

УДК 159.92:316.61

Наталія ВОЛИНЕЦЬ,

кандидат психологічних наук, доцент,

*Національна академія Державної прикордонної служби України
імені Богдана Хмельницького, м. Хмельницький*

СТРУКТУРНІ, РІВНЕВІ ТА ТИПОЛОГІЧНІ МОДЕЛІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

У статті проаналізовано структурні, рівневі та типологічні моделі психологічного благополуччя особистості, систематизовано індикатори, предиктори, критерії та показники психологічного благополуччя особистості. Показано, що психологічне (суб'єктивне, особистісне) благополуччя, незважаючи на відмінності в різних структурних моделях, переважно розглядається відповідно до психологічних характеристик особистості, її ціннісних орієнтацій, культурної детермінації, зовнішніх умов та інших чинників, пов'язаних з особливостями життєдіяльності.

Ключові слова: *психологічне благополуччя особистості, моделі психологічного благополуччя, індикатори, предиктори, критерії та показники психологічного благополуччя особистості.*

Постановка проблеми у загальному вигляді. Останнім часом у наукових дослідженнях різноманітних аспектів життя людини широкого використання набуло поняття “благополуччя”, яке використовується для оцінки її добробуту, здоров'я, щастя, задоволення, забезпеченості. Благополуччя особистості розглядається в контексті наукових досліджень якості життя, повноцінного функціонування,

© Волинець Н.

задоволення базових чи актуалізованих потреб, задоволення життям в цілому тощо. У сучасних наробках науковців описується психологічне, суб'єктивне, особистісне благополуччя, яке часто асоціюється (і визначається як синонім) з щастям, здоров'ям, задоволенням, наявністю матеріальних та нематеріальних благ. Емпіричним шляхом виявлено величезну кількість індикаторів, предикторів, критеріїв та показників психологічного благополуччя особистості та розроблено структурні, рівневі, типологічні та комбіновані моделі благополуччя. Проте відсутність чіткої психологічної інтерпретації та операціоналізації категорії “психологічне благополуччя особистості” позбавляє сучасних дослідників системних уявлень про його основні структурні характеристики, функціональні можливості, чинники та механізми виникнення, способи виділення й усвідомлення людиною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор. Розробці основних підходів, теорій, моделей щодо визначення психологічного благополуччя та його структурних компонентів, критеріїв, індикаторів та предикторів присвячено праці багатьох зарубіжних та вітчизняних вчених, таких як М. Аргайл, Н. Батурін, Н. Бахарева, С. Башкатов, Є. Бенко, Г. Брандштеттер, Н. Бредберн, О. Бочарова, Р. Веєнховен, А. Веєрінг, С. Водяха, Е. Гарман, Н. Гафарова, Дж. Грей, Т. Данильченко, К. Денев, Е. Десі, Е. Джованіні, Е. Дінер, М. Доннеллан, О. Єлісеєва, О. Ідобаєва, К. Кейес, Н. Ковригіна, Д. Корнієнко, П. Коста, А. Кружильна, Л. Куліков, Х. Купер, П. М. Лейвінсон, А. Лебедева, Е. Ліман, Н. Літвінова, Р. Лукас, С. Лютар, Р. Маккрай, М. Мартін, А. Маслоу, К. Муздибаєв, М. Портер, Г. Пучкова, Р. Райан, Дж. Е. Реднер, К. Ріфф, Т. Рот, О. Савельєва, Дж. Р.Сейлей, М. Селігман, М. Соколова, М. Сокольська, Т. Тейлор, А. Феррер-і-Карбонелл, П. Фесенко, К. Фредерік, Н. Хадсон, Дж. Хартер, В. Харченко, Б. Хедді, Б. Хедей, О. Чеботарьова, М. Чиксентміхаї, Р. Шаміонов, Т. Шевеленкова, Н. Ширинська, О. Ширяєва, М. Ягода та ін.

Проблеми структурування психологічного благополуччя пов'язані з пошуком та операціоналізацією параметрів, критеріїв, індикаторів, предикторів та показників вимірювання переживання оптималь-

ної внутрішньої рівноваги Я-існування особистості з метою пошуку шляхів психологічної допомоги особистості стосовно його зростання (підвищення). Метою структурування психологічного благополуччя є пошук загальних оцінкових параметрів благополуччя, завдяки яким можна оцінити та визначити кількісні та якісні особливості суб'єктивного переживання власного життя та суб'єктивного емоційно-оцінкового ставлення особистості до самої себе, до власного життя, діяльності тощо, а також процесів, що мають значення для особистості з позиції її нормативних уявлень щодо внутрішнього та зовнішнього середовища, що характеризується відчуттям задоволеності (Р. Шаміонов) [1]. Структурування психологічного благополуччя в сучасних наукових розвідках у просторі різних наук пов'язане з його об'єктивною детермінацією, виокремленням проявів психологічного благополуччя в масових групових зрізах різних культурних спільнот, що відповідають зовнішнім критеріям відповідності тій системі цінностей, яка переважає в тій чи іншій культурі (Е. Дінер, Р. Шаміонов) [1; 2] та за суб'єктивними змістовими його критеріями задоволеності життям відповідно до внутрішніх уявлень благополучного життя (К. Костенко, Л. Кулік) [3].

Метою статті є аналіз моделей психологічного благополуччя особистості, узагальнення та систематизація структурних компонентів, критеріїв, індикаторів та предикторів психологічного благополуччя особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Психологічний аналіз компонентного складу психологічного благополуччя часто здійснюється у співвіднесенні зі структурними моделями та концепціями Я – особистості. Відповідно до системного підходу, психологічне благополуччя вбачається цілісною багатомірною характеристикою Я – особистості. Оскільки особистість – це самоорганізована система, дослідники відзначають, що розробка проблеми благополуччя особистості вимагає, перш за все, реалізації принципів системного підходу: різноплановості, багатовимірності, багаторівневості, ієрархічності, множинності відносин і описів, а також розвитку. Тобто динамічна єдність різноманіття компонентів у структурі особистості передбачає аналіз в термінах елементів і структури, частини і цілого, організації

та координації, розвитку, ієрархії, вимірювань та рівнів суб'єктивного благополуччя як інтегрального особистісного утворення. Так, у деяких наукових роботах як структурні компоненти психологічного благополуччя дослідники розглядають: когнітивний, емоційний, конотативний (поведінковий), кожен з яких також є складним системним утворенням (Е. Бочарова) [4]; психофізіологічний, індивідуально-психологічний та ціннісно-смысловий (О. Ідобаєва) [5].

Наразі в психології структурування психологічного благополуччя здійснюється відповідно до двох взаємодоповнюючих підходів щодо його оцінки: об'єктивного та суб'єктивного. Відповідно до об'єктивного підходу психологічне благополуччя визначається як складова та найбільш адекватний індикатор добробуту та рівня життя за показником об'єктивного доходу людини (прожитковий мінімум, середній достаток і багатство, ступінь нерівності в суспільстві тощо), за показником рівня здоров'я (М. Ягода, Н. Бредберн) [6; 7]. Уперше комплексне дослідження, пов'язане з оцінкою психологічного благополуччя, було проведено М. Ягодою, яка, досліджуючи психічне здоров'я, виокремила шість різних станів психічного благополуччя як критеріїв психічного здоров'я особистості: 1) ставлення індивіда до самого себе; 2) індивідуальний стиль розвитку та самореалізації; 3) інтеграція; 4) автономія; 5) адекватність сприйняття реальності; 6) вправність у стосунках у соціальному середовищі [6]. Н. Бредберн "психологічне благополуччя" розглядав як критерій оцінки здоров'я та захворювань і визначав як збалансування позитивних та негативних почуттів, що призводить до суб'єктивного відчуття щастя та загальної задоволеності життям, і виявив, що корелятами негативних почуттів є почуття, пов'язані із оцінкою захворювань та рівня здоров'я, а корелятами позитивних почуттів є показники залучення у соціальні структури [7]. Проте об'єктивний підхід є досить обмеженим при оцінці психологічного благополуччя, оскільки рівень здоров'я, матеріальний рівень життя (фінансове благополуччя) не відображають психологічних особливостей якості переживання особистістю власного Я-існування.

Відповідно до суб'єктивного підходу як альтернативи об'єктивному визначенню добробуту і благополуччя аналіз психологічного бла-

гополуччя здійснюється завдяки суб'єктивним оцінкам (самозвітам) задоволення матеріальним становищем, індивідуальним або сімейним доходом, які стали використовуватися як повноцінні індикатори психологічного благополуччя. Однією з найважливіших проблем вивчення структурних компонентів психологічного благополуччя особистості є невизначеність того, які змінні утворюють структуру психологічного благополуччя, які є причинами його виникнення, а які є наслідками. Серед показників, що часто розглядаються як причини психологічного благополуччя, науковці вирізняють задоволення, соціальну підтримку, основні життєві події й еталонні стандарти (очікування, прагнення, почуття справедливості тощо) (Ф. Дінер) [2], особистісні характеристики: нейротизм та екстраверсія (П. Коста і Р. Маккрай) [8], автономність, компетентність і позитивні відносини (Е. Десі і Р. Райан) [9]. А. Феррер-і-Карбонелл як компоненти психологічного благополуччя виокремлює індивідуальне задоволення щодо сфер життя та загальне задоволення від життя як суб'єктивний компонент [10].

Наслідком (результатом) і структурним компонентом психологічного благополуччя в теорії суб'єктивного благополуччя Б. Хедді, Р. Веєнховен та А. Веєрінг визначають задоволення у різних сферах життя (шлюб, робота, матеріальний рівень життя, дозвілля, дружба та здоров'я як сумарний показник благополуччя), структурними компонентами благополуччя вони виокремлюють також індекс цілісного життя за ознаками його задоволення та привабливості, особистісні властивості (екстраверсія та нейротизм) та соціально-економічний статус (валовий сімейний дохід, професійний статус головного годувальника та рівень освіти особистості). Е. Дінер визначив, що більшість змінних, що описуються як причини, можуть бути і наслідком, або, можливо, і причинами, і наслідками психологічного благополуччя. Він розрізняв теорії благополуччя “знизу-вгору” і “згори-вниз”, відповідно до яких внизу причинно-наслідкових зв'язків є позиція, де конкретні змінні викликають благополуччя і позиції, де благополуччя виробляє певні результати [2].

У структурі психологічного благополуччя виділяють емоційний компонент (радість, щастя як почуття) та когнітивний (пізнання як

результат рефлексії, або як усвідомлення задоволення від життя) (М. Аргайл, М. Мартін, П. М. Лейвінсон, Дж. Е. Реднер та Дж. Р. Сейлей [11]. Причинами радості М. Аргайл і М. Мартін визначають: соціальні контакти з друзями або іншими людьми у тісних стосунках; сексуальну активність; успіх, досягнення; фізичну активність, вправи, спорт; природу, читання, музику; їжу та напої, алкоголь; використання навичок, завершення цінних завдань, особливо в групі і на роботі, глибина, інтенсивність, “поглинання” або “потік”, наприклад, при вирішенні складних завдань [11, с. 79]. Г. Брандштеттер пропонує використовувати двокомпонентну структуру психологічного благополуччя для значущої комплексної його оцінки: внутрішні (особистісні) та зовнішні (екологічні) умови емоційних реакцій на повсякденне життя у різних його сферах протягом визначеного періоду часу [12].

На сьогодні у зарубіжній психології склалася трьохкомпонентна структура суб'єктивного благополуччя, що включає наявність позитивного афекту, відсутність негативного афекту і задоволеність життям. Створення конструкту викликало низку емпіричних досліджень, спрямованих на визначення ступеня впливу різних чинників на його шкали. Так, Е. Дінер виявив високу обумовленість суб'єктивного благополуччя внутрішніми чинниками, і встановив, що особистісні риси пояснюють від 40 до 50 % мінливості в суб'єктивному благополуччі, у зв'язку з чим припустив, що щастя можна до певної міри вважати особистісною рисою, яка виступає як схильність відчувати певні рівні позитивних або негативних емоцій [2]. Розробляючи модель благополуччя, Е. Дінер з колегами (Д. Вірц, Р. Бісвас-Діенер, В. Тов, Чу Кім-Прієто, Д.-він Чой та Ш. Оісі) розширили структуру благополуччя такими структурними компонентами: позитивний та негативний досвід та баланс між ними, позитивне мислення та психологічне благополуччя. Е. Десі і Р. Райан виокремлюють три вроджені основні психологічні потреби, задоволення яких є значущим для психологічного зростання, цілісності і благополуччя людини: потреби в автономії, компетентності та у взаємозв'язку з іншими людьми [13]. Модель К. Ріфф містить шість компонентів як індикатори психологічного благополуччя, що розглядається нею як єдиний конструкт (авто-

номність, здатність ефективно управляти життям і навколишнім світом, особистісне зростання, позитивні відносини з іншими людьми, життєві цілі, самоприйняття) [14]. Об'єктивність цієї теорії науковці вбачають у виокремленні певного позитивного соціального нормативу, якому при психологічному благополуччі відповідає повноцінне життєве функціонування будь-якої людини [15]. Л. Куліков виділив когнітивний (оцінка, уявлення про різні аспекти власного буття) та емоційний (емоційне забарвлення відносин до аспектів буття: задоволеність життям, відчуття благополуччя, домінуючий емоційний тон переживань, настроїв) компоненти суб'єктивного благополуччя [3]. Як складові суб'єктивного благополуччя він виокремив такі взаємопов'язані елементи: соціальне, духовне благополуччя, фізичне (тілесне), матеріальне та психологічне благополуччя.

Як індикатори психологічного благополуччя виокремлюються: суб'єктивна життєздатність як отримання позитивного досвіду в саморегуляції та самоконтролі, спрямована на мобілізацію власних ресурсів та органічне оздоровлення (Р. Райн, К. Фредерік); відчуття свободи самовизначення як суб'єктивна оцінка особистістю рівня контролю власним життям, рівня реалізації власного права на самовизначення, власного життя відповідно до власних цінностей, що дає можливість визначити спроможності щодо розширення можливостей визначати та контролювати власний розвиток; настроїв в останні дні, відчуття щастя, задоволеність життям, задоволеність соціальним становищем, задоволеність матеріальним становищем, почуття втоми, відчуття знедоленої людини, непотрібності, забутості (К. Муздибаєв); почуття особистої майстерності (компетенції) та міжособистісного відношення (Е. Ліман і С. Лютар) [16]; стабільність афективного досвіду (позитивного настрою, налаштування та позитивних емоцій) (Н. Хадсон, Р. Лукас, М. Доннеллан) [17].

Предикторами психологічного благополуччя виокремлюються: характеристики особистості: екстраверсія, нейротизм та відкритість до досвіду, які забезпечують рівноважний рівень психологічного благополуччя (Б. Хедей і А. Веерінг); неврологічні мотиваційні системи: поведінкової активації поведінкового гальмування, які відповідно

регулюють поведінку за наявності сигналів винагороди або покарання і визначають емоційні стани, що характеризують психологічне благополуччя (Дж. Грей); екстраверсія; поведінка у міжособистісних взаємодіях, що проявляється у співпраці та довірі до інших людей; сумлінність чи обмеження, що описує поведінку і соціально прийнятний контроль; нейротизм (емоційна стійкість); компоненти інтелекту, культури, творчості, широких інтересів та когнітивної складності особистості (К. Денев, Х. Купер), життестійкість, ціннісні орієнтації, мотивація, захисні механізми (О. Чеботарьова); внутрішня мотивація, життестійкість, креативність (С. Водяха); емоційна стабільність, відсутність депресивності та переживання радості (Д. Корнієнко).

Критеріями психологічного благополуччя є: щастя, задоволеність якістю життя та здоров'я, самоактуалізація, самореалізація, емоційний комфорт (Н. Літвінова) [18]; екзистенціальний досвід, який здійснює ціннісно-смыслову регуляцію, скеровує хід життя людини, містить загальні знання суб'єкта про природу людини, фундаментальну прагматику життя та являє собою "нове знання, що суб'єктивно переживається, зважаючи на цілісне розуміння ситуації, в якій воно відбувається через абстрагування й узагальнення" (В. Знаков) [19, с. 33]. Критеріями соціального благополуччя як оптимального функціонування у соціальному середовищі виявлено: соціальне прийняття, соціальну актуалізацію, соціальний внесок, соціальну залученість, соціальну інтеграцію (К. Кейес); соціальна помітність, соціальна дистантність, гарні стосунки з близькими, соціальне схвалення, позитивні соціальні переконання (Т. Данильченко); безпечне середовище й атмосфера психологічного комфорту (Н. Ковригіна); усвідомлення і відчуття безперервності, постійності та ідентичності свого фізичного і психічного "Я"; почуття сталості та ідентичності переживань в однотипних ситуаціях: критичність до себе і своєї власної психічної діяльності і до її результатів; відповідність рівня домагань реальним можливостям індивіда; відповідність психічних реакцій силі і частоті середовищних впливів; здатність до самовідновлення, відповідно до соціальних норм, правил і законів; здатність планувати і реалізовувати власне життя; здатність змінювати спосіб поведінки, в залежності

від зміни життєвих ситуацій і обставин; почуття відповідальності за нащадків і близьких членів родини (Г. Ушаков).

Т. Тейлор, розробляючи теорію нейтрального підходу, пропонує як критерії психологічного благополуччя особистості маркери, які узгоджує з основними теоріями благополуччя. Він виокремлює п'ять загальних теорій благополуччя: 1) гедонізм, де благополуччя розглядається як сукупність задоволення і невдоволення або щастя і нещастя (як психічні стани); 2) теорії життєвого задоволення, де суб'єктивне благополуччя розглядається як позитивне ставлення до власного життя за умови автентичності та автономії; 3) теорії задоволення бажань, де благополуччя розглядається як можливість задоволення бажань чи потреб людини, відфільтрованих умовами інформаційного простору або завдяки раціональності чи ідеалізації бажань; 4) теорії об'єктивного підходу, де благополуччя розглядається як сукупність цілком конкретних благ (здоров'я, доходу тощо); 5) неоаристотелівські теорії, де благополуччя розглядається як розвиток, удосконалення та реалізація властивостей і можливостей особистості. З огляду на різноманітність цих теорій, психологічне благополуччя може виражатися в позитивних емоціях, фізичному здоров'ї, задоволеності життям, успішності в реалізації цілей і цінностей, відносинах з іншими людьми, особистісному зростанні, задоволенні у доходах і ресурсах, винагороді за професійну діяльність тощо [20, с. 78–79]. Він виокремлює такі групи маркерів:

а) найбільш надійні: 1) щастя як загальну характеристику, яка охоплює цілий ряд психічних станів, які, незважаючи на різницю між ними, мають спільним те, що вони відображають загалом позитивні афективні реагування особистості на її життя; 2) здоров'я в цілому, що містить усі аспекти фізичного здоров'я: не тільки свободу від хвороб і травм, а й адекватне харчування та психічне здоров'я; б) інші надійні маркери: 3) задоволення від життя загальне позначення ставлень людини до її життя або оцінки її життя, що містить суб'єктивну оцінку особистістю того, наскільки добре відбувається її життя; 4) успіх у реалізації головних життєвих цілей/цінностей, який показує, наскільки людині вдається забезпечити те, про що вона найбільше турбується, незалежно від того, чи це цілі, до яких вона прагне, чи інші аспекти її

життя, які для неї є важливими; це форма бажання/переваги, яким людина надає головне значення у своєму житті, а також розвиток та реалізація можливостей, які сприятимуть досягненню цілей; 5) “підтримуючі” особисті стосунки, що включають шлюб, стосунки з членами сім’ї, дружні стосунки і взаємини з іншими людьми, від яких людина отримує користь різними шляхами: через емоційну підтримку під час труднощів, надання товариства та (для деяких відносин) інтимності; 6) особистісний розвиток, який містить удосконалення та здійснення різних психічних та фізичних аспектів особистості: розвиток інтелектуальних навичок та набуття знань, розвиток здібностей, пов’язаних з особистістю та емоціями, такими як лідерство, мужність та естетична оцінка; і фізичних здібностей, наприклад, через спорт, що допомагає досягти бажань та прагнень бажань і є джерелом задоволення життям і щастям; в) інші маркери: 7) дозвілля – це можливість провести час на відпочинку та займатися інтересами та діяльністю, що перевищує ті, що вимагаються роботою, або необхідність забезпечити необхідне для людського існування; 8) адекватний дохід (ресурси) – це достатні ресурси для забезпечення інших маркерів добробуту, таких як добробут (наприклад, належне харчування) та досягнення особистих цілей; 8) винагорода зайнятості як задоволеність роботою, так і задоволення від життя, яке може забезпечити людина, маючи роботу, реалізувати центральні життєві цілі та формувати тісні особисті стосунки, і стосується доходу, пенсійного забезпечення, соціальних гарантій тощо [20].

Наразі проводяться дослідження різних сфер життєдіяльності особистості й особливостей переживання благополуччя стосовно них, зокрема М. Портер і Е. Гарман, досліджуючи фінансове благополуччя, розробили концептуальну модель фінансового благополуччя, відповідно до якої як позитивне, так і негативне сприйняття окремих аспектів фінансової ситуації впливають на загальне сприйняття фінансового благополуччя, яке містить особистісні характеристики, об’єктивні ознаки фінансової сфери (сімейний статус, наявність дітей, наявність фінансової підтримки з боку інших осіб, загальний валовий річний дохід, наявність власного житла, фінансова поведінка тощо), в якому живуть люди; сприйманні (сприйняття чистої вартості та адекватнос-

ті доходів як критеріїв прийняттого/неприйняттого рівня життя) та оцінені особливості фінансової сфери (переживання щодо фінансового добробуту в минулому, порівняльна оцінка власного фінансового добробуту і з добробутом інших людей референтної групи, до якої людина входить. Т. Рот і Дж. Хартер виділяють такі сфери життя як неодмінні елементи благополуччя: професійне, фізичне, соціальне, фінансове та благополуччя в середовищі проживання. Крім того, на їхню думку, успіх повинен бути у всіх п'яти елементах, оскільки досягнення в одній із сфер не може компенсувати невдачі в іншій [21].

Т. Данильченко виокремлює балансну, залежну і самодетерміновану моделі суб'єктивного соціального благополуччя. Балансна (обмінна) модель передбачає постійний обмін із соціальним середовищем у вигляді соціального вкладу, в основі якої знаходиться уявлення про існування соціальної справедливості, "відплати" за певні дії. Залежна модель суб'єктивного соціального благополуччя спирається на уявлення особистості про зовнішнє джерело благополуччя й очікування результатів соціальної політики, яка проводиться "зверху" і має забезпечити громадян необхідними благами (а на міжособистісному рівні – в надзвичайній залежності від батьків навіть дорослих дітей, що розраховують на постійну підтримку і допомогу батьківської сім'ї, поширеній інфантильності та залежності від громадської думки (низького рівня автономії)). Самодетермінована (незалежна) модель суб'єктивного соціального благополуччя передбачає внутрішнє джерело відповідальності за результати соціальної взаємодії, головними характеристиками якої є соціально-позитивна активність, заповзятливість, вдячність за позитивні дії на свою адресу, благочинність, яка може виникати тільки за умови високого рівня особистісного і соціального розвитку, специфічної системи ціннісних орієнтацій і настанов та ідеології [22, с. 48–49].

М. Селігман складовими благополуччя визначає: 1) залученість; 2) зміст; 3) позитивні емоції; 4) досягнення (звершення, перемоги, успіх); 5) відносини з іншими людьми (безпосередньо пов'язані з іншими елементами, так як привносять сенс в життя, супроводжуються або залученістю, або позитивними емоціями і пов'язані з досягненнями).

Деякі з зазначених складових оцінюються об'єктивно, інші – суб'єктивно на основі самооцінки і досягнення достатку, добробуту високого рівня, що можливе завдяки здійсненню життєвих виборів і досягненню найбільшого успіху щодо кожної із зазначених складових [23, с. 37].

Е. Джованіні з колегами виділяють 6 чинників суб'єктивного благополуччя: фізичне і психічне здоров'я, свободу і самовизначення, хорошу роботу, задовільні міжособистісні відносини, матеріальне благополуччя, знання і розуміння світу. А. Кружильна виокремлює суб'єктивні (індивідуально-психологічні особливості особистості) чинники суб'єктивного благополуччя: емоційно-вольову, мотиваційну, когнітивну складові та об'єктивні чинники суб'єктивного благополуччя – різні явища навколишнього середовища, які вирізняються за ступенем впливу на особистість, залежно від значущості, яку вони представляють для неї. Дослідниця виокремлює психологічний збиток як відокремлений незалежний від інших фактор суб'єктивного благополуччя, що необхідно виділити незалежно від зазначених груп, який є інтегральним параметром суб'єктивних і об'єктивних факторів, що визначають суб'єктивне благополуччя, оскільки психологічний збиток є зовнішнім впливом, а характер і ступінь психологічної травми, отриманої ним, може бути визначений тільки суб'єктивно. Змістові аспекти суб'єктивного благополуччя особистості як системи описано у роботах Р. Шаміонова, який виокремлює такі підсистеми: 1) когнітивну (комплекс уявлень людини про окремі боки свого буття, який виникає при цілісній картині світу і розуміння поточної життєвої ситуації); 2) емоційну (домінуючий емоційний фон ставлення суб'єкта до різних боків життя), компонентами якої є переживання, що об'єднують внутрішні почуття, які успішні або неуспішні в функціонуванні всіх сфер особистості. Позитивне емоційне налаштування людини, на думку науковця, свідчить про суб'єктивне благополуччя особистості і в той же час з боку сприймається як об'єктивне благополуччя [1]. У структурі суб'єктивного благополуччя Г. Пучкова виокремлює три основних його компоненти: когнітивний компонент (уявлення про благополуччя та образ майбутнього), емоційно-оцінковий компонент (оптимізм, задоволеність минулим та теперішнім, позитивне став-

лення до оточення, самооцінку здоров'я, індекс надії, незалежність, самоприйняття й автентичність), мотиваційно-поведінковий компонент (контроль над обставинами та наявність мети у житті) [24].

Відповідно до суб'єктно-середовищного підходу психологічне благополуччя розглядається в контексті досягнення суб'єктивної і об'єктивної успішності особистості під час різного рівня впливу на неї об'єктивних чинників екстремального середовища: в екстремальних природно-кліматичних умовах, які депривують потреби особистості, виникає асиметрична модель психологічного благополуччя, що характеризується переважним зверненням до внутрішніх ресурсів; а в умовах з менш інтенсивним впливом середовища – симетрична модель психологічного благополуччя, побудована на гармонійній взаємодії особистості із середовищем, яка передбачає рівноцінне звернення особистості як до внутрішніх, так і до зовнішніх ресурсів розвитку. У разі суб'єктивної оцінки середовища життєдіяльності як неекстремального особистість в умовах життєдіяльності використовує симетричну модель психологічного благополуччя [25].

Віокремлення структурних компонентів психологічного благополуччя здійснюється науковцями відповідно до критерію його об'єктивності-суб'єктивності. Так, відповідно до зазначеного критерію психологічного благополуччя, його структурними компонентами є: 1) індивідуальні показники (особистісні якості: мудрість, стійкість, витривалість, креативність, мораль, потреба у задоволенні, самоактуалізації, самоефективність, ідентичність, самооцінка, задоволення від роботи, самовідданість, контрольованість (довіра при контролі), задоволення від життя, гедонічне задоволення); 2) соціальні показники (соціальні якості: узгодженість, справедливість, рівні шанси, стабільність, життєздатність, компетентність, соціально-психологічний клімат, прийняття політичного порядку, взаємна довіра, віра в національний прогрес, саморегуляція, моральність, соціальна інтеграція або аномія); 3) змішані показники (економічне процвітання, безпека, свобода, рівність, добробут, прогрес, емансипація, відчуження) (Р. Веєнховен). Р. Веєнховен у своїй концепції оцінки якості життя пропонує як структурні компоненти задоволення від життя (щастя,

благополуччя) вивчати афективний (гедоністичний як відчуття приємних почуттів) та когнітивний (задоволення як міра сприйняття людиною себе, своїх прагнень у житті).

Відповідно до теорії позитивного функціонування особистості як структурні компоненти психологічного благополуччя розглядаються: 1) актуальне психологічне благополуччя (переживання, що характеризується ставленням людини до того, ким вона, на її думку, є, і відображає ступінь реалізованості в індивідуальному існуванні основних компонентів позитивного функціонування та ступінь задоволеності власним становленням) та потенційне психологічне благополуччя (потенційні аспекти позитивного функціонування: особистісне зростання, самоприйняття, управління середовищем, автономія, цілі в житті, позитивні відносини з оточенням), а також ступінь реалізованості цієї спрямованості, що суб'єктивно виражається у відчутті щастя, задоволеності собою та власним життям. Структура (співвідношення компонентів) актуального й ідеального психологічного благополуччя можуть не збігатися. Ідеальне психологічне благополуччя слід розглядати як "планку", щодо якої може спостерігатися динаміка (ситуативна, вікова тощо) ступеня вираженості кожного з компонентів актуального психологічного благополуччя. Вираженість компонентів ідеального психологічного благополуччя залежить від обставин життя людини і свідчить про відповідальність людини за свою власну долю, про її прагнення до реалізації різних позитивних аспектів власного функціонування як особистості. Розбіжність між інтегральним показником і ступенем вираженості кожного з компонентів актуального й ідеального психологічного благополуччя також може свідчити про те, наскільки людина вважає бажаною і можливою спроможність реалізувати себе в житті (Т. Шевеленкова, П. Фесенко, Л. Карапетян) [26]; 2) когнітивний (уявлення про окремі сфери буття особистості) та емоційний (переживання, які об'єднують почуття, обумовлені успішним (несуспішним) функціонуванням особистості) компоненти (О. Єлісеєва).

У різних моделях структур психологічного благополуччя науковці виокремлюють: внутрішні (афекти, когніції та саморегуляція)

та зовнішні (соціальний розвиток, якісне різноманіття життя) компоненти особистості (О. Савельєва); 2) рівень одиничних елементів (властивостей, станів, якостей та відношень) особистості, що являють собою актуальний портрет благополуччя, який містить компоненти: когнітивний (уявлення, очікування, оцінки та рефлексія), конативні (готовність, наміри, переваги, інтереси) та емотивний (задоволення, занепокоєння, тривога, емоційне налаштування, переживання, самопочуття; рівень узагальнених базових компонентів благополуччя як самостійні феномени свідомості, які відображають різні психологічні критерії особистості та рівень інтегральних характеристик благополуччя, що об'єднують базові елементи в загальний суб'єктивний простір суб'єктивного благополуччя (суб'єктивна оцінка якості життя, продуктивність, ефективність у справах, домінантність, самоконтроль тощо) (М. Сокольська); 3) актуальні та потенційні: а) зовнішній (позаособистісний) рівень: біологічні блага (вітальність як інтегральний чинник здоров'я, стать, вік тощо), соціальні блага (сімейні та міжособистісні відносини), матеріальні блага (рівень доходів, житлово-побутові умови, якість відпочинку і дозвілля тощо); б) рівень психологічного благополуччя: позитивні риси характеру, базові властивості особистості та властивості темпераменту; в) рівень міжособистісного благополуччя: позитивні вчинки та дії, сприятлива міжособистісна взаємодія, соціально-значущі досягнення; г) рівень суб'єктивного благополуччя (афективний, когнітивно-афективний та когнітивний компоненти (Н. Батурін, С. Башкатов, Н. Гафарова); 4) функціонування позитивних особистісних ресурсів як умов позитивного розвитку (вольове подолання особистістю життєвих труднощів, прагнення до саморозвитку, готовність до самозміни, позиція щодо життя) (А. Лебедева); 5) евдемоністичне благополуччя, гедоністичне благополуччя, яке містить афективний компонент (позитивні та негативні емоції) і когнітивний компонент (задоволеність життям та його окремими сферами) (Є. Бенко).

Функціональна модель організації суб'єктивного благополуччя Р. Шаміонова містить як її компоненти зовнішні інстанції, які базуються на співвіднесенні й оцінці власного благополуччя з благополуччям

інших людей або власною системою уявлень про благополуччя. Він виділяє певні типи (модусні комплекси) суб'єктивного благополуччя [1, с. 10–11]: 1) модус матеріального поповнення тісно пов'язаний з матеріальною підструктурою особистості; передбачає особисту значущість матеріального збагачення і, перш за все, ступінь її повноти; 2) модус особистісного (смислового) самовизначення, що включає систему реалізації особистісних смислів, життєвого сценарію, який визначається залежно від умов соціалізації; 3) модус соціального самовизначення (самовідношення), що містить систему зв'язків і відносин, які кваліфікуються як “необхідні і достатні” для збереження внутрішньої рівноваги; 4) модус особистісного (характерологічного) благополуччя, який належить до суб'єктивної оцінки власного характеру, властивостей особистості, з точки зору їх прийнятності для широкого кола явищ особистості (від відносин з іншими до самоствалення, від праці до “байдикування” тощо); 5) модус професійного самовизначення і зростання, який включає адекватність професійного самовизначення, задоволеність обраною професією, працею, відносинами з колегами тощо; 6) модус фізичного (соматичного) і психологічного здоров'я, що містить систему поглядів на цінність здоров'я і визначає діяльність, спрямовану на оптимізацію здорового способу життя, покращення здоров'я.

Індивідуально-типологічна модель суб'єктивного благополуччя представлена в напрацюваннях О. Чеборатьової. Вона виокремлює чотири типи суб'єктивного благополуччя: ворожий, пасивно-агресивний, соціально активний, комфортний. Хоча психологічне благополуччя і є багатомірним та багаторівневим утворенням, Н. Бахарева виокремлює притаманні йому універсальні ознаки: 1) суб'єктивність психологічного благополуччя, що існує всередині індивідуального досвіду особистості у формі: а) позитивного самоствалення суб'єкта, його ставлення до інших людей, об'єктів або фрагментів світу, б) у переживанні актуальної значущості, довіри і внутрішньої безпеки, що є постійно-позитивним фоном сприйняття поточної дійсності особистості щодо самої себе, інших людей, об'єктів або фрагментів світу; 2) позитивність вимірювання – це не просто відсутність негативних

чинників та наявність певних позитивних показників життя, а й їхній врівноважений стан, що дає можливість переживати психологічне благополуччя особистості; 3) глобальність вимірювання, що включає глобальну оцінку всіх аспектів життя особистості у період від кількох тижнів до десятків років.

Отже, виникла актуальна потреба визначення структури психологічного благополуччя особистості відповідно до сучасного рівня розвитку науки. Теоретичні розвідки в цьому напрямі повинні стосуватися проблеми варіативності суб'єктивного благополуччя і його універсальних складових (Е. Дінер, М. Аргайл, Р. Шаміонов), актуальними також постають питання співвідношення благополуччя, способу й якості життя та повноцінного функціонування особистості (включаючи соціальну активність і споглядання, задоволення актуальних потреб, переживання радості тощо); зв'язок між психологічним благополуччям, цінностями особистості й усвідомленням змісту власного життя, які формуються у процесі її соціалізації, а також особливості інтерналізації (процесу перетворення зовнішніх реальних дій, властивостей предметів, соціальних форм спілкування в стійкі внутрішні якості особистості через засвоєння людиною вироблених в суспільстві (спільності) норм, цінностей, вірувань, установок, уявлень тощо) культурних феноменів, соціальних цінностей, уявлень про благополучне життя, щастя; зв'язок між психологічним благополуччям та успішністю в різних сферах діяльності (компетентність, здатність до подолання складних життєвих ситуацій та переживання негативних подій), зв'язок між психологічним благополуччям та поведінкою особистості в індивідуальному та колективному контекстах (ситуативні патерни, регуляція поведінки і внутрішня саморегуляція). Необхідно також зазначити, що зовнішні об'єктивні чинники благополуччя при будь-яких об'єктивних характеристиках по самій природі психіки не можуть впливати на переживання психологічного благополуччя безпосередньо, оскільки лише через інтерналізацію явищ зовнішнього світу та їхнє суб'єктивне сприйняття і суб'єктивну оцінку, які обумовлені особливостями всіх сфер Я-існування особистості, можна виявити суб'єктивний простір переживання психологічного благополуччя, його компоненти, типологічні характеристики, рівні тощо.

Висновки. Одже, у сучасній вітчизняній та зарубіжній психології існує різноманіття структурних, рівневих та типологічних моделей, що описують психологічне благополуччя особистості. Потрібно відзначити, що незважаючи на значні відмінності цих моделей, в них присутні елементи, якщо не ідентичні, то достатньо схожі за змістом. Ця схожість обумовлена використанням подібних психолого-філософських інтерпретацій психологічного благополуччя, загальних парадигм та підходів у психології. У той же час, значний обсяг робіт, що розглядають психологічне (суб'єктивне, особистісне) благополуччя, вказують на відмінності в його структурі, залежно від психологічних характеристик особистості, ціннісних орієнтацій, їхньої культурної детермінації, зовнішніх умов та інших чинників, пов'язаних з особливостями життєдіяльності. А, отже, невіршеними залишаються питання: які характеристики психологічного благополуччя є його основою, які умовою, які з них можна вважати продуктом психологічного благополуччя, які є надійним суб'єктивним показником благополуччя в конкретній ситуації чи певному періоді життя. Крім того, наявність тих чи інших складових психологічного благополуччя не може показати, чи зацікавлена людина у його зростанні та як змінюється структура організація психологічного благополуччя особистості.

Перспективи подальших розвідок пов'язані з розробкою теоретичної моделі психологічного благополуччя особистості з урахуванням особливостей переживання нею Я-існування власного життя і того, що вона пов'язана з емоційно насиченим "пристрасним" проживанням позитивної здійсненності задумів, вчинків, справ, праці, взаємодії з людьми та життя в цілому.

Список використаної літератури

1. Шамионов Р. М. Психология субъективного благополучия (к разработке интегративной концепции) / Р. М. Шамионов. – Саратов : Сарат. гос. ун-тет, 2003. – 15 с.
2. Diener E. Subjective well-being / E. Diener // Psychological Bulletin. – 1984. – Vol. 95. – P. 542–575.

3. Куликов Л. В. Субъективное благополучие личности / Л. В. Куликов // *Ананьевские чтения, 1997.* – С. 162–164.
4. Бочарова Е. Е. Теоретико-концептуальные основания исследования проблемы субъективного благополучия / Е. Е. Бочарова // *Вестник Московского государственного областного университета. Серия : Психологические науки.* – 2012. – № 2. – С. 38–44.
5. Идобаева О. А. К вопросу о психолого-педагогической модели формирования психологического благополучия личности / О. А. Идобаева // *Вестник МГЛУ.* – Выпуск 7(667). – 2013. – С. 93–101.
6. Jahoda M. Current concepts of positive mental health / Marie Jahoda. – N. Y. : Basic Books, 1958. – 136 p.
7. Bradburn N. M. The Structure of Psychological Well-Being / By Norman M. Bradburn With the assistance of C. Edward Noll. – Chicago : Aldine publishing company, 1969. – 319 p. – [electronic resource] : http://www.norc.org/PDFs/publications/BradburnN_Struc_Psych_Well_Being.pdf
8. Costa P. T. and R. R. McCrae, Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being / P. T. Costa and R. R. McCrae // *Journal of Personality and Social Psychology.* – 1980. – V. 38. – P. 668–678.
9. Deci E. L. Self-determination theory : A macrotheory of human motivation, development and health / E. L. Deci, R. M. Ryan // *Canadian Psychology.* – 2008. – T. 49. – P. 182–185.
10. Ferrer-i-Carbonell A. Subjective questions to measure welfare and well-being : a survey / Ada Ferrer-i-Carbonell. – Faculty of Economics and Econometrics and SEO, Amsterdam Economics University of Amsterdam Roetersstraat 11 1018 WB Amsterdam The Netherlands, 2002. – 26 p.
11. Argyle M. The psychological causes of Happiness / Michael Argyle and Maryanne Martin // *Subjective well-being : an interdisciplinary perspective ; [ed. by Fritz Strack – 1. ed.].* – Oxford U.A. : Pergamon Press, 1991. – VIII, 291 S. : graph. Darst. – P. 77–100.
12. Brandstätter H. Emotions in everyday life situations. Time sampling of subjective experience / Hermann Brandstätter // *Subjective well-being : an interdisciplinary perspective ; [ed. by Fritz Strack ” 1. ed.].* – Oxford U.A. : Pergamon Press, 1991. – VIII, 291 S. : graph. Darst. – P. 100–173.
13. Deci E. L. Self-determination theory : A macrotheory of human motivation, development and health / E. L. Deci, R. M. Ryan // *Canadian Psychology.* – 2008. – T. 49. – P. 182–185.

14. Ryff C. D. The structure of psychological well-being revisited / C. D. Ryff, C. L. M. Keyes // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1995. – № 69. – P. 719–727.
15. Ширинская Н. Е. Структура психологического благополучия студентов / Н. Е. Ширинская // *Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии* ; Сб.ст. по материалам ХLI междунар. науч.-практ. конф. – № 12(35). – Часть II. – Новосибирск : Изд. “СибАК”, 2014. – С. 171–177.
16. Lyman E. L. Further evidence on the “costs of privilege” : perfectionism in high-achieving youth at socioeconomic extremes / E. L. Lyman, and S. S. Luthar // *Psychology in the Schools*. – 2014. – 51(9). – P. 913–930.
17. Hudson N. W. Day-to-day affect is surprisingly stable : a 2-year longitudinal study of well-being / N. W. Hudson, R. E. Lucas, & M. B. Donnellan // *Social Psychological and Personality Science*. – 2017. – 8 (1). – P. 45–54. – [electronic resource] : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5726280>
18. Литвинова Н. Ю. Психологические факторы субъективного благополучия / Н. Ю. Литвинова // *Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития*. – 2015. – Т. 4. – № 2(14). – С. 147–149.
19. Знаков В. В. Теоретические основания психологии понимания человеческого бытия / В. В. Знаков // *Психологический журнал*. – 2013. – № 2. – С. 29–38.
20. Taylor T. E. The markers of wellbeing : A basis for a theory-neutral approach / T. E. Taylor // *International Journal of Wellbeing*. – 2015. – 5(2). – P. 75–90. doi:10.5502. – P. 78–79.
21. Rath T. Wellbeing : The Five Essential Elements / T. Rath, J. Harter. – New York : GALLUP PRESS, 2010. – 232 p.
22. Данильченко Т. В. Моделі суб’єктивного соціального благополуччя / Т. В. Данильченко // *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія*. – Том 21. – Випуск 2(40). – 2016. – С. 47–57.
23. Селигман М. Путь к процветанию. Новое понимание счастья и благополучия / М. Селигман. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 440 с.
24. Пучкова Г. Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности : дис. ... канд. психол. наук ; спец. : 19.00.01 – общая психология, психология личности, история психологии / Пучкова Галина Леонидовна : Хабаровск, 2003. – 163 с.
25. Ширяева О. С. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности : дисс. ... канд. психол. н. ; спец. :

19.00.01 – общая психология, психология личности, история психологии / Ширяева Ольга Сергеевна ; [Место защиты: Дальневост. гос. ун-т путей сообщ.]. – Петропавловск-Камчатский, 2008. – 254 с. – Режим доступа : <http://www.dissercat.com/content/psikhologicheskoe-blagopoluchie-lichnosti-v-ekstremalnykh-usloviyakh-zhiznedeyatelnosti#ixzz51srKfEn2>

26. Шевеленкова Т. Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследований) / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–123.

*Рецензент – кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник Франчук Ю. В.*

Волынец Н. В. Структурные, уровневые и типологические модели психологического благополучия личности

В статье проанализированы структурные, уровневые и типологические модели психологического благополучия личности, систематизированы индикаторы, предикторы, критерии и показатели психологического благополучия личности. Показано, что психологическое (субъективное, личностное) благополучия, несмотря на различия в его структурных моделях, преимущественно рассматривается в соответствии с психологическими характеристиками личности, ее ценностными ориентациями, культурной детерминацией, внешними условиями и другими факторами, связанными с особенностями жизнедеятельности.

Ключевые слова: *психологическое благополучие личности, модели психологического благополучия, индикаторы, предикторы, критерии и показатели психологического благополучия личности.*

Volynets N. The Structural, Level and Typological Models of Psychological Well-Being of the Personality

In the article are represented the structural, level and typological models of psychological well-being of the personality, systematized indicators, predictors, criteria and indicators of psychological well-being of the personality. It is shown that psychological (subjective, personal) well-being, in spite of differences in various structural models, is mainly considered in accordance with the psychological characteristics of a person, his/her value

orientations, cultural determination, external conditions and other factors which are associated with the peculiarities of life.

In the article are noted that theoretical investigations in this direction should address the problem of variability of subjective well-being and its universal components. Questions of the relation of well-being, way and quality of life and full-fledged functioning of the person (including social activity and contemplation, satisfaction of actual needs, experience of joy, etc.) are also relevant; the connection between psychological well-being, the values of the personality and the awareness of the content of his/her own life, which are formed in the process of his/her socialization, as well as the features of internalization (the process of transformation of external real actions, properties of objects, social forms of communication into stable internal qualities of the person through the assimilation in society (community) the norms, values, beliefs, attitudes, ideas, etc.) of cultural phenomena, social values, notions about a happy life, happiness; the connection between psychological well-being and success in various spheres of activity (competence, ability to overcome difficult life situations and the experience of negative events), the relationship between psychological well-being and individual behavior in individual and collective contexts (situational patterns, regulation of behavior and internal self-regulation). It should also be noted that the external objective factors of well-being with any objective characteristics of the very nature of the psyche cannot affect the experience of psychological well-being directly, because only through the internalization of phenomena of the external world, their subjective perception and subjective assessment, which are caused by the peculiarities of all spheres of the Self-existence of the personality, one can identify the subjective space of the experience of psychological well-being, its components, typological characteristics, levels, etc.

Keywords: *psychological well-being of the personality, models of psychological well-being, indicators, predictors, criteria and indicators of psychological well-being of the personality.*