

ДО ПРОБЛЕМИ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

І. М. Коробка

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України

ilya.korobka97@gmail.com

Науковий керівник: доктор психологічних наук, с. н. с. О.М. Кочубейник

Актуальність дослідження. У сучасному суспільстві спостерігається посилення таких явищ як нестабільність, непередбачуваність та невизначеність, що спричинює погіршення психологічного благополуччя населення. Соціальне буття молодих людей в умовах суспільної нестабільності також позначене невизначеністю, що, безумовно, впливає на стан їхнього здоров'я і благополуччя. Це актуалізує проблему вивчення суб'єктивного благополуччя молодих людей в умовах невизначеності.

У нашій роботі ми ставимо за мету визначити теоретичні засади дослідження суб'єктивного благополуччя молоді та можливостей його підтримання в умовах невизначеності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Як свідчать дослідження останніх років молодь є однією з найбільш уразливих соціальних категорій населення в контексті збереження її здоров'я та психологічного благополуччя (М. Каніболоцька, О. Шиняєва, А. Падиарова). Проблематичне поле досліджень благополуччя торкається таких – релевантних до проблем молоді – аспектів, як зв'язок благополуччя молоді із трансформаційними процесами суспільства (І. Лелекіна), соціальна мобільність та зайнятість молоді (О. Асмолов, Т. Заславська, А. Кравченко, А. Радугін, Є. Шиянов); розуміння молоді як соціального ресурсу для розвитку суспільства (П. Ламанов, Є. Добришина); визначення соціально-психологічних особливостей ставлення молоді з різним економічним статусом до здоров'я та можливостей корекції негативного прояву цих особливостей (М. Каніболоцька, Л. Коробка) та ін.

Сучасна психологія через поняття «благополуччя» розкриває узагальнений зміст переживання людиною позитивності свого існування, передаючи різні

специфікації цього стану через такі уточнення, як суб'єктивне, психологічне, особистісне, емоційне, душевне благополуччя (іноді залучаючи конструкти ментального або психологічного здоров'я).

Окремою теоретичною проблемою постає співвідношення понять суб'єктивного і психологічного благополуччя, яка вирішується через їхнє ототожнення (О. Бочарова, О. Паніна) або об'єднання (R. Biswas-Diener, T. Kashdan, L. King, Т. Шевеленкова, П. Фесенко та ін.), через розуміння суб'єктивного благополуччя як складової частини психологічного (С. Карсканова; Л. Сердюк) і, навпаки, тлумачення психологічного благополуччя як компоненту суб'єктивного благополуччя (Л. Куліков, Р. Шаміонов).

Узагальнення різноманітних тлумачень суб'єктивного благополуччя можна вмістити у рамки гедоністичного та евдемонічного підходів. У першому воно розкривається через стани задоволення чи незадоволення й баланс позитивного чи негативного афектів (переживань ситуації) (Н. Бредбурн, Е. Дінер та ін.), у другому – як результат розвитку і саморозвитку особистості (Е. Дісі, Р. Раян, К. Ріфф).

У працях вітчизняних науковців суб'єктивне благополуччя представлено крізь призму соціальних потреб (Т. Данильченко); особистісних прагнень молоді (Е. Кологривова); підтримання психологічного здоров'я (І. Галецька, Л. Коробка, О. Ніздрань); у контексті посттравматичного життєтворення (Т. Титаренко); особистісного благополуччя персоналу ДПСУ (Н. Волинець).

Значний доробок отримано у площині вивчення умов досягання благополуччя, де такими постають життєздатність особистості (Т. Ларіна) та робота над собою як підвищення самоприйняття, комунікативної компетентності, самореалізованості і цілісності особистості (Т. Титаренко) [3].

Дослідниками визначаються чинники суб'єктивного благополуччя: позаособистісні, психологічні та суб'єктивно-особистісні (М. Батурін, С. Башкатов, Н. Гафарова), а також доводиться важлива роль оптимізму,

соціальних зв'язків та професійного зростання (І. Boniwell); залученості, відповідальності, зрозумілості (Н. Каргіна) у досягненні благополуччя.

Статус суб'єктивного благополуччя як самостійного феномену встановлюється як: показник задоволеності або незадоволеності життям, що формується на основі особливостей ставлення людини до себе і навколишнього світу та видах її діяльності й поведінки (Л. Куліков); інтегральне особистісне утворення, що функціонує в динаміці та є мотиваційним параметром особистості (Л. Сердюк); готовність особи до вироблення і реалізації життєвих стратегій, і як результат застосування нею ефективних психологічних стратегій адаптації та реалізації життєвих цілей (Л. Коробка); емоційно-оцінне ставлення до власного життя, власної особистості, взаєностосунків з іншими людьми, що виражається у задоволеності й відчутті щастя (Р. Шаміонов); утворення, що складається з таких компонентів, як задоволеність життям (загальне судження про власне життя); задоволеність важливими сферами життя (задоволеність роботою, сім'єю тощо); позитивний ефект (переважне переживання позитивних емоцій та настроїв); низький рівень негативного ефекту (зменшення кількості негативних емоцій і настроїв) (І. Галецька); когнітивно-емоційна оцінка задоволеності якістю життя загалом та окремими його сферами, яка створює основу для досягнення внутрішніх, соціально орієнтованих цілей, самореалізації, розкриття свого потенціалу, осмислення життя (І. Горбаль).

І. Горбаль вказує на те, що наявність позитивних емоцій, уявлення особи про своє життя, що відповідає ідеалу існування, формує відкриту, динамічну, однак сталу систему образів себе та свого життя. Дослідницею зазначається, що когнітивно-емоційна оцінка людиною якості свого життя залежить, з одного боку, від неї самої та її особистісних властивостей, з іншого – від реалій її життя [1].

Здійснюючи аналіз поняття суб'єктивного благополуччя, І. Семків розглядає його як інтегральне соціально-психологічне утворення, що містить когнітивний (задоволеність з життя) та афективний (щастя) компоненти,

базується на активності та визначається як психологічна винагорода за проявлену соціальну активність [4].

Отже в психологічних дослідженнях суб'єктивне благополуччя розкриває зміст переживання людиною позитивності свого існування. Попри відмінності у визначеннях суб'єктивного благополуччя можна виокремити змістову інваріанту, що акумулює доробки різноманітних психологічних інтерпретацій цього феномену. Суб'єктивне благополуччя є емоційно-оцінним ставленням особи до власного життя, власної особистості, взаєностосунків з іншими людьми, що виражається у задоволеності життям загалом й окремими його сферами та є основою для досягнення автономії, розкриття свого потенціалу та самореалізації.

Зазначимо, що здебільшого суб'єктивне благополуччя вивчалось в усталених (хоча не завжди сприятливих) умовах життя особистості. Тому фокусування на невизначеності як на особливому тлі суспільного життя проблематизує окремі аспекти досягнення суб'єктивного благополуччя молоді, адже невизначеність є вагомим явищем у різних сферах життєдіяльності через як негативні, так і позитивні потенційні психологічні наслідки.

Реакції людини на невизначеність можуть бути різноманітними залежно від конкретного контексту. Невизначеність може викликати страх, занепокоєння, фрустрацію, уникнення прийняття рішень; реакції, щоб мінімізувати негативні ефекти – пошук інформації, її мінімізація чи ігнорування шляхом зосередження на іншому. В одному випадку людина, внаслідок визнання невизначеності, може відчувати себе знесилою, в іншому, навпаки, не лише визнає, а й шукає невизначеності та отримує від цього вигоду.

Дослідниками вказується на такі характеристики невизначених й соціально нестабільних ситуацій як складність, непередбачуваність та різноманітність (О. Асмолов, І. Пригожин); не контрольованість як суб'єктивна неможливість управляти розвитком подій, протистояти несподіванкам, передбачити їх (О. Белінская, А. Гусев); множинність можливостей, виборів і рішень (Т. Корнілова, Г. Солнцева).

Ряд зарубіжних досліджень показують, що благополуччя та психічне здоров'я (mental health) – їхнє збереження та підтримку важливо вивчати в контексті проблеми невизначеності та ставлення до неї (M. Hillen, C. Gutheil T. Strout та ін.) [5]. Тому роль толерантного ставлення до невизначеності – як психологічного запобіжника – у таких процесах усе частіше потрапляє у фокус дослідницької уваги.

На основі ґрунтовного аналізу проблеми невизначеності П. Лушиним розглянуто різні типи ставлення особистості до невизначеності, серед яких інтолерантне і толерантне ставлення, які в свою чергу поділяються ним на «активне», «пасивне», «утилітарне» та «недифіцитарне», а також розкрито їхній зміст. Невизначеність, як зазначає П. Лушин, зазвичай інтерпретують як негативний феномен, який потребує толерування, натомість він може бути віднесений і до позитивних явищ [2].

Зазначимо, що сприйняття невизначеності спричиняє певні когнітивні, емоційні та поведінкові реакції людини. Когнітивні – включають різноманітні оцінки, від негативних до позитивних; емоційні реакції представляють широкий спектр станів, як позитивних, нейтральних, так і негативних, таких як дискомфорт, занепокоєння, гнів та ін.; поведінкові – включають пошук інформації, прийняття чи уникнення рішень.

Від того як молода людина буде інтерпретувати невизначеність – як загрозу чи як можливість власної здійсненості, як переживатиме її та реагуватиме на неї – буде залежати ефективність самоздійснення та досягнення нею суб'єктивного благополуччя.

Підтримання суб'єктивного благополуччя молодих людей в складних, непередбачуваних умовах життєдіяльності можливе в процесі здійснення цілеспрямованої корекційно-розвивальної роботи. Вважаємо, що умовою, а також результатом її успішності може постати активізація процесів усвідомлення й прийняття існування невизначеності, розвиток здатності до регуляція емоційних станів, стимулювання конструктивних і попередження деструктивних емоційних переживань, активізація спрямованості на пошук

варіантів та ефективних способів вирішення ситуацій, вироблення ефективних стратегій опанування, підвищення готовності активно впливати на умови середовища та брати відповідальність за себе й своє життя в умовах невизначеності.

Висновки. Отже, як свідчить аналіз досліджень, незважаючи на різноманіття в розумінні благополуччя різними авторами, їх об'єднує спрямованість на пошук чинників та ресурсів, які сприяли б благополучному існуванню особистості, особливо в несприятливих умовах життєдіяльності. Посилення таких явищ як нестабільність, непередбачуваність та невизначеність в суспільстві спричинює погіршення психологічного благополуччя населення, зокрема молоді як вразливої соціальної категорії.

Вважаємо, що розвиток здатності молодих людей ефективного діяти в умовах невизначеності й непередбачуваності, виявляти толерантне, позитивне, чи хоча б нейтральне ставлення до невизначеності може позитивно позначитися на задоволеності з різних сфер життєдіяльності, оцінці й ставленні до себе, до свого життя; самоприйнятті; посиленні прагнення до автономії, особистісного зростання та вибудовуванні позитивних стосунків з оточуючими, а отже сприяти збереженню та підтриманню їхнього благополуччя.

Дослідження особливостей суб'єктивного благополуччя у молоді з різними типами ставлення до невизначеності та з'ясування специфіки їхнього зв'язку постануть **перспективою** нашого подальшого дослідження.

Література:

1. Горбаль І. С. Соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів: *автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Ін-т соціальної та політичної психології НАПН України*. Київ, 2016. 20 с.
2. Лушин П. В. Неопределенность, которую не толерируют. *Теория и практика психотерапии*. 2016. № 5. Том 3. С. 2-6.
3. Ракурси психологічного благополуччя особистості. *Збірник тез доповідей всеукраїнського науково-практичного семінару «Ракурси психологічного благополуччя особистості»*. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. 177 с. (С. 7-12; 85-90).

4. Семків І. І. Суб'єктивне благополуччя як психологічна винагорода за проявлену соціальну активність. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*, 2012. Вип. 37. С. 234-237.
5. Hillen M. & Gutheil C., Strout T., Smets E., Hanb P. Tolerance of uncertainty : Conceptual analysis, integrative model, and implications for healthcare. *Social Science & Medicine*. 2017. Volume 180. P 62-75.