

Певнева Анжела Николаевна

канд. психол. наук, доцент, заведующая кафедрой

УО «Гродненский государственный

университет им. Янки Купалы»

г. Гродно, Республика Беларусь

ПРОБЛЕМА ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ

Аннотация: в статье обсуждаются причины исследования проблемы благополучия личности, выделяются дискуссионные, проблемные точки в развитии изучения психологического благополучия. В результате анализа тенденций развития данного феномена показано, что одним из общих направлений ближайшего развития исследований является осознание необходимости его концептуализации, а также поиска методологических обоснований в рамках общей психологии.

Ключевые слова: психологическое благополучие, личность.

Проблема исследования психологического благополучия личности в целом и в ее собственно психологическом аспекте характеризуется высокой теоретико-методологической и практической значимостью и недостаточной разработанностью категориального аппарата. Обращение к проблеме обусловлено тем, что благополучие является большим, чем отсутствие неблагополучия, поэтому его необходимо изучать как отдельный конструкт, факторы благополучия не совпадают с факторами неблагополучия; повышение благополучия связано с решением возникших психических и поведенческих проблем, а не с лечением и профилактикой расстройств [3].

Изучение психологического благополучия (англ. psychological well-being) личности восходит к трудам древнегреческих философов Платона и Аристотеля. Платон один из первых ввел термин «благо» в основу философского анализа и определил его в качестве высшей цели познания и ориентира для деятельности ума. Аристотель, продолжая утверждать блага в качестве деятельности души в

соотношении с добродетелями, выделил внешние, телесные и психические блага. Последние приобретают особую значимость при реализации человеком высшей цели в жизни и эвдемонии (от греч. eudaimonia – благополучие, счастье, блаженство), направленной на достижение состояния удовольствия и счастья.

В античные времена происходит зарождение подходов, но и разногласий в подходах к пониманию счастья (благополучия), которые сохраняют актуальность до настоящего времени (Kashdan, Biswas-Diener, King, 2008). Так, в рамках гедонистического подхода, согласно Р. Вилсону (1967)], предиктором счастья является удовлетворение потребностей. Напротив, А. Уатерман (1993) доказывает доминирующую позицию личной экспрессивности (эфдемонии), а не гедонистического наслаждения в достижении счастья.

Исследование счастья (*условно выделенный первый период изучения благополучия*) в англоязычной литературе соотносится с изучением психологического благополучия. Счастье (благо) в психологическом направлении как аспект благополучия (психологического) получает свое развитие в работах М. Аргайла, где под ним принято понимать «осознание своей удовлетворенности жизнью или частоту и интенсивность позитивных эмоций» [1, с. 42]. В настоящее время проблемой изучения счастья и его аспектов *в отечественной психологии* занимаются Т. П. Гаврилова, И. А. Джидарьян, Д. А. Леонтьев, А. Б. Орлов.

Изучение психологического благополучия в науке (второй этап) знаменуется началом отказа от исследования счастья и переходом к изучению благополучия в эвдемонистическом направлении. Основополагающим в смене парадигм является труд «Flourish» («Процветай») М. Селигмана, в котором конструкт представлен в виде пятикомпонентной модели. Модель PERMA, включает содержательные характеристики, отражающие положительные эмоции (Positive Emotion), мотивационную вовлеченность (Engagement), личностный смысл (Meaning), позитивные отношения (Relationships) и достижения (Accomplishments) [4, с. 15–16].

Концепция позитивного функционирования личности в настоящее время получила широкое распространение в работах российских (А.В. Воронина,

Л.В. Жуковская, Е.Г. Трошихина, Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко, Р.М. Шамионов) и отечественных (Л.А. Пергаменщик, Н.Н. Лепешинский) исследователей. Однако при обращении к проблеме благополучия / неблагополучия представители эвдемонистического подхода в своих теоретических трудах оперируют понятием «психологическое благополучие», которое было введено и определено американским психологом Н. Бредбурном в 1969 году. При этом ученый, опираясь на аристотелевскую концепцию «эвдемонии», психологическое благополучие соотносит с конструктом счастья и удовлетворения жизнью [5].

Причинной обусловленностью проблемы исследования психологического благополучия личности является сохранение трудности в обосновании исследователями выбора базовых дефиниций их содержательных характеристик:

– психологическое благополучие (М. Аргайл, Н. Брэдбурн, С.А. Водяха, А.В. Воронина, Л.В. Куликов, Н.Н. Лепешинский, Я.И. Павлоцкая, Б.Е. Пахоль, П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленкова, М. Jahoda, С.Д. Ryff);

– субъективное благополучие (И. Бонивелл, Е.В. Бенко, Э. Динер, Л.В. Карапетян, Я.Л. Коломинский, Л.В. Куликов, Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев, М. Селигман, М.В. Соколова, Р.М. Шамионов, 2004, 2006, D. Kahneman, A. Deaton);

– эмоциональное (психоэмоциональное) благополучие (С.А. Водяха, В.В. Одинцова, Н.М. Горчакова, Д.С. Никулина, Е.Г. Трошихина, В.Р. Манукян, А.И. Подольский и др., И.А. Феленко, М.В. Михеева, R.J. Larsen, Z. Prizmic);

– физическое благополучие (В.И. Гордеев, Л.В. Куликов);

– духовное благополучие (Л.В. Куликов);

– социальное благополучие (А.А. Власова, Е.В. Дворникова, А.В. Кошелева, Л.В. Куликов, С.Л. Keyes);

– личностное благополучие (Р.А. Батулин, С.А. Башкатов, Н.В. Гафарова, Э. Дисси, Р. Райан);

– внутреннее благополучие, эмоционально-личностное благополучие (Л.В. Карапетян, Л.В. Карапетян, Г.А. Глотова);

– динамическое благополучие (dynamic well-being: P. Dolan, M. White).

В основе широкого спектра дефиниций благополучия лежат различные методологические подходы. Фундаментальным в *философском подходе* являются *постулаты* древнегреческих философов, в которых заложено понимание благополучия в рамках аксиологического направления посредством анализа «благо» (здоровое состояние души; Платон), «счастья» (добродетель; Аристотель). *Социологическое направление* исследования социального благополучия, его факторов, предикторов и регуляторов, построено на интерпретационном и структурно-функциональном подходах (Медведева, 2018). Основу благополучия личности в *медицинском подходе* составляет состояние здоровья, здоровье социальных групп и общества в целом. Здоровье Всемирная организация здоровья (ВОЗ) определяет как «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов» [2, с. 180].

Психологический вектор существует в рамках теорий, раскрывающих различные биологические, психологические, внешние (средовые) и социальные предикторы психологического и субъективного благополучия, связанного с исследованием психических процессов, свойств и состояний, происходящих в психике человека. В *поведенческой* теории (бихевиоральный подход: Бандура, Левин) достижение благополучия осуществляется путем модификации проблемного поведения, фиксированных форм поведения, неврозов, аффективных расстройств (Thibodeaux, Vock, Hutchison, Winsler, 2015), приводит к перееданию (Wansink, 2007), *В целом прослеживается связь между теорией обусловливания и когнитивной теорией, следствием интеграции которых является социально-когнитивная теория.*

Фокус внимания в *когнитивной* теории сосредоточен на ментальных репрезентациях (Лобанов, Пиаже, Прохоров, Холодная) и понимании того, что они оказывают воздействие на эмоциональный, конативный (поведенческий), мотивационно-потребностный аспекты (Neisse, 1976) психологического благополучия. *Аффективный, конативный и мотивационный аспекты могут быть как следствием воздействия когнитивных ментальных репрезентаций, так и их*

причиной (Bless, 2006), а их интеграция может служить основой разработки когнитивно-личностного подхода в исследовании психологического благополучия.

С конца второй половины прошлого столетия (90-е годы 20 века) отмечается интенсивный рост систематических исследований конструкта психологического благополучия в отечественной психологической, динамика которого продолжается до настоящего времени (рис. 1).

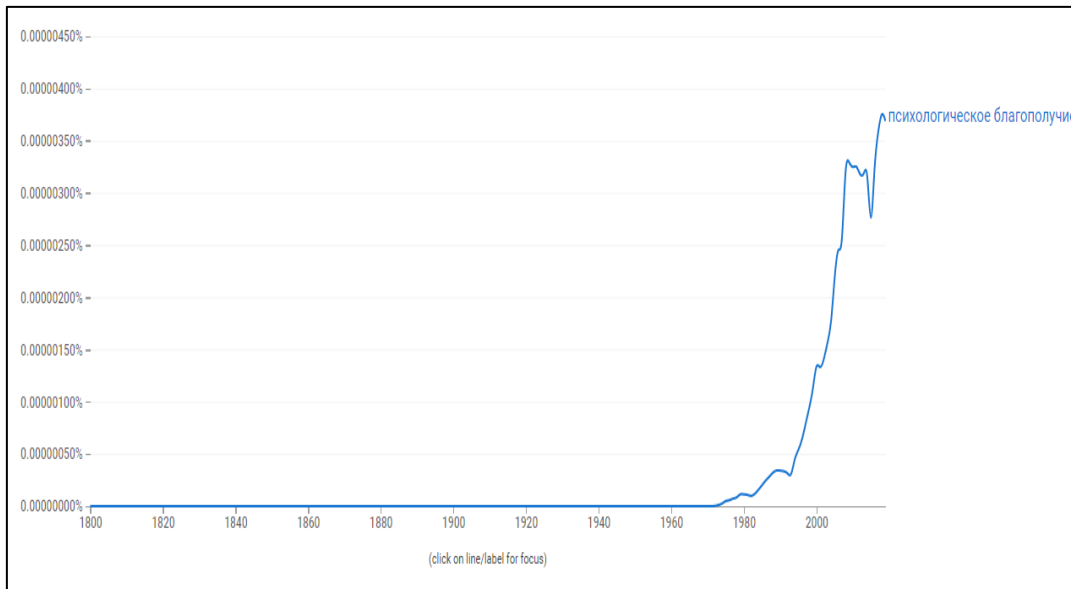


Рис. 1. Частота использования термина «психологическое благополучие» в отечественной литературе

Установленная динамика свидетельствует о значимости проблемы исследования психологического благополучия для мирового научного сообщества.

Таким образом, исследование психологического благополучия личности является проблемной областью, которая не имеет целостного концептуального и теоретически оформленного раздела общей психологии. по причинам отсутствия общепринятого определения благополучия, диверсификации подходов, неопределенности содержания, структурно-функциональной организации. Разработку вопроса исследования психологического благополучия необходимо осуществ-

лять, формулировать как общепсихологическую проблему с учетом ее важнейших ключевых аспектов, включающих динамику, структурную организацию в рамках общей психологии.

Список литературы

1. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб.: Питер, 2003. – 271 с.
2. Здоровье // Здоровье. – 2020. – С. 180.
3. Здоровье // Краткая медицинская энциклопедия. – 1994. – С. 391.
4. Huppert F.A. Psychological Well-Being: Evidence Regarding its Causes and Consequences // In Applied Psychology: Health and Well-Being. – 2009. – №1 (2). – P 137–164. – DOI:10.1111/j.1758–0854.2009.01008.x.
5. Seligman M. Flourish: a visionary new understanding of happiness and Well-being. – New York: Simon and Schuster, 2011. – 349 p.
6. Bradburn N. The Structure of Psychological well-being. – Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. – 320 p.