

Для ссылок:

Пахоль Б. Е. Субъективное и психологическое благополучие: современные и классические подходы, модели и факторы / Б. Е. Пахоль // Украинский психологический журнал. – 2017. – № 1 (3). – С. 80 – 104.

УДК 159.9.316.6

Пахоль Б. Е., аспирант кафедры социальной психологии
Киевский национальный университет имени Тараса Шевченко

СУБЪЕКТИВНОЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ: СОВРЕМЕННЫЕ И КЛАССИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ, МОДЕЛИ И ФАКТОРЫ

В статье представлен теоретико-методологический анализ научных исследований феномена благополучия. Рассмотрены основные подходы к определению его содержания и структуры. Изложены классические и современные концептуальные модели и компоненты благополучия, выделены его факторы. Предложено использование понятия «субъективное благополучие» для измерений, связанных с самооценкой, и «психологическое благополучие», как общий показатель состояния оптимального функционирования личности, включая как субъективные, так и объективные показатели.

Ключевые слова: *счастье, удовлетворенность жизнью, качество жизни, психологическое благополучие, субъективное благополучие.*

This article introduces theoretical and methodological analysis of research of the phenomenon of well-being. The main approaches to defining its contents and structure were considered. The classic and modern conceptual models and components of well-being as well as its factors were singled out. We suggested the use of the concept of subjective well-being for measurements related to self-esteem and psychological well-being, as a general indicator of optimal functioning of the individual, which includes both subjective and objective measures.

Key words: *happiness, life satisfaction, satisfaction with life in domains, quality of life, well-being, psychological well-being, subjective well-being*

Постановка проблемы. «Благополучие» - сравнительно новый научный термин, появившийся в позитивной психологии в связи с изучением состояний оптимального функционирования человека. Стремление к благополучию и положительному функционированию является одной из основных движущих сил человеческого сообщества, а его субъективное ощущение является важным условием полноценной жизни личности, возможно поэтому проблема его получения и поддержки занимает важное место в психологических исследованиях [53].

Разработкой основных подходов к определению благополучия занимались: М. Jahoda, N. Bradburn, Ed Diener, P. T. Costa, R. R. McCrae, P. Warr, M. W. Fordyce, C. Ryff, A. S. Waterman, R. M. Ryan, E. L. Deci, А. В. Воронина, Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко, Л. В. Куликов, А. С. Ширяева, Т. В. Данильченко, Е. Бенко и др.

На начальном этапе исследований благополучия изучалось как эмоциональное ощущение счастья. Несколько позже, N. Bradburn (1969) предложил шкалу интенсивности переживания счастья и начал оценивать баланс между положительными и отрицательными

оценками эмоционального отношения личности к различным жизненным обстоятельствам, а также изучать влияние различных факторов на ощущение счастья и общую удовлетворенность. Однако оказалось, что данные конструкты не в состоянии описать сложную субъективную картину восприятия и оценки реальности, поскольку благополучие касается различных сторон жизни человека. Поэтому в различных областях научного знания для обозначения состояния оптимального функционирования личности, начали употреблять другие понятия, в частности: счастье, качество жизни, удовлетворенность жизнью, благополучие, психологическое и субъективное благополучие, и тому подобное. Без серьезного теоретического анализа научных исследований феномена благополучия провести разграничение между вышеупомянутыми конструктами довольно сложно, поскольку они описывают единую психологическую реальность.

Среди самых влиятельных можно выделить работы таких исследователей: N. Bradburn, Ed Diener, M. Jahoda, C. D. Ryff, C. L. M. Keyes, R. M. Ryan, E. L. Deci, M. Seligman, T. A. Judge, M. Argyle, J. R. Hackman, G. R. Oldham V. Vroom, E. Locke, M. L. Schults, D. Anaby, Д. О. Леонтьев, Р. М. Шаміонов, Л. В. Куликов, Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко, І. О. Джідарьян, А. В. Вороніна, О. С. Ширяева, Ю. М. Олександров, А. Е. Созонтов, А. А. Шадрін, С. А. Дружилов, Т. Ю. Павлоцька, А. В. Курова, М. О. Батурін, С. А. Водяха, С. Р. Зеніна, Я. І. Иванова, Р. А. Березовська, Т. В. Данильченко и др., - каждый из которых сделал свой весомый вклад в понимание этого феномена, рассматривающих его проявления в различных аспектах человеческой жизни.

Согласно результатам последних исследований, благополучие является относительно устойчивым интегральным многокомпонентным феноменом, характеризующем состояние оптимального функционирования личности и зависит от различных факторов, в частности: системы личностных ценностей и представлений о мире, наличия эмоциональных и поведенческих стереотипов, различных коммуникативных навыков, личностных качеств, целей в жизни и даже общего уровня интеллекта. Различные аспекты благополучия измеряются субъективными (самооценка) и объективными (объективные психодиагностични измерения) методами.

Внешние события и объективные условия жизни имеют сравнительно незначительное влияние на общее благополучие (D. Kahneman, A. Tversky, 2000; S. Lyubomirsky, 2007). Гораздо важнее вклад сформированных в процессе социализации устойчивых черт личности (Keith Magnus & Ed Diener, 1991) [49].

С каждым годом научное знание о благополучии существенно меняется, ведутся исследования его источников и детерминант, уточняется компонентный состав, терминологическая база, исследуются особенности влияния различных факторов, таких как: социальные отношения, генетическая предрасположенность, материальный достаток, удовлетворенность потребностей, наличие целей и смысла жизни, физическая активность, индивидуальные особенности, принятия себя как личности и др.

Наряду с понятием благополучия в научной литературе используются связанные с ним конструкты, такие как: счастье, психическое здоровье, удовлетворенность жизнью, качество жизни, психологическое благополучие, субъективное благополучие и др. Такое многообразие терминов, с одной стороны, свидетельствует о значительном научном интересе к изучению различных аспектов благополучия, а с другой - создает терминологическую путаницу. Поэтому важной является проблема отделения различных конструктов и определения универсальной терминологии.

Поиск новых подходов и моделей благополучия, определение его источников и детерминант требует изучения и обобщения современных и классических научных

исследований и может стать основой для разработки новых методов диагностики и обучения людей искусству полноценного бытия.

Анализ последних исследований и публикаций. Различные конструкты, связанные с благополучием, изучались и использовались различными исследователями: счастье (W. Wilson, N. Bradburn, M. Argyle, Ed Diener, И. А. Джидарьян, D. Kahneman, Ed Diener, & N. Schwarz, S. Lyubomirsky, L. King, Ed Diener); психическое здоровье (M. Jahoda) удовлетворенность жизнью (N. Bradburn, F. M. Andrews & S. B. Withey, Ed Diener, Ed Diener, J. S. Larsen, S. Levine, R. A. Emmons, И. А. Джидарьян); удовлетворенность в конкретных сферах (Ed Diener, Ulrich Schimmack); качество жизни (A. Campbell, D. P. Crowne, D. A. Marlowe); благополучие (N. Schwarz, G. L. Clore, R. M. Ryan, E. L. Deci, H. T. Reis, R. M. Ryan); психологическое благополучие (N. Bradburn, C. Ryff, Chan Mei Fen, A. S. Waterman; D. Kahneman; M. Seligman, С. Карсканова, Е. Лознякова, А. С. Ширяева, Ю. М. Александров, С. А. Водяха, Г. С. Хафизова, Ю. Б. Дубовик, Г. С. Шарапова, А. С. Ширяева, А. Сырцова, Л. Н. Яворской, Г. С. Филоненко, Я. И. Павлоцкая); субъективное благополучие (Ed Diener, P. T. Costa, R. R. McCrae, Ed Diener, J. S. Larsen, S. Levine, R. A. Emmons, M. W. Fordyce, K. Magnus & Ed Diener, Ed Diener, J. S. Larsen, Ed Diener, E. Sandvik, W. G. Pavot, Ed Diener, S. Oishi, Г. М. Шамионов, U. Schimmack, M. Eid, R. J. Larsen, Л. Куликов, М. Дмитриева, А. Долина, М. Розанова, Т. Тимошенко, Н. С. Нахабич, А. В. Bakker, Н. В. Усова, Н. А. Батурин, С. А. Башкатов, Н. В. Гафарова, Т. В. Бескова, Г. М. Шамионов, Е. Е. Бочарова, М. В. Григорьева, Д. А. Леонтьев, С. К. Летягина, Г. Л. Пучкова, М. В. Соколова, С. В. Яремчук, Л. В. Карапетян, Н. В. Подбуцкая, А. Г. Зуева, Т. В. Данильченко, Е. Бенко); актуально и идеальное психологическое благополучие (П. П. Фесенко).

Во многих предыдущих научных исследованиях субъективное благополучие понималось преимущественно как эмоциональное состояние [31]. Однако, за последние 30 лет было предложено несколько широких концептуализаций этого феномена, которые включают не только эмоциональную, но и когнитивную, поведенческую, а также мотивационную составляющую (C. Ryff, 1989; C. Ryff & C. L. M. Keyes, 1995; P. Warr, 1987, 1994).

Концептуальные различия разных подходов нашли свое отражение в различных моделях благополучия, среди которых заметно выделяются:

- Модель «Качество жизни» А. Кемпбела («Quality of life», A. Campbell, P. E. Converse, & W. L. Rodgers, 1976);
- Модель «Психологическое благополучие» Н. Бредбурна («Psychological well-being», N. Bradburn, 1969);
- Шкала удовлетворенности жизнью Е. Динера («Satisfaction with Life Scale», Ed Diener, J. S. Larsen, S. Levine, R. A. Emmons, 1983);
- Модель «Субъективное благополучие» Е. Динера («Subjective Well-being», Ed Diener, 1984, 1995, 2002, 2009; Ed Diener, J. S. Larsen, S. Levine, R. A. Emmons, 1985; Ed Diener, E. Sandvik, W. G. Pavot, 1991; Ed Diener & J. S. Larsen, 1993);
- Модель «Психологическое благополучие» К. Риффа («Psychological well-being», C. Ryff, 1986; C. D. Ryff, & C. L. M. Keyes, 1995);
- Шкала базовых психологических потребностей в отношениях Р. Райана и Е. Л. Деси («The Basic Need Satisfaction in Relationships Scale», R. M. Ryan, E. L. Deci, 2000; J. G. La Guardia, R. M. Ryan, C. E. Couchman, & E. L. Deci, 2000);
- Сингапурская шкала психического благополучия Ч. М. Фена («Singapore Mental Wellbeing Scale», SMWEB, Chan Mei Fen, 2013);
- Модель субъективного благополучия Л. В. Куликова;

- Психофизиологическая модель психологического благополучия Л. В. Ворониной (А. Воронина, 2002);
- Модель психологического благополучия А. С. Ширяев (А. С. Ширяева, 2008);
- Модель психологического благополучия Ю. М. Александрова (Ю. Н. Александров, 2009);
- Теоретическая модель личного благополучия Н. А. Батурина (М. А. Батурин, С. А. Башкатов, Н. В. Гафарова, 2013);
- Модель субъективного социального благополучия Т. В. Данильченко (Т. В. Данильченко, 2015).

Кроме вышеупомянутых, в современных научных исследованиях изучаются модели: материального (А. В. Серета, 2010), семейного (А. А. Тараданов, 2004), психического (А. В. Кос, 2009), экономического (Т. М. Узденов, 2010), профессионального благополучия (M.L. Schults, 2008; К. Рут, 2016) и др.

Обобщая исследования влияния различных факторов на уровень субъективного благополучия, приведем те, что чаще всего становятся предметом научных исследований [9; 22; 39; 54; 59]: физические (J. Ware, R. M. Ryan, C. M. Frederick, M. Argyle, С. Д. ДЕРЕБО, Г. М. Зараконский, Л. В. Куликов, П. П. Фесенко); духовные (D. Brothers, C. Dalbert, M. J. Lerner, Дж. Беннет, Д. А. Леонтьев); личностные (М. А. Батурин, С. А. Башкатов, Н. В. Гафарова); культурные (E. Diener, M. Diener); социально-демографические (N. Bradburn, J. R. Hackman, G. R. Oldham, P. Warr, D. Raphael, E. Singer, А. Адлер, С. А. Дружилов, Т. В. Данильченко); материальные (J. Flanagan, T. Campbell, D. Groenland и др.); экономические (E. Diener, I. Praag, V. Strümpel, А. В. Баранова, В. А. Хашенко, А. А. Угланова); экзистенциальные (Н. В. Гришина, Н. Занадворов, В. Франкл); природные (E. O. Wilson, 1984; Kaplan & Kaplan, 1989; Ulrich, 1993; Burns, 2005; Frumkin, 2001; Gullone, 2000; Kahn, 1997; Kellert, 1997; Nesse & Williams, 1996; Gelter, 2000; Takano et al., 2002; Hooker et al., 2002; Marr et al., 2000; Walsh, 2009; Wesley et al., 2009; A. J. Howell, 2013); жизненные перспективы личности (R. Ryan, J. G. La Guardia); доминирующие эмоции (E. Diener, R. E. Lucas); осмысленность жизни (П. П. Фесенко, Я. И. Павлоцкая); социальное сравнение (L. Festinger, 1954; L. Higgins, A. Lurie, 1983; W. Kruglanski, O. Mayselless, 1990; J. V. Wood, 1996; P. Lockwood, Z. Kunda, 1997; F. X. Gibbons & B. P. Buunk, 2000; R. M. Ryan, E. L. Deci, 2001; J. Baker & K. Linch, 2004; Т. В. Данильченко, 2014).

Что касается последних исследований, то наиболее актуальными являются исследования субъективных факторов: в исследовании Ю. Б. Дубовик была поставлена проблема психологического благополучия в пожилом возрасте, анализировались изменения в уровне психологического благополучия по мере старения [4]; Г. С. Шарапова исследовала влияние экономического кризиса на структуру и уровень психологического благополучия [17]; А. С. Ширяева исследовала психологическое благополучие в контексте проблемы экстремальных условий жизнедеятельности [19]; Ю. М. Александров исследовал взаимосвязь психологического благополучия и саморегуляции личности [9]; А. Сырцова изучала взаимосвязь временной перспективы личности и психологического благополучия [14]; влияние процесса миграции на субъективное благополучие исследовала Н. В. Усова [15]; исследования социального интеллекта и временной перспективы осуществлялось Л. Н. Яворской и Г. С. Филоненко [20]; вопросу выявления психологических факторов субъективного благополучия подростков посвящена работа Н. Пидбуцькой и А. Г. Зуевой [12]; исследованием психологического благополучия и его связи с социально-психологическими характеристиками личности занималась Я. И. Павлоцкая [11]; Т. В. Данильченко исследовала влияние различных видов социального сравнения, социальных

потребностей и социально-демографических характеристик (возраста, пола, уровня образования, брачного статуса, наличия детей) на субъективное благополучие личности [3].

К сожалению, на сегодня не сформировано единое мнение относительно понимания сущности благополучия и существует многообразие используемых конструктов.

Выделение нерешенных ранее частей проблемы. В связи с появлением новых моделей благополучия остро стоит вопрос о систематизации и обобщения классических и современных подходов. Также до сих пор не сложилась единая точка зрения относительно соотношения и определения субъективного и психологического благополучия. Не прекращаются споры о тождестве терминов субъективное и психологическое благополучие, субъективное благополучие и удовлетворенность жизнью, субъективное благополучие и счастье.

Цель статьи. Обобщить и систематизировать основные подходы к определению благополучия, провести анализ его современных и классических моделей, их компонентного состава, а также выявить содержание и структуру изучаемого феномена и предложить универсальный конструкт сущности данного феномена.

Изложение основного материала. В настоящее время существует несколько различных концепций благополучия, что приводит к путанице относительно его определения и измерения. По версии К. Рифф, все концепции можно разделить на гедонистические и эвдемонистических, Г. М. Райан и Е. Л. Деси (2000) считают, что их теория самодетерминации сочетает в себе оба подхода и является особым направлением, по мнению Э. Позняковой (2007) вообще существует 4 концептуальных подхода: гедонистический (N. Bradburn, Ed Diner), эвдемонистических (A. S. Waterman), направление позитивной психологии (C. Ryff, A. Maslow, C. Rogers, G. Allport, C. Jung, E. Erikson, M. Jahoda, J. E. Birren) и отдельно теория самодетерминации (R. M. Ryan, E. L. Deci, C. M. Frederick, A. B. Воронина). Отдельно определим современное обобщение Р. J. Cooke, который также определяет четыре подхода и дифференцирует их по критерию общеупотребительности: гедонистический, эвдемонистических, качество жизни и оздоровительный [25].

Наиболее известной является гедонистическая трехкомпонентная модель субъективного благополучия Э. Динера, состоящий из удовлетворенности жизнью, отсутствия негативного аффекта, а также наличия положительных эмоций [29; 34].

В рамках эвдемонистического подхода предполагается, что психологическое благополучие является результатом раскрытия человеком своего творческого потенциала, функционирование на оптимальном уровне, или реализации своей природы [46]. Как правило, эвдемонистические модели содержат больше компонентов, чем гедонистические и существенно отличаются содержанием конструктов. Например, одной из самых известных эвдемонистических моделей благополучия является модель психологического благополучия К. Рифф (C. Ryff, 1989; C. D. Ryff, & C. L. M. Keyes, 1995), состоящий из 6 элементов: принятие себя; контроль над обстоятельствами; положительные отношения с другими; наличие цели в жизни; личностный рост; самодетерминация. В отличие от предыдущей, эвдемонистических модель Р. Райана и Е. Деси (R. M. Ryan, E. L. Deci, 2001) предусматривает только три компонента: самодетерминация; компетентность; положительные отношения. Эти две модели иллюстрируют различия в понимании благополучия даже в пределах одного подхода.

Третий подход сосредотачивается на качестве жизни. Этот термин очень часто используется как синоним благополучия [37]. Концепция качества жизни трактует благополучие в более широком смысле, чем представители гедонистических и эвдемонистических моделей и включает физические, психологические и социальные аспекты

функционирования личности [46].

Четвертый подход «Оздоровительный» или «Wellness», который определен менее четко, чем первые два подхода и используется преимущественно в консультировании по здоровому образу жизни. Некоторые авторы используют этот термин наряду с благополучием [40]. Все эти подходы понимают благополучия шире, чем отсутствие болезней, хотя модели благополучия и их компонентный состав существенно отличаются. Почти все исследователи в этой области соглашаются с многогранностью оздоровительного подхода как целостного образа жизни, который включает в себя множество вопросов в аспекте охраны здоровья и оптимального функционирования личности, физического или духовного здоровья [50; 51].

К сожалению, сейчас не существует единого мнения относительно понимания сущности благополучия, а многообразие подходов и используемых конструктов требует углубленного их изучения. Поэтому, для его определения, сосредоточимся на детальном хронологическом анализе научных исследований.

В 1930 году выдающийся философ и математик Бертран Рассел определил стремление к «благополучию» или «счастью» одной из главных проблем человечества [52].

Начали изучение субъективного благополучия американские исследователи еще в 1960-е годы. Среди первых можно выделить исследования Х. Кентрила (H. Cantril, 1965) и Н. Брэдбурна (N. Bradburn, 1968), которые основывались на результатах опросов Национального центра изучения общественного мнения (NORC) [21].

Н. Брэдбурн впервые попытался концептуализировать разрозненные данные эмпирических исследований психологического здоровья человека. Применив метафору из эссе «Еж и Лиса» английского философа Исайи Берлина, Н. Брэдбурн разделил исследователей психологического здоровья того периода на два лагеря. К «воинственным ежам» он отнес теоретиков З. Фреда и К. Г. Юнга и других исследователей, которые пытались отстоять свою теоретическую позицию, а к «лисам» - эмпириков, например, М. Ягуду, которая предложила шесть параметров психологического здоровья человека: положительное самопринятие (высокая самооценка, выраженность чувства идентичности); интегрированность (стрессоустойчивость); активность и возможность развивать свой потенциал (личностный рост); автономность (независимость от влияния социального окружения); точность восприятия реальности (социальная восприимчивость); компетентность относительно окружающей среды (способность к социальной адаптации и эффективного решения проблем) [21].

Н. Брэдбурн предложил теоретическую модель психологического благополучия или счастья, сделав основной акцент на измерении отрицательных и положительных эмоций. Основной вывод, сделанный Н. Брэдбурном, polegал в том, что оба измеряемых показателя практически полностью независимы друг от друга [60]. Позже эта мысль была опровергнута К. Рифф (C. D. Ryff, C. L. M. Keyes, 1995).

Еще одним важным событием в исследовании благополучия стала серия общенациональных опросов, проведенных под руководством Ф. Эндрюса и А. Кэмпбелла в рамках концепции «качества жизни» [23; 24]. Однако, как отмечает немецкий исследователь Н. Н. Noll, эти исследования имели много общего с ранее проведенными измерениями общественного благополучия в рамках проектов ООН [8].

М. Аргайл подчеркивает очень мощный взрыв научных исследований счастья в Америке того периода. Например, в журнале «Психология личности и социальная психология», начиная с 70-х, начали печатать статьи о счастье. В 1974 года начал действовать журнал «Исследование социальных показателей», в котором появилось много

материалов по исследованию благополучия. А в 1980 году было открыто еще одно издание «Личность и индивидуальные различия», в котором регулярно публиковались статьи на тему индивидуальных различий в восприятии счастья [1].

Большой вклад в разработку концепта «субъективное благополучие» совершил Е. Динер [28]. Он разработал и ввел еще одну шкалу измерений - удовлетворенность жизнью [33], которая в дальнейшем стала стандартом при измерении субъективного благополучия [36]. Именно Е. Динер и Р. Эммонс [32] подтвердили вывод Брэдбурна о независимости эмоциональных факторов и предложили новый концепт «субъективное благополучие» [34] как более точный и содержательный, чем «счастье» и «удовлетворенность жизнью». Также Е. Динер предположил, что субъективное благополучие имеет три различных компонента: удовлетворенность жизнью, позитивный и негативный аффект [34]. Отметим, что субъективное благополучие в концепции Э. Динера понимается как переживание положительных эмоций, низкий уровень неприятных эмоций и высокий уровень «удовлетворенности жизнью» [32; 35].

Трехкомпонентная структура субъективного благополучия была неоднократно подтверждена в многочисленных исследованиях (Ed Diener, R. E. Lucas, E. M. Suh, 1996). Но несмотря на это, в 70-80-х годах была активная дискуссия о соотношении между положительным и отрицательным аффектом, которая была завершена только в конце 80-х с появлением работ К. Рифф. Сегодня практически все исследователи сходятся в понимании эмоционального компонента субъективного благополучия как соотношении положительного и отрицательного аффектов и выделяют их баланс как единый фактор.

Е. Динер и его коллеги исследовали различные факторы благополучия, в частности интенсивность и частоту эмоций [29]. Согласно их выводам, обычная интенсивность, с которой люди чувствуют эмоции, не имеет никакого влияния на общее субъективное благополучие [45], а частота эмоциональных переживаний оказалась значимым фактором.

В 1988 году М. Фордис на основании трудов Э. Динера разработал инструмент быстрой оценки аффективного компонента субъективного благополучия. Продолжительность положительных, нейтральных и негативных эмоций высоко коррелировало с другими измерениями субъективного благополучия [44].

Дальнейшие опыты Е. Динера подтвердили идею П. Косты и Р. Мак Края [26] о том, что личностные факторы, особенно экстраверсия и нейротизм, важны и способствуют субъективному благополучию.

Позже Е. Динер проверил предположение В. Headey и А. Wearing (1989), которые установили, что устойчивые черты личности нивелируют влияние жизненных изменений и событий на переживания субъективного благополучия. Более того, их модель динамического равновесия счастья показала, что некоторые личностные черты способствуют переживанию людьми жизненных событий, а также, что значимые жизненные события влияют на удовлетворенность жизнью независимо от устойчивых черт личности [49].

Е. Динер (К. Magnus, Ed Diener, F. Fujita, & W. Pavot, 1993) подтвердил, что субъективное благополучие является относительно стабильной и долгосрочной конструкцией; устойчивые личностные черты, такие как экстраверсия-нейротизм обуславливают положительную или отрицательную оценку жизненных ситуаций, экстраверсия способствует позитивному восприятию событий, а нейротизм - негативному, также открытость опыту способствует тому, что человек чувствует большее количество как положительных, так и отрицательных событий; изменения в жизни не влияют на долгосрочную удовлетворенность жизнью в связи с наличием у людей устойчивых личностных черт, однако у детей еще не кристаллизованы личностные качества, поэтому

они более восприимчивы к внешним воздействиям на их благополучие [49].

Но не все попытки найти новые взаимные влияния факторов и компонентов субъективного благополучия были удачными. Например А. Кэмпбелл (A. Campbell, 1976) сделал попытку оценить степень смещения самооценки в зависимости от шкалы социальной желательности (D. P. Crowne, D. Marlowe, 1964). Он доказал, что тенденция отрицать негативное большей степени связана с благополучием, чем тенденция поддерживать положительное.

Н. Шварц и Г. Клор (N. Schwarz and G. L. Clore, 1983) показали, что рейтинги счастья и удовлетворения в значительной степени зависят от изменения настроения респондентов. Исследователи утверждали, что люди использовали свое текущее эмоциональное состояние в качестве информации для принятия решений о том, счастливы и довольны ли они своей жизнью в целом [42].

Н. Cheng (H. Cheng, 1988) предположила, что текущее настроение на момент измерения может существенно влиять на результаты и должно учитываться. Несколько ранее такое измерение уже включалось Ф. Эндрюсом и С. Уитхеем (F. M. Andrews & S. B. Withey, 1976) для измерения настроения респондентов в момент опроса, но они пришли к выводу, что между измерением настроения и глобальным удовлетворением жизнью существуют лишь невысокие корреляционные связи.

В своей работе Р. Дж. Коок и соавторы (P. J. Cooke, T. P. Melchert, K. Connor, 2016) приводят 42 метода измерения различных аспектов благополучия и классифицируют 4 подхода: гедонистический, эвдемонистических, качество жизни и оздоровительное направление [25]. Если к ним присоединить модели Л. В. Куликова, Л. В. Ворониной, А. С. Ширяев, Ю. М. Александрова, Н. А. Батурина, Т. В. Данильченко, К. Рут и многих других отечественных и русскоязычных исследователей, то на сегодня это будет наиболее полный перечень существующих моделей и инструментов измерения благополучия.

Несмотря на многообразие современных подходов к пониманию и измерению субъективного благополучия, до сих пор наиболее широкоупотребляемыми является моношкальные методы экспресс-оценки субъективного благополучия, хотя они не очень информативны. Так, в 2003 году Д. А. Леонтьеву и Е. М. Осину удалось апробировать русскоязычные версии шкалы «удовлетворенности жизнью» Ed Diener (SWLS: Ed Diener, JS Larsen, S. Levine, R. A. Emmons, 1985) и шкалы «субъективного счастья» S. Lyubomirsky (SHS: S. Lyubomirsky, H. Lepper, 1999), они обнаружили высокую корреляцию между ними [10].

В 70-80 годы идея многокомпонентности благополучия мотивировала исследователей изучать качество жизни и благополучие в различных сферах. Так, Ейлиз Керц (Elyse W. Kerse, 1992) упоминает множество исследований качества жизни, которые проводились в 70-80-х XX века: J. Flanagan (1978) исследовал психическое и материальное благополучие, отношения с другими людьми, качество социальных коммуникаций, уровень персонального развития и отдыха; А. Campbell (1976) - разные стандарты жизни, безопасность, наличие жилья, здоровья, наличие брака, семейной жизни, дружбе, соседство, работу и т.д.; F. M. Andrews и S. B. Withey (1976) - экономическое и семейное благополучие, отношения с другими людьми, безопасность, здоровье и др.; W. Glatzer (1987) - жизненные стандарты, общение, работу, образование, религиозность. Подобной тематикой занимались и другие исследователи (Murrell, Schulte, Brockway, 1983; Bestuzhey-Lada, 1980; Verwayen, 1980).

Тенденция изучения благополучия в различных сферах жизни наблюдается и в последних публикациях Е. Динера [31], что привело к существенному усложнению его базовой концепции: в структуру субъективного благополучия ученый добавил еще

четвертый компонент - «удовлетворенность» в конкретных сферах жизни: удовлетворенность трудом, браком, досугом или своим здоровьем (U. Schimmack, 2008). В связи с этим возникли две вспомогательные теории, одна из которых постулирует, что «удовлетворенность жизнью» зависит от удовлетворенности в отдельных сферах жизни, а вторая - «удовлетворенность жизнью» вызывает удовлетворенность в отдельных сферах жизни [58].

Идея изучения «удовлетворенности» в отдельных сферах жизни интуитивно понятна, однако, единого мнения о том, какие сферы жизни следует оценивать при исследовании субъективного благополучия, зарубежными исследователями установлено так и не было [2].

Значительный вклад в исследование благополучия внесла К. Рифф [56]. Опираясь на модель М. Ягоды, исследования Н. Брэдбурна, анализ концепций различных авторов (Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса, Э. Эриксона, К. Юнга и др.), она предложила собственную многофакторную структуру психологического благополучия на основе 6 компонентов: положительная оценка себя и своего прошлого, ощущение постоянного роста и развития как личности, наличие целей и целеустремленность, наличие положительных отношений с окружающими, владение коммуникативными качествами, чувство самодетерминации [55].

В отличие от традиции Н. Брэдбурна и Е. Динера, представителей гедонистического подхода, К. Рифф определила свой подход к изучению благополучия. В работе «Optimizing Well-Being» К. Кейес (2002) отмечает, что в то время как традиция субъективного благополучия определяет благополучие с точки зрения общей удовлетворенности жизнью и ощущение счастья (отрицательный и положительный аффект), традиция психологического благополучия - человеческого развития и экзистенциального проблем (евдемоничный подход) [43].

К. Рифф и К. Кейес отмечают ошибку, сформулированную Н. Брэдбурном о независимости положительного и отрицательного аффекта, и предполагают, что она связана с неспособностью его модели благополучия различать интенсивность и частоту эмоций, что и создавало иллюзию независимости. Исследователи доказывают, что частота положительного и отрицательного аффектов коррелируют отрицательно, тогда как корреляции интенсивности, как правило, положительные. Из этих двух частота была определена в качестве лучшего показателя благополучия и теснее связанной с продолжительностью субъективного благополучия, чем интенсивность (Ed Diener, J. S. Larsen, 1993; Ed Diener, E. Sandvik, W. G. Pavot, 1991).

К. Рифф считает, что не все, что соответствует удовлетворенности жизнью, способствует достижению психологического благополучия. Более того, жизненные трудности, отрицательный, даже травмирующий опыт и переживания могут в определенных случаях выступать основой для повышения психологического благополучия человека - через глубокое осмысление жизни, осознание собственных жизненных целей, установления гармоничных отношений с другими людьми, обретение способности к сопереживанию [57]. Она считает, что концентрация многих ученых на изучении социальных переменных благополучия (качество жизни, работа, прибыль, социальные отношения) прежде всего связаны с отсутствием более сложных моделей благополучия [57].

Позже Е. Динер [30] подтвердил мнение К. Рифф, что демографические факторы, такие как здравоохранение, прибыль, уровень образования и семейное положение дают незначительное отклонение в измерении благополучия. Исследование показывает, что субъективное благополучие часто сильно коррелирует с устойчивыми чертами личности, что усиливает значение психологических детерминант благополучия.

Ключевым в теории К. Рифф является то, что все компоненты психологического благополучия соотносятся с различными структурными элементами теорий, в которых так или иначе речь идет о положительном функционировании личности (Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, Э. Эриксон, К. Юнг, М. Ягода) [7]. Также она оказалась многокомпонентной и довольно универсальной, что очень удобно для измерения различных аспектов благополучия.

Согласно теории К. Рифф, психологическое благополучие можно охарактеризовать как сложный, интегральный феномен, характеризующий положительное функционирование личности и выражающийся в субъективном ощущении удовлетворенности жизнью, реализации собственного потенциала и зависящий от субъективного качества коммуникаций личности с окружающими.

Отдельно следует отметить взгляды авторов теории самодетерминации Р. Райана и Е. Деси. В ее основе лежит концепция базовых потребностей человека: компетентность, автономия (самодетерминация), положительные отношения [27]. Они отмечают, что удовлетворение потребностей напрямую связано с актуальным социальным контекстом: если среда способствует их удовлетворению, то это повышает уровень благополучия и жизненных сил человека, в противном случае - уровень благополучия снижается [53]. Под автономией понимается восприятие своего поведения как соответствующего собственным интересам и ценностям, а в ее основе лежат поддержка и отсутствие контроля со стороны других людей. Потребность в компетентности - это склонность к овладению своим окружением и к эффективной деятельности в нем; она поддерживается такой средой, которая ставит перед человеком задачу оптимального уровня сложности и дает ему положительную обратную связь (М. Csikszentmihalyi, 1975; Е. L. Deci, 1975). Наконец, под потребностью в связи с другими понимается стремление к близости с другими людьми, она развивается, если человек получает тепло и заботу от окружающих [47].

В. Шиммак (2006) на основе введенного Е. Динер еще одного компонента субъективного благополучия, а именно «удовольствие в конкретной сфере» подробнее рассмотрел структурные соотношения между различными компонентами субъективного благополучия: удовлетворенностью жизнью и удовлетворенностью в других сферах (например, удовлетворенность работой и семейное удовлетворение), а также рассмотрел спорные вопросы о связи между двумя аффективными компонентами субъективного благополучия и связь между когнитивным и аффективным благополучием [58].

Одно из научных предположений заключалось в том, что доход соотносится с финансовой удовлетворенности, а финансовое удовлетворение коррелирует с удовлетворенностью жизнью (Ed Diener, S. Oishi, 2000). Schimmack (2006) проанализировал данные по удовлетворенности жизнью, финансового удовлетворения и относительного дохода по сравнению со средним национальным показателем и стандартизировал оценки, устранив влияние национальных различий. Доход оказался умеренным показателем финансового удовлетворения ($r = 0,27$), а финансовое удовлетворение было сильным предиктором удовлетворенности жизнью ($r = 0,55$).

М. Селигман (2006) значительно расширил представление Е. Динера и отметил, что высокий уровень субъективного благополучия личности связан с ощущением положительных эмоций и высокой степенью удовлетворенности жизнью, а также с эмоциональной устойчивостью, отсутствием озабоченности эмоциональными проблемами, энтузиазмом, самоконтролем, любовью к себе, преобладанием позитивных мыслей и позитивным отношением к окружающему миру, собственного прошлого, настоящего и будущего [13; 45].

В недавнем обзоре С. Любомирски [48] показано, что счастливые люди успешные во многих сферах жизни, и этот успех, по крайней мере частично связан с их ощущением счастья. Счастливый человек более социален, альтруистичен, активен, имеет сильное тело и иммунную систему, а также лучшие показатели при разрешении конфликтных ситуаций. Кроме того, приятное настроение способствует творческому мышлению [36].

Исследователи (A. S. Waterman; D. Kahneman; M. Seligman, 2009) обращают внимание на то, что психологическое благополучие обеспечивается не только внутренним, физическим и психическим благополучием, но и состоянием духовно-нравственного здоровья и социальной среды [7].

I. C. Galinha доказала, что внутриличностные факторы (удовлетворение сферами жизни, сравнения стандартов, положительные и отрицательные эмоции, беспокойство, депрессия, стресс) являются более сильными чем контекстуальные (жизненные события, социо-демографические различия) и имеют более долгосрочный эффект, чем контекстные [38].

У 2000-х відбувається новий сплеск емпіричних досліджень благополуччя, результатом яких стала перевірка класичних та розробка багатьох нових його моделей. Серед дослідників слід згадати Л. В. Куликова, Л. В. Вороніну, О. С. Ширяєву, Ю. М. Олександрова, М. О. Батуріна, С. О. Башкатова, Н. В. Гафарову, Т. В. Данильченко, О. В. Середу, О. А. Тараданова, А. В. Кос, Т. М. Узденова, M. L. Schults, K. Рут та ін.

Окремо зазначимо працю Л. В. Карапетян (2014) щодо етимологічного аналізу конструкту «благополуччя» та проблемно-хронологічний опис феномена суб'єктивного благополуччя з посиланням на ідеї класичних і сучасних психологічних теорій [6] та праці Т. В. Данильченко.

В 2000-х происходит новый всплеск эмпирических исследований благополучия, результатом которых стала проверка классических и разработка многих новых его моделей. Среди исследователей следует вспомнить Л. В. Куликова, Л. В. Воронину, А. С. Ширяеву, Ю. М. Александрова, Н. А. Батурина, С. А. Башкатова, Н. В. Гафаров, Т. В. Данильченко, А. В. Среда, А. А. Тараданова, А. В. Кос, Т. Н. Узденов, M. L. Schults, K. Рут и др.

Отдельно отметим труд Л. В. Карапетяна (2014) касаемый этимологического анализа конструкта «благополучие» и проблемно-хронологического описания феномена «субъективного благополучия» со ссылкой на идеи классических и современных психологических теорий [6] и труда Т. В. Данильченко.

Т. В. Данильченко не только разработала собственную модель субъективного социального благополучия [3, 5], но и занимается выявлением его факторов. Она определяет социальное сравнение как один из главных факторов благополучия, поскольку оно имеет сильный физический и биологический источники, а также способствует адаптации (сравнение себя с другими) и выживанию (адекватное оценивание конкурентов). Она показала, что частое обращение к сравнению себя с другими людьми снижает показатель субъективного благополучия [3].

Т. В. Данильченко отмечает, что благополучие основывается на сравнении личностью себя и своего бытия с субъективными нормами, стандартами и идеалами, кроме того, социальное сравнение связано с существованием «значимого другого» (референтной группой). Она делает вывод о мощном влиянии социальной среды на содержание и особенности интерпретации социальной информации. Стандарты сравнения в определенной мере отражают социальные и культурные ценности и нормы общества, в котором человек живет, или тех социальных групп, к которым она себя относит (социальные представления) [3].

Исследовательница выясняет особенности, иерархию и источники социальных потребностей и разделяет их на три группы: потребности в социальной вовлеченности (внутренняя - привязанность, ощущение "своего места", принятие, любовь, внешняя - принадлежность, интеграция, влияние), социальном одобрении (внутренняя - компетентность, ценность, доверие, внешняя - уважение, статус, признание, солидарность, полезность) и социальной поддержке (внутренняя - понимание, сопереживание, внешняя - забота, физический контакт, помощь). А также определяет сравнительно небольшое влияние демографических факторов на субъективное социальное благополучие [3].

Подводя итоги дискуссиям о соотношении «субъективного» и «психологического» благополучия отметим, что несмотря на широкое использование обоих конструктов, их трактовка чаще всего зависит от авторской приверженности к тому или иному подходу к определению благополучия. В частности, К. Рифф, А. С. Ширяева, Ю. М. Александров, С. А. Водяха, Л. Н. Яворская, Г.С. Филоненко, Я. И. Павлоцкая считают, что субъективное благополучие является эмоциональной составляющей психологического благополучия, Н. К. Бахарева, Л. В. Куликов, М. В. Соколова, Г. М. Шамионов, Е. Бенко считают, что, наоборот, психологическое благополучие является частью субъективного.

В то же время существует представление о психологическом и субъективном благополучии как о синонимичных понятиях [5]. Такое же мнение высказывают П. Фесенко и Т. Шевеленкова: феномен психологического благополучия они трактуют как субъективное явление, целостное переживание, выраженное в субъективном ощущении счастья, удовлетворенности собой и своей жизнью, а также связанное с базовыми человеческими ценностями и потребностями и положительным функционированием личности, что наиболее удачно обобщено в шестикомпонентной теории психологического благополучия К. Рифф [18]. Психологическое благополучие напрямую зависит от системы внутренних оценок самого носителя данного переживания, а потому его содержание совпадает с концептом субъективного благополучия [16].

Последнее замечание открывает новые перспективы для поиска и широкого трактования психологического благополучия. Субъективная и объективная оценки благополучия могут вообще не совпадать. Например представление человека о качестве его отношений с окружающими может существенно отличаться в зависимости от системы представлений о критериях качества отношений, текущего эмоционального состояния, уровня эмпатии, самооценки, наличия эмоциональных, поведенческих и когнитивных стереотипов и от многих других факторов.

Итак, до сих пор, вопрос соотношения концептов «психологическое благополучие» и «субъективное благополучие» является открытым.

Выводы. Теоретический анализ исследуемой проблемы свидетельствует о том, что по сравнению с субъективным благополучием, которое обозначает субъективность любых оценок, психологическое - отражает осознаваемые и неосознаваемые потенции человека вести полноценную жизнь и справляться с различными проблемами. В этом смысле, психологическое благополучие - состояние оптимального функционирования личности, одним из измерений которого является субъективная оценка различных аспектов жизни человека (уровень субъективного благополучия), неосознаваемые аспекты которого измеряются с помощью инструментов психологической диагностики.

Субъективная оценка любого компонента благополучия (собственной компетентности, автономии, позитивного самовосприятия и т.д.) является лишь одним из важных аспектов благополучия, но не достаточным. Субъективная и объективная оценки могут вообще не совпадать, но для общей адекватной оценки благополучия необходимо

учитывать оба показателя.

Такой подход очень четко отделяет конструкт «субъективное благополучие» от психологического и других конструктов, поскольку «субъективность» - признак позиции личности относительно оценки каких-либо компонентов благополучия, а не обозначение его эмоциональной или любой другой структурной единицы. Поэтому можно считать субъективное благополучие составляющей психологического.

Относительно конструктов удовлетворенность жизнью, счастье и качество жизни, отметим, что они зависят от субъективной оценки различных аспектов жизни, поэтому их можно считать составляющими субъективного благополучия.

На основе анализа современных и классических исследований наблюдается определенная динамика существенных изменений касательно содержания и структуры благополучия, растет количество эмпирических исследований, повышается общий интерес к этой теме. Считаем, что проблема определения благополучия еще очень далеко находится от своего решения, идет процесс поиска адекватных и универсальных моделей.

Одним из источников научной деятельности является неудовлетворенность существующими представлениями о мире, поэтому приоритетными направлениями считаем: поиск более адекватной модели психологической структуры личности, определения критериев и механизмов ее оптимального функционирования, и разработка инструментов диагностики и влияния.

Перспективы дальнейших исследований. Перспективу дальнейших исследований видим в продолжении изучения структурных особенностей современных моделей и компонентов благополучия и разработке собственной эмпирической модели для реализации цели исследования.

Список использованных источников:

1. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – 2-е изд. СПб. : Питер, 2003. – 271 с.
2. Бенко Е.В. Обзор зарубежных публикаций, посвященных исследованию благополучия / Е. В. Бенко // Вестник ЮУрГУ. («Серия : Психология»). - 2015. - № 2 - С. 5-13.
3. Данильченко Т. В. Суб'єктивне соціальне благополуччя: психологічний вимір : монографія / Т. В. Данильченко ; Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. - Чернігів : Десна Поліграф, 2016. - 543 с.
4. Дубовик Ю. Б. Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте [Электронный ресурс] / Ю. Б. Дубовик // Психологические исследования : [электрон. науч. журн.]. - 2011. - №. 1(15). – Режим доступа: <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2011n1-15/433-dubovik15.html>
5. Журавлев А. Л. Коллективные смыслы как предпосылка личного счастья / А. Л. Журавлев, А. В. Юревич // Психологический журнал. - Т. 35. – 2014. - № 1. - С. 5-25.
6. Карапетян Л. В. Теоретические подходы к пониманию субъективного благополучия / Л. В. Карапетян // Известия Уральского федерального университета. (Серия «Проблемы образования, науки и культуры»). — 2014. — № 1 (123). — С. 171-182.
7. Карсканова С. Стан розробки проблеми психологічного благополуччя у вітчизняній та закордонній психології / С. Карсканова // Актуальні проблеми практичної психології : [збірник наукових праць]. – Ч. 1. – Херсон : ПП Вишемирський В. С., 2009. – С. 477-483.

8. Нолль Х. Г. Исследование социальных показателей и мониторинг : методы измерения и анализа качества жизни / Нолль Хайнц-Герберт // Социальное неравенство. Изменение в социальной структуре : Европейская перспектива / [под. ред. В. Воронкова, М. Соколова ; пер. с нем. К. Тимофеевой]. – СПб. : Алстейя, 2008. – С. 59.
9. Олександров Ю. М. Саморегуляція як чинник психологічного благополуччя студентської молоді : автореф. дис. канд. психол. наук. : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» / Ю. М. Олександров. – Харків, 2010. – 23 с.
10. Осин Е. Н. Аprobация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев, // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. - М. : Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008. – 2 с.
11. Павлоцкая Я. И. Соотношение психологического благополучия и социально-психологических характеристик личности : диссертация ... канд. психол. наук: 19.00.05 /Я. И. Павлоцкая - Саратов, 2015. - 183 с.
12. Підбуцька Н. В. Суб'єктивне благополуччя у становленні майбутніх фахівців / Н. В. Підбуцька, А. Г. Зуєва // Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти : [зб. наук. пр.]. - Вип. 40-41 (44-45)] / М-во освіти і науки України, НАПН України, Нац. техн. ун-т "ХПІ" ; [редкол.: В. Г. Кремень (голова) та ін.] ; за ред. Л. Л. Тovaжнянського і О. Г. Романовського. - Харків : НТУ ХПІ, 2014. - С. 192-206.
13. Селигман М. Новая позитивная психология : научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман ; [пер. с англ.]. — М. : София, 2006. – 368 с.
14. Сырцова А. Возрастная динамика временной перспективы личности : дис. канд. психол. наук : 19.00.13 – «Психология развития, акмеология» / А. Сырцова. – М., 2008. – 317 с.
15. Усова Н. В. Структура и социально-психологические факторы субъективного благополучия личности в условиях миграции : автореф. дисс. на пол. науч. степени канд. псих. наук : спец. 19.00.05. «Социальная психология» / Н. В. Усова. – Саратов, 2012. - 24 с.
16. Фесенко П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : автореф. дисс. на пол. науч. степени канд. псих. наук : спец. 19.00.01. «Общая психология. Психология личности. История психологии» / П. П. Фесенко. – М., 2005. – 24 с.
17. Шарапова Р. З. Структура психологического благополучия в период социально-экономического благополучия [Электронный ресурс] / Р. З. Шарапова // Конференция «Ломоносов – 2011». – Режим доступа: http://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2011/1424/12670_24ae.pdf.
18. Шевеленкова Т. Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Психологическая диагностика. - 2005. - № 3. - С. 95-129.
19. Ширяева О. С. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности : автореф. дисс. на пол. науч. степени канд. псих. наук : спец. 19.00.01. «Общая психология. Психология личности. История психологии» / О. С. Ширяева. – Петропавловск-Камчатский, 2008. – 254 с.
20. Яворська Л. М. Фактори становлення психологічного благополуччя особистості / Л. М. Яворовська, Г. С. Філоненко // Наука і освіта. - 2014. - № 12. - С. 216-220.
21. Bradburn N. The Structure of Psychological well-being / N. Bradburn. - Chicago : Aldine Pub. Co., 1969. – P. 320.

22. Bryant, F. B. The Structure of Psychological Well-Being : A Sociohistorical Analysis / F. B. Bryant, J. Veroff // *Journal of Personality and Social Psychology*. - 1982. - № 43. – P. 653–673.
23. Campbell A. The Quality of American Life : Perceptions, Evaluations and Satisfactions / Campbell Angus, Converse Philip E. and Rodgers Willard L. - New York : Russell Sage Foundation, 1976. - P. 583.
24. Campbell A. The Sense of well-being in America : Recent patterns and trends / A. Campbell. - New York : MacGraw-Hill, 1981. – P. 263.
25. Cooke P. J. Measuring Well-Being : A Review of Instruments / Philip J. Cooke, Timothy P. Melchert, Korey Connor // *Published*. - SAGE Publications, 2016. - P. 730-757.
26. Costa P. T. Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being : Happy and unhappy people / Costa P. T., & McCrae R. R. // *Journal of Personality and Social Psychology*. - 1980. - № 38. – P. 668–678.
27. Deci E. L. Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former Eastern Bloc country : a cross-cultural study of self-determination / Deci E. L., Ryan R. M., Gagneĭ M., Leone D. R., Usunov J. & Kornazheva B. P. // *Personality and Social Psychology Bulletin*. - 2001. – P. 930-942.
28. Diener E. Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem / E. Diener // *Personality and Social Psychology*. - 1995. - № 68. – P. 653-663.
29. Diener E. Frequency and intensity : Dimensions underlying positive and negative affect / Diener. E., Larsen R. J., Levine S. & Emmons R. A. // *Journal of Personality and Social Psychology*. - 1985. – № 48. – P. 1253–1265.
30. Diener E. Personality, culture, and subjective well-being : Emotional and cognitive evaluations of life / Diener E., Oishi S. & Lucas R. E. // *Annual Review of Psychology*. - 2003. – № 54. – P. 403-425.
31. Diener E. Subjective well-being : three decades of progress / E. Diener, E. Suh, R.E. Lucas, H.L Smith // *Psychological Bulletin*. – 1999. – №. 125 (2). – P. 276-302.
32. Diener E. Subjective well-being / E. Diener // *Psychological Bulletin*. — 1984. — № 95 (3). — P. 542–575.
33. Diener E. The Satisfaction With Life Scale / Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J. & Griffin S. // *Journal of Personality Assessment*. – 1985. - № 49. – P. 71–75.
34. Diener E. The science of well-being : the collected works / E. Diener // *Series : Social Indicators Research Series*. – 2009. – № 37. – P. 274.
35. Diener E. Will money increase subjective well-being? / E. Diener, R. Biswas-Diener // *Social Indicators Research*. — 2002. — № 57. — P. 119–169.
36. Eid M. Ed Diener and the Science of Subjective Well-Being / Michael Eid and Randy J. Larsen. - New York : Guilford Press, 2008. – P. 97–123.
37. Frisch M. B. Clinical validation of the Quality of Life Inventory / Frisch M. B., Cornell J., Villanueva M. & Retzlaff P. J. // *A measure of life satisfaction for use in treatment planning and outcome assessment. Psychological Assessment*. – 1992. - № 4(1). – P. 92-101.
38. Galinha I. Cognitive, affective and contextual predictors of subjective wellbeing / Galinha I. & Pais-Ribeiro J. L. // *International Journal of Wellbeing*. – 2011. - № 2(1). - P. 34–53.
39. Giovanini E. Framework to measure the progress of societies / Giovanini E., Hall J., Morrone A., Rannuzi G. A. // *OECD Working Paper*. – 2010. – № 34. - P. 26.
40. Harari M. J. An empirical investigation of a theoretically based measure of perceived wellness / Harari M. J., Waehler C. A. & Rogers J. R. // *Journal of Counseling Psychology*. – 2005. - № 52(1). – P. 93-103.

41. Huppert F. A. Psychological well-being : Evidence regarding its causes and consequences / F. A. Huppert // *Applied Psychology: Health and Well-being*. — 2009. — № 1 (2). — P. 137–164.
42. Kerce E. W. “Quality of life : Meaning, measurement, and models” (NPRDC-TN-92-15) / E. W. Kerce. - San Diego: Navy Personnel Research and Development Center, 1992. - P. 31.
43. Keyes C. L. M. Optimizing well-being : The empirical encounter of two traditions / Keyes C. L. M. Shmotkin D. & Ryff C. D. // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2002. - № 82. – P. 1007-1022.
44. Larsen R. J. A multitrait–multimethod examination of affect structure : Hedonic level and emotional intensity / Larsen R. J. & Diener E. // *Personality and Individual Differences*. – 1985. - № 6. – P. 631–636.
45. Larsen R. J. An evaluation of subjective well-being measures / Larsen R. J., Diener E. & Emmons R. A. // *Social Indicators Research*. – 1985. - № 17. - P. 1–18.
46. Lent R. W. Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychosocial adjustment / Lent R. W. // *Journal of Counseling Psychology*. – 2004. - № 51(4). - P. 482-509.
47. Lynch M. Basic needs and well-being : A self-determination theory view / M. Lynch. – 2010. - Retrieved from: http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas10/Article_70.pdf
48. Lyubomirsky S. The benefits of frequent positive affect : Does happiness lead to success? / Lyubomirsky S., King L. & Diener E. // *Psychological Bulletin*. – 2005. - № 131. – P. 803–855.
49. Magnus K. A longitudinal analysis of personality, life events, and subjective well-being / Magnus K., & Diener E. // Paper presented at the Sixty-third Annual Meeting of the Midwestern Psychological Association (May 2–4). – Chicago, 1991. – P. 32.
50. Palombi B. J. Psychometric properties of wellness instruments / B. J. Palombi // *Journal of Counseling and Development*. – 1992, - № 71(2). - P. 221-225.
51. Roscoe L. J. Wellness : A review of theory and measurement for counselors / L. J. Roscoe // *Journal of Counseling and Development*. – 2009. - № 87(2). – P. 216-226.
52. Russell B. The conquest of happiness / Russell B. - New York: Liveright, 1930. – P. 224.
53. Ryan R. M. On happiness and human potentials : A review of research on hedonic and eudaimonic well-being / Ryan R. M., & Deci E. L. // *Annual Review of Psychology*. – 2001. - № 52(1). – P. 141-166.
54. Ryan R.M., On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being / Ryan R.M., Frederick C. // *Journal of Personalit.* – 1997. – № 65. - P. 529–565.
55. Ryff C. D. (1989) Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being / C. Ryff // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1989. – № 57(6). – P. 1069-1081.
56. Ryff C. D. Psychological well-being : Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research / C. D. Ryff, B. Singer // *Psychotherapy and Psychosomatics*. — 1996. — № 65. – P. 14–23.
57. Ryff C. D. The structure of psychological well-being revisited / Ryff C. D. & Keyes C. L. M. // *Journal of Personality and Social Psychology*. - 1995. - № 4. - № 69. - P. 719 -727.
58. Schimmack U. The structure of subjective well-being / Schimmack U. // [Eid M, Larsen R, editors.] - New York: Guilford Press, 2008. - P. 97–123.

59. Veenhoven R. The utility of happiness / Ryan R.M., Frederick C. // Social Indicators Research. - 1988. - № 20. - P. 333-354.

60. Watson D. Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales / Watson D., Clark L. A. & Tellegen A. // Journal of Personality and Social Psychology. – 1988. - № 54(6). – P. 1063-1070.

References transliterated

1. Argyle, M. (2003). Psikhologiya schast'ya [The Psychology of Happiness]. SPb : Piter., 271 (rus).

2. Benko, E. V. (2015). Obzor zarubezhnykh publikatsiy, posvyashchennykh issledovaniyu blagopoluchiya [Review of foreign publications devoted to the study of well-being]. Vestnik YuUrGU. («Seriya : Psikhologiya» [Vestnik of SUSU. ("Series: Psychology")]), 2, 5-13 (rus).

3. Danylchenko, T. V. (2016). Subiektyvne sotsialne blaghopoluchchchia: psykholohichniy vymir : monohrafiia [Subjective social well-being, psychological dimension : Monograph]. Kyiv. nac. un-t im. Tarasa Shevchenka [Taras Shevchenko National University of Kyiv], Chernighiv : Desna Polighraf, 543 (ukr).

4. Dubovik, Yu. B. (2011). Issledovanie psikhologicheskogo blagopoluchiya v pozhilom i starcheskom vozraste [Elektronnyy resurs] [psychological well-being study in elderly and senile age [electronic resource]]. Psikhologicheskie issledovaniya : [elektron. nauch. zhurn.] [Psychological studies [electron. scientific. Journal]], 1(15), Retrieved from <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2011n1-15/433-dubovik15.html> (rus).

5. Zhuravlev, A. L., Yurevich, A. V. (2014). Kollektivnye smysly kak predposylka lichnogo schast'ya [Collective sense as a predictor of happiness]. Psikhologicheskiy zhurnal. T. 35 [Psychological magazine. T. 35], 1, 5-25 (rus).

6. Karapetyan, L. V. (2014). Teoreticheskie podkhody k ponimaniyu sub"ektivnogo blagopoluchiya [Theoretical approaches to the understanding of subjective well-being]. Izvestiya Ural'skogo federal'nogo universiteta. (Seriya «Problemy obrazovaniya, nauki i kul'tury»). [Proceedings of the Ural Federal University. (Seriya "Problems of education, science and culture")], 1 (123), 171-182 (rus).

7. Karskanova, S. (2009). Stan rozrobky problemy psykholohichnoho blagopoluchchia u vitchyzniani i ta zakorodnii psykholohii [Stage of psychological well-being issues in the local and international psychology]. Aktualni problemy praktychnoi psykholohii : [zbirnyk naukovykh prats]. – Ch. 1. [Actual problems of practical psychology: [Scientific works]. - Part 1.], 477-483 (ukr).

8. Noll, H-H. (2008). Issledovanie sotsial'nykh pokazateley i monitoring : metody izmereniya i analiza kachestva zhizni [The study of social indicators and monitoring: Measuring and Monitoring the Quality of Life], SPb : Alsteyya, 59 (rus).

9. Oleksandrov, Yu. M. (2010). Samorehuliatsiia yak chynnyk psykholohichnoho blagopoluchchia studentskoi molodi : avtoref. dys. kand. psykhol. nauk. : spets. 19.00.01 «Zahalna psykholohiia, istoriia psykholohii» [Self-regulation as a factor in psychological well-being of students: Thesis. Dis. candidate. Psychology. Science. : Spec. 19.00.01 "General Psychology, History of Psychology"], Kharkiv, 23 (ukr).

10. Osin, E. N., A. A., Leont'ev, D. A. (2008). Aprobatsiya russkoyazychnykh versiy dvukh shkal ekspress-otsenki sub"ektivnogo blagopoluchiya [Validation of Russian versions of two short-scale assessment of subjective well-being]. Materialy III Vserossiyskogo sotsiologicheskogo kongressa. - M. : Institut sotsiologii RAN, Rossiyskoe obshchestvo sotsiologov [Proceedings of the

III All-Russian Congress of Sociology. - Moscow: Institute of Sociology, Russian Academy of Sciences, the Russian Society of Sociologists], 2 (rus).

11. Pavlotskaya, Ya. I. (2015). Sootnoshenie psikhologicheskogo blagopoluchiya i sotsial'no-psikhologicheskikh kharakteristik lichnosti : dissertatsiya ... kand. psikh. nauk [The ratio of psychological well-being and socio-psychological characteristics of the person: the dissertation ... Candidate. psychol. Sciences], Saratov, 183 (rus).

12. Pidbutska, N. V., Zuieva, A. H. (2014). Subiektyvne blahopoluchchia u stanovlenni maibutnikh fakhivtsiv [Subjective well-being in the development of future professionals]. Problemy ta perspektyvy formuvannia natsionalnoi humanitarno-tekhnichnoi elity : [zb. nauk. pr.] - Vyp. 40-41 (44-45)] / M-vo osvity i nauky Ukrainy, NAPN Ukrainy, Nats. tekhn. un-t "KhPI" ; [redkol.: V. H. Kremen (holova) ta in.] ; za red. L. L. Tovazhnianskoho i O. H. Romanovskoho. - Kharkiv : NTU KhPI [Problems and prospects of forming a national humanitarian and technical elite [Coll. Science. pr.] - Vol. 40-41 (44-45)] / N Prospect Education and Science of Ukraine, NAPS Ukraine, Nat. Sc. University of "KPI"; [Edit. coll.: VG Kremen (Chairman) and others.] Ed. LL OG Tovazhnyansky and Romanovsky. - Kharkov: NTU KhPI], 192-206 (ukr).

13. Seligman, M., (2006). Novaya pozitivnaya psikhologiya : nauchnyy vzglyad na schast'e i smysl zhizni [New Positive Psychology: scientific view on happiness and the meaning of life], M. : Sofiya, 368 (rus).

14. Syrtsova, A. (2008). Vozrastnaya dinamika vremennoy perspektivy lichnosti : dis. kand. psikh. nauk : 19.00.13 – «Psikhologiya razvitiya, akmeologiya» [Age dynamics of personality time perspective: dis. cand. psychol. Sciences: 19.00.13 - "Development Psychology"], M., 317 (rus).

15. Usova N. V. (2012). Struktura i sotsial'no-psikhologicheskie faktory sub"ektivnogo blagopoluchiya lichnosti v usloviyakh migratsii : avtoref. diss. na pol. nauch. stepeni kand. psikh. nauk : spets. 19.00.05. «Sotsial'naya psikhologiya» [The structure and socio-psychological factors of subjective well-being of the person in the conditions of migration: Abstract. diss. on the floor. scientific. PhD degree. psych. Sciences: spec. 19.00.05. "Social Psychology"], Saratov, 24 (rus).

16. Fesenko, P. P. (2005). Osmyslennost' zhizni i psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti : avtoref. diss. na pol. nauch. stepeni kand. psikh. nauk : spets. 19.00.01. «Obshchaya psikhologiya. Psikhologiya lichnosti. Istoriya psikhologii» [The meaningfulness of life and psychological well-being of the person: Abstract. diss. on the floor. scientific. PhD degree. psych. Sciences: spec. 19.00.01. "General Psychology. Psychology of Personality. History of Psychology"]. M., 24 (rus).

17. Sharapova, R. Z. (2011). Struktura psikhologicheskogo blagopoluchiya v period sotsial'no- ekonomicheskogo blagopoluchiya [Elektronnyy resurs] [The structure of psychological well-being during the period of socio-economic well-being [electronic resource]]. Konferentsiya «Lomonosov – 2011» [Conference "Lomonosov - 2011"], Retrieved from http://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2011/1424/12670_24ae.pdf (rus).

18. Shevelenkova, T. D., Fesenko, P. P. (2005). Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti (obzor osnovnykh kontseptsiy i metodika issledovaniya) [Psychological well-being of the individual (for a review of the basic concepts and methodology of research)]. Psikhologicheskaya diagnostika [Psychological Diagnostics]. 3, 95-129 (rus).

19. Shiryayeva, O. S. (2008). Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti v ekstremal'nykh usloviyakh zhiznedeyatel'nosti : avtoref. diss. na pol. nauch. stepeni kand. psikh. nauk : spets. 19.00.01. «Obshchaya psikhologiya. Psikhologiya lichnosti. Istoriya psikhologii» [Psychological well-being of the person in extreme conditions of life: Author. diss. on the floor. scientific. PhD

degree. psych. Sciences: spec. 19.00.01. "General Psychology. Psychology of Personality. History of Psychology"]. Petropavlovsk-Kamchatskiy, 254 (rus).

20. Yavorska, L. M., Yavorovska, H. S. (2014). Faktory stanovlennia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti [Factors formation of psychological well-being of personality]. *Nauka i osvita [Science and Education]*, 12, 216-220 (ukr).

21. Bradburn, N. (1969). *The Structure of Psychological well-being*, Chicago : Aldine Pub. Co., 320.

22. Bryant, F. B., Veroff J. (1982). *The Structure of Psychological Well-Being: A Sociohistorical Analysis*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 653-673.

23. Campbell, A., Converse, P. E., Rodgers, W.L. (1976). *The Quality of American Life : Perceptions, Evaluations and Satisfactions*, New York : Russell Sage Foundation, 583.

24. Campbell, A. (1981). *The Sense of well-being in America : Recent patterns and trends*, New York : MacGraw-Hill, 263.

25. Cooke, P. J., Melchert, T. P., Connor, K. (2016). *Measuring Well-Being : A Review of Instrument*. Published: 1 July 2016. by SAGE Publications, 730-757.

26. Costa, P. T., McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.

27. Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagneĭ, M., Leone, D. R., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former Eastern Bloc country : a cross-cultural study of self-determination. *Personality and Social Psychology Bulletin*, in press, 930-942.

28. Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-575.

29. Diener, E. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.

30. Diener, E. (2009). *The science of well-being : the collected works*. Series: Social Indicators Research Series, 37, 274.

31. Diener, E. Larsen, R. J., Levine, S., & Emmons, R. A. (1985). Frequency and intensity : Dimensions underlying positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1253-1265.

32. Diener, E., Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being?. *Social Indicators Research*, 57, 119-169.

33. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

34. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being : Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.

35. Diener, E., Suh, E., Lucas, R.E., Smith, H.L. (1999). Subjective well-being : three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.

36. Eid, M. (2008). Ed Diener and the Science of Subjective Well-Being. New York : Guilford Press, 97-123.

37. Frisch, M. B., Cornell, J., Villanueva, M., & Retzlaff, P. J. (1992). Clinical validation of the Quality of Life Inventory. A measure of life satisfaction for use in treatment planning and outcome assessment. *Psychological Assessment*, 4(1), 92-101.

38. Galinha, I., & Pais-Ribeiro, J. L. (2011). Cognitive, affective and contextual predictors of subjective wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(1), 34-53.

39. Giovanini, E., Hall, J. Morrone, A., Rannuzi, G. A. (2010). Framework to measure the progress of societies, OECD Working Paper, 34, 26.
40. Harari, M. J., Waehler, C. A., & Rogers, J. R. (2005). An empirical investigation of a theoretically based measure of perceived wellness. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 93-103.
41. Huppert, F.A. (2009). Psychological well-being : Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 1 (2). 137–164.
42. Kerce, E. W. (1992). “Quality of life: Meaning, measurement, and models” (NPRDC-TN-92-15). San Diego : Navy Personnel Research and Development Center, 31.
43. Keyes, C. L. M. Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being : The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
44. Larsen, R. J., & Diener, E. (1985). A multitrait–multimethod examination of affect structure : Hedonic level and emotional intensity. *Personality and Individual Differences*, 6, 631–636.
45. Larsen, R. J., Diener, E., & Emmons, R. A. (1985). An evaluation of subjective well-being measures. *Social Indicators Research*, 17, 1–18.
46. Lent, R. W. (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychosocial adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51(4), 482-509.
47. Lynch, M. (2010). Basic needs and well-being: A self-determination theory view. Retrieved from http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas10/Article_70.pdf
48. Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect : Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803–855.
49. Magnus, K., & Diener, E. (1991). A longitudinal analysis of personality, life events, and subjective well-being. Paper presented at the Sixty-third Annual Meeting of the Midwestern Psychological Association, Chicago (May 2–4), 32.
50. Palombi, B. J. (1992). Psychometric properties of wellness instruments. *Journal of Counseling and Development*, 71(2), 221-225.
51. Roscoe, L. J. (2009). Wellness: A review of theory and measurement for counselors. *Journal of Counseling and Development*, 87(2), 216-226.
52. Russell, B. (1930). *The conquest of happiness*. New York: Liveright, 224.
53. Ryan R.M., Frederick C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65. P. 529–565.
54. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.
55. Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
56. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 69, 719 -727.
57. Ryff, C. D., Singer, B. (1996). Psychological well-being : Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65. 14–23.
58. Schimmack, U. (2008). The structure of subjective well-being. *The Science of Subjective Well-Being* [edited by Eid M, Larsen R.], New York: Guilford Press, 97–123.
59. Veenhoven, R. (1988). The utility of happiness // *Social Indicators Research*, 20. 333-354.
60. Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect : The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

Abstract

The article introduces a theoretical and methodological analysis of the research of the phenomenon of well-being. The development of ideas about well-being is studied starting from the first scientific measurement of happiness and life satisfaction to modern multicomponent models.

The article summarizes the modern definition of well-being as a relatively stable integral multicomponent phenomenon that characterizes the state of optimal functioning of the individual and depends on various factors such as: the system of personal values and perceptions of the world, the presence of emotional and behavioral patterns, a variety of communication skills, personal qualities, goals in life and even the general level of intelligence.

It is determined that various aspects of well-being are measured by subjective (self-esteem) and objective (objective psychodiagnostic measurements) methods. It is noted that the subjective level of self-esteem and the objective level of well-being might not be the same.

The use of notions such as "subjective well-being" was introduced for measurements relating to various aspects of human self-esteem of his life and "psychological well-being" as a general indicator of the state of optimal functioning of the individual, which includes both subjective and objective measures.

The article defines the essential difference between the notions of subjective well-being, psychological well-being, life satisfaction concepts, quality of life and happiness. It states the subjective well-being in the general well-being system of the individual. We propose to use the concept of psychological well-being as a broad construct incorporating subjective and objective aspects.

The author determines the prospects for further research and a wider interpretation of psychological well-being.