Фактори особистості	Суб'єктивне благополуччя	Задоволення життям	Самооцінка
Екстраверсія	0,127	0,170	0,186
Доброзичливість	0,113	0,109	0,353**
Сумлінність	0,278*	0,171	0,207
Нейротизм	-0,591**	-0,242	-0,364**
Відкритість досвіду	0,27*	0,407**	0,089

Примітки: N = 96. \* p < 0,05, \*\* p < 0,01.

Таблиця 3

**Кореляції суб'єктивного благополуччя (СБ),  
позитивної (ПА) і негативної (НА) афективності, самооцінки,  
психологічного благополуччя з позитивними цінностями**

Сильні риси характеру		Суб'єктивне благополуччя	ПАНАС		Самооцінка	Психологічне благополуччя Загальний бал
			ПА	НА		
1		2	3	4	5	6
Мудрість	Креативність	<b>0,3652</b> p = ,000	0,5048 p = ,000	-0,1398 p = ,174	<b>0,2389</b> p = ,019	0,4552 p = ,000
	Любов до пізнання	<b>0,3326</b> p = ,001	<b>0,4953</b> p = ,000	<b>-0,2358</b> p = ,021	<b>0,2492</b> p = ,014	<b>0,3759</b> p = ,000
	Допитливість	<b>0,5946</b> p = ,000	<b>0,6508</b> p = ,000	<b>-0,3234</b> p = ,001	<b>0,3775</b> p = ,000	<b>0,5839</b> p = ,000
	Відкритість новому	<b>0,3556</b> p = ,000	<b>0,2644</b> p = ,009	<b>-0,2399</b> p = ,019	<b>0,342</b> p = ,001	<b>0,4585</b> p = ,000
	Усвідомлення перспективи	<b>0,3303</b> p = ,001	<b>0,4862</b> p = ,000	-0,1755 p = ,087	<b>0,2848</b> p = ,005	<b>0,4867</b> p = ,000
	Сумарний показник	<b>0,5043</b> p = ,000	<b>0,6155</b> p = ,000	<b>-0,2849</b> p = ,005	<b>0,3799</b> p = ,000	<b>0,601</b> p = ,000
	Сміливість	Хорообрість	<b>0,2933</b> p = ,004	<b>0,5151</b> p = ,000	-0,1552 p = ,131	0,1646 p = ,109
Чесність		<b>0,333</b> p = ,001	<b>0,2665</b> p = ,009	-0,1937 p = ,059	<b>0,235</b> p = ,021	<b>0,489</b> p = ,000
Наполегливість		<b>0,3792</b> p = ,000	<b>0,4009</b> p = ,000	-0,1468 p = ,154	<b>0,2521</b> p = ,013	<b>0,4771</b> p = ,000
Ентузіазм		<b>0,4836</b> p = ,000	<b>0,6098</b> p = ,000	-0,1839 p = ,073	<b>0,3243</b> p = ,001	<b>0,5379</b> p = ,000
Сумарний показник		<b>0,4868</b> p = ,000	<b>0,5823</b> p = ,000	<b>-0,2191</b> p = ,032	<b>0,3195</b> p = ,002	<b>0,6423</b> p = ,000
Гуманність	Соціальний інтелект	<b>0,3419</b> p = ,001	<b>0,4536</b> p = ,000	<b>-0,2225</b> p = ,029	<b>0,2801</b> p = ,006	<b>0,5723</b> p = ,000
	Доброзичливість	<b>0,3143</b> p = ,002	<b>0,4143</b> p = ,000	-0,1786 p = ,082	0,1178 p = ,253	<b>0,3318</b> p = ,001
	Любов	0,1329 p = ,197	0,1907 p = ,063	-0,0543 p = ,599	0,1548 p = ,132	<b>0,3972</b> p = ,000
	Сумарний показник	<b>0,3398</b> p = ,001	<b>0,4551</b> p = ,000	-0,1964 p = ,055	<b>0,229</b> p = ,025	<b>0,5426</b> p = ,000

Закінчення табл. 3

Сильні риси характеру		Суб'єктивне благополуччя	ПАНАС		Самооцінка	Психологічне благополуччя
			ПА	НА		Загальний бал
1		2	3	4	5	6
Справедливість	Об'єктивність та справедливість	<b>0,2953</b> p = ,003	<b>0,3222</b> p = ,001	-0,1813 p = ,077	0,087 p = ,399	<b>0,2885</b> p = ,004
	Лідерство	<b>0,4389</b> p = ,000	<b>0,5265</b> p = ,000	<b>-0,2118</b> p = ,038	<b>0,2751</b> p = ,007	<b>0,5023</b> p = ,000
	Громадянскість	<b>0,4323</b> p = ,000	<b>0,411</b> p = ,000	<b>-0,2768</b> p = ,006	<b>0,2276</b> p = ,026	<b>0,3551</b> p = ,000
	Сумарний показник	<b>0,4359</b> p = ,000	<b>0,4688</b> p = ,000	<b>-0,2515</b> p = ,013	<b>0,2199</b> p = ,031	<b>0,4258</b> p = ,000
Помірність	Здатність вибачати	<b>0,3968</b> p = ,000	<b>0,2678</b> p = ,008	<b>-0,3394</b> p = ,001	0,0923 p = ,371	0,1943 p = ,058
	Обачливість	<b>0,3696</b> p = ,000	0,1442 p = ,161	<b>-0,2827</b> p = ,005	<b>0,2446</b> p = ,016	<b>0,3506</b> p = ,000
	Скромність	0,0457 p = ,659	-0,1321 p = ,199	-0,1431 p = ,164	-0,1686 p = ,101	-0,0573 p = ,579
	Саморегуляція	<b>0,4199</b> p = ,000	<b>0,331</b> p = ,001	<b>-0,3512</b> p = ,000	<b>0,2053</b> p = ,045	<b>0,4481</b> p = ,000
	Сумарний показник	<b>0,4087</b> p = ,000	<b>0,2003</b> p = ,050	<b>-0,3714</b> p = ,000	0,1198 p = ,245	<b>0,304</b> p = ,003
	Розуміння прекрасного	0,1964 p = ,055	<b>0,2301</b> p = ,024	-0,0954 p = ,355	0,1751 p = ,088	<b>0,2389</b> p = ,019
Трансцендентність	Вдячність	<b>0,343</b> p = ,001	<b>0,3153</b> p = ,002	-0,1023 p = ,321	0,1817 p = ,076	<b>0,3645</b> p = ,000
	Надія, оптимізм	<b>0,4009</b> p = ,000	<b>0,3809</b> p = ,000	<b>-0,2444</b> p = ,016	<b>0,2636</b> p = ,009	<b>0,5435</b> p = ,000
	Почуття гумору	<b>0,2758</b> p = ,007	<b>0,4109</b> p = ,000	-0,0991 p = ,337	0,1404 p = ,172	<b>0,2723</b> p = ,007
	Духовність	<b>0,3599</b> p = ,000	<b>0,2458</b> p = ,016	-0,1908 p = ,063	0,1595 p = ,121	<b>0,3831</b> p = ,000
	Сумарний показник	<b>0,4225</b> p = ,000	<b>0,4237</b> p = ,000	-0,1981 p = ,053	<b>0,2467</b> p = ,015	<b>0,482</b> p = ,000

Аналіз цих даних показує, що усі кореляції є більш щільними, ніж для індивідуально-психологічних рис особистості.

Розподілення української вибірки (96 осіб) на два полярних кластери методом кластерного аналізу (алгоритм К-середніх) дозволило встановити статистично значущі розбіжності між кластерами. Виявилось, що вони розрізняються також і за ознаками психологічного благополуччя та низки інших показників, зокрема тих же, за якими були простежені кореляційні зв'язки (табл. 4).

Це свідчить про більш високий рівень сенситивності психічних явищ, які усвідомлюються людиною, у зумовленні як суб'єктивного благополуччя, так і самооцінки, психологічного благополуччя. У полярних кластерах виявлено розбіжності.

**Висновки.** Проведені дослідження (у тому числі і на представниках різних культур) дозволили підтвердити гіпотези дослідження і відповісти на дослідницькі запитання, що були представлені перед проведенням дослідження. Зокрема,

Таблиця 4

**Розбіжності у показниках відібраних для дослідження змінних  
за t-критерієм Стьюдента**

Змінні	Усереднені показники		t-Стьюдента	p
	Кластер 1	Кластер 2		
Мудрість	193,638	167,040	<b>7,675 41</b>	0,0000
Сміливість	156,595	133,673	<b>8,6243</b>	0,0000
Гуманність	126,127	110,836	<b>7,964 49</b>	0,0000
Справедливість	116,553	98,571	<b>6,619 66</b>	0,0000
Помірність	142,872	124,857	<b>5,941</b>	0,0000
Трансцендентність	201,787	172,040	<b>9,743 07</b>	0,0000
ПА	38,936	35,081	<b>4,581 06</b>	0,0000
НА	26,680	29,510	<b>2,765 44</b>	0,0068
Задоволеність життям	23,574	19,122	<b>4,156 76</b>	0,0000
Суб'єктивне благополуччя	35,829	24,693	<b>5,336 62</b>	0,0000
Самооцінка	24,574	22,918	<b>3,986 54</b>	0,0001
Психологічне благополуччя Загальний бал	367,829	329,836	<b>6,485 52</b>	0,0000

встановлено, що усвідомлені психічні феномени, зокрема, цінності справляють більш суттєвий вплив на формування суб'єктивного благополуччя. Це відкриває перспективи управління суб'єктивним благополуччям через прищеплення людини в процесі навчання позитивних цінностей, при дотримуванні яких у людини формуються сильні риси характеру.

### Бібліографічні посилання

1. Селигман М. Современная позитивная психология / М. Селигман. – М. : София, 2006. – 356 с.
2. Argyle M. Emotional stability as a major dimension of happiness / M. Argyle, P. Hills // Personality and Individual Differences. – 2001. – 31, 8. – P. 1357–1364.
3. Fredrickson B. Positivity. Groundbreaking Research to Release Your Inner Optimist and Thrive / B. Fredrickson. – UK : Oxford Publications, 2009. – 277 p.
4. DeNeve K. M. The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being / K. M. DeNeve, H. Cooper // Psychological Bulletin. – 1998. – 124, 2. – P. 197–229.
5. Diener E. Traits Can Be Powerful, but Are Not Enough: Lessons from Subjective Well-Being / E. Diener // Journal of Research in Personality. – 1996. – 30, N 3. – P. 389–399.
6. Diener E. Subjective emotional well-being / E. Diener, R. E. Lucas // In M. Lewis & J. M. Haviland, Handbook of emotions. – NY : Guildford, 1999. – P. 405–415.
7. Gosling S. D. A very brief measure of the Big Five personality domains / S. D. Gosling, P. J. Rentfrow, W. B. Swann // Journal of Research in Personality. – 2003. – 37. – P. 71–75.
8. Life satisfaction across adulthood: different determinants at different ages / K. L. Siedlecki, E. M. Tucker-Drob, S. Oishi and A. Salthouse // The Journal of Positive Psychology. – 2008. – Vol. 3, N 3. – P. 153–164.
9. Matthews G. Extroversion // In A. P. Smith & D. M. Jones (Eds.), Handbook of Human performance. – 1992. – Vol. 3 : State and Trait. – P. 95–126.
10. McCrae R. R. Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people / R. R. McCrae, P. T. Costa // Journal of Personality and Social Psychology. – 1980. – 55, 4. – P. 668–678.
11. McCrae R. R. Adding Liebe und Arbeit : The full five-factor model and wellbeing / R. R. McCrae, P. T. Costa // Personality and Social Psychology Bulletin. – 1991. – 17, 2. – P. 227–232.

12. **McCrae R. R.** "Set like plaster?": Evidence for the Stability of adult personality / R. R. McCrae, P. T. Costa // In: T. Heatherton, and J. Weinberger (Eds.): Can personality change? – Washington, DC : American Psychological Association, 1994. – P. 21–40.
13. **Ryff C. D.** Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being / C. D. Ryff // J. of Psychology and Social Psychology. – 1989. – Vol. 57. – P. 1069–1081.
14. Subjective well-being: Three decades of progress / E. Diener, E. M. Suh, R. E. Lucas, H. E. Smith // Psychological Bulletin. – 1999. – 125. – P. 276–302.
15. The Satisfaction with Life Scale / E. Diener et al. // Journal of Personality Assessment. – 1985. – 49. – P. 71–75.

Надійшла до редколегії 12.03.2012 р.

УДК 159.923

Я. Р. Амінева

*Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара*

### **ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ОДНА З ДЕТЕРМІНАНТ ЕФЕКТИВНОГО ПОДОЛАННЯ СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ**

**Подано огляд сучасних досліджень феномена емоційної стійкості як особистісної властивості, що детермінує ефективне виконання діяльності в умовах складних ситуацій повсякденного життя.**

*Ключові слова:* емоційна стійкість, складні життєві ситуації, стресостійкість, адаптаційний потенціал, індивідуально-психологічні характеристики.

**Представлен обзор современных исследований феномена эмоциональной устойчивости как личностного свойства, детерминирующего эффективное выполнение деятельности в сложных ситуациях повседневной жизни.**

*Ключевые слова:* эмоциональная устойчивость, сложные жизненные ситуации, стрессоустойчивость, адаптационный потенциал, индивидуально-психологические характеристики.

**The article includes the survey of modern researches of the phenomenon of emotional stability as a personal feature that determines an effective activity conduction in the conditions of difficult situations of everyday life.**

*Key words:* emotional stability, difficult life situations, individual psychological characteristics, stress-resistance, adaptive potential.

Наше сьогоднішня характеризується розмаїттям негативних впливів на особистість, зумовлених світовою економічною кризою, низкою соціальних зрушень в українському суспільстві, погіршенням стану навколишнього середовища. Підвищення вимог до пересічного громадянина нашої держави як до активного суб'єкта життєдіяльності, зростання інтенсивності інформаційного навантаження та особистісної відповідальності за здійснювану діяльність, зниження соціальної захищеності – ось далеко не весь перелік факторів, які стають джерелом виникнення складних життєвих ситуацій – невід'ємних атрибутів динамічного розвитку суспільства.

На думку сучасних дослідників, однією з головних індивідуально-психологічних характеристик, що детермінує стійкість особистості до стресогенного впливу складних життєвих ситуацій, є емоційна стійкість. Саме їй належить про-