

Исследование было проведено на базе учреждения образования «Барановичский государственный университет». Выборку исследования составили 80 студентов в возрасте от 17 до 20 лет, из которых 40 юношей и 40 девушек.

В ходе диагностики креативности у студентов с помощью теста «Определение социальной креативности личности» (А. В. Батаршев) были выявлены следующие результаты.

У юношей и девушек преобладает средний уровень социальной креативности (95 %). Это может свидетельствовать о том, юноши и девушки обладают способностью к гибкой организации новых форм социального взаимодействия и быстрому разрешению проблемных ситуаций. Им свойственно стремление к образовательной активности, расширению кругозора, повышению уровня образованности, совершенствованию знаний.

В ходе диагностики креативности у студентов с помощью опросника креативности Д. Джонсона (адаптация Е. Е. Туник) были выявлены следующие результаты: очень низкий уровень выявлен у 2,7 %, низкий уровень — 20,3 %, нормальный средний — 51,4 %.

Следовательно, мы можем предположить, что испытуемые могут демонстрировать поведение, которое является неожиданным, оригинальным, но полезным для решения проблемы. У испытуемых наблюдается уверенный стиль поведения с опорой на себя, самодостаточное поведение.

Высокий уровень выявлен у 25,7 % респондентов. Это может означать то, что испытуемые способны выдвигать большое количество различных идей, у них присутствует гибкость мышления, находчивость, изобретательность.

Вычисление непараметрического критерия различий Мана-Уитни показало следующие результаты: выявлены различия между девушками и юношами ( $U = 1,77, p = 0,076$ ). Девушки более склонны к выдвиганию большого количества различных идей, т.е. обладают беглостью мышления ( $Mean = 1\ 514,5$ ), чем юноши ( $Mean = 1\ 260$ ). Так же выявлены половые различия в гибкости мышления ( $U = 1,72, p = 0,084$ ). Это означает, что девушки имеют большую склонность предлагать разные виды, типы, категории идей, т.е. обладают гибкостью мышления ( $Mean = 1\ 510$ ), в отличие от юношей ( $Mean = 1\ 265$ ).

**Заключение.** Говоря о креативности, следует обозначать, о какой креативности идет речь: креативность как способность или креативность как особенность личности. Одни авторы говорят о креативности как когнитивном процессе, типе мышления, другие подразумевают под ней тип личности, третьи объединяют и тот и другой подход, не очень задумываясь, что есть истинная креативность, а что является лишь свойствами личности, способствующими проявлению креативности. Для большинства лиц юношеского возраста характерны: средний уровень социальной креативности, средний и высокий уровни креативности. Юноши и девушки обладают способностью к гибкой организации новых форм социального взаимодействия и быстрому разрешению проблемных ситуаций. Им свойственно стремление к образовательной активности, расширению кругозора, повышению уровня образованности, совершенствованию знаний. Девушки обладают большей склонности к беглости и гибкости мышления, чем юноши.

#### Список цитируемых источников

1. Богоявленская, Д. Б. Интеллектуальная активность как проблема творчества / Д. Б. Богоявленская. — Ростов н/Д : Изд-во Рост.ун-та, 2002. — 173 с.
2. Матюшкина, А. А. Творческое мышление как предмет исследования в отечественной психологии / А. А. Матюшкина // Вестн. Моск. ун-та. — 2015. — № 2. — С.1—11.
3. Волгуснова, Е. А. Общие и специфические особенности креативности в юношеском возрасте / Е. А. Волгуснова, Д. С. Личман // Вестн. Шадрин. гос. пед. ун-та. — 2017. — №4. — С.1—6.
4. Большой энциклопедический словарь / под ред. ред. А. М. Прохоров. — М. : Сов.энцикл., 2002. — 1628 с.
5. Розенталь, М. М. Французский словарь. / под ред. М. М. Розенталя и П. Ф. Юдина. — М. : Изд-во полит. лит., 1999. — 965 с.
6. Ильин, Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности / Е. П. Ильин. — СПб. : Печат. двор им. А. М. Горького, 2009. — 444 с.
7. Опросник креативности Д. Джонсона / Е. Е. Туник. — СПб. : СПбГУПМ, 1997. — 10 с.

УДК 159.9

А. С. Лелес

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

## СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СУЩНОСТЬ, СТРУКТУРА И КРИТЕРИИ ИДЕНТИФИКАЦИИ

**Введение.** Психологическое благополучие — социально психологическое образование, которое в свою очередь, выступает детерминантой развития и становления личности, обуславливающее степень её само-реализации и самоактуализации. Психологическое благополучие является близким по смыслу к таким яв-

лениям как субъективное благополучие, счастье, качество жизни и удовлетворенность жизнью, психологическое здоровье. Вместе с тем, следует разграничивать данные понятия. Психологическое благополучие — слаженность психических процессов и функций, гармония личности, ощущение целостности и внутреннего равновесия. Анализ основных категорий исследуемой проблемы показал обоснованность таких определений, как «позитивное функционирование личности», «хорошее функционирование», «системное качество, основанное на состоянии здоровья на разных уровнях». Иными словами, в большинстве случаев считается, что психологическое благополучие обусловлено хорошим функционированием человека и тела.

Субъективное благополучие как интегративный, особо значимый опыт оказывает постоянное влияние на различные параметры психического состояния человека и, следовательно, на успешное поведение, продуктивность, эффективное межличностное взаимодействие и многие другие аспекты внешней и внутренней активности человека. Это постоянное влияние является регулирующей ролью субъективного благополучия человека. Опыт благополучия (или неблагополучия) зависит от различных аспектов жизни человека [1, с. 56].

В сфере исследований психологического благополучия активно разрабатывается не только само понятие, но и изучается его связь с различными личностными и социальными характеристиками; происходит уточнение структурно-содержательных компонентов; исследуются объективные и субъективные факторы психологического благополучия личности. Однако в отечественной и зарубежной литературе имеется небольшое количество исследований по формированию психологического благополучия.

**Основная часть.** Обобщая анализ научной литературы в области теоретического и прикладного исследования психологического благополучия, выделяются следующие подходы и авторские концепции.

Сторонники гедонистического подхода (Н. Брэдберн, Э. Динер, М. Аргайл и др.) определяют психологическое благополучие через достижение удовольствия и избегание неудовольствия. Автором исследований, заложивших теоретическую основу для понимания феномена психологического благополучия, является Н. Брэдберн. По мнению автора, для описания этого феномена необходимо руководствоваться признаками, отражающими состояние счастья или несчастья, субъективного ощущения общей удовлетворенности или неудовлетворенности жизнью. Его модель структуры представляет собой баланс, который достигается постоянным взаимодействием двух видов аффекта позитивного и негативного.

В зарубежной психологии эвдемонистический подход представлен взглядами таких исследователей, как Л. Маслоу, Р. Мэй, В. Фрайкл, Э. Фромм, К. Роджерс и др. Авторами раскрываются предпосылки психологического благополучия через рассмотрение специфики человеческого бытия как проблемы выбора и его критериев, условий, препятствующих и способствующих личностному росту, проблемы соотношения человека и общества. Показателем достижения психологического благополучия считается полная самореализация человека, установленные гармоничные отношения с окружающими [2, с. 96].

Примером объективного подхода к пониманию психологического благополучия является уровневая модель, разработанная А. В. Ворониной, включающая в себя психосоматическое, психическое и психологическое здоровье. А. В. Воронина делает акцент не на аспектах удовлетворения жизнью и личностного роста, а скорее, психологическое благополучие понимается автором как некое интегрирующее целое, соответственно «психическое здоровье» или же «психологическое здоровье» выступают как соподчиненные ему понятия. Автор понимает психологическое благополучие как «системное качество человека, обретаемое им в процессе жизнедеятельности на основе психофизиологической сохранности функций, которое проявляется у субъекта в переживании содержательной наполненности и ценности жизни в целом как средства достижения внутренних социально-ориентированных целей и является условием реализации его потенциальных возможностей и способностей» [3, с. 31].

Субъектно-средовый подход представлен исследованиями психологического благополучия в контексте суверенного психологического пространства (Е. Н. Панина); экстремальных условий жизнедеятельности (О. С. Ширяева). Базовое положение данного подхода о том, что личность живет в некоем субъективно воспринимаемом психологическом пространстве исходя из своих потребностей и возможностей. Так, О. С. Ширяева, определяя связи среды жизнедеятельности и психологического благополучия выделяет пять компонентов психологического благополучия: аффективный, метапотребностный, мировоззренческий, интрарефлексивный и интеррефлексивный [2, с. 102].

Данные компоненты по своей сути совпадают со структурой психологического благополучия в концепции К. Рифф. Интегрировав различные психологические теории (А. Маслоу, К. Роджерса Г. Олпорта, К. Г. Юнга, Э. Эриксона, Ш. Бюлер, Б. Ньюгартена, М. Ягоды, Д. Биррена), которые затрагивают проблему позитивного психологического функционирования, К. Рифф, выделила шесть основных компонентов психологического благополучия: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни, личностный рост.

Опираясь на теорию К. Рифф, исследователи П. П. Фесенко и Т. Д. Шевеленкова, предлагают свою концепцию психологического благополучия, в которой данный феномен рассматривается как целостное переживание, имеющее две важных составляющих: субъективную оценку человеком себя и собственной жизни (Э. Динер), а также позитивное личностное функционирование (К. Рифф). Психологическое благополучие личности в данном случае, определяется как «интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управление средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими), а также степени

реализованности этой направленности, субъективно выражающейся в ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью.

Для психологии личности и психологии в целом особенно важно, чтобы опыт благополучия был неотъемлемой частью преобладающего настроения личности. По настроению субъективное благополучие как интегративный, особо значимый опыт оказывает постоянное влияние на различные параметры психического состояния человека и, следовательно, на успешное поведение, продуктивность, эффективное межличностное взаимодействие и многие другие аспекты внешней и внутренней активности человека. Согласно Е. Е. Бочаровой, Л. В. Куликову, Р. М. Шамирову, благополучие человека состоит из нескольких компонентов:

1. Социальный компонент. Социальное благополучие — это удовлетворение человека его социальным статусом и текущим статусом компании, к которой он принадлежит. Это также удовлетворение межличностными отношениями и состоянием в микросоциальной среде, чувство общности. Основными факторами, определяющими социальное благополучие, являются: личностные характеристики, социальная зависимость, прогностичность жизни (оптимизм — пессимизм), доверие в жизни и эмоциональное настроение, удовлетворенность самореализацией в трудовой деятельности, удовлетворенность своим государством, интуитивно-созерцательное отношение к реальности, ценностное отношение к будущему.

2. Религиозный компонент. Духовное благополучие — чувство приверженности духовной культуре общества, осознание целесообразности присоединения к богатствам духовной культуры (для удовлетворения духовного голода); осознание смысла жизни; присутствие веры — в Бога или в себя, в судьбу (предопределение) или удачу на жизненном пути, в успех своего собственного бизнеса или партийного дела, к которому субъект принадлежит; способность свободно придерживаться своей веры [4, с. 34].

3. Физический компонент. Физическое благополучие — хорошее физическое здоровье, физический комфорт, хорошее самочувствие, физический тонус, который удовлетворяет человека. В частности, можно определить физическое благополучие человека как естественное состояние организма, для которого характерно его полное равновесие с биосферой и отсутствие каких-либо ярко выраженных болезненных ощущений. Оно зависит от физической активности, рационального питания, соблюдения правил личной гигиены и безопасного поведения в повседневной жизни, идеального сочетания физической и умственной работы, умения расслабляться. Физическое благополучие можно сохранить и укрепить, просто отказавшись от курения, наркотиков и других вредных привычек. Состояние здоровья может быть объективно определено только сочетанием следующих параметров: клинических, антропометрических, физиологических и биохимических параметров, которые определяются с учетом пола и возраста, а также социально-климатических условий.

4. Психологический компонент. Психологическое благополучие (душевный комфорт) — согласованность психических процессов и функций, чувство целостности, внутреннего равновесия. Психологическое благополучие более устойчиво с гармонией личности. Гармония личности — последовательность многих процессов ее развития и самореализации, соразмерность жизненных целей и возможностей. Психическое здоровье зависит от системы мышления человека, его отношения к миру и его ориентации в этом мире. Оно также зависит от способности определять свое положение в окружающей среде, свое отношение к людям, вещам, знаниям и другим вещам, и достигается умением жить в гармонии с собой, своими близкими, друзьями и другими, умением предвидеть различные ситуации и разрабатывать образцы поведения, учитывая потребность, возможность и желание.

Основными критериями психологического благополучия человека являются объективный успех (физическое, социальное, соматическое и психологическое здоровье) и субъективный опыт благополучия, проявляющийся в ощущении счастья и удовлетворенности жизнью в целом. Уровень психологического благополучия определяется различными субъективными и объективными факторами, в том числе характеристиками окружающей среды, степень влияния которых определяется их значимостью для личности [4, с. 34].

**Заключение.** Таким образом, психологическое благополучие понимается как достижение удовольствия и избегание неудовольствия (гедонистический подход), полная самореализация человека, установленные гармоничные отношения с окружающими (эвдемонистический подход), системное качество человека, приобретаемое им в процессе жизнедеятельности на основе психофизиологической сохранности функций, которое проявляется у субъекта в переживании содержательной наполненности и ценности жизни в целом как средства достижения внутренних социально-ориентированных целей и является условием реализации его потенциальных возможностей и способностей (объективный подход), взаимосвязь с личностными характеристиками: осмысленность жизни, толерантность, ценностные ориентации и стратегии поведения (личностный подход), субъективно воспринимаемое психологическое пространство исходя из своих потребностей и возможностей (субъектно-средовый подход), самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни, личностный рост (концепция К. Рифф), целостное переживание, имеющее две важных составляющих: субъективную оценку человеком себя и собственной жизни, а также позитивное личностное функционирование (концепция П. П. Фесенко и Т. Д. Шевеленкова).

Психологическое благополучие человека состоит из нескольких компонентов: социальный, религиозный, физический и психологический. Согласно многомерной модели К. Рифф психологическое благополучие включает в себя шесть основных компонентов психологического благополучия: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономность, управление окружающей средой (компетентность), наличие жизненных целей и развитие личности.

#### Список цитируемых источников

1. Бочарова, Е. Е. Современные подходы в методологии исследования субъективного благополучия / Е. Е. Бочарова // Изв. Саратов. ун-та. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2013. — Т. 13, № 2-1. — С. 27—78.
2. Шевеленкова, Т. Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методологическое исследование) / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фасенко // Психол. диагностика. — 2005. — С. 95—129.
3. Воронина, А. В. Уровневая модель психологического благополучия человека / А. В. Воронина // Потенциал личности: комплексная проблема : Материалы второй Всерос. конф. / отв. ред. Е. А. Уваров. — Тамбов, 2003. — С. 29—45.
4. Бессонова, Ю. В. О структуре психологического благополучия / Ю. В. Бессонова // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве : сб. ст. / сост. Ю. В. Братчикова. — Екатеринбург : Изд-во Урал. гос. пед. ун-т, 2013. — С. 30—35.

УДК 316.613.42:613.861:27-726.6

Н. В. Мачуленко

Учреждение образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины», Гомель, Республика Беларусь

### ВЗАИМОСВЯЗЬ КОМПОНЕНТОВ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ СО СТРАТЕГИЕЙ БЕГСТВА—ИЗБЕГАНИЯ У ВЕРУЮЩИХ

**Введение.** Современная жизнь требует от человека высокого уровня жизнестойкости, стрессоустойчивости, адаптивности. Но человек постоянно сталкивается в своей жизни с самыми разными ситуациями, зачастую связанными с проживанием негативных эмоций. Однако человек на всех этапах своего развития учится находить выход из стрессовых ситуаций, преодолевать трудности и препятствия. Каждый способен делать это с разной эффективностью, но последствиями этих процессов является не только положительный результат, изменяющий качество жизни и самооценку, но и стрессы, различные расстройства и внутренние переживания.

**Основная часть.** Понятие жизнестойкости было введено С. Кобейса [1; 2] и С. Мадди [2; 3] разрабатывалось на пересечении экзистенциальной психологии, психологии стресса и психологии совладающего поведения. Р. Лазарус (1966) назвал сознательные стратегии совладания со стрессом и другими событиями, вызывающими тревогу, копингом [4]. С. Мадди, С. Кобейса, С. Кан (1982), Л. А. Александрова (2005), Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова (2006), С. А. Богомаз (2008), Ю. И. Сова (2009) и другие разработали теоретико-методологические основы изучения жизнестойкости личности и ее роли в совладании с жизненными трудностями в зарубежной и отечественной психологии.

Многие исследователи рассматривают жизнестойкость в связке с преодолением и совладанием со стрессом. Изучение данной связи важно, так как применение адаптивных копинг-стратегий и развитие личностных установок помогают при адаптации в обществе, позволяют поддерживать физическое и психологическое здоровье.

Проведенный теоретический анализ трудов в данном проблемном поле исследования выявил недостаточную проработанность проблемы жизнестойкости и совладающего поведения у верующих. В связи с этим было запланировано проведение исследования на примере протестантов. В исследовании приняли участие 115 протестантов и 83 неверующих, чей возраст составил от 17 до 52 лет. В качестве баз исследования выступили церкви «Новая Земля», «Благодать» (г. Минск), «ЕМЦ» (г. Гомель); а также Белорусский государственный университет, УО «Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»; ОАО «МАЗ», ОАО «Белагропромбанк».

В качестве психодиагностического инструментария были использованы «Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой [5] и опросник «Способы совладающего поведения» Р. С. Лазаруса, С. Фолкмана в адаптации Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтык [6].

Результаты исследования по опросникам «Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой представлены в таблице 1.

Согласно представленным в таблице 1 данным, у данной выборки был выявлен в качестве доминирующего средний уровень всех компонентов жизнестойкости, у неверующих выявлена тенденция к низкому уровню компонента вовлеченности. Это означает, что неверующие чаще видят мир враждебным по отношению к ним, не видят в нем возможностей и не могут найти для себя дела по душе, исходя из собственных интересов, им свойственны неуверенность, нарушенность социальных связей и социальной поддержки, сложно получить одобрение со стороны окружающих. В целом с учетом средних и высоких показателей по шкалам, у протестантов преобладают компоненты принятия риска и контроля, у неверующих преобладает компонент принятия риска.

Для сопоставления двух выборок по частоте встречаемости выраженности компонентов жизнестойкости был использован  $\phi^*$ -угловой критерий Фишера. Результаты его применения представлены в таблице 2.