

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМПОНЕНТІВ БЛАГОПОЛУЧЧЯ

К.А. Васильченко-Деружко

*Національний технічний університет України «Київський політехнічний
інститут імені Ігоря Сікорського», 11pandora93@gmail.com*

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор Г.В. Ложкін

Феномен благополуччя – тема досліджувана в різних аспектах. Сформоване визначення в словнику «благополуччя» значить життя в достатку та спокої, добробут, щастя. Визначення поверхнево показує що собою являє феномен благополуччя, але не розкриває весь зміст, що закладено в термін. Саме це і беруться досліджувати вчені в різних країнах та в різні епохи.

У свою чергу, благополуччя має різноманітні напрямки. Виділено: соціальне, духовне, тілесне, матеріальне та психологічне благополуччя.

Соціальне відображає задоволення особистістю свого соціального статусу у суспільстві; духовне – усвідомлення й переживання сенсу свого життя; тілесне – фізичний комфорт, який задовольняє індивіда; матеріальне – задоволення матеріальним статком, зокрема наявність фізичних благ; психологічне – узгодженість психічних процесів і функцій, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги. Суб'єктивне благополуччя – узагальнене й відносно стійке відчуття, яке має особливу значущість для особистості. Саме воно чималою мірою визначає характеристики домінуючого психічного стану: сприятливого стану – гармонійні психічні процеси, успішна поведінка, що підтримує психічне і фізичне здоров'я, або, навпаки, несприятливого. [1]

Порівняно з суб'єктивним благополуччям, яке позначає суб'єктивність будь-яких оцінок, психологічне – відображає усвідомлювані і неусвідомлювані потенції людини вести повноцінне життя та справлятися з різноманітними проблемами. У такому сенсі психологічне благополуччя – стан оптимального функціонування особистості, одним з вимірів якого є суб'єктивна оцінка різних аспектів життя людини (рівень суб'єктивного благополуччя), неусвідомлювані

аспекти вимірюються за допомогою інструментів психологічної діагностики. Суб'єктивна оцінка будь-якого компонента благополуччя є лише одним з важливих аспектів благополуччя, але не достатнім. Суб'єктивна і об'єктивна оцінки можуть взагалі не співпадати, але для загальної адекватної оцінки благополуччя необхідно враховувати обидва показники.[2] Психологічне благополуччя відіграє важливу роль, оскільки задовольняється тоді, коли існує баланс між всіма видами благополуччя. Варто зазначити, що вплив на благополуччя несе феномен так званої «гедоністичної доріжки».

На сьогодні, існує достатня кількість оглядів робіт психологів, які висвітлюють теоретичні та практичні напрацювання досліджень в області психології благополуччя. Вивчення поняття психологічного благополуччя бере свій початок з роботи Н. Бредберна (1969). Благополуччя висвітлювалося як баланс позитивних та негативних відчуттів. А. Кемпбелл (1976) фокусує увагу на «внутрішньому самопочутті». В 70-ті роки ХХ століття науковцями (П. Брікман, Д. Кемпбелл) була вивчена модель так званої «бігової доріжки» або ж гедоністичної адаптації. У роботі розкривається поняття адаптації та як вона впливає на суб'єктивне благополуччя особистості. Людина адаптується до будь-яких умов життя, задоволення яке може повторюватися досить тривалий час з часом стає рутинним, і ми знову потребуємо сильніших стимулів, щоб відчувати те ж задоволення. Ідея гедоністичної бігової доріжки може бути накладена на будь-які умови. Звідси породжується висновок, щоб постійно перебувати в стані стабільного щастя чи благополуччя особистості потрібно постійно покращувати своє середовище проживання.[3] К. Ріфф (1996) трактувала концепції суб'єктивного благополуччя як поєднання хорошого настрою, достатку та задоволеності життям. Р. Інглхарт і Дж. Рабье (1986) відзначають, що задоволеність життям у цілому відображає суму чинників задоволеності індивідів різними спектрами життя. Д. Канеман, Е. Дінер, Н. Шварц (1999) поєднують людські відчуття, емоції та настрої з оцінкою багатьох факторів - від спадковості до національності, які впливають на наше благополуччя. Уотерман, Шварц і Конті (2006) проводили експериментальне дослідження в

ході якого виявили багато нюансів у трактуванні благополуччя, після чого назвали себе послідовниками Арістотеля та його вчення про «самовираження».

Існуюча кількість робіт дозволяє виділити напрями вивчення благополуччя, галузі, де вивчався феномен в особливих умовах. Вивчення психологічного благополуччя досліджувалося в різних вибраних групах, опубліковані роботи Волинець Н.В. (2020) – вивчення психології благополуччя персоналу державної прикордонної служби України, Ю. Дубовик (2011) – дослідження психологічного благополуччя в літньому віці, О. Ширяєва (2008) – дослідження благополуччя в екстремальних умовах.

Вивчення благополуччя серед студентів вишів ще не досліджена ніша. Проте суб'єктивне психологічне благополуччя молоді є актуальним та необхідним для вивчення, оскільки саме в цей період життя відбувається становлення особистості.

Відштовхуючись від змісту проблеми та вирішуючи поставлену задачу, основними методами стали пошуковий, теоретично-методологічний аналіз дослідження та метод асоціативного експерименту.

Ставлячи за мету теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити детермінанти психологічного благополуччя, зокрема побудувати структуру, перш за все, був проведений теоретичний аналіз робіт, що дозволив виділити основні компоненти психологічного благополуччя: самоповага, здоров'я, надійність, життєздатність, цілеспрямованість, стійкість, впевненість, зацікавленість, осмисленість, стабільність, гармонічні стосунки, довіра, сумнів (гнучкість), самореалізація, благочинність. Для експериментального підтвердження було проведено опитування як серед студентів НТУУ «КПІ імені Ігоря Сікорського» так і серед бажаючих поза стінами університету. Разом в опитуванні прийняли участь понад 70 людей.

За результатами опитування потрібно було з'ясувати які компоненти мають найвищу цінність, а від яких можна відмовитися. Учаснику опитування пропонувалося 15 компонентів яким потрібно було виставити пріоритетність

від 1 до 10, 1- найнижча пріоритетність і відповідно 10 – найвища. Крім того, опитуваному пропонувалося додати свої варіанти компонентів.

Перша частина досліджень проводилася серед студентів НТУУ «КПІ ім. Ігоря Сікорського». Вік учасників дослідження від 17 – 23 років. Друга частина опитування проводилася серед бажаючих де не було виділено вимог хто за професією учасник дослідження, вік чи наявність вищої освіти. Вік опитуваних варіювався від 18 до 69 років. Учасники опитування мають різні професійні напрями, зокрема менеджери, радіотехніки, юристи, фотографи, логісти, інженери та ін. Порівняння між двома категоріями проводилася для підтвердження правильності вибраних складових суб'єктивного психологічного благополуччя. Результати дослідження показали, що всі компоненти відіграють важливу роль у понятті благополуччя, оскільки всі опитувані віддавали високу пріоритетність майже кожному компоненту

Вибрані складові майже рівномірно розподілилися, перше значення – студенти; друге значення – бажаючі. Значення даних округлені до цілого числа для наглядності. На діаграмі показано співвідношення компонент для обох категорій (рис. 1).

Таблиця 1.

<i>Компоненти</i>	<i>Студенти</i>	<i>Бажаючі</i>
самоповага	7%	7%
здоров'я	7%	7%
надійність	7%	7%
життєздатність	7%	7%
цілеспрямованість	7%	7%
стійкість	7%	7%
впевненість	7%	7%
зацікавленість	7%	7%
осмисленість	7%	7%
стабільність	7%	6%

гармонічні стосунки	7%	7%
довіра	6%	7%
сумнів	6%	5%
самореалізація	6%	7%
благочинність	5%	5%

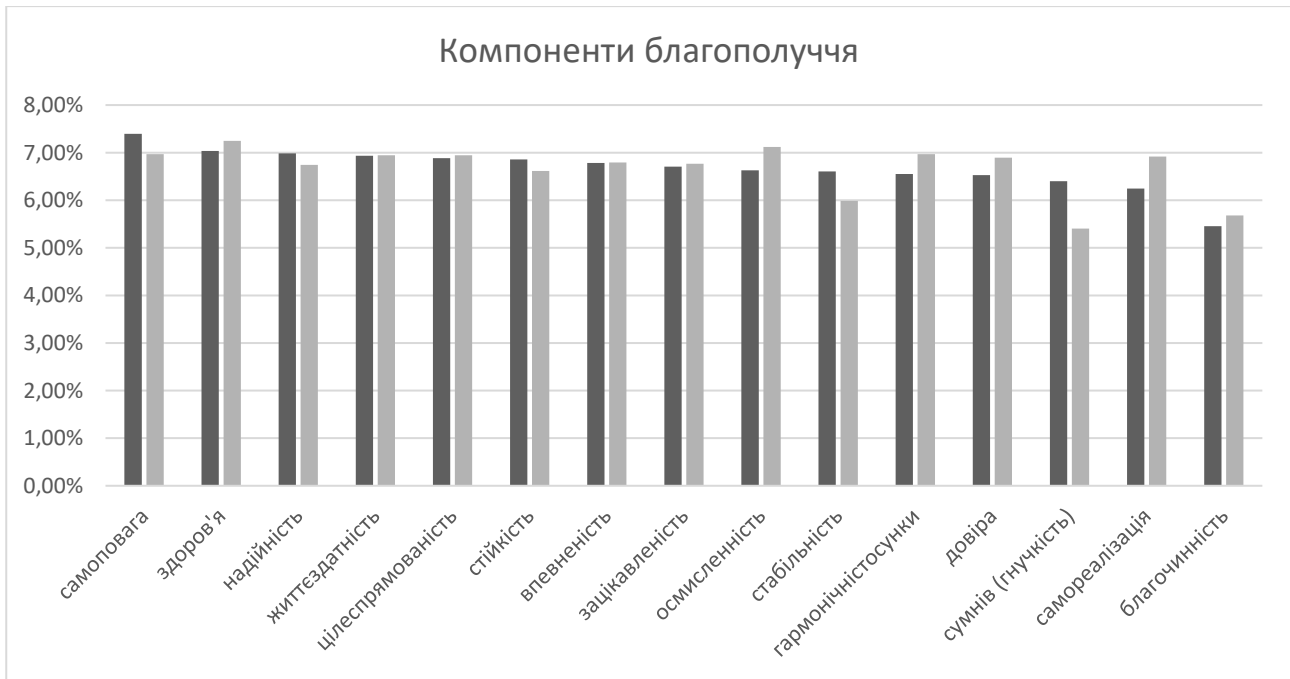


Рис. 1. – Розподіл компонентів благополуччя для 2-х груп опитування

Найбільшу кількість високої пріоритетності серед учасників 1 групи отримали самоповага, здоров'я, життєздатність; серед учасників 2 групи – здоров'я, довіра та осмисленість, самореалізація, гармонічні стосунки та життєздатність. Відповідно найнижчу кількість високої пріоритетності надано сумніву та благочинності в обох групах.

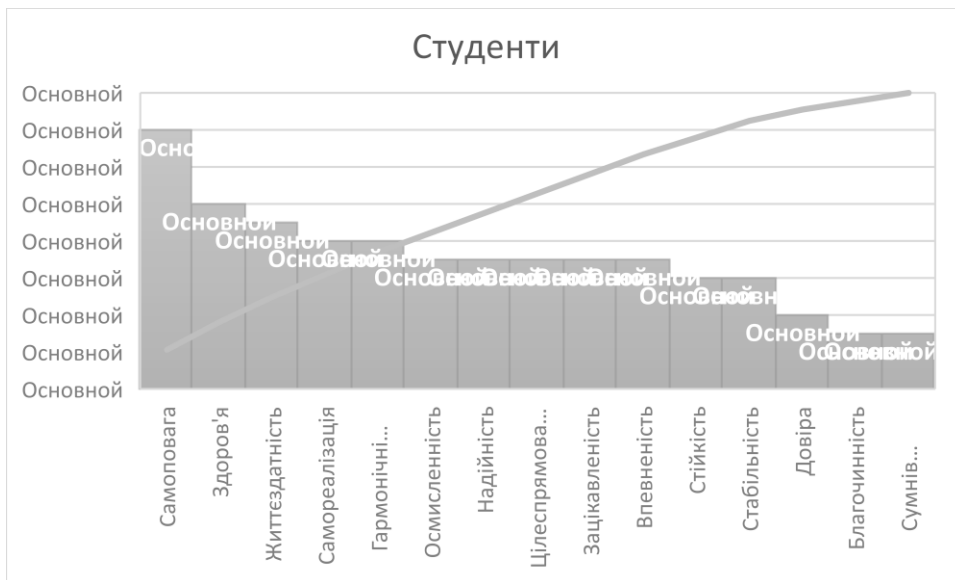


Рис. 2. – Рівень надання пріоритетності (1-ша гр., - студенти)

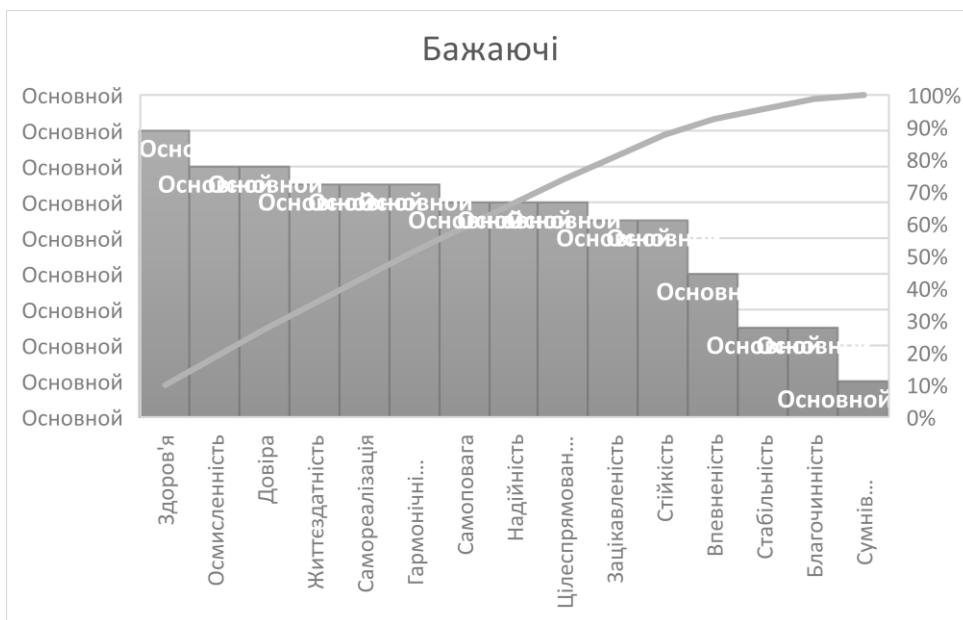


Рис. 3. – Рівень надання пріоритетності (2-га гр., - бажаючі)

Окремо студентами були виділені такі елементи благополуччя як матеріальне забезпечення, мир та постійний розвиток особистості. Учасники другої категорії експерименту виділили: безпеку, незалежність, щирість, взаємну безкорисливість, відповідальність, креативність, прямолінійність, справедливість, матеріальний достаток, здоров'я та благополуччя близьких, саморозвиток, поліпшення екології, тощо.

Дослідження з теми суб'єктивного психологічного благополуччя продовжуються, вивчаються та доповнюються нові структурні складові благополуччя.

Література:

1. Варій М. Й. Загальна психологія. Навчальний посібник. 2-ге видан., випр. і доп. К. : «Центр учбової літератури», 2007. 968 с.
2. Пахоль Б. Є. Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі та чинники. *Український психологічний журнал*. 2017. № 1 (3). С. 80-104
3. Brickman P. Hedonic relativism and planning the good society. M. H. Appley (Eds.), *Adaptation level theory*. New York : Academic Press, 1971. P. 287–302.