

УДК 159.922:316.61

Олена ЗІНЧЕНКО,

*здобувач Інституту соціальної та політичної психології НАПН
України, Комунальний заклад Сумський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти, м. Суми*

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

У статті проаналізовано основні теорії суб'єктивного благополуччя (Н. Бредберна, Е. Дінера, К. Ріф), показані основні розбіжності між теоріями. Показаний взаємозв'язок понять “суб'єктивне благополуччя” та “психологічне благополуччя”. Охарактеризований ступінь дослідженості проблеми суб'єктивного благополуччя сучасними науковцями (Р. Шаміонов, Л. Куліков, В. Духневич та ін.). Охарактеризовано основні підходи щодо з'ясування складових суб'єктивного благополуччя. Проаналізовані та узагальнені основні етапи дослідження проблеми. Розглянуто основні складові соціально-психологічного феномену як мультикомпонентної системи.

Ключові слова: *суб'єктивне благополуччя, щастя, задоволеність життям, психологічне благополуччя, якість життя.*

Постановка проблеми у загальному вигляді. Актуальність дослідження проблеми суб'єктивного благополуччя зумовлено соціальними та економічними змінами в суспільстві, які призводять до суттєвих змін у переживанні людиною психологічного благополуччя чи неблагополуччя. Дослідження означеної проблематики набуває все більшого значення через погіршення якості життя людей, на що впливають

об'єктивні умови соціальної, політичної та економічної невизначеності. Геополітичні зміни пришвидшують проходження соціальних процесів у суспільстві, що потребує аналізу не тільки об'єктивних чинників їх здійснення, а й соціально-психологічних чинників адаптації особи та її суб'єктивного благополуччя. Розуміння особистісних та соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя сприятиме реалізації завдань із підвищення якості життя людей, профілактики виникнення суб'єктивного неблагополуччя, зокрема внутрішньо переміщених осіб внаслідок воєнного конфлікту на сході України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор. На сьогодні немає чіткого, загального та універсального визначення суб'єктивного благополуччя як явища, незважаючи на те, що ця проблема є предметом обговорення представників різних галузей наукових знань.

Проблема суб'єктивного благополуччя детального розгляду дістала в сучасних дослідженнях Г. Пучкової, В. Духневича, Е. Кологривової, Л. Кулікова, Р. Шаміонова та інших. Серед різних груп населення суб'єктивну оцінку якості життя досліджують Л. Ратманська, М. Розенбаум (у літніх людей), О. Старченкова (у менеджерів), Г. Баранова (у студентів), Л. Шестопалова (у дитячому віці), М. Бельські, В. Гриценко (внутрішньо переміщених осіб). Умови та специфіка соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб та їхнього благополуччя розглянуті Н. Лебедевою, В. Константиновим, Г. Солдатовою. Проблеми дослідження критеріїв якості життя та методам його оцінки присвячено праці Г. Зараківського, В. Хащенко, А. Журавльова та інших.

У сучасних зарубіжних дослідженнях акцентується увага на виявленні впливу життєвих цілей на суб'єктивне благополуччя (Р. Еммонс), структури суб'єктивного благополуччя (Е. Діннер, К. Ріфф); якості життя в соціально-психологічному аспекті (А. Кампбелл, Ф. Конверс); на наповненні новим змістом поняття суб'єктивного благополуччя (М. Аргайл, Е. Діннер).

Як показує аналіз, проблема суб'єктивного благополуччя досить ґрунтовно представлена в різних дослідженнях, проте актуальність дослідження суб'єктивного благополуччя не тільки особи, а й групи осіб, зокрема вимушено переміщених осіб в контексті їхньої соціально-психологічної адаптації до складних соціально-економічних умов, в яких перебувають сьогодні українці, не викликає сумнівів.

Метою статті є розгляд підходів до проблеми суб'єктивного благополуччя особи для визначення теоретичних засад дослідження суб'єктивного благополуччя внутрішньо переміщених осіб.

Виклад основного матеріалу дослідження. Вивчення проблеми суб'єктивного благополуччя відбувається сьогодні, як зазначено в дослідженнях, у межах двох загальних напрямків – гедоністичного і евдемоністичного. Гедоністичний напрямок передбачає шлях людини до благополуччя через успішну соціально-психологічну адаптацію. Евдемоністичний напрямок розглядає його як повноту самореалізації особистості в конкретних життєвих умовах [1, с. 105–115]. У межах гедоністичного підходу благополуччя включає в себе уникнення незадоволення, прагнення до станів, що дають задоволення. Найбільш відомими дослідниками благополуччя в межах цього підходу є Н. Бредберн, Е. Діннер, М. Селігман, М. Аргайл, Р. Шаміонов. Евдемоністичний підхід розглядає благополуччя через ступінь самореалізації людини в певних умовах за конкретних обставин, здатність до особистісного зростання та відповідності запитам соціуму. Підвищення рівня благополуччя можливе через більш глибоке усвідомлення та переосмислення життя та власних цілей.

Одним із перших привернув увагу науковців до проблеми суб'єктивного благополуччя Н. Бредберн, який у своїй праці “Структура психологічного благополуччя”, датованій 1969 роком, висловив думку, що нехтування дослідниками почуття щастя та опису людиною власних почуттів є безпідставним. Він замінив термін “щастя” на “психологічне благополуччя”, конкретизував його, чим сприяв подальшому вивченню цього поняття як цілком конкретного, наповненого змістом, яке може бути дослідженим за допомогою запропонованої ним же психодіагностичної методики. Сам дослідник розглядав поняття

психологічного благополуччя як різницю між позитивними та негативними емоціями, які накопичуються у вигляді відповідного афекту й одним із перших показав кореляцію позитивних і негативних афектів та благополуччя.

Отримавши конкретне наповнення, суб'єктивне благополуччя набуло подальшого дослідження у працях Е. Діннера, який додав до нього, окрім позитивного та негативного афектів, суб'єктивну задоволеність життям. Це дозволило йому виокремити основні компоненти цього феномену – когнітивний, або інтелектуальна оцінка задоволеності життям, та емоційний, тобто наявність поганого чи гарного настрою.

Сьогодні увиразнюється неабияка кількість наукових підходів до визначення та наповнення змістом поняття суб'єктивного благополуччя. Так, скажімо М. Аргайл не відмовився від поняття “щастя” і назвав суб'єктивне благополуччя синонімом щастя, але з обов'язковим урахуванням додаткових складових, таких як “прибуток” та “стан здоров'я”, хоча, погоджуючись з Е. Діннером, теж вважав, що благополуччя є об'єктивним явищем. У своєму дослідженні М. Аргайл розглядає щастя як усвідомлення задоволеністю життям або як частоту та інтенсивність позитивних емоцій [2].

Думки науковців щодо співвідношення понять “суб'єктивне благополуччя” та “психологічне благополуччя” також різняться. Так Е. Діннер вважав, що суб'єктивне благополуччя є частиною психологічного благополуччя, на відміну від Н. Бредберна, за яким ці поняття є взагалі тотожними.

Сучасні дослідження також не мають чіткої та однозначної відповіді на це питання, тому можна зустріти різні варіанти, серед яких навіть такий, де психологічне є частиною суб'єктивного благополуччя. У своєму дослідженні Л. Куліков виокремлює у структурі благополуччя такі складові – соціальне, духовне, фізичне, матеріальне та психологічне благополуччя та чітко визначає зміст кожної складової. Соціальне благополуччя розглядається як задоволеність власним соціальним статусом та актуальним станом суспільства, до якого належить особистість, та як задоволеність міжособистісними зв'язками і статусом

у мікросоціумі. Духовне благополуччя визначається як відчуття людиною співучасті з духовною культурою суспільства, усвідомлення сенсу власного буття. Фізичне благополуччя – це тілесний комфорт, відчуття стану здоров'я. Матеріальне благополуччя розглядається як задоволеність матеріальною забезпеченістю, стабільність доходів. Психологічне благополуччя являє собою узгодженість усіх психічних процесів та функцій, відчуття цілісності, внутрішня рівновага. Ці складові тісно переплетені між собою та являють собою структуру, що впливає на переживання людиною благополуччя та характер її домінуючого настрою [3, с. 122–123]. У своїх роботах Л. Куліков закликає використовувати поняття “благополуччя”, уникаючи терміна “задоволеність життям”. Згідно з його дослідженням, для першого терміна характерна невизначеність у предметі оцінки. Тоді як для терміна “благополуччя”, який є більш конструктивним, характерне більш чітке значення, його трактування майже співпадає в наукових доробках та на рівні використання населенням.

Існують об'єктивні показники благополуччя – уявлення про власне благополуччя чи благополуччя інших, його оцінка завжди ґрунтується на об'єктивних показниках благополуччя, успішності, показники здоров'я, матеріального забезпечення. Проте, як говорить Л. Куліков, ці переживання значною мірою зумовлені особливостями ставлення особистості до себе, оточення в цілому та його окремих складових. Усі зовнішні чинники благополуччя за будь-яких об'єктивних умов не можуть впливати на переживання благополуччя безпосередньо. Лише через суб'єктивне сприйняття та суб'єктивну оцінку, які зумовлені особливостями особи.

Отже, згідно з дослідженням Л. Кулікова, благополуччя особи за своєю природою є передусім суб'єктивним, тому, на його думку, зовсім не варто кожного разу, говорячи про благополуччя, додавати визначення “суб'єктивне”, оскільки це має бути зрозумілим і без уточнень [3, с. 122].

К. Ріфф була запропонована шестикомпонентна модель, в якій суб'єктивне благополуччя розглядалось як структура до якої належать такі складові: позитивне ставлення до себе та свого життєвого

досвіду, стосунки з іншими, що ґрунтуються на довірі, дотримання власних переконань, здатність виконувати вимоги повсякденного життя, наявність цілей і діяльності, що наповнюють життя сенсом, відчуття постійного розвитку та самореалізації. На думку вітчизняного науковця В. Духневича, якщо співвіднести ці виміри з концепцією особистості, стає зрозумілим, що самоактуалізація особистості є основним підґрунтям психологічного благополуччя. На його думку, психологічне благополуччя може розглядатися як стан, що не пов'язаний з переживанням стресу або з певним особистісним чи професійним погіршенням. Воно є результатом переживання особою успіхів чи невдач у професійній діяльності, особливостей особистого життя, самореалізації. Терміном “психологічне благополуччя” дослідник пропонує позначати якість життя осіб. Якість життя включає ще два обов'язкові компоненти – об'єктивне функціонування в різних соціальних ролях та умови життя. Визначена науковцем також залежність психологічного благополуччя від актуального афективного стану [4].

Найбільш широко використовується в наукових дослідженнях трикомпонентна модель, в якій виокремлено когнітивну (оцінка власного життя, яка виявляється у задоволеності, уявлення про власне майбутнє), емоційну (позитивні чи негативні емоції, оптимізм, задоволеність сьогоденням і минулим, позитивне ставлення до інших, самооцінка здоров'я, незалежність, аутентичність) та конативну (поведінкову, що включає в себе контроль над обставинами та наявність мети власного існування) складову [5].

У рамках позитивної психології благополуччя людини розглядається як позитивна афективність, що сумісна з діяльністю. Поняття “щастя” та “благополуччя” використовуються як тотожні поняття. Ці поняття включають у себе як позитивні почуття (захват, комфорт), так і позитивні види діяльності, що пов'язані із зануренням і захопленістю. Іноді щастя та благополуччя пов'язані з емоціями, а іноді з такою діяльністю, що спонукає людину повністю абстрагуватися від емоцій. Метою позитивної психології як науки є щастя та благополуччя особи. Позитивні емоції в межах позитивної психології ділять на три категорії, що пов'язані з минулим, сьогоденням і майбутнім. До позитивних

емоцій, пов'язаних з минулим, належать задоволеність, гордість та ін. Позитивні емоції пов'язані з майбутнім – оптимізм, надія, упевненість у собі. До позитивних емоцій, що пов'язані з сьогоденням, належать дві категорії: задоволення та духовна задоволеність. Саме ці дві останні категорії, за М. Селігманом, складають основу суб'єктивного благополуччя. Духовна задоволеність, на відміну від задоволення, не пов'язана з почуттями, вона пов'язана з повним зануренням в улюблену справу, повною відсутністю будь-яких емоцій, окрім ретроспективних. Отримати духовну задоволеність неможливо, якщо не реалізовувати власний потенціал та індивідуальні якості, не прагнути до самореалізації [6, с. 291].

Поняття “суб'єктивне благополуччя”, як зауважує Р. Шаміонов, виражає “власне ставлення особи до себе, свого життя та процесів, що мають важливе для неї значення з точки зору засвоєних нормативних уявлень про “благополуччя” зовнішнє та внутрішнє середовище, та яке характеризується переживанням задоволеності” [7, с. 11]. Як термін, “суб'єктивність” включає в себе характеристики внутрішнього світу людини, тому суб'єктивне благополуччя слід розглядати, ураховуючи встановлені суб'єктом зв'язки між характеристиками зовнішніх об'єктів і явищами, що відображаються, включаючи об'єктивні ефекти власної поведінки, та зв'язок із внутрішніми характеристиками. Підхід до дослідження проблематики суб'єктивного благополуччя з позицій соціальної психології, на його думку, передбачає розгляд цього феномену як комплексного явища, що включає зовнішні та внутрішні складові, систему соціальних зв'язків і стосунків, який слід розкрити через аналіз особистості та її ставлення до соціально значущих подій [8, с. 298].

За даними ВООЗ благополуччя є центральною характеристикою у визначенні здорової людини, розуміння якого сприятиме становленню основної якості людського життя – фізичного і психічного здоров'я. Стан благополуччя зумовлюється самооцінкою та відчуттям соціальної належності, пов'язаний з реалізацією фізичних, духовних та соціальних можливостей особистості [3, с. 122].

Збереження здоров'я та відчуття благополуччя можливе лише за умови достатньої адаптованості до соціального та природного середовища, що передбачає необхідність постійно діючих процесів адаптації. При виникненні будь-яких ситуацій, що вимагають активних адаптивних налаштувань, комплекс змін буде залежати від ступеня адекватності особистісної мобілізації. Слід зазначити необхідність адаптації для досягнення стану рівноваги, але й сама вона неможлива без достатньої внутрішньої рівноваги особи.

Психологічними ознаками суб'єктивного благополуччя, за Г. Пучковою, є: суб'єктивність (суб'єктивне благополуччя як складова індивідуального досвіду кожного суб'єкта); позитивність виміру (суб'єктивне благополуччя не лише як констатація факту відсутності негативних факторів, необхідність наявності позитивних показників); глобальність виміру (зазвичай для адекватної оцінки суб'єктивного благополуччя особистості слід включити оцінку всіх аспектів життя людини за певний, тривалий період часу) [5].

Отже, поняття "благополуччя" розглядається як багатофакторний конструкт, що являє собою взаємопов'язані та тісно сплетені культурні, соціальні, психологічні, фізичні, економічні та духовні чинники.

Дослідниками визначається чимала кількість чинників суб'єктивного благополуччя, які досить складно систематизувати. М. Аргайл до чинників, що впливають на позитивні і негативні емоції та задоволеність особи, відносить соціальні стосунки (дружба, кохання та шлюб, родина), роботу та зайнятість (рівень заробітної плати, соціальних аспектів трудової діяльності), наявність почуття гумору, дозвілля, прибутку, соціальний статус, вік, стать, особистісні характеристики, релігію, національні відмінності [2].

Як передумова розвитку суб'єктивного благополуччя, на думку Р. Шаміонова, виступає сприйняття особистістю різних комплексів (низки чинників), до яких належать: взаємодія з малим соціумом (родина, родичі, знайомі, друзі); взаємодія із загальним соціумом (політична, економічна стабільність держави); трудова діяльність (фах, прибуток); життєві процеси (потреби, безпека, здоров'я, екологія); інтереси (комунікативні, пізнавальні, матеріальні); внутрішньо-

особистісні процеси (ціннісні орієнтації, самооцінка, баланс прагнень і можливостей); комплекс станів і властивостей (темперамент, властивості особистості); соціальний досвід (подолання фрустрації, наявні паттерни поведінки) [7].

Суб'єктивне благополуччя об'єднує сприймання, оцінку та залежить від зовнішніх і внутрішніх детермінант. Підґрунтям для переживання благополуччя чи неблагополуччя є демонстрація внутрішніх переживань у поведінці, діяльності. Відповідно суб'єктивне благополуччя є не лише результатом впливу певних подій, а й може впливати на розвиток подій, за можливості активного вираження.

Результатом переживання благополуччя чи неблагополуччя може стати прагнення чи схильність особи як до відчуття задоволеності, так і до уникання відчуття незадоволеності, що приводить до цілком різновекторних типів поведінки. Отже, особливості поведінки особи можуть бути як детермінантою, так і наслідком переживання нею благополуччя чи неблагополуччя.

Суб'єктивне благополуччя особи, як пише Р. Шаміонов, постає не лише індикатором її внутрішнього світу, а й виступає також як регулятор соціальної поведінки, оскільки існує взаємозв'язок між внутрішніми змінами та зовнішньо вираженою поведінкою суб'єкта. Він вважає, що суб'єктивне благополуччя як інтегральне соціально-психологічне утворення визначається уявленнями особи про себе, про своє життя, стосунки, стани тощо [8, с. 147].

На основі моделей суб'єктивного благополуччя, які представлено в роботах Е. Діннера, Н. Бредберна, К. Ріфф, сформувався сучасні уявлення про суб'єктивне благополуччя як систему, що складається з підсистем: когнітивної та емоційної. Когнітивна підсистема включає в себе уявлення особистості про власне буття, емоційна ж домінуючий емоційний фон відносно різних аспектів свого життя. Позитивний емоційний настрій, як зазначає Р. Шаміонов, може свідчити про суб'єктивне благополуччя особистості [8, с. 146].

Отже, можна виокремити два різні підходи щодо дослідження проблеми суб'єктивного благополуччя: перший підхід у дослідженні з позицій внутрішнього боку (пов'язана із самосвідомістю, осо-

близькостями особистості) та другий підхід через зовнішні умови, що впливають на особу і на можливість підвищення рівня благополуччя. Дослідження, що вивчають зовнішні чинники, умовно поділяють на три групи – вивчення взаємовпливу суб'єктивного благополуччя та здоров'я (Е. Діннер); зв'язок благополуччя та матеріального достатку (М. Люман, М. Шейд); зв'язок суб'єктивного благополуччя та адаптації до змін у житті (П. Брикман).

Суб'єктивне благополуччя особи досліджується нами в контексті проблеми соціально-психологічної адаптації, яка найчастіше розглядається як передумова розвитку суб'єктивного благополуччя. Натомість, успішність соціально-психологічної адаптації залежить також від рівня суб'єктивного благополуччя. Саме тому ефективні програми сприяння соціально-психологічній адаптації можна розглядати як шлях підвищення рівня суб'єктивного благополуччя різних вразливих категорій населення, зокрема осіб, які внаслідок воєнного конфлікту вимушені пристосовуватися до нових умов існування. Потреба сприяння цим особам у досягненні ними психологічного благополуччя, задоволеності з життя призводить до необхідності дослідження проблеми адаптації внутрішньо переміщених осіб, з'ясуванні соціально-психологічних чинників їхнього суб'єктивного благополуччя та поліпшення якості життя.

Висновки. Проблема суб'єктивного благополуччя на сьогодні постає дедалі гостро, особливо враховуючи той факт, що як вразлива категорія населення виступає така чисельна на сьогодні категорія, як внутрішньо переміщені особи. Аналіз стану розробленості даної проблеми та межі дисциплін, в яких вона представлена, дозволяють зробити висновок, що дослідження соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя внутрішньо переміщених осіб унаслідок воєнного конфлікту потребує інтерпретації відповідних теоретичних положень у контексті визначення можливостей підвищення його рівня та активізації адаптаційних ресурсів цих осіб.

Перспективу подальших розвідок у даному напрямку буде спрямовано на побудову теоретичної моделі впливу соціально-психологічних чинників на суб'єктивне благополуччя внутрішньо переміщених

осіб, розробляння процедури дослідження та розкриття змісту соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя внутрішньо переміщених осіб.

Список використаної літератури

1. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия / А. Е. Созонтов // Вопросы психологии. – № 4. – 2006.
2. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб. : Питер, 2003. – 271 с.
3. Куликов Л. В. Психогигиена личности / Л. В. Куликов // Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. – СПб. : Питер, 2004. – 464 с.
4. Духневич В. М. Психологічне благополуччя професіонала як умова його ефективної діяльності (на прикладі професії психолога) : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 / В. М. Духневич ; Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. – К., 2002. – 22 с.
5. Пучкова Г. Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности : автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. психол. наук / Г. Л. Пучкова. – Хабаровск, 2003. – 17 с.
6. Селигман М. В поисках счастья. Как получать удовольствие от жизни каждый день [Текст] / М. Селигман. – Манн, Иванов и Фербер, 2010. – 320 с.
7. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы : монография / Р. М. Шамионов. – Саратов : Научная книга, 2008. – 296 с.
8. Шамионов Р. М. Психология субъективного благополучия людей / Р. М. Шамионов // Мир психологии. – № 2. – 2012. – 143–148 с.

Рецензент – кандидат психологічних наук, доцент Чеканська Л. М.

Стаття надійшла до редакції 29.02.2016.

Зинченко Е. С. Теоретический анализ проблемы субъективного благополучия личности

В статье проанализировано основные теории субъективного благополучия (Н. Бредберна, Э. Диннера, К. Рифф), показаны основные отличия между теориями. Обозначена взаимосвязь понятий “субъ-

ективное благополучие” и “психологическое благополучие”. Охарактеризована степень исследования проблемы субъективного благополучия современными исследователями (Р. Шамионов, Л. Куликов, В. Духневич и др.). Охарактеризованы основные подходы к определению составляющих изучаемого феномена. Проанализированы основные этапы исследования проблемы. Рассмотрены основные составляющие социально-психологического феномена как мультикомпонентной системы.

Ключевые слова: *субъективное благополучие, счастье, удовлетворенность жизнью, психологическое благополучие, качество жизни.*

Zinchenko E. S. Theoretical analysis of the problem of subjective well-being of the personality

Analyzed in the article basic theory of subjective well-being (N. Bredberna, E. Dinner, K. Riff), shows the main differences between the theories. Author designates the the relationship concepts of “subjective well-being” and “psychological well-being”. Characterize the degree of the study problem of subjective well-being by modern researchers (R. Shamiонов, L. Kulikov, V. Dukhnevich, G. Puchkova et al.). It describes the main approaches to the definition of the components of the studied phenomenon. Analyzed the main stages of the research problem. Considered the main components of the socio-psychological phenomenon as a multicomponent system. Studies on subjective well-being is present, as indicated in studies within the limits two general directions – hedonistic and evdemonistic. Hedonistic area includes the the path of to human welfare through successful social and psychological adaptation. Evdemonistic area see it as the completeness of self-identity in specific living conditions. The article deals with the relationship of the concepts of “psychological well-being” and “happiness.” Characterized by differences and similarities of these concepts in the studies of various researchers (M. Argyle, M. Seligman). Analyzed in the article the specific features of the approach to well-being and life satisfaction in the framework of positive psychology. Also shown is the feature of the relationships of subjective well-being and spiritual satisfaction. The article analyzed the results of the study L. Kulikova. In his

study, L. Kulikov distinguishes the structure of the welfare of the following components – social, spiritual, physical, financial and psychological well-being. The article are allocated two different approaches to the study on subjective well-being: the first approach to the study of positions inside (associated with consciousness, personality characteristics) and the second approach through the external conditions influencing the person and the possibility of raising the level of well-being.

Further research will be directed at building a theoretical model of influence socio-psychological factors on subjective well-being of internally displaced persons, the establishment of procedures for research and disclosure of the contents of social and psychological factors of subjective well-being of internally displaced persons.

Keywords: *subjective well-being, happiness, life satisfaction, psychological well-being, quality of life.*