

професійна самореалізація, суб'єктивними – індивідуальні особливості (екстравертованість, впевненість у собі, здатність брати на себе відповідальність за власні дії, відчуття внутрішнього контролю над подіями у житті) та емоційно-когнітивне ставлення до впливу об'єктивних чинників.

Згідно з поглядами вже згаданого нами М. Аргайла найсуттєвіший вплив на переживання особистістю щастя мають соціальні зв'язки, а саме взаємовідносини із сімєю, друзями, родиною та співробітниками [1].

З метою дослідження психологічних особливостей переживання студентською молоддю щастя нами було розроблено анкетний опитувальник «Щастя та основні аспекти переживання цього стану». У дослідженні взяла участь студентська молодь НУ «Львівська політехніка» віком 17-21рр.

За результатами дослідження, 52% досліджуваних вказали на переживання стану психологічного благополуччя, 45% – переживають його не дуже інтенсивно, 3% – назвали себе нещасливими; 73% респондентів вважають, що значний вплив на переживання щастя має для них сімейне благополуччя, 15% – саморозвиток та успішна професійна діяльність, 12% – не дали вичерпної відповіді.

Отримані результати дозволяють стверджувати, що досліджувана студентська молодь у пошуку власних орієнтирів благополучного життя й позитивні соціальні взаємини вважають основою особистісного переживання щастя.

Література:

1. Аргайл М. *Психологія щастя*. СПб. : Питер, 2003. 271 с.
2. Варій М.Й. *Загальна психологія: підручник*. Львів: Априорі, 2016. Т.2. 358 с.
3. Ильин Е.П. *Эмоции и чувства*. СПб. : Питер, 2002. 752 с.

Уліцька Галина Степанівна

ПОЗИТИВНЕ ПСИХОЛОГІЧНЕ ФУНКЦІОНУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЗАПОРУКА ЖИТТЄВОГО УСПІХУ

Позитивне уявлення людини про навколишній світ та себе як суб'єкта життєдіяльності науковці розглядають через почуття психологічного благополуччя, іншими словами, – позитивного психологічного функціонування, яке представляє один із способів розв'язання інтелектуальних завдань з опорою на позитивне самоставлення і позитивне ставлення до дійсності. Позитивне само-

ставлення сприяє збереженню внутрішньої стабільності особистості на шляху до успішної самореалізації, виконуючи функцію психологічного захисту.

Позитивне функціонування індивіда ототожнюється багатьма дослідниками з феноменом психологічного благополуччя. На сьогоднішній день підходи щодо розуміння психологічного благополуччя об'єднуються навколо гедоністичного та евдемоністичного вчення (Н.Бредбурн, Е.Дінер, А.Вотерман).

До гедоністичних теорій відносяться концепції Н.Бредбурна та Е. Дінера. У цих концепціях психологічне благополуччя описується в термінах "задоволення-незадоволення" та будується на балансі позитивного та негативного афекту. Так, Е.Дінер вважає, що суб'єктивне благополуччя покликане не просто служити індикатором того, наскільки людина занурена в тривогу, а повинно демонструвати наскільки одна людина щасливіша за іншу, тобто автор ототожнює суб'єктивне благополуччя з переживанням щастя.

У евдемоністичному підході благополуччя розкривається як повнота самореалізації людини, знаходження синтезу між вимогами соціального оточення і розвитком власної індивідуальності. Ця форма переживання повноти буття, пов'язаного з самореалізацією, розуміється як прояв щастя у житті людини.

Погляди на психологічне благополуччя на основі дослідження проблеми позитивного функціонування особистості, синтезовані в шестикомпонентній теорії Керол Ріфф, яка узагальнила та виокремила шість складових феномену психологічного благополуччя: самоприйняття (прийняття себе), готовність підтримувати позитивні стосунки з оточуючими, автономність, екологічна майстерність (управління оточуючим середовищем), наявність мети в житті, особистісне зростання (індивідуальне самовдосконалення). Спираючись на її теорію, психологічне благополуччя особистості – це досить складне переживання задоволеності власним життям, що відображає одночасно як актуальні, так і потенційні аспекти життя особистості.

Отже, у рамках наукової розробки проблеми психологічного благополуччя висвітлено різні погляди щодо задоволеності життям та відчуттям щастя. Найрозробленіші – це відчуття щастя як задоволеності власним життям та щастя як стан суб'єктивного і психологічного благополуччя.

Слідуючи тим концепціям, за якими позитивне психологічне благополуччя виражається у суб'єктивному відчутті щастя, задоволеності собою і власним життям, а суб'єктивне благополуччя залежить від системи внутрішніх оцінок самого носія даного переживання, за емоційним опитувальником М.Фордайса (за М.Селігманом) шляхом інтроспекції була проведена діагностика студентів Луцького педагогічного коледжу з метою визначення ступеня задоволеності їх власним життям. Вибірка склала 115 чоловік. Досліджуваним необхідно було представити свою формулу щастя-нещастя, в якій вони

розподіляли у відсотках, час, коли вони перебувають на емоційному підйомі, скільки часу – нещасні і скільки часу для них властивий нейтральний стан, тобто вони не відчувають себе ні щасливими, ні нещасними.

46% респондентів усвідомлюють, що вони «досить-таки щасливі»; тих, у кого щастя і нещастя: 50 на 50 – 29%; дуже щасливими себе вважають 16%, а лише інколи щастя відчуває 6% опитаних. Отже, за результатами методики молодь переважно відчуває себе щасливою (визначаючи показник щастя за їх власними оцінками в межах 55- 80%).

Поза тим, у працях багатьох корифеїв психологічної науки визнано єдність емоційного та інтелектуального чинників у психологічних явищах (Г.С.Костюк, С.Л.Рубінштейн, Б.І.Додонов). Науковці наголошували, що емоційна спрямованість і розум утворюють єдине ціле і воно створює власну позитивну програму, орієнтовану на успіх.

Висновки. Сутність позитивного функціонування особистості розглядаємо через відчуття психологічного благополуччя, яке дозволяє людині бути задоволеною своїм життям. Вважаємо, що обов'язковою характеристикою повноцінного існування індивіда повинно бути його суб'єктивне переконання у позитивному забарвленні власного життя. Поза тим, позитивне психологічне функціонування об'єднує в собі комплекс особистісних ставлень людини, яка позитивно сприймає й оцінює себе і своє минуле. А при переважанні у неї почуття задоволеності власним життям, вона прагне до особистісного зростання.

Література:

1. Воропаєва В. Г. Проблеми цілісності особистості в умовах кризового буття: соціально-антропологічний аналіз / В. Г. Воропаєва // Гілея : науковий вісник. – 2012. – Вип. 60. – С. 1-17.
2. Каргіна Н. В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості : теоретичний аспект / Н. В. Каргіна // Наука і освіта. – 2015. – № 3. – С. 48 – 55.
3. Курова А. В. Суб'єктивне благополуччя як складова частина задоволеності життям / А. В. Курова // Вісн. Одес. нац. ун-ту. Психологія. – 2013. – Т. 18, Вип. 23. – С.158-164.
4. Шамионов, Р. М. О некоторых преобразованиях структуры субъективного благополучия личности в разных условиях профессиональной социализации // Мир психологии. – 2010. – №1. – С. 237-249.
5. Філіппова І. Індивідуальне соціальне здоров'я як важливий соціокультурний компонент щастя та життєвого благополуччя / І. Філіппова // Практична психологія та соціальна робота : наук.-практ. освітньо-метод. журн. – 2013. – № 8. – С. 48-56.

Тези надіслані 26 лютого 2019 р.