

5. Мосов С. П., Охременко О. Р. Соціально-психологічні аспекти професійної адаптації / С. П. Мосов, О. Р. Охременко. – Київ, Хімджест, 2004. – 122 с.

6. Руссинович М., Соломон Д. Внутреннее устройство Microsoft Windows. Windows XP и Windows 2000. Мастер класс / Пер.с англ.- 4-е изд. – М. : Издательско-торговый дом «Русская редакция»; СПб. : Питер, 2005. – 992 с.

7. Джесси Торес. Скрипты для администратора Windows. Спец справочник / Пер.с англ. А. Марков. – СПб. : Питер, 2002. – 336 С.

**Рецензенти:** д. психол. н. Швалб Ю.М., д. психол. н. Коваленко А.Б.

**УДК 159.09**

*Приходько Ю.О., к. психол. н., доцент кафедри загальної психології НУЦЗУ*

### **ТЕОРЕТИЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ДІЯЛЬНОСТІ**

У статті представлені теоретичні основи проблеми психологічного благополуччя особистості, які надалі дозволять вивчити вплив зовнішніх і внутрішніх факторів на психологічне та професійне благополуччя людини безпосередньо в екстремальних умовах діяльності.

*Ключові слова:* психологічне благополуччя особистості, суб'єктивне благополуччя, професійне благополуччя, екстремальні умови діяльності.

В статье представлены теоретические основы изучения проблемы психологического благополучия личности, которые в дальнейшем позволят проанализировать влияние внешних и внутренних факторов на психологическое и профессиональное благополучие человека непосредственно в экстремальных условиях деятельности.

*Ключевые слова:* психологическое благополучие личности, субъективное благополучие, профессиональное благополучие, экстремальные условия деятельности.

**Постановка проблеми.** Проблема психологічного благополуччя особистості є однією з фундаментальних у психології, тому інтерес до неї зберігається протягом всієї історії психологічної науки. Традиційно психологічне благополуччя розглядалося через протиставлення психологічному нездоров'ю і неблагополуччю. Разом з тим, на межі ХХ і ХХІ століть під впливом активно розвиваючогося екзистенційно-феноменологічного підходу до особистості формувалося уявлення про недостатність медичної моделі психологічного благополуччя. В цей період потреба виходу за межі дихотомії «здоров'я-хвороба» і звернення дослідників до позитивних аспектів функціонування особистості, зумовили актуальність дослідження даного феномена в його взаємозв'язку з різними сторонами людського буття.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** В даний час активно вивчається зв'язок психологічного благополуччя з різними особливостями особистості (смісложиттєвими орієнтаціями, суверенністю психологічного простору, стратегіями життя і т.д.) і її соціальними характеристиками; розробляється валідний і надійний інструментарій для вимірювання психологічного благополуччя, відбувається уточнення і операціоналізація самого поняття; досліджується також вплив різноманітних об'єктивних і суб'єктивних факторів на психологічне благополуччя особистості (М. Аргайл, Н. Бредберн, Е. Дінер, К. Ріфф, М. Селігман, Р. Еммонс, М. Бучацька, А. Вороніна, А. Созонтов, П. Фесенко, Т. Шевеленкова та ін.)

Особливо затребуваним на сучасному етапі розвитку суспільства стає вивчення психологічного благополуччя особистості в екстремальних умовах життєдіяльності, що, перш за все, обумовлено значним збільшенням числа антропогенних і природних екстремальних впливів на людину, а також неможливістю нівелювати негативний вплив природно-кліматичного середовища, на відміну від впливів середовища соціального, освітнього, інформаційного. Обговорення питання про вплив екстремальних умов життєдіяльності на розвиток і функціонування особистості ускладнюється його неоднозначністю і суперечливістю: в дослідженнях відзначається як негативний вплив екстремальних умов на благополуччя особистості (Дж. Беннет, С. Бейкер, Дж. Голд, Дж. Глезер, Д. Джаніс, Дж. Мілн, Х. Мор, Т. Ніколс, У. Парентон, Т. Сімпсон, А. Тейлор, Н. Арутюнова, Т. Алексєєва, Ю. Александровський, Т. Андропова, О. Бароян, Н. Воронін, Н. Дементьєва, Ц. Короленко, А. Лепіхов, Е. Мясніков, І. Олейнік, А. Пшонік, В. Покровський, Л. Потилчанський, В. Сінелиціков, І. Семенова та ін.), так і їх особлива роль у мобілізації особистісних ресурсів, необхідних для психологічного благополуччя та особистісного зростання (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Ясперс, А. Асмолов, Д. Леонтьєв, А. Петровський, В. Століна, В. Чудновський). Тому, поряд з вивченням характеристик особистості, що змінюються під впливом екстремальних умов (О. Тимченко, Л. Перелигіна, Н. Онищенко, В. Садковий, В. Христенко, С. Лебедева, О. Назаров), сьогодні активно досліджуються особистісні характеристики, що забезпечують оптимальну поведінку і виступають в якості ресурсів для повноцінної життєдіяльності в екстремальних умовах (С. Миронець, О. Склень, Д. Тітаренко та ін.).

Таким чином, актуальність проблеми психологічного благополуччя особистості в екстремальних умовах життя і професійної діяльності визначається її високою значимістю для вирішення найважливіших питань конструктивного розвитку та функціонування особистості, з одного боку, і недостатністю теоретичних і емпіричних досліджень в даній науковій області - з іншого.

**Виклад основного матеріалу.** Вивчення проблеми психологічного благополуччя має глибокі коріння в історії філософії, психології, соціології та інших наук. Актуальність дослідження викликана практичною необхідністю у визначенні факторів внутрішньої рівноваги і розвитку особистості, які сприяють її адекватній соціальній поведінці та самореалізації.

Сформуванню теоретичну модель психологічного благополуччя особистості можна, лише попередньо виявивши модель «суб'єктивного неблагополуччя особистості». Такий стан речей визначений тим, що багато психологіч-

них підходів концентрують свою увагу не на «умовно психічно здорову і психологічного благополучну людину», а воліють досліджувати людей з порушеннями внутрішньої рівноваги, з неадекватною соціальною поведінкою.

Найбільш широкі можливості для вивчення проблеми дає психоаналітичний підхід. У психоаналізі суб'єктивне неблагополуччя уявляється як конфлікт між соціальним і індивідуальним (точніше первинним сексуальним позивом) людини, виражений як нерозв'язне протиріччя між судовою інстанцією «Над-Я» і інстинктивним «Воно», усвідомлюваний і контрольований в «Я» і виражений в різного роду психопатології. Благополуччя можливе, коли що-небудь в «Я» збігається з «Ідеалом Я», і виникає відчуття тріумфу [20, С. 126]. Влада в контексті концепції З. Фрейда - перш за все влада несвідомого «Воно» над свідомим «Я», їх боротьба і прояв цієї боротьби в психології «важак» і «первісної орди».

Пізніше Карен Хорні, намагаючись соціалізувати вчення Фрейда, запропонувала свою концепцію особистості, в основі якої лежить вроджене почуття занепокоєння, «корінна тривога». «Корінна тривога», на думку Хорні, веде до відчуження людини від самої себе і від суспільства. Вихід - позбавлення від свого ідеалізованого, фальшивого образу. Вона розглядає три типи стратегії соціальної поведінки, провідних до відчуття благополуччя: 1) прагнення до людей; 2) прагнення від людей, прагнення до незалежності; 3) прагнення діяти проти людей (агресія). Таким чином, К. Хорні вважає найважливішим для суб'єктивного благополуччя людини не взаємозв'язок «особистість - предметний світ» (К. Маркс) або «особистість - тіло» (З. Фрейд), а взаємозв'язок «особистість - люди», відчуження від яких можна подолати любов'ю і прихильністю. Потреба у владі або, як вона каже, «поклик влади», для неї - інший шлях заспокоєння від тривожності [28], не заперечуючи при цьому, що прагнення до влади може бути не тільки невротичним, але виникати і з почуття сили.

Найбільш ясно К. Хорні розкриває свою концепцію в своїй останній книзі «Невроз і особистісне зростання. Боротьба за самореалізацію» [27]. В роботі запропоновані наступні три аспекти: Я - актуальне, ідеальне, реальне. Але вони вимагають уточнень, так як їй пояснення декілька «змащені». Під Я-реальним Хорні розуміє той ідеальний образ себе, якого можна реально досягти в реальному світі. До неблагополуччя ж призводить внутрішня дезінтеграція, роздрібленість особистості, викликана прагненням підтримувати будь-яким шляхом якийсь ідеальне, але не досягне уявлення про себе, що вимагає неймовірних психічних зусиль і все більше відриває людину від його Я-актуального. Таким чином, в описах Хорні можна побачити ще одну структуру Я - «сфальсифіковане ідеальне Я-актуальне». У підсумку: замість здорового Я-ідеального та орієнтованого на нього Я-актуального, невротична особистість формує якийсь фантастичний Я-ідеал і продукує у свідомості орієнтоване на нього Я-актуальне. Саме від них, ідеалізованих і відірваних від реальності Я-ідеального та Я-актуального, Хорні закликає позбавитися. Говорячи про відмову від ідеального образу себе вона не має на увазі, що особистість повинна пасивно змиритися зі своїм наявним буттям, мова йде про позбавлення від фальшивих Я-структур.

Соціальний психолог, філософ, соціолог, неофрейдист Е. Фромм у своїх роботах протягом декількох десятиків років розглядав різні аспекти суб'єктивного неблагополуччя. Ідеї З. Фрейда виступали як методологія його досліджень [22; 26]. Інтегруючи уявлення Е. Фромма, спробуємо виділити найбільш характерні риси його концепції неблагополуччя.

Одна з перших великих робіт Е. Фромма «Втеча від свободи» являє собою, за його словами у вступі до 25-го видання книги, «ретельний аналіз такого явища людської психіки як стан тривоги» [21, С. 9], тривоги, викликані крахом середньовікової спільності, яка давала людині почуття впевненості, безпеки, визначеності. Довгі роки становлення цивілізації дали людині можливість оточити себе нечуванним достатком матеріальних благ; людина створила суспільство, засноване на принципах демократії. Але, як показує аналіз, зроблений у книзі, - сучасна людина все ще охоплена занепокоєнням і схильна в будь-який момент встати під прапори якого-небудь диктатора, і тим самим, повністю втративши свободу, перетворившись на маленьку деталь величезної машини, стати не вільною людиною, а ситим і добре одягненим роботом. Право і можливість бути особистістю в нашу епоху (на відміну від середньовіччя, коли людина «бачила себе лише через призму суспільної ролі» [21, С. 64]) розриває первинні узи між людиною і світом. «Вона уже не може прожити все життя в тісному маленькому світі, центром якого була вона сама; світ став безмежним і загрозливим ... Нова свобода неминуче викликає відчуття невпевненості і безсилля, сумніву, самотності й тривоги» [21, С. 82]. Почуття власної меншовартості дають контакт з величезними знеособленими організаціями, з технічної раціональністю і машинами, участь у роздільній і нетворчій праці. Світ виглядає як мозаїка, шматочки якої ніяк не пов'язані між собою. Причому Е. Фромм зазначає, що «більшість психіатрів вважають структуру свого суспільства настільки самоочевидною, що людина, погано пристосована до цієї структури, є для них неповноцінною» [21, С. 172]. Насправді, на думку Е. Фромма, невротик - це людина, яка все ще не здалася, не відмовилася від своєї індивідуальності в ім'я пристосування до вимог структури суспільства.

Відновити зв'язок зі світом можна двома шляхами: 1) любов'ю і працею; 2) втечею від себе до суєтного світу, конформізмом. Є і третій шлях - зруйнувати відчужений об'єкт, тобто - агресія. Що ж переважно вибирає наш сучасник? Він прагне мати свій маленький речовий світ, маніпулятивно керований. «Я є те, чим я володію, і що я споживаю» [23, С. 56]. Мати знання, мати віру, мати проблеми, мати шлюб, мати речі: все будується за модусом володіння, «світ постає як величезний предмет його прагнень» [25].

Кінцева і справжня мета «благополучної» людини сформульована Е. Фроммом у роботі «Людина для себе»: «Головне життєве завдання людини - дати життя самій собі, стати тим, чим вона потенційно є. Найбільш значний плід її діяльності - це власна особистість» [21, С. 9]. Соціальні методи вирішення цього завдання, запропоновані Е. Фроммом, вельми утопічні: всякого роду заборони, наприклад, заборона реклами, заборона власникам визначати характер продукції, що випускається ними, створення «комунітарного соціалізму» і т.д. Окрема тема - це «мистецтво любити» [24], любов розглядається як основний шлях повернення людини до самої себе. Любов між батьками і

дітьми, братська любов, материнська любов, еротична любов, любов до себе, любов до Бога - вирішення проблеми людського існування за допомогою відновлення соціально-психологічних зв'язків усіх рівнів.

Біхевіоральний же підхід до людини дозволяє визначити, що модель неблагополуччя припускає неадекватність поведінкових реакцій, неуспішну поведінку в соціальних інтеракціях.

Гуманістичний підхід споконвічно підходить до людини з точки зору «благополуччя», але все ж, згідно з логікою нашого підходу, зауважимо, що під неблагополуччям тут, перш за все, мається на увазі неможливість «стати тим, ким ти можеш стати», неможливість реалізації творчого потенціалу, розрив, неконгруентність між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», втрата смислів [7; 14; 19].

З точки зору когнітивного підходу до особистості, когнітивний дисонанс, що переживається особистістю, можна оцінити як відчуття суб'єктивного неблагополуччя [18].

Психологічний підхід до суб'єктивного неблагополуччя особистості розроблений Мелвіном Сіменом, американським соціологом. Він розглядає неблагополуччя через філософську категорію відвідчуження як специфічне переживання індивіда і знаходить в ньому п'ять різних модальностей: 1) безсилля - індивід вважає, що його діяльність не може дати тих результатів, до яких він прагне; 2) безглуздість - індивіду не ясно значення подій, в яких він бере участь, він не знає, у що він повинен вірити, чому необхідно робити так, а не інакше; 3) дезорганізація норм або аномія - ситуація, в якій індивід стикається з суперечливими рольовими очікуваннями і змушений для досягнення поставлених цілей вдаватися до соціального несхвалення поведінки; 4) ізоляція - відчуження індивіда від головних цілей і цінностей, розбіжності індивіда з даними суспільством в оцінці значущих в цьому суспільстві цілей і вірувань; 5) самовідчуження - відчуження індивіда від самого себе, відчуття себе і своїх здібностей як чогось чужого, як кошти або інструмент [30, С. 268].

У вітчизняній психології склався власний погляд на проблему психічного благополуччя.

С. Рубінштейн намагався ввести в радянську психологію проблему суб'єктивного благополуччя як проблему зведення людини до засобу досягнення якоїсь мети, зведення людини лише до носія якої-небудь функції, що призводить до звуження або навіть втрати особистісного життя, її убогості і обмеженості, тобто з суб'єкта людина стає об'єктом. Творча діяльність, пізнання і любов - є твердження буття благополучної людини згідно поглядам С. Рубінштейна [15, С. 255; 16, С. 220-235].

У фундаментальній праці О. Леонтьєва «Проблеми розвитку психіки» суб'єктивне благополуччя розглядається як наслідок розбіжності об'єктивного результату діяльності людини, з одного боку, і її мотиву - з іншого. Людина тче, кує і тому подібне, а насправді прагне задовольнити свої потреби в їжі, одязі, житлі та ін. Сама її трудова діяльність перетворюється для неї в щось інше, чим вона є. Її сенс для робітника не збігається тепер з її об'єктивним значенням, діяльність перетворюється лише в спосіб заробітку. Мета, предмет не збігається з мотивом, діяльність перетворюється в дію. Благополуччя в розумінні О. Леонтьєва в тому, щоб діяльність пов'язувала суб'єкт з

навколишнім світом і «створювала все більш адекватне відображення цього світу» [6, С. 327-378].

Окремі аспекти суб'єктивного неблагополуччя як дистанціювання людини від власного буття, від соціуму розглядаються в роботах російського психолога К. Абульханової-Славської [1; 2; 3].

У працях А. Петровського та В. Петровського проблему неблагополуччя можна побачити як проблему нерепрезентованості суб'єкта в Іншому та Інших [10; 11].

Узагальнюючи короткий огляд моделей «неблагополуччя», ми можемо виділити основні фактори суб'єктивного неблагополуччя особистості: конфлікт Я-ідеального та Я-реального на різних рівнях життєдіяльності (вітальної, соціальної та пракселогічної); депривація «вищих» і «нижчих» потреб; неможливість конструктивної самореалізації; відчуття безсилля; зведення спонтанної діяльності людини до звуженого функціонування; порушення соціальних взаємозв'язків; самовідчуження; неадекватність соціальної поведінки та інтеракцій; втрата суб'єктності.

Перейдемо до розгляду поняття «суб'єктивне благополуччя особистості».

Р. Шаміонов [29] вказує, що в питанні про суб'єктивне благополуччя особистості існує, принаймні, дві позиції: що йде «від особистості» - проблема самосвідомості, рефлексивного «Я» і «до особистості» - проблема зовнішнього по відношенню до неї змісту, як умови суб'єктивного благополуччя та його варіативності (що зазвичай пов'язується з профілактикою функціональних порушень).

На думку Л. Кулікова, суб'єктивне благополуччя необхідно інтерпретувати як узагальнене і відносно стійке переживання, що має особливу значущість для особистості. Він також підкреслює, що «воно є важливою складовою частиною домінуючого психічного стану» [5, С. 476].

М. Соколова на основі аналізу визначень суб'єктивного благополуччя висуває три категорії цього явища:

- визначається за зовнішніми критеріями «нормативності» (відповідність системі цінностей, прийнятої в культурі);
- визначається за допомогою поняття задоволеності життям, яке пов'язують із стандартами респондентів щодо внутрішніх нормативів «гарного життя»;
- визначається за допомогою буденного розуміння щастя як переваги позитивних емоцій над негативними.

Р. Шаміонов [29, С. 7-8] вказує, що суб'єктивне благополуччя особистості включає її соціально-нормативні ціннісні установки, реалізація яких зумовлена всією сукупністю умов соціалізації як у суб'єктивному, так і в об'єктивному планах, реалізацію потреб, мають соціальний контекст, глобальну оцінку свого існування на основі співвіднесення приватних і узагальнених уявлень про своє життя і самореалізацію в ній з «еталонними уявленнями», засвоєними в процесі соціалізації.

Тобто суб'єктивне благополуччя особистості являє собою інтегральне соціально-психологічне утворення, яке включає оцінку і ставлення людини до свого життя і самої себе та несе в собі активний початок. Воно містить всі три

компоненти психічного явища: когнітивний, емоційний, конотивний (поведінковий) і характеризується суб'єктивністю, позитивністю і глобальністю вимірювання [29, С. 2].

Р. Шаміонов пропонує наступне визначення: суб'єктивне благополуччя – це поняття, що виражає власне відношення людини до своєї особистості, життя і процесам, що мають важливе для неї значення з точки зору засвоєних нормативних уявлень про «благополучне» зовнішнє і внутрішнє середовище і характеризується переживанням задоволеності.

Важливим є розгляд структурних компонентів суб'єктивного благополуччя. Дослідники найчастіше розрізняють три варіанти суб'єктивного благополуччя - фізичне, психологічне і соціальне. Таке розуміння узгоджується з підходами психологів до внутрішньої структури особистості: фізичне «Я», соціальне «Я» і духовне «Я» (У. Джеймс та ін.)

З точки зору А. Вороніної, «психологічне благополуччя» формується в процесі діяльності у вигляді внутрішніх інтенцій людини (несвідомих і свідомих ресурсних установок) - життєздатності, саморозвитку і самовираження, самореалізації - і може бути розглянуто на чотирьох автономних рівнях - психосоматичного здоров'я, соціального адаптування, психічного та психологічного здоров'я [4, С. 198-203].

У моделі К. Ріффа структура психологічного благополуччя містить у собі шість складових, або вимірювань, кожне з яких описується за допомогою біполярної шкали «позитивний локус - негативний локус»: автономія, контроль над оточенням, особистісний ріст, позитивні відносини з іншими, цілі в житті, самоприйняття [цит за 17, С. 15-19].

У концепції суб'єктивного благополуччя Д. Кулікова [5] благополуччя розглядається як інтегративне утворення, яке має ряд складових:

- а) соціальне благополуччя (задоволеність соціальним статусом, станом суспільства, до якого належить індивід, міжособистісними зв'язками і пр.);
- б) духовне благополуччя (можливість долучатися до багатств духовної культури, усвідомлення і переживання сенсу);
- в) фізичне (тілесне) благополуччя (тілесний комфорт, відчуття здоров'я і пр.);
- г) психологічне благополуччя (злагожденість психічних процесів, гармонія особистості, відчуття цілісності).

Р. Шаміонов [29, С. 85] на основі теоретичних розробок проблеми виділив комплекси, що є найбільш важливими з точки зору якості життя і його суб'єктивної оцінки:

- відносини з малим соціумом (родина, родичі, друзі, знайомі);
- відносини з великим соціумом (стабільність в країні);
- трудові процеси (професія, професійна група, професійний інтерес, професійне спілкування, дохід);
- комплекс життєвих процесів (потреби, безпека, здоров'я, екологія);
- інтереси (комунікативні, пізнавальні, матеріальні);
- внутрішньоособистісні процеси (система ціннісних орієнтацій, співвідношення між внутрішніми та соціальними ціннісними орієнтаціями, самоствавлення і самооцінка, баланс між домаганнями і самооцінкою);

- стани і властивості (темперамент, властивості особистості, емоційні стани);

- соціальний досвід (способи подолання фрустрації, комплекс патернів поведінки, соціальна орієнтація).

В тій чи іншій мірі суб'єктивне сприйняття цих інстанцій і відносин, що формується до різних сторін життя, дає цілісне уявлення про своє власне благополуччя (комфорт).

Р. Шаміонов [29, С. 11] в результаті аналізу теоретичних і емпіричних досліджень суб'єктивного благополуччя виділив основні його структурні компоненти - різні види задоволеності (собою, життям, діяльністю, соціальними відносинами та ін.) Види задоволеності розглядалися різними авторами (С. Ареф'єв, О. Свенціцький, Л. Мітіна, Р. Максимова, О. Копіна та ін) і задоволеність життям представляється у багатьох дослідженнях як основний компонент суб'єктивного благополуччя. Вказується, що задоволеність життям пов'язана з самооцінкою здоров'я, освітою, статтю, соціальним статусом, відповідністю із задоволенням потреб, гостротою і значимістю потреб, загальної оцінки комфортності та показниками професійної успішності.

Функціональна будова суб'єктивного благополуччя неоднозначна, серед його функцій можна виділити вже зазначену регулятивну функцію (функція адаптації), яка полягає в регуляції внутрішнього самоствавлення, самопочуття, взаємини з зовнішнім світом. Далі - це функція управління когнітивними процесами, які забезпечують адаптацію та інтеграцію особистості в соціумі; «поведінкова» функція, що полягає у виборі стратегій поведінки і залежить від локусу благополуччя і спрямованості особистості; функція розвитку, що забезпечує творчий рух як в сторону саморозвитку, так і в бік забезпечення зовнішніх умов для задоволення вищих потреб і приведення всієї системи в рівновагу [29, С. 92-93].

Задоволеність розуміється тут як складне, динамічне соціально-психологічне утворення, засноване на інтеграції когнітивних і емоційно-вольових процесів, що характеризується суб'єктивним емоційно-оцінним ставленням (до себе, соціальних відносин, життя, праці) і що володіє спонукальною силою, сприяючою дії, пошуку, управлінню внутрішніми і зовнішніми об'єктами [29, С. 16].

До структуроутворюючих факторів задоволеності, а, отже, і суб'єктивного благополуччя [29, С. 85], відносяться такі:

- мотиваційні: досягнення, визнання, зростання, якість життєдіяльності;
- змістовні: зміст життя і діяльності, взаємовідносини з іншими;
- гігієнічні: умови життя і діяльності, екологія;
- когнітивні: знання про світ, себе, життя і діяльності, їх співвідношення і оцінка;

- емоційні: локус між валентностями відношення до себе, світу, життя і діяльності, відображення зовнішньої оцінки.

Суб'єктивне благополуччя особистості засноване на таких критеріях, як благополуччя, які відображені особистістю, зрозумілі нею [9]. Ін-формаційні уявлення про власне благополуччя значною мірою визначає його стійкість.

Вагомим чинником суб'єктивного благополуччя виступає система саморегуляції психічних станів особистості, оскільки інтегруюча функція пси-

хічних станів сприяє утворенню психологічного ладу особистості: властивості, стани, процеси (де забезпечується взаємодія процесів і властивостей), утворює цілісну психологічну структуру особистості, необхідну для ефективного функціонування суб'єкта [13]. Суб'єктивне благополуччя виконує регуляторну функцію по відношенню до поведінки, і саме є результатом діяльності по саморегуляції психічних станів.

Суб'єктивне благополуччя засноване на системі відносин особистості, його детермінанти виходять з комплексу психологічних і соціально-психологічних відносин [8]. Ситуативні і довготермінові переживання благополуччя пов'язані з результатами соціалізації та соціальною адекватністю. Соціалізація визначає орієнтири для кваліфікації благополуччя з багатьох підстав (напрямів) [12, С. 507-513]. Оцінка умов життєдіяльності і себе кожною особистістю визначається, виходячи з соціальних патернів, які, в свою чергу, створюють умови для оцінки внутрішніх інстанцій особистості, оскільки вони багато в чому відбивають симбіотичність зовнішніх і внутрішніх умов розвитку.

**Висновки.** Аналіз сучасного стану проблеми психологічного благополуччя дозволяє стверджувати, що дана область практичної психології та психологічної практики є на сьогоднішній день в нашій країні недостатньо розвиненою, хоча, і надзвичайно актуальною.

**Напрямок подальших досліджень.** Надалі нами буде зроблена спроба теоретичного аналізу впливу зовнішніх і внутрішніх факторів на психологічне та професійне благополуччя людини безпосередньо в екстремальних умовах діяльності.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К. А. Активность и сознание личности как субъекта деятельности / К. А. Абульханова-Славская // Психология личности в социалистическом обществе. – М., 1989. – Т.1.
2. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности / К. А. Абульханова-Славская. – М., 1980.
3. Абульханова-Славская К. А. Сознание личности в кризисном обществе / К. А. Абульханова-Славская. – М. : ИП РАН, 1995.
4. Воронина А. В. Оценка психологического благополучия школьников / А. В. Воронина // Ежегодник российского психологического общества. – СПб., 2003. – Т.2.
5. Куликов Л. В. Детерминанты удовлетворенностью жизнью / Л. В. Куликов // Общество и политика. – СПб., 2000.
6. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев. – М. : МГУ, 1981.
7. Маслоу А. Мотивация и личность / Маслоу А. – СПб. : Евразия, 1999.
8. Московичи С. Машина, творящая богов / С. Московичи. – М., 1998.
9. Никитин И. Творчество в профессиональном управлении трудом / И. Никитин, В. Толмачев // Прикладная психология и психоанализ. – 1998. – № 3.
10. Петровский А. В. Индивид и его потребность быть личностью / А.В. Петровский, В. А. Петровский // Вопросы философии. – 1982. – № 3.

11. Петровский В. А. Теоретические проблемы психологии личности в системе межличностных отношений / В. А. Петровский // Психология развивающейся личности; под ред. А. В. Петровского. – М., 1987.
12. Питирим Сорокин. Социологический прогресс и принцип счастья / Сорокин Питирим // Человек. Цивилизация. Общество. – М., 1992.
13. Прохоров А. О. Психические состояния и их свойства / А.О. Прохоров. – Казань, 1994.
14. Роджерс К. Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы : монография / К. Р. Роджерс. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2000.
15. Рубинштейн, С.Л. Человек и мир / С.Л. Рубинштейн // Проблемы общей психологии. - М.: Педагогика, 1973.
16. Рубинштейн С. Л. Проблемы психологии в трудах Карла Маркса / С. Л. Рубинштейн // Проблемы общей психологии. – М. : Педагогика, 1973.
17. Садальская Е. В. Личностные факторы в оценке качества жизни и психологического благополучия / Е. В. Садальская, А. М. Абдраязкова, С. Н. Еникопов // Ежегодник российского психологического общества. – СПб., 2003.
18. Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса / Л. Фестингер. – СПб. : Ювента, 1999.
19. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогресс, 1990.
20. Фрейд З. Массовая психология и анализ человеческого «я» / З. Фрейд // «Я» и «Оно». Труды разных лет. – Тбилиси : Мерани, 1991. – Т. 1.
21. Фромм Э. Бегство от свободы. Человек для себя / Э. Фромм. – Минск : ООО «Попурри», 1998.
22. Фромм Э. Забытый язык / Э. Фромм // Душа чело века. – М. : Республика, 1992.
23. Фромм Э. Иметь или быть? / Э. Фромм. – М. : Прогресс, 1986.
24. Фромм Э. Искусство любить / Э. Фромм // Душа человека. - М.: Республика, 1992.
25. Фромм Э. Современное положение человека / Э. Фромм // Психоанализ и этика. – М. : Республика, 1993.
26. Фромм Э. Сущность человека, его способность к добру и злу / Э. Фромм // Это человек : антология. – М. : Высш. шк., 1995.
27. Хорни К. Невроз и личностный рост. Борьба за самореализацию / К. Хорни. – СПб. : Восточно-Европейский институт психоанализа, 2000.
28. Хорни К. Невротическая личность нашего времени: Самоанализ / К. Хорни. – М. : Издательская группа «Прогресс»-«Универс», 1993.
29. Шамионов Р. М. Психология субъективного благополучия личности / Р. М. Шамионов. – Саратов : Изд-во Саратов. ун-та, 2004.
30. Seeman M. Empirical Alienation Studies. An Overview. – In. : Geyer R.F., Schweitzer D.R. Theories of Alienation / M. Seeman. – Leiden, 1976.

**Рецензенти:** д. психол. н. Тімченко О.В., д. психол. н. Яковенко С.І.