



УДК 159.911.2(040.3)

КОНЦЕПТ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ

Курова А.В., здобувач
кафедри диференціальної і спеціальної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Стаття присвячена аналізу поняття суб'єктивного благополуччя особистості, яке є об'єктом дослідження таких наук, як психологія, соціологія, філософія та інші дисципліни, що досліджують різні аспекти життєдіяльності людини. Суб'єктивне благополуччя розглядається з погляду його внутрішньої структури – когнітивного, емоційного та мотиваційно-поведінкового компонентів.

Ключові слова: благополуччя, фізичне благополуччя, матеріальне благополуччя, душевний комфорт, задоволення.

Статья посвящена анализу понятия субъективного благополучия личности, которое выступает объектом исследования таких наук, как психология, социология, философия и другие дисциплины, исследующих разные аспекты жизнедеятельности человека. Субъективное благополучие рассматривается с точки зрения его внутренней структуры – когнитивного, эмоционального и мотивационно-поведенческого компонентов.

Ключевые слова: благополучие, физическое благополучие, материальное благополучие, душевный комфорт, удовольствие.

Kurova A.V. THE CONCEPT OF THE SUBJECTIVE WELL-BEING OF A PERSONALITY IN PSYCHOLOGY

The article is devoted to the problem of the subjective well-being of a personality, which is the object of the investigation of many sciences, such as psychology, sociology, philosophy and the others, that analyze various aspects of a vital activity of a human. Subjective well-being is investigated in the aspect of its inner structure – cognitive, emotional and motivational-behavioural components.

Key words: well-being, physical well-being, material prosperity, mental comfort, pleasure.

Постановка проблеми. Психологічний зміст концепту суб'єктивного благополуччя особистості багатогранний і багатоаспектний. Це поняття є характеристикою особистості, яка відображає своєрідне ставлення до свого життя, адже задоволеність або незадоволення життям визначає різні види діяльності людини: побутові, економічні, політичні. Водночас ці переживання є значимим чинником стану суспільної свідомості, групових настроїв, очікувань, стосунків у суспільстві. Задоволеність життям безпосередньо впливає на настрій, психічний стан, психологічну стійкість особистості. Значення цього важливого феномена досить добре усвідомлене й у буденній свідомості, і в науці.

Поняття «суб'єктивне благополуччя», широко використовуване в зарубіжній психологічній літературі, з'явилося у вітчизняній психології нещодавно. Вивчення суб'єктивного благополуччя особистості необхідне для вироблення шляхів і способів її реалізації, розкриття потенціалу сучасної молоді людини, конструктивного ставлення до дійсності, формування позитивного підходу до рішення завдань, що стоять перед студентами, і розв'язання проблем, що виникають.

На нашу думку, суб'єктивне благополуччя – поняття, що виражає власне ставлення людини до своєї особистості, життя і процесів, які мають важливе значення з погляду засвоєних нормативних уявлень про зовнішнє й внутрішнє середовище, і що характеризується відчуттям задоволеності.

Ступінь розробленості проблеми. Поняття суб'єктивного благополуччя дуже неоднозначне. Переживання щастя має значну культурну й етнічну зумовленість. Так, наприклад, М. Аргайл відмітив, що в соціологічних опитуваннях виявлено, що найчастіше людей, котрі відчувають себе щасливими, можна зустріти в Індії й найрідше – у Швеції [2]. І. Джидар'ян досліджувала уявлення про щастя, характерні для буденної свідомості. Вона показала, що, на відміну від інших людських цінностей, щастя не має самодостатньої й самообґрунтованої сутності в тому сенсі, що міститься й нібито проходить через усі інші цінності, «висвітлюючись» ними, будучи результатом, побічним продуктом їхньої реалізації [3].

Об'єктивування внутрішнього світу в поведінці, діяльності також стає основою для переживання благополуччя або неблагополуччя. Н. Бредберн, Р. Райан і Е. Дісі, К. Ріфф, Е. Дінер, А. Вотерман, досліджуючи про-

блему суб'єктивного або психологічного благополуччя особистості, пропонують його узагальнену модель, що включає шість складових: позитивне ставлення до себе і свого минулого життя (самоприйняття), наявність цілей і занять, що надають життю смисл (цілі в житті), здатність виконувати вимоги повсякденного життя (управління докільлям), почуття постійного розвитку й самореалізації (особистісне зростання), довірчі стосунки з іншими (позитивні стосунки з іншими), здатність наслідувати власні переконання (автономність) [2].

Як було зазначено вище, суб'єктивне благополуччя як характеристика особистості демонструє своєрідне «співвідношення особистості із життям», у якому, згідно з К.О. Абульхановою-Славською, і потрібно шукати психологічні визначення особистості [1]. Але, на жаль, внутрішня психологічна структура суб'єктивного благополуччя в психологічній науці майже не досліджена.

Мета статті – проаналізувати стан дослідження проблеми суб'єктивного благополуччя особистості, вивчити цей концепт і його внутрішню структуру з погляду психології, а також виділити основні компоненти цього явища.

Виклад основного матеріалу. Спираючись на відомі дослідження в галузі суб'єктивного благополуччя й щастя (І. Джидар'ян, С. Рубінштейн та ін.), можна виділити такі психологічні ознаки суб'єктивного благополуччя особистості:

1. Суб'єктивність: це означає, що суб'єктивне благополуччя існує всередині індивідуального досвіду.

2. Позитивність виміру: суб'єктивне благополуччя – ця не просто відсутність негативних чинників, що характерно для більшості визначень психічного здоров'я; потрібна наявність певних позитивних показників.

3. Глобальність виміру: суб'єктивне благополуччя зазвичай включає глобальну оцінку всіх аспектів життя особистості в період від кількох тижнів до десятків років.

Саме суб'єктивне ставлення особистості до життя, її колізій і змін визначає душевне та моральне задоволення власним життям.

Суб'єктивне благополуччя особистості є складним соціально-психологічним утворенням, що включає емоційні, когнітивні й конативні компоненти, формується в процесі соціально-психологічної діяльності в системі реальних ставлень особистості до об'єктів навколишньої дійсності, складається на основі соціально-психологічних установок, цінностей, стратегій поведінки. На суб'єктивне благополуччя особистості впливають внутрішні (ціннісні та смислові

утворення особистості, соціально-психологічні установки, стратегії поведінки) і зовнішні (умови соціалізації) чинники.

Чим багатше, різноманітніше життя суб'єкта, чим більше визначена позиція особистості в житті, тим і складніше структурна композиція суб'єктивного благополуччя й, вочевидь, тим глибший внутрішній світ людини та багатші її взаємини з іншими. Це не означає, що суб'єктивне благополуччя – прерогатива осіб виняткового, унікального складу; необхідно розуміти, що воно може по-різному виявлятися й, відповідно, детермінуватися залежно від того або іншого рівня взаємодії особистості зі світом, залежно від того або іншого рівня її організації.

Суб'єктивне благополуччя є й категорією суб'єктності людини, у якій злито воедино і сприйняття, й оцінку, і співвідношення, й інші процеси, зумовлені через багатократні опосередкування зовнішніми та внутрішніми детермінантами; ідеться передусім про суб'єктивність стосунків особистості. Водночас необхідно визнати, що своєрідний, специфічно цілісний внутрішній світ людини, що має свої закономірності, свої тенденції розвитку, виникає на основі об'єктивних зв'язків і умов [3]. З іншого боку, об'єктивування внутрішнього світу в поведінці, діяльності, по суті, і стає основою для переживання благополуччя або неблагополуччя.

Оскільки суб'єктивне має і свій активний бік, воно не лише породжується подією, а й впливає на нього [4], суб'єктивне благополуччя має досить вагомий активний початок. Як задоволеність, так і незадоволеність предметною діяльністю, стосунками або собою можуть ставати каталізаторами тієї або іншої активності. У результаті поповнення досвіду переживання задоволеності або незадоволеності може сформуватися й прагнення (схильність) особистості, котра реалізовує свою суб'єктність, або до задоволеності, або до уникнення незадоволення. Очевидно, що це не одне й те саме. В основі цих явищ лежать різні мотиви; і результатом відповідної активності будуть абсолютно не обов'язково однакові явища. Така постановка питання вимагає емпіричного рішення, що дає змогу визначити не лише мотиваційні вектори, а й комплекс поведінкових виходів цієї суб'єктивної ситуації.

Поняття «суб'єктивність» відбиває характеристики внутрішнього світу людини; відповідно, коли йдеться про суб'єктивне благополуччя, необхідно особливо звернути увагу на характер устанавлення самою людиною (суб'єктом) зв'язків між відбиваними оцінками характеристиками зовніш-



ніх об'єктів і явищ, включаючи й об'єктивні ефекти власної поведінки (зовнішні інстанції), та характеристиками внутрішнього світу (внутрішні інстанції).

Соціально-психологічний аналіз суб'єктивного благополуччя передбачає розгляд цього явища в усій сукупності зовнішніх і внутрішніх інстанцій, системі соціальних зв'язків і стосунків особистості. Як відмічав Б. Ломов, у соціальній психології суб'єктивність розкривається через аналіз особистості, передусім особистісних ставлень індивіда до соціальних подій.

Мова не просто про переживання благополуччя або неблагополуччя, а про ті процеси, які певною мірою є його детермінантами і які самі опиняються під впливом суб'єктивно переживаного благополуччя. Як відомо, взаємини людини з іншими, її поведінка і професійна діяльність схильні до впливу з боку системи стосунків. Особистість і характеризується як система стосунків (В. Мясіщев). У цьому сенсі набуває особливого значення теза про те, що стосунки людини становлять свідомий, вибірковий, оснований на досвіді, психологічний зв'язок її з різними аспектами об'єктивної дійсності. Цей зв'язок виражається в її діях, реакціях і переживаннях [2].

Результати безлічі досліджень детермінант концепту суб'єктивного благополуччя особи, проведених як у вітчизняній, так і зарубіжній психології, свідчать на користь високої значущості професійно-трудового чинника. Передусім це стосується наявності праці, про що свідчать результати досліджень М. Аргайла, К. Муздибаєва та ін., у яких показано, що працюючі більшою мірою задоволені життям, ніж безробітні (це не зовсім стосується пенсіонерів, оскільки ті по-різному сприймають припинення трудової діяльності залежно від ставлення до неї).

У дослідженні суб'єктивного благополуччя особистості особливе місце належить відповідності актуальних (або таких, що актуалізуються) потреб суб'єктивним можливостям із їхнього задоволення. Припускається, що рівень благополуччя відповідає задоволенню потреб різного рівня:

1) вітальним (біологічним) потребам;

2) соціальним потребам у вузькому та власному сенсі слова (оскільки соціально опосередковані всі спонуки людини), які включають прагнення належати до соціальної групи (спільності), посісти в цій групі певне місце, користуватися прихильністю й увагою оточуючих, бути об'єктом їхньої пошани та любові;

3) ідеальним потребам пізнання навколишнього світу і свого місця в ньому як шляхом привласнення вже наявних куль-

турних цінностей, так і шляхом відкриття абсолютно нового, невідомого попереднім поколінням.

Така структура повністю відповідає концепції А. Маслоу, у якій наголошується, що ступінь самоактуалізації особистості відповідає ієрархічній структурі потребової сфери (в її основі розташовані біогенні потреби, потім психофізіологічні, соціальні, вищі потреби й найвищу позицію в ній займають так звані «мета-потреби»). Істотним для розуміння суб'єктивного благополуччя є те, що в теорії А. Маслоу підкреслюється «перехідність» від однієї потреби до іншої як результат задоволення першої [1].

Суб'єктивне благополуччя (або неблагополуччя) конкретної людини складається з окремих оцінок різних аспектів життя людини. Окремі оцінки зливаються у відчуття суб'єктивного благополуччя. Ці аспекти життя є предметом вивчення різних наукових дисциплін. Благополуччя є цікавим предметом вивчення й актуальною проблемою для психології.

У дослідженні благополуччя виділяються такі підходи:

– цільовий підхід, що пов'язує суб'єктивне благополуччя з орієнтацією на кінцеву мету. Представники цього підходу стверджують, що благополуччя виникає внаслідок досягнення деякої мети або предмета потреби;

– ціннісний підхід, згідно з яким не прагнення до благополуччя визначається як мотив діяльності людей, а співвідношення між конкретною спонукою й результатом діяльності;

– когнітивний підхід. В одних когнітивних моделях робляться спроби пояснити схильність деяких людей до переживання суб'єктивного благополуччя за допомогою пам'яті, мислення або інших когнітивних закономірностей. Так, якщо в людини розвиненіша мережа позитивних асоціацій, то, відповідно, більша кількість подій «запускає» в неї щасливі спогади й відчуття. У межах інших концепцій у центр кута висувуються ті властивості, які люди приписують подіям, що відбуваються з ними;

– соціально-психологічний підхід, оснований на вивченні впливу соціально-психологічних чинників на суб'єктивне благополуччя особистості, одним із яких вважається соціальний стандарт;

– особистісний і ситуативний підходи, що беруть початок у двох протиставлених філософських ученнях. Дж. Локк стверджував, що щастя – це сума маленьких задоволень, а Е. Кант – що існує глобальна схильність бачити все в сприятливому світлі [1].

Для психології особистості й загальної психології особливо важливе те, що пере-

живання благополуччя є найважливішою складовою домінуючого настрою особистості. Саме через настрої суб'єктивне благополуччя як інтеграційне, особливо значуще переживання постійно впливає на різні параметри психічного стану людини, як наслідок, на успішність поведінки, продуктивність діяльності, ефективність міжособистісної взаємодії й багато інших аспектів зовнішньої та внутрішньої активності індивіда. Особистість є інтегратором усієї психічної активності індивіда. У цьому постійному впливі й полягає регулятивна роль суб'єктивного благополуччя особистості.

У суб'єктивному благополуччі (загалом і в його складових) доцільно виділяти три основні компоненти: когнітивний (рефлексія) – уявлення про окремі аспекти свого буття; емоційний (домінуючий емоційний тон ставлення до цих аспектів); мотиваційно-поведінковий компонент.

Крім того, у психологічному благополуччі узагальнено представлена актуальна успішність поведінки й діяльності, задоволеність міжособистісними зв'язками, спілкуванням [2].

Когнітивний компонент благополуччя виникає в разі цілісної та несуперечливої картині світу в суб'єкта, розуміння поточної життєвої ситуації. Дисонанс у когнітивну сферу вносять суперечлива інформація, сприйняття ситуації як невизначеної, інформаційна або сенсорна депривація.

Емоційний компонент благополуччя постає як переживання, об'єднувальне відчуття, які зумовлені успішним (або неуспіхом) функціонуванням усіх аспектів особистості. Дисгармонія в будь-якій сфері особистості викликає водночас і емоційний дискомфорт. Саме в ньому достатньо повно відбито неблагополуччя в різних сферах.

Мотиваційно-поведінковий компонент включає контроль над обставинами та наявність мети життя.

Благополуччя залежить від наявності ясних цілей, успішності реалізації планів діяльності й поведінки, наявності ресурсів і умов для досягнення цілей. Неблагополуччя з'являється в ситуації фрустрації, за монотонії виконавчої поведінки та інших подібних умовах.

Благополуччя створюють міжособистісні відносини, що задовольняють, можливості спілкуватися й отримувати від цього позитивні емоції, задовольняти потребу

в емоційному теплі. Руйнує благополуччя соціальна ізоляція (депривація), напруженість у значущих міжособистісних зв'язках.

Висновки. Отже, суб'єктивне благополуччя необхідно інтерпретувати як узагальнене й відносно стійке переживання, що має особливу значущість для особистості. Воно є важливою складовою домінуючого психічного стану. Через ці причини поняття суб'єктивного благополуччя виділене нами серед близьких до нього за змістом і взято в статті як основне.

Вище підкреслювалося, що суб'єктивне благополуччя – феномен, зумовлений чинниками різної природи, він є предметом дослідження не тільки психології. Для психолога ж суб'єктивне благополуччя є передусім переживанням, важливою детермінантою настрою. В останньому воно виявляється найяскравіше. У психологічному вивченні суб'єктивного благополуччя в центрі уваги повинні знаходитися всі пов'язані з ним характеристики емоційної сфери особистості. І суб'єктивне благополуччя, і настрої є складними психічними феноменами, яким, з одного боку, властиві множинні вияви в психіці, а з іншого – вони самі відчують вплив великої кількості чинників. Одні лише рівневі характеристики (цілком благополучний або не цілком благополучний індивід, підвищений або знижений у нього настрої) не можуть розкрити достатньо повно всю картину цих особистісних явищ.

Подальші перспективи дослідження полягають у створенні моделей суб'єктивного благополуччя особистості майбутнього психолога.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абульханова-Славская К. – А. Деятельность и психология личности / С.А. Абульханова-Славская. – М. : Педагогика, 1980. – 234 с.
2. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб. : Питер, 2003. – 324 с.
3. Джидарьян И.А. Проблема общей удовлетворенности жизнью: теоретическое и эмпирическое исследование / И.А. Джидарьян, Е.В. Антонова // Сознание личности в кризисном обществе. – М. : Педагогика, 1995. – С. 76–94.
4. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью / Л.В. Куликов // Общество и политика. – СПб. : Изд-во СПб. ун-та, 2000. – С. 476–510.