

ку вимагає часті зміни ситуацій і досить широкого кола учасників. Належність до компанії підвищує впевненість підлітка в собі й дає додаткові можливості самоствердження. Якщо компанії формуються головним чином на базі спільних розваг, то людські контакти в них, будучи емоційно значущими, звичайно залишаються поверхневими. Юнацькі об'єднання й групи відрізняються підвищеною конформністю, сугестивністю. Суперечливе бажання бути як усі й при цьому відстоювати свою індивідуальність й унікальність охоплює всі сфери життя юнака. Жагуче бажання бути «як усі» поширюється на одяг, естетичні смаки й на стиль поведінки. Ця однаковість ретельно підтримується, і тому, хто ризикує кинути виклик, доводиться витримувати нелегку боротьбу [3].

Таким чином, старшокласники, опинившись на порозі дорослості, спрямовані в майбутнє. Реалізація основних потреб цього віку приводить до відносної стабілізації особистості, формування «Я-концепції», світогляду. Центральним новоутворенням стає самовизначення – професійне та особистісне. Юнацький вік – це період, коли людина вчиться спілкуватися, і відповідно до того, наскільки вона є комунікативною, залежать її стосунки з іншими людьми. Це – сензитивний період для формування життєвих цінностей та світогляду. Основне протиріччя цього віку – оцінка своїх можливостей і здібностей та відсутність засобів реалізації цих здібностей.

1. Брудный А. А. Понимание и общение / Брудный А. А. – М. : Знание, 1989. – 240 с.
2. Заброцький М. М. Вікова психологія : навч. посіб. / Заброцький М. М. – К. : МАУП, 1998. – 192 с.
3. Кон И. С. Психология ранней юности / Илья Сергеевич Кон. – М. : МГУ, 1997. – С. 5–125.
4. Мнацанакан Л. И. Личность и оценочные способности старшеклассников. Книга для учителя / Мнацанакан Л. И. – М. : Просвещение, 1991. – С. 45–60.
5. Мудрик А. В. Время поисков и решений, или Старшеклассникам о них самих / Мудрик А. В. – М. : Наука, 1989. – 206 с.
6. Развитие личности учащегося в процессе общения / [под ред. М. Боришевского]. – К. : Вышш. школа, 1985. – С. 28–50.
7. Шадриков В. Д. Психология деятельности и способности человека / Шадриков В. Д. – М. : Логос, 1996. – 362 с.

УДК 159.923.2:17.023.34

Оксана Гринів

АНАЛІЗ ПІДХОДІВ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

У статті описано та проаналізовано основні групи підходів до дослідження психологічного благополуччя особистості. Створено модель їх графічного відображення. З позицій запропонованої моделі здійснено узагальнення та наочне представлення основних груп підходів.

Ключові слова: психологічне благополуччя, підходи до дослідження психологічного благополуччя особистості, «збереження гармонії – розвиток», «об'єктивні досягнення – суб'єктивні переживання особистості».

This article describes and analyzes the main approaches to the study of psychological well-being of the person. Created the model of their graphical display. The main groups of approaches presented from the standpoint of the proposed model.

Keywords: *psychological well-being, approaches to the study of psychological well-being of the person, «maintaining harmony – development», «objective achievement – subjective experiences of the person».*

Дослідження психологічного благополуччя мають свою передісторію. Аналіз літературних джерел показав, що перші з них виникли на основі ідей про позитивне функціонування особистості в рамках гуманістичних теорій. Це, зокрема, учення Б.Ананьєва, Ш.Бюлер, Е.Еріксона, А.Маслоу, Г.Олпорта, К.Роджерса, С.Рубінштейна, К.-Г.Юнга та ін. Теоретичну базу для вивчення феномену психологічного благополуччя як окремого поняття заклали роботи Н.Бредберна [8], який вважав за необхідне опиратися перш за все на суб'єктивні почуття задоволеності/незадоволеності людиною власним життям. Учений досліджував зв'язок між почуттям психологічного благополуччя, щастя і соціальними факторами. Згодом прокинувся яскравий інтерес до цього феномену, з'явилися різноманітні концепції та підходи до його аналізу.

Психологічне благополуччя особистості стає все більш актуальним феноменом у сучасній психологічній науці й практиці. Дослідження психологічного благополуччя представлені в працях таких вітчизняних і зарубіжних науковців, як: А.Аргайл, Р.Вінховен, А.Вотермен, Е.Дісі, Е.Кологривова, А.Кронік, М.Норман, О.Осадько, Е.Позднякова, Р.Раян, К.Ріфф, П.Фесенко, Т.Шевеленкова та ін. Виникає щораз нове трактування поняття «психологічне благополуччя», а різноманітні позиції щодо розуміння цього феномену групуються в окремі підходи.

Мета роботи – теоретичний аналіз підходів до дослідження психологічного благополуччя особистості та створення моделі їх графічного відображення.

Завдання.

1. Описати та проаналізувати основні групи підходів до дослідження психологічного благополуччя особистості.

2. Створити модель графічного відображення підходів до дослідження психологічного благополуччя.

3. Здійснити графічне відображення основних груп підходів з метою їх наочного представлення та більш чіткого узагальнення.

Аналіз літератури показав, що можна виокремити ряд підходів до розуміння психологічного благополуччя особистості. У цілому, ми узагальнили чотири основні групи підходів, подані в працях вітчизняних дослідників [2; 4; 7].

Так, у **першій групі** в контексті феномену «психологічного благополуччя» виділяють дві головні течії: гедоністичну й евдемоністичну [4]. До **гедоністичних теорій** відносять ті вчення, де благополуччя описується головним чином у термінах задоволеності-незадоволеності, будується на балансі позитивного та негативного афектів. Прикладами таких теорій є концепції Н.Бредберна й Е.Дінера [8; 10].

Загалом гедоністичний підхід характеризує рівень психологічного благополуччя в рамках «задоволення-незадоволення» і будується на балансі позитив-

ного й негативного аспектів. Вважається, що чим більше задоволення і чим менше негативних переживань у житті людини, тим вона буде благополучнішою та щасливішою [2; 4].

Іншою течією першої групи підходів є *евдемоністичний підхід*. Його основою є постулат про те, що особистісне зростання – це головний і найбільш необхідний аспект психологічного благополуччя особистості. Такий підхід представлений у працях А.Вотермена, А.Кроніка та ін. [5; 14].

Умовою психологічного благополуччя в евдемоністичному підході вважають добротесне життя, виявлення та реалізацію справжнього Я [14], здатність відповідати на екзистенційні життєві виклики [4], самоактуалізацію й особистісне зростання [5; 14]. Психологічне благополуччя розглядають як форму переживання повноти буття, що пов'язана із самореалізацією особистості [5], а складні життєві випробування й переживання виступають базою для життєвої творчості особистості, для більш глибокого осмислення життя, переоцінки цінностей та усвідомлення власних цілей [4; 5; 14].

Для нас особливого значення набули праці однієї з найбільш яскравих представниць евдемоністичного підходу – ученої К.Ріфф [13]. Її дослідження стали також основою **другої групи підходів**, які вивчають проблеми позитивного психологічного функціонування особистості [2; 4].

Здійснивши синтез теорій А.Маслоу, К.Роджерса, Г.Олпорта, К.-Г.Юнга, Е.Еріксона, Ш.Бюлер, М.Яходи, Д.Біррена, дослідниця виокремила шість складових феномену психологічного благополуччя: самоприйняття (прийняття себе), готовність підтримувати позитивні стосунки з оточенням, автономність, екологічна майстерність (управління навколишнім середовищем), наявність мети в житті, особистісне зростання (індивідуальне самовдосконалення) [2]. Виділені компоненти психологічного благополуччя, як обґрунтовує дослідниця та вказують учені у подальших роботах [2; 7], співвідносяться з різними структурними елементами теорій, у яких ідеться про позитивне функціонування особистості [2].

До цієї ж групи теорій учені відносять також теорії Р.Раяна, Е.Дісі [9; 12], які припустили, що психологічне благополуччя пов'язане з такими базовими психологічними потребами, як потреба в автономії (сприйняття своєї поведінки як конгруентної внутрішнім цінностям і бажанням), потреба в компетентності (схильність до управління своїм оточенням та ефективної (результативної) діяльності в ньому), а також зв'язку з іншими людьми [2].

Розглянемо **третю групу підходів** до феномену «психологічного благополуччя» на базі психофізіологічного збереження функцій. В основі ідей цієї групи – ідея про те, що генетичні фактори також можуть пояснювати індивідуальні особливості в переживанні психологічного благополуччя. Це теорії Е.Дісі, Р.Раяна, К.Фредеріка [9; 12].

На очевидності зв'язку між фізичним здоров'ям і психологічним благополуччям наголошують Р.Раян, Е.Дісі [9], а також сучасні дослідники [1; 11]. Учені вважають, що ті функціональні обмеження, які викликає хвороба, зазвичай обмежують можливості людини в повноцінному задоволенні життям. Розвиваючи ідею зв'язку між фізичним здоров'ям і психологічним благополуччям, такі

вчені, як Р.Раян і К.Фредерік [12] установили, що індикатором психологічного благополуччя є суб'єктивна життєздатність особистості. Автори дійшли висновку, що вона співвідноситься не лише з певними шкалами психологічного благополуччя (зокрема, такими, як автономія й позитивні стосунки з оточенням), а й фізичними симптомами організму.

Четвертий підхід до розгляду психологічного благополуччя представлений у працях П.Фесенка та Т.Шевеленкової [7]. Учені обґрунтовують психологічне благополуччя як складне цілісне переживання, що виявляється в суб'єктивному відчутті щастя, задоволеності собою і власним життям, а також пов'язане з базовими людськими цінностями та потребами. Акцент у цьому підході здійснено на суб'єктивній оцінці людиною власних переживань, що схоже до розуміння суб'єктивного благополуччя Е.Дінером [10], а також різних аспектах позитивного функціонування особистості, поданих у роботах К.Ріфф [13].

У працях Т.Шевеленкової, П.Фесенка психологічне благополуччя представлено як конструкт, який відображає актуальні та потенційні аспекти життя особистості [6; 7]. Структури актуального й ідеального психологічного благополуччя відрізняються між собою. Для актуального психологічного благополуччя найбільшого значення набувають такі компоненти, як: «особистісний ріст», «позитивні взаємини з навколишніми» і «мета в житті». Ідеальне психологічне благополуччя, на думку П.Фесенка, найбільш пов'язане з розвитком самоприйняття, здатністю встановлювати й підтримувати довірливі взаємини з іншими, наявністю в житті цілей і вмінням їх ефективно реалізовувати [6].

Авторський аналіз описаних підходів до дослідження психологічного благополуччя показав, що *гедоністичні теорії* першої групи підходів зосереджують увагу на внутрішніх переживаннях особистості та представляють суб'єктивний погляд на благополуччя. Проте ці теорії не відображають сутності особистісних переживань і не включають аналізу того, чи переживання загалом є конструктивними для особистості, чи вони ведуть до її розвитку, чи є лише короткочасними афектами.

Цінність *евдемоністичних теорій*, на відміну від гедоністичних, в урахуванні ролі конструктивності особистісних переживань у відповідь на життєві виклики, виявленні та реалізації справжнього Я, самоактуалізації та особистісному зростанні, що є показниками психологічного благополуччя. Водночас тут не береться до уваги факт, що суб'єктивне почуття щастя, задоволеності життям не завжди буде залежати від рівня самоактуалізації особистості. Адже самоактуалізація – це безперервний процес, а рівень психологічного благополуччя є зрізом суб'єктивного переживання життєвої ситуації особистості на конкретний момент часу.

У дослідженнях психологічного благополуччя на основі другої групи підходів стверджується, що позитивне психологічне функціонування особистості відображає високий рівень її психологічного благополуччя. Підхід інтегрує різноманітні позиції вчених з питань позитивного функціонування особистості та є ключовим для дослідження психологічного благополуччя в рамках обраної нами концепції. Разом з тим ми припускаємо думку про те, що не завжди

суб'єктивне почуття психологічного благополуччя буде відображатися в об'єктивних показниках позитивного функціонування особистості. Тому, здійснюючи дослідження в рамках цього підходу, необхідно звернути додаткову увагу на суб'єктивні переживання особистості.

Психологічне благополуччя з точки зору збереження психофізіологічних функцій, що представлено третьою групою підходів, характеризується акцентом на біологічному просторі буття людини. Фізичне здоров'я розглядається як визначальна умова психологічного благополуччя, а суб'єктивна життєздатність як індикатор психологічного благополуччя. На нашу думку, фізичне здоров'я є тільки одним із чинників психологічного благополуччя, базовим рівнем в ієрархії потреб, міра впливу якого залежатиме не лише від наявності/відсутності хвороби, складності наявного захворювання, а й від самої особистості, її адаптаційних здатностей, творчих ресурсів, життєвої спрямованості, емоційного інтелекту тощо. Тому для нас є важливим урахування зв'язку між фізичним здоров'ям і психологічним благополуччям особистості разом зі здійсненням акценту на творчій ролі особистості у власному життєтворенні та почутті психологічного благополуччя.

Остання – четверта група підходів змальовує психологічне благополуччя як цілісне переживання, виражене в суб'єктивному почутті щастя, задоволеності собою і власним життям, що нерозривно пов'язано з базовими людськими цінностями й потребами. Сильними сторонами цієї групи є системність у вивченні психологічного благополуччя, урахування суб'єктивності, стійкості та цілісності особистісних переживань, узгодженості процесів збереження внутрішньої гармонії, а також розвитку та реалізації особистості. Ми також поділяємо думку про виявлення актуального й ідеального (потенційного) психологічного благополуччя.

Аналізуючи основні підходи до досліджень психологічного благополуччя, у нас виникла ідея про те, що кожен з підходів розглядає психологічне благополуччя в умовній системі координат, де полюсами осі ОХ є діаметрально протилежні параметри: «збереження рівноваги» («спокій», «гармонія»), а також «розвиток» («рух», «реалізація»). Відповідно, полюсами осі ОУ є, з одного боку, «суб'єктивні переживання особистості», що відображають її задоволення/незадоволення власним життям, а з іншого, – «об'єктивні досягнення», так званий життєвий успіх, матеріалізований у доступній для сприйняття іншими формі (рис. 1).

Таким чином, перша чверть відображає активну життєву позицію особистості, за якої людина не просто змінює свій внутрішній світ, а, перш за все, шукає шляхи та напрями «завоювання» і перетворення навколишньої дійсності. У першій чверті можна розмістити переважно ті підходи, які умовою психологічного благополуччя вважають постійний розвиток і реалізацію особистості в зовнішньому світі.



Рис. 1. Система координат аналізу підходів до дослідження психологічного благополуччя особистості

У другій чверті, представленій інтеграцією об'єктивних досягнень і стану гармонії й спокою людини, визначальними для психологічного благополуччя вважаються збереження психофізіологічних функцій організму, фізичне, психічне, психосоматичне здоров'я. Сюди відносимо ті підходи, які базуються на позиції про те, що здоров'я людини є умовою її психологічного благополуччя.

Третя чверть виражає суб'єктивні переживання особистості в стані збереження внутрішньої рівноваги, гармонії, спокою. Це стосується, у першу чергу, психологічного та духовного здоров'я людини, гедоністичних установок до життя і так званої споглядальної життєвої позиції, коли насолода й спокій протиставляються активності та реалізації.

Четверта чверть зображає суб'єктивні переживання особистості в процесі її розвитку, передбачає роботу над внутрішнім світом людини, включаючи самопізнання та визначаючи шляхи й напрями процесу самоактуалізації особистості. На відміну від третьої чверті, де прерогативою є споглядальна життєва позиція, четверта чверть відображає активний внутрішній стан особистості.

Важливо відмітити, що всі підходи до психологічного благополуччя певною мірою включатимуть характеристики кожної з означених чвертей. Попри неможливість здійснення точних математичних розрахунків спробуємо умовно відобразити розміщення кожної з проаналізованих нами груп підходів на площині координат (рис. 2–5).

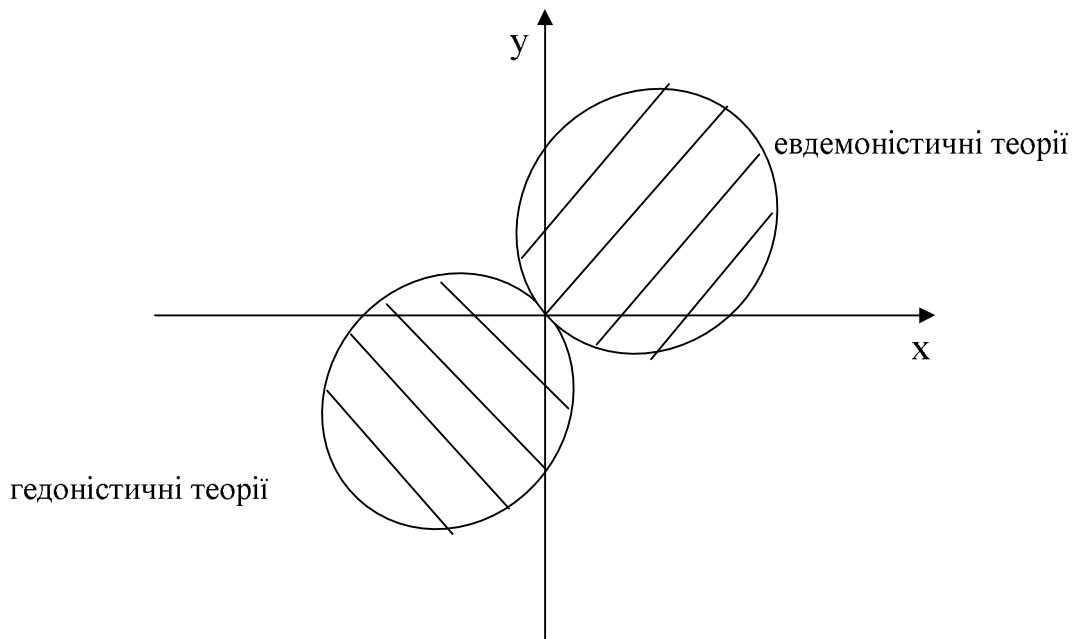


Рис. 2. I група підходів: евдемоністичні та гедоністичні теорії до дослідження психологічного благополуччя особистості

Як бачимо з рис. 2, у першому підході евдемоністичні та гедоністичні групи теорій, з одного боку, протиставляються, а з іншого, – доповнюють одна одну, утворюючи площини, розташовані переважно в I та III чвертях. Так, якщо в евдемоністичних теоріях психологічне благополуччя особистості набуває активно-творчого характеру, то в гедоністичних – в основному споглядального.

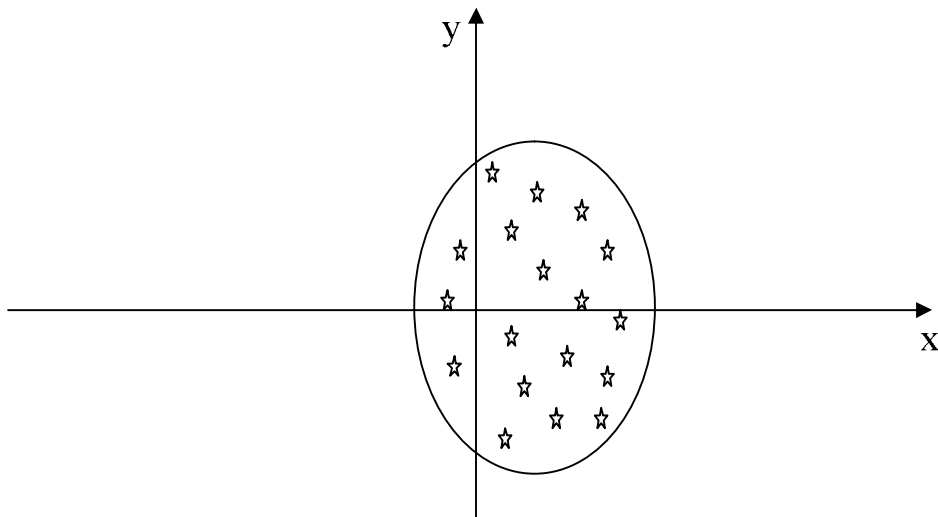


Рис. 3. II група підходів: дослідження психологічного благополуччя на основі позитивного психологічного функціонування особистості

Як бачимо, група теорій, зображена на рис. 3, розміщується переважно в I та IV чвертях, бо основний акцент цих теорій здійснено на позитивному функціонуванні особистості, що включає глибокий внутрішній аналіз, роботу над собою й активну реалізацію в навколишньому світі.

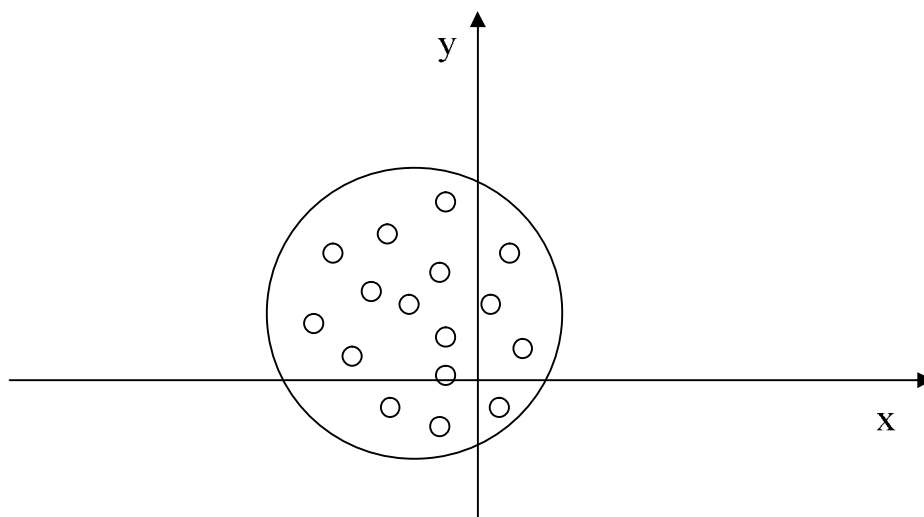


Рис. 4. III група підходів: психологічне благополуччя з точки зору збереження психофізіологічних функцій

Оскільки цей підхід заснований на ідеї про те, що індивідуальні особливості в переживанні психологічного благополуччя базуються на основі генетичних факторів і психофізіологічних функцій, головна маса теорій цього підходу будуть розміщені переважно в II чверті системи означених координат.

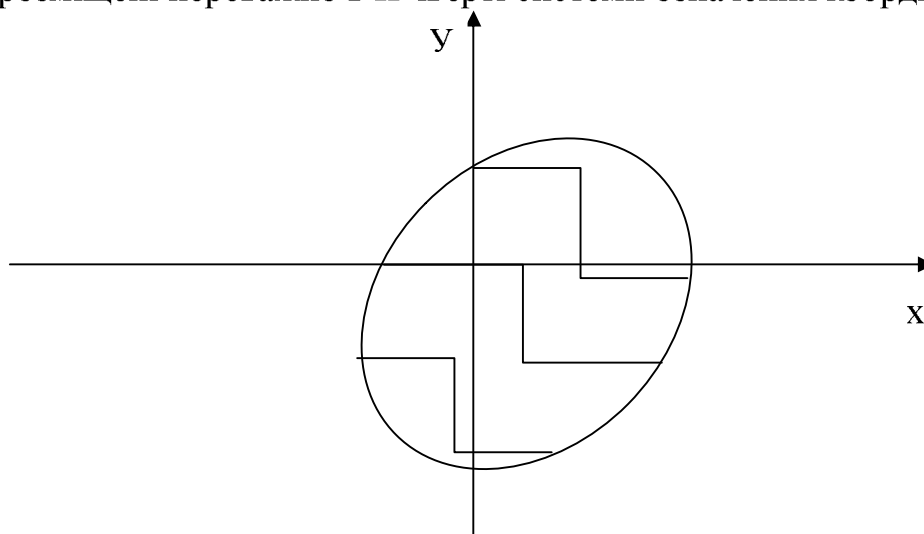


Рис. 5. IV група підходів: психологічне благополуччя як цілісне суб'єктивне переживання особистості

На рис. 5 помітно, що четвертий підхід до психологічного благополуччя є своєрідним синтезом гедоністичних та евдемоністичних теорій, а також підходу про позитивне психологічне функціонування особистості. Таким чином, теорії психологічного благополуччя, що відносяться до цього підходу, розміщуються одразу в I, III та IV чвертях координат.

Кожен з окреслених підходів, на нашу думку, може бути адаптований до дослідження відповідної вікової категорії. Також варто відзначити, що в плануванні емпіричного дослідження психологічного благополуччя необхідно зверну-

ти увагу на такі фактори, як: соціокультурний простір, у якому відбуватиметься дослідження, суспільні цінності, ідеали тощо.

Висновки. Існують чотири основні групи підходів до дослідження психологічного благополуччя особистості: I група включає евдемоністичні та гедоністичні теорії; II група – дослідження психологічного благополуччя на базі позитивного психологічного функціонування особистості; III група розглядає психологічне благополуччя з точки зору збереження психофізіологічних функцій; IV група – як цілісне суб'єктивне переживання особистості.

Створена нами модель проаналізованих груп підходів дає можливість розглядати кожен з підходів в умовній системі координат, де полюсами осі ОХ є діаметрально протилежні параметри: «збереження рівноваги» («спокій», «гармонія»), а також «розвиток» («рух», «реалізація»). Відповідно, полюсами осі ОУ, з одного боку, є «суб'єктивні переживання особистості», що відображають її задоволення/незадоволення власним життям, а з іншого, – «об'єктивні досягнення», так званий життєвий успіх, матеріалізований у доступній для сприйняття іншими формі.

Згідно з головними характеристиками, утворених за допомогою означених осями чвертей, кожна з груп підходів має своє умовне відображення в системі координат ОХ та ОУ. Узагальнення й графічне зображення основних груп підходів дає змогу стверджувати, що найбільш цілісною та системною є IV група підходів. Разом з тим у підготовці та проведенні емпіричного дослідження необхідно враховувати ряд факторів (зокрема, вікові особливості, соціокультурний простір досліджуваних та ін.), що визначатимуть вибір того чи іншого підходу.

Головним здобутком нашої роботи є можливість на якісно новому рівні теоретичного аналізу та здійснених узагальнень вибудувати стратегію емпіричного дослідження психологічного благополуччя. Поряд з урахуванням психофізіологічних чинників акцент все-таки здійснюємо на творчій ролі особистості у власному життєтворенні та почутті психологічного благополуччя. Плануємо розглядати психологічне благополуччя як відносно стійке, цілісне суб'єктивне переживання, базою для якого є рефлексивна позиція особистості, глибокий внутрішній аналіз власного життєвого шляху.

1. Воронина А. В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.04 «Мед. психология» / А. В. Воронина. – Иркутск, 2002. – 28 с.
2. Дяченко В. А. Теоретичні підходи до розуміння психологічного благополуччя особистості [Електронний ресурс] / В. А. Дяченко. – Режим доступу : http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/vchdpu/psy/2012_103_1/Dyachen.pdf.
3. Маслоу А. Психология бытия / Абрагам Маслоу ; пер. с англ. – М. : Ваклер, 1997. – 304 с. – (Серия «Актуальная психология»).
4. Созонтов А. Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия / А. Е. Созонтов // Вопросы психологии. – 2006. – № 4. – С. 105–114.
5. Кроник А. А. Каузометрия: методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А. А. Кроник, Р. А. Ахмеров. – М. : Смысл, 2003. – 284 с.

6. Фесенко П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Фесенко Павел Петрович. – М., 2005. – 206 с.
7. Шевеленкова Т. Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–129.
8. Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being / N. Bradburn. – Chicago, 1969. – 318 p.
9. Deci E. The general causality orientations scale: Self-determination in personality / E. L. Deci, R. M. Ryan // Journal of Research in Personality. – 1985. – Vol. 19. – P. 109–134.
10. The Satisfaction with Life Scale / [E. Diener, R. Emmons, R. Larsen at al.] // The Journal of Personality Assessment. – 1985. – № 49. – P. 71–75.
11. Jakość życia w naukach medycznych / [pod red. L. Wołowickiej]. – Poznań, 2001. – 305 s.
12. Ryan R. On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being / R. M. Ryan, C. Frederick // Journal of Personality. 1997. – Vol. 65. – P. 529–565.
13. Ryff C. The stryctyre ofpsychological well-being revisited / C. Ryff // Journal of Personaliti and Sociol Psychology. – 1995. – Vol. 69. – P. 719–727.
14. The Questionnaire for Eudaimonic Well-Being: Psychometric properties, demographic comparisons, and evidence of validity / [A. S. Waterman, S. J. Schwartz, B. L. Zamboangac at al.] // The Journal of Positive Psychology. – 2010. – № 1. – January. – P. 41–61.

УДК 159.923:316.4:331.56/.57

Ірина Давиденко

ОСОБИСТІТЬ І БЕЗРОБІТТЯ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

Стаття присвячена актуальному соціально-економічному явищу – безробіттю. У ній всесторонньо проаналізовано наслідки безробіття. Особлива увага приділена питанню здоров'я та психологічним особливостям переживань людини в ситуації втрати роботи. Розглянуто провідні психологічні теорії, що розкривають особистісні особливості людей, які втратили роботу.

Ключові слова: безробіття, особистість, здоров'я, психологічні наслідки, дезадаптація.

Article is devoted to the actual socio-economic phenomenon – unemployment. The paper comprehensively analyzes the effects of unemployment. Particular attention is paid to health and psychological characteristics of human experiences in a situation of job loss. Also the leading psychological theories that reveal the personality characteristics of people who have lost their job are reviewed.

Keywords: unemployment, personality, health, psychological effects, disadaptation.

Нині соціально-економічна нестабільність та її наслідки вже давно стали трендом сучасної науки. Зрештою, про ці наслідки можна почути в чергових випусках новин на радіо, телебаченні; ми чуємо, як ці проблеми впливають на наших співгромадян, прислухавшись до розмови на вулиці чи в громадському транспорті. Проблема безробіття вже давно стала не тільки проблемою галузі економічного знання, нею також глибоко зацікавлена медицина, соціологія та психологія.

Сьогодні такі побутові теми, як «втрата роботи», «труднощі у пошуках гідної праці» стають агентами конструювання життєвого світу особистості та її майбутнього. Відтак для сучасних дослідників ці «маркери» суспільних проце-