

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



Збірник матеріалів IV підсумкової науково-
практичної студентської конференції ONEU
"Сучасні виклики економіки"

17 квітня 2024 р.

Одеса 2024

ПОНЯТТЯ «ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ» ЯК ОБ'ЄКТ НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

В останні роки проблема позитивного психологічного функціонування особистості все частіше починає привертати увагу дослідників. Так до апарату психологічної науки увійшло поняття «психологічне благополуччя» особистості, яке тривалий час розглядалося через протиставлення психологічному нездоров'ю й неблагополуччю.

Варто зазначити, що вивчення психологічного здоров'я та психологічного благополуччя стало актуальним у другій половині ХХ століття, коли наукова спільнота почала виявляти інтерес до позитивних аспектів людського життя, а не лише до патологічних явищ. Цей підхід відкрив нові можливості для розуміння того, що робить людину щасливою, задоволеною та психологічно здоровою, а також сприяв розвитку нових психологічних теорій та підходів [1].

Українські вчені також долучилися до дослідження психологічного благополуччя та психологічного здоров'я. Вони зробили вагомий внесок у розуміння цих понять з урахуванням культурних, соціальних та історичних особливостей українського суспільства. Результати вітчизняних досліджень сприяли поглибленню знань про те, як психологічні фактори впливають на загальний рівень благополуччя та як можна покращити якість життя людей [2].

Загальновизнаною стає необхідність подальшого вивчення психологічного здоров'я та психологічного благополуччя як важливих аспектів функціонування особистості та суспільства в цілому.

Розвиток досліджень феномена «психологічне благополуччя» у світовому науковому просторі розпочався із наукових напрацювань Н. Бредберна. Саме вчення цього науковця стали теоретичною базою для розуміння і подальшого обґрунтування досліджуваного поняття. Важливі характерологічні особливості психологічного благополуччя, за твердженням ученого, – це ознаки, які відображають стан щастя або нещастя, тобто така суб'єктивна оцінка власного життя з позиції задоволеності чи не задоволеності ним.

Аналізуючи підходи Н. Бредберна, які вказують, що кожна людина у своїй життєдіяльності звертає увагу на різні життєві моменти, які несуть у собі як розчарування, так і радість, і саме такі моменти у вигляді певного афекту можуть накопичуватися у свідомості особистості. Це те, що турбує. Якщо подія дає позитивні емоції, тобто актуалізується відчуття радості і щастя, то це сприяє збільшенню позитивного афекту.

Отже, Н. Бредберн сформулював визначення, яке описує суть феномена «психологічне благополуччя». Це – «оптимальне психологічне функціонування та досвід», системна єдність оптимальних психологічних якостей і станів людини: психологічного і суб'єктивного благополуччя, особистісної зрілості,

гармонії особистості, самоактуалізації тощо [3, с. 75].

Неможливо оминати наукові погляди К. Ріфф на феномен «психологічне благополуччя». Пропонуючи власну структуру, вона виокремила основні критерії психологічного благополуччя, а саме: автономія, самосприйняття, позитивні відносини з оточуючими, особистісне зростання, позитивні відносини з іншими, мета в житті, компетентність.

Отже, згідно з теорією К. Ріфф власне психологічне благополуччя можна охарактеризувати як інтегральний феномен, що характеризує позитивне функціонування людини, виражається в суб'єктивному відчутті задоволеності життям, реалізації власного потенціалу і опосередкованих системою відносин особистості з іншими людьми, світом, собою.

Вагоми внесок у розуміння психологічного благополуччя зробила і Т. П. Чернявська [3], визначаючи його як інтегральний психічний феномен, що відображає успішність функціонування особистості у соціальному середовищі. Вона підкреслює, що психологічне благополуччя включає сприятливий емоційний фон, функціональний стан організму та психіки, позитивне самоставлення та довірливий стан до світу. Науковиця наголошує на тому, що психологічне благополуччя є важливим елементом психологічно здорової особистості, яка має певний запас психологічної міцності для подолання життєвих труднощів та стресів. У її концепції психологічне благополуччя визначається як системна єдність оптимальних психологічних якостей та станів людини, таких як особистісна зрілість, самоактуалізація, гармонія особистості та суб'єктивне благополуччя.

Поняття «психологічне благополуччя» розглядається як важлива складова психічного здоров'я та описується як екзистенціальне переживання самою людиною ставлення до власного життя, пов'язане з щастям та щасливим життям. Суб'єктивне благополуччя, що складається з задоволення, приємних та неприємних емоцій, є важливим показником стану психіки людини і відображається у свідомості самої людини.

Список використаних джерел

1. Лепешинский Н.Н. Адаптация опросника «Шкала психологического благополучия» К. Рифф. *Психологический журнал*. 2007. Вып. 3. С. 24–37.
2. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования). *Психологическая диагностика*. 2005. № 3. С. 95–121.
3. Чернявська Т.П. Емоційне благополуччя та успішність у командних видах спорту. *Спортивні ігри*. 2024. Вип. № 1 (31). С. 75-85.