МОЛОДЫЕ УЧЕНЫЕ

Елисеева О.А.

Особенности и проблемы изучения субъективного благополучия в современных психологических исследованиях

В данной статье приводится ряд проблем, связанных с методологическими аспектами исследования феномена субъективного благополучия. Анализ отечественных и зарубежных исследований позволил выявить, что к числу наиболее распространенных относятся сложности при попытке отграничения субъективного благополучия от близких понятий, ограничения, возникающие при выборе диагностического инструментария, необходимость учета социального и культурного контекста при построении исследования, некоторые ограничения при применении концепции субъективного благополучия к детям и подросткам.

Ключевые слова: *субъективное благополучие, психологическое благополучие, переживание счастья, личностный рост, проблемы исследования субъективного благополучия, субъективное благополучие детей и подростков.*

Актуальность данного исследования обусловлена, с одной стороны, повышением интереса современных специалистов к проблеме субъективного благополучия, с другой – присутствием ряда сложностей при исследовании данного феномена; как при изучении теоретических аспектов проблематики, так и при построении и реализации эмпирического исследования. Анализ многочисленных отечественных и зарубежных научных публикаций позволил систематизировать особенности исследования субъективного благополучия и сформулировать основные проблемы, которые необходимо учитывать при построении исследования.

Одна из наиболее очевидных и вместе с тем неразрешенных проблем касается отграничения понятия «субъективное благополучие» от близких и родственных понятий, таких как психологическое благополучие, личностный рост, переживание счастья, а также отличия научного и обыденного понимания данного феномена.

Содержание понятия «благополучие» практически совпадает в научных дисциплинах и обыденном сознании, благополучие и чувство благополучия значимы для субъективного мира личности. Существуют объективные показатели благополучия, такие как критерии успешности, показатели здоровья, материального достатка и т.п., но вместе с те, переживание благополучия в значительной мере обусловлено особенностями отношений личности к себе, окружающему миру в целом и его отдельным сторонам. То есть благополучие личности по самой своей

природе является, прежде всего, субъективным, а на переживание благополучия влияют различные стороны жизни человека, в нем слиты многие особенности отношения человека к себе и окружающему миру.

В исследованиях, представленных за последнее десятилетие в научных периодических изданиях, субъективное благополучие рассматривается как самостоятельная дефиниция, подходы к которой варьируются в зависимости от теоретической позиции исследователя и задач, на решение которых направлено исследование. Например, N. Bradburn, описывая содержание и структуру субъективного благополучия, обращает внимание на то, что значительную роль в определении данного явления играет соотношение позитивно и негативно окрашенных аффектов, и именно различие между позитивными и негативными аффектами определяет общее ощущение удовлетворенности жизнью и переживание благополучия [9]. D. Shek раскрывает психологическое благополучие через такие компоненты, как переживание безнадежности (надежды), собственной умелости, удовлетворенности жизнью и чувства собственного достоинства [15].

E. Diener рассматривает трехкомпонентную структуру субъективного благополучия, в которую входят удовлетворение, приятные эмоции и неприятные эмоции. По мнению E. Diener, субъективное благополучие включает когнитивную оценку различных сторон жизни и эмоциональное самопринятие, а переживание субъективного благополучия сопоставимо с переживанием счастья [10]. C.D. Ryff обобщила и выделила шесть основных компонентов психологического благополучия: позитивное отношение к себе и своей прошлой жизни, отношения с другими, пронизанные заботой и доверием, способность следовать собственным убеждениям, способность выполнять требования повседневной жизни (компетентность), наличие целей и занятий, придающих жизни смысл, чувство непрекращающегося развития и самореализации [14].

Р.М. Шамионов рассматривает субъективное благополучие как состояние динамического равновесия, достигаемое разнонаправленными переживаниями удовлетворенности в различных сферах жизнедеятельности [8]. Согласно его исследованиям, важнейшим параметром в структуре благополучия выступает принадлежность к группе, а само субъективное благополучие обладает весомым активным началом. Подобная мысль звучит и в работе О.С. Савельевой, рассматривающей субъективное благополучие как интегральное социально-психологическое образование, которое включает отношение человека себе и своей жизни, а также несет в себе активное начало, обуславливающее постоянный поиск себя, саморазвитие, стремление к самореализации [7].

Таким образом, субъективное благополучие определяется исследователями по-разному, но можно выделить некоторые единые позиции. Субъективное благополучие связано с эмоциональным равновесием и преобладанием положительно окрашенных эмоций, настроения, которые, в конечном итоге, складываются в переживание общей удовлетворенности жизни. Субъективное благополучие затрагивает отношение человека к себе и включает чувство собственного достоинства, чувство

непрекращающегося развития и самореализации. Отношения с другими людьми, пронизанные заботой и доверием, эффективность межличностного взаимодействия, чувство принадлежности к группе также имеют отношение к феномену субъективного благополучия.

Л.В. Куликов, рассматривая ряд составляющих благополучия личности – социальное, духовное, материальное, физическое, предлагает в качестве предмета исследования психологическое благополучие, которое определяет как слаженность психических процессов и функций, ощущение целостности, внутреннего равновесия [6].

Некоторые авторы для характеристики состояния субъективного мира личности в аспекте его благоприятности кроме термина благополучие, употребляют также такие термины как, переживание (ощущение) счастья, эмоциональный комфорт, удовлетворенность жизнью. В понятии «счастье» объединяется некоторая совокупность идеалов человеческой жизни. Счастье выступает как ценность, имеющая особую значимость, т. е. как ценность, стоящая над другими ценностями. И.А. Джидарьян исследовала представления о счастье, характерные для обыденного сознания, и показала, что в отличие от других человеческих ценностей счастье не имеет самодостаточной и самообоснованной сущности в том смысле, что «содержится и как бы «проходит» через все другие ценности, «высвечиваясь» ими, являясь результатом, «побочным продуктом» их реализации» [3, с. 48]. М. Аргайл, по мнению Дж. Капрары, в своей книге «Психология счастья» редко использует это понятие, но, тем не менее, определяет его как осознание своей удовлетворенности жизнью или как частоту и интенсивность позитивных эмоций [1, 5].

С.Л. Братченко, М.Р. Миронова, рассматривая проблему личностного роста, выделяют его интраперсональные и интерперсональные критерии. Опираясь на работы К. Роджерса, они к первым отнесли принятие себя, открытость внутреннему опыту переживаний, понимание себя, ответственную свободу, целостность, динамичность. К итерпсихическим критериям личностного роста были отнесены принятие и понимание других, социализированность (стремление к конструктивным социальным взаимоотношениям) и творческая адаптивность (в отношении жизненных проблем) [2]. Это положение ставит проблему соотнесения понятий «субъективное благополучие» и «личностный рост» в силу значительного сходства при определении их содержания. В частности, интерпсихические критерии личностного роста полностью соотносятся с перечисляемыми в отечественных публикациях компонентами субъективного благополучия.

Таким образом, существуют значительные затруднения при попытке дать такое определение понятию «субъективное благополучие», которое позволило бы нивелировать сходство с близкими по смыслу понятиями и конкретизировать содержание феномена.

Следующая проблема обозначена Дж. Капрара, который говорит о возможных затруднениях при необходимости оценки связи между благополучием и личностными показателями, поскольку в методиках оценки обоих конструктов

встречаются сходные по смыслу вопросы, что создает проблемы при их сравнении. В частности, Дж. Капрара отмечает, что просьба оценить собственное счастье может встретиться и в опросниках благополучия (например, Diener & Diener, 1995) и в методиках оценки экстраверсии (Costa & McCrae, 1992). Такие часто встречающиеся совпадения вопросов может сделать невозможным выявление отношений между личностными конструктами, что обуславливает необходимость относиться к построению подобных исследования со значительной долей осторожности [5].

Вопрос характер применения концепции психологического благополучия по отношению к детям также является проблематичным. В частности, V. Morrow, B. Mayall приводят данные о том, что молодых людей заботит ожидание взрослых того, что они должны быть счастливыми все время. Кроме того, весьма неоднозначно распространенное мнение о том, что подавляющее большинство детей, относящихся к слоям населения с низким экономическим благосостоянием, являются в подавляющем большинстве несчастными и более других подвержены стрессу [12].

Следующая серьезная проблема, которая должна быть учтена при исследовании субъективного благополучия, состоит в том, что довольно часто в работах упускается значение культурного и социального контекста, тогда как их влияние подтверждается, например, тем, что экономическое развитие и рост благосостояния западного общества за полстолетия не вызвал существенного повышения уровня психологического благополучия. По данным S. Carlisle и P. Hanlon, опубликованным в 2007 г., психологическое благополучие людей повысилось в течение двух десятилетий после второй мировой войны и затем оставалось неизменным [цит. по 8]. По мнению К. Загурского, следует проводить различие восприятием или ожиданиями относительно материальных условий жизни и материальным благополучием, которое обычно определяется как психологическое чувство удовлетворения, однако экономисты, как правило, не считают это определение точным [4]. Исследования доказывают существование умеренной корреляции между фактическими материальными условиями жизни, включая доходы, и удовлетворенностью эти ми условиями [11]. К. Загурский предполагает, что на удовлетворенность материальными условиями определяющее влияние оказывает относительное восприятие условий жизни, основанное на эталонном восприятии, которые могут, в свою очередь, базироваться на знаниях об условиях жизни некоторых референтных групп или условиях жизни в прошлом и перспективах на будущее.

Таким образом, несмотря на интерес исследователей к проблеме субъективного благополучия, а также на имеющийся научный задел в этой области и значительное количество научных публикаций, существует ряд проблем, требующих учета при изучении различных аспектов феномена субъективного благополучия. В их числе:

– отсутствие определения субъективного благополучия, которое позволило бы полностью исключить дублирование его содержание похожими понятиями, такими как психологическое благополучие, переживание счастья, личностный рост и др.;

– несовершенство методического инструментария, конструктивные особенности которого затрудняют оценку связи между субъективным благополучием личностными показателями;
– недостаточное обоснование возможности применения концепции субъективного благополучия в отношении детей и отсутствие исследований, посвященных изучению особенностей развития и формирования субъективного благополучия в детском возрасте;
– отсутствие в исследованиях субъективного благополучия социального и культурного контекста, оказывающего, в некоторых случаях, значительное влияние на уровень удовлетворенности человека условиями жизни.

Безусловно, выделенные проблемы решаются в той или иной мере исследователями, однако представляется значимым их комплексный учет при решении различных теоретических и практических задач, связанных с разнообразными аспектами проблематики субъективного благополучия.

Литература

1. Аргайл М. Психология счастья. – М.: Прогресс, 1990–336 с.
2. Братченко С.Л., Миронова М.Р. Личностный рост и его критерии / Психологические проблемы самореализации личности. – СПб., 1997. – С. 38–46.
3. Джидарьян И.А. Представление о счастье в Российском менталитете – М.: Алетейя, 2001. – 242 с.
4. Загурский К. Жизненный цикл и другие детерминанты субъективного благополучия // Социология: теория, методы, маркетинг. – 1999. – № 3. – С. 176–202.
5. Капрара Дж. Психология личности. – СПб: Питер, 2003. – 640 с.
6. Куликов Л.В. Психогигиена личности: вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики – СПб.: Питер, 2004. – 464 с.
7. Савельева О.С. Субъективное благополучие как проблема социальной психологии личности // Материалы межрегиональной заочной научно-практической конференции «Актуальные проблемы психологии личности». – Новосибирск: НГПУ, 2009. – С. 29–32.
8. Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: этнопсихологический аспект // Проблемы социальной психологии личности. – Саратов: Саратовский Государственный Университет им. Н.Г. Чернышевского, 2008. – С. 45–52.
9. Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being. – Chicago: Aldine Pub. Co., 1969.
10. Diener E., Diener M., Diener C. Factors predicting the subjective well-being of nations // J. of Personality and Social Psychology. – 1995. – V. 69. – P. 851–864.
11. Headey B. An economic model of subjective well-being: integrating economic and psychological theories // Social Indicators Research. – 1993. – Vol. 28. – P. 97–116.
12. Morrow V., Mayall B. What is wrong with children's well-being in the UK? Questions of meaning and measurement // Journal of Social Welfare & Family Law [serial online]. – 2009. – # 31(3). – P. 217–229.

13. Ryff C., Singer B. Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being // Journal of Happiness Studies [serial online]. – 2008. – # 9(1). – P 13–39.
14. Shek D. After-school time and perceived parental control processes, parent-adolescent relational qualities, and psychological well-being in Chinese adolescents in Hong Kong. Family Therapy [serial online]. – 2007. – # 34(2). – P. 107–126.
15. Yang A., Wang D., Li T., Teng F., Ren Z. The impact of adult attachment and parental rearing on subjective wellbeing in Chinese late adolescents // Social Behavior and Personality [serial online]. – 2008. – # 36(10). – P. 1365–1378.