

УДК 159.911.2(040.3)

**Курова А. В.**

здобувачка кафедри  
диференціальної і спеціальної психології ОНУ імені І. І. Мечникова,  
м. Одеса, вул. Дворянська, 2  
e-mail: nastusha-k@ukr.net

## ДЕЯКІ АСПЕКТИ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Стаття присвячена аналізу проблеми суб'єктивного благополуччя особистості, яке виступає об'єктом дослідження психології, соціології, філософії та інших наук, що досліджують різні аспекти життєдіяльності людини. Суб'єктивне благополуччя розглядається з точки зору її внутрішньої структури — когнітивного, емоційного та мотиваційно-поведінкового компонентів.

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

**Постановка проблеми.** 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 вирішення завдань, що стоять перед студентами, і розв'язання виникаючих проблем.

Поняття «суб'єктивне благополуччя», широко використовуване в зарубіжній психологічній літературі, з'явилося у вітчизняній психології нещодавно. На наш погляд, суб'єктивне благополуччя — поняття, що виражає власне ставлення людини до своєї особистості, життя і процесів, які мають важливе значення з точки зору засвоєних нормативних уявлень про зовнішнє і внутрішнє середовище і що характеризується відчуттям задоволеності.

**Аналіз досліджень і публікацій.** Поняття суб'єктивного благополуччя дуже неоднозначне. Спираючись на відомі дослідження в області суб'єктивного благополуччя і щастя [І. О. Джидарьян, С. Л. Рубінштейн та ін.], можна виділити такі психологічні ознаки суб'єктивного благополуччя особистості:

1. Суб'єктивність: це означає, що суб'єктивне благополуччя існує у середині 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 усіх аспектів життя особистості в період від декількох тижнів до десятків років.

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

Суб'єктивне благополуччя особистості є складним соціально-психологічним утворенням, що включає емоційні, когнітивні і конативні компоненти, формується в процесі соціально-психологічної діяльності, в системі реальних ставлень особистості до об'єктів навколишньої дійсності і складається на основі соціально-психологічних установок, цінностей, стратегій поведінки. На суб'єктивне благополуччя особистості впливають внутрішні (ціннісні і смислові утворення особистості, соціально-психологічні установки, стратегії поведінки) і зовнішні (умови соціалізації) чинники.

**Виділення нерозв'язаних раніше частин проблеми.** Психологічний зміст суб'єктивного благополуччя особистості багатогранний і багатоаспектний. Суб'єктивне благополуччя як характеристика особистості демонструє своєрідне «співвідношення особистості з життям», в якому, за 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.

**Основна мета статті** — проаналізувати стан дослідження проблеми суб'єктивного благополуччя особистості та виділити основні компоненти цього явища.

**Викладення основного матеріалу.** Чим багатіше, різноманітніше життя суб'єкта, чим визначеніше позиція особистості в житті, тим і складніше структурна композиція суб'єктивного благополуччя і, вочевидь, тим глибше внутрішній світ людини і багатші її взаємовідносини з іншими. Це не означає, що суб'єктивне благополуччя — прерогатива осіб виняткового, унікального складу; необхідно розуміти, що воно може по-різному проявлятися і відповідно детермінуватися залежно від того або іншого рівня взаємодії особистості зі світом, залежно від того або іншого рівня її організації.

Суб'єктивне благополуччя є і категорією суб'єктності людини, в якій злито воедино і сприйняття, і оцінку, і співвідношення, і інші процеси, обумовлені через багатократні опосередкування зовнішніми і внутрішніми детермінантами; йдеться, передусім, про суб'єктивність стосунків особистості. В той же час 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 свою активну сторону, воно не лише породжується подією, але впливає на неї [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. В результаті поповнення досвіду переживання задоволеності або незадоволеності може сформуватися і прагнення (схильність) особистості, що реалізовує свою суб'єктність, або до задоволеності, або до уникнення незадоволення. Цілком очевидно, що це не одне і те ж. 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 дозволяє визначити не

лише мотиваційні вектори, але і цілий 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 встановлення самою людиною (суб'єктом) зв'язків між відбиваними оцінними характеристиками зовнішніх об'єктів і явищ, включаючи і об'єктивні ефекти власної поведінки (зовнішні інстанції), і характеристиками внутрішнього світу (внутрішні інстанції).

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

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

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

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

В 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 визначає як мотив діяльність людей, а співвідношення між конкретною спонукою і результатом діяльності;

– когнітивний підхід. У одних когнітивних моделях робляться спроби пояснити схильність деяких людей до переживання суб'єктивного благопо-

луччя за допомогою пам'яті, мислення або інших когнітивних закономірностей. Так, якщо у людини розвиненіша мережа позитивних асоціацій, то, відповідно, більше число подій «запускає» у неї щасливі спогади і відчуття. В рамках інших концепцій у центр кута висуваються ті властивості, які люди приписують подіям, що відбуваються з ними;

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

– особистісний та ситуативний підходи, що беруть початок в двох протиставлених філософських ученнях. Дж. Локк стверджував, що щастя — це сума маленьких задовольень, а Е. Кант — що існує глобальна схильність бачити все в сприятливому світлі [цит. за 8].

Для психології особистості і загальної психології в цілому особливо важливе те, що переживання благополуччя є найважливішою складовою частиною домінуючого настрою особистості. Саме через настрої суб'єктивне благополуччя, як інтеграційне, особливо значуще переживання, робить постійний вплив на різні параметри психічного стану людини і, як наслідок, на успішність поведінки, продуктивність діяльності, ефективність міжособової взаємодії і багато інших сторін зовнішньої і внутрішньої активності індивіда. Особистість є інтегратором всієї психічної активності індивіда. У цьому постійному впливі і полягає регулятивна роль суб'єктивного благополуччя особистості.

У суб'єктивному благополуччі (в цілому і в його складових) доцільно виділяти три основні компоненти: когнітивний (рефлексія), уявлення про окремі сторони свого буття, емоційний (домінуючий емоційний тон відносин до цих сторін) та мотиваційно-поведінковий компонент.

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

Когнітивний компонент благополуччя виникає при цілісній та несуперечливій картині світу у суб'єкта, розумінні поточної життєвої ситуації. Дисонанс у когнітивну сферу вносить суперечлива інформація, сприйняття ситуації як невизначеної, інформаційна або сенсорна депривація.

Емоційний компонент благополуччя предстает як переживання, об'єднуюче відчуття, які обумовлені успішним (або неуспіхом) функціонуванням всіх сторін особистості. Дисгармонія в будь-якій сфері особистості викликає одночасно і емоційний дискомфорт. Саме у ньому достатньо повно відбито неблагополуччя в різних сферах.

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

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

Благополуччя створюють задовольняючі міжособистісні відносини, можливості спілкуватися і отримувати від цього позитивні емоції, задо-

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

**Висновки.** Таким чином, суб'єктивне благополуччя необхідно інтерпретувати як узагальнене і відносно стійке переживання, що має особливу значущість для особистості. Воно є важливою складовою частиною домінуючого психічного стану. По цих причинах поняття суб'єктивного благополуччя виділене нами серед близьких до нього засмілом і узятю в даній статті як основне.

Вище підкреслювалося, що суб'єктивне благополуччя — феномен, обумовлений чинниками різної природи, він є предметом дослідження не тільки психології. Для психолога ж суб'єктивне благополуччя виступає, перш за все, як переживання, як важлива детермінанта 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 прояви в психіці, а з іншого вони самі відчують вплив великого числа 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.

### **Список використаних джерел та літератури**

1. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности / Абульханова-Славская К. А. — М.: Педагогика, 1980. — 234 с.
2. Аргайл М. Психология счастья / Аргайл М. — СПб.: Питер, 2003. — 324с.
3. Джидарьян И. А. Проблема общей удовлетворенности жизнью: теоретическое и эмпирическое исследование / Джидарьян И. А., Антонова Е. В. // 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.

### **References**

1. Abulhanova-Slavskaya K. A. Deyatel'nost' i psihologiya lichnosti [Activity and psychology of personality], 1990, 234 P.
2. Argail M. Psihologiya schastia [Psychology of happiness], 2003, 324 p.
3. Dgidarian I. A. Problema obschey udovletvorennosti gizniu: teoreticheskoe i empiricheskoe issledovanie [Problem of general satisfaction by life: theoretical and empiric research], 1995, p. 76-94.
4. Kulikov L. V. Determinanti udovletvorennosti gizniu [Dererminants of satisfaction by life], 2000, p. 476-510.

**Курова Анастасія Владимировна**

соискатель кафедры дифференциальной и специальной психологии  
ОНУ имени И. И. Мечникова

## **НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ**

### **Резюме**

Статья посвящена анализу проблемы субъективного благополучия личности, которое выступает объектом исследования психологии, социологии, философии и других наук, 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 Anastasiya**

applicant of department of differential and special psychology  
Odessa I. I. Mechnikov national university

## **SOME ASPECTS OF THE SUBJECTIVE WELL-BEING OF A PERSONALITY**

### **Abstract**

The investigation of the subjective well-being of a personality is necessary for making ways and methods of his/her realization, the revelation of the potential of a modern young man, a constructive attitude towards the reality, the formation of a positive approach to the solving of plans, that students have to deal with, and the solving of appearing problems. Subjective well-being is a notion that expresses personal attitude of a man towards his personality, life and processes that are important from the point of view of acquired normative ideas about external and internal environment that are characterized by the feeling of satisfaction. The well-being is created by satisfying interpersonal attitudes, the possibility to communicate and to get positive emotions and satisfaction from it. The well-being can be ruined by social isolation (deprivation), tension in important interpersonal relations.

Subjective well-being should be interpreted as a generalized and relatively stable experience that is particularly important for a personality. It is the main component part of the dominant psychical state. That's why, the concept of the subjective well-being has been singled out among other concepts with similar meaning and we have chosen it as essential in this article. Subjective well-being is a phenomenon, dependent on factors of different nature and it's the subject of investigation not only of psychology. But for a psychologist, subjective well-being is, first of all, the experience, an important determinant of humour. During the psychological investigation of subjective well-being in the center there should be all concerned characteristics of emotional sphere of a personality. Both subjective well-being and humour are compound psychical phenomena, that, on one hand, have many manifestations in the psyche, and on the other hand, they can be influenced by many factors.

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

*Стаття надійшла до редакції 24.03.2014*