

Секция «Психология личности: вызовы неопределенности»  
**«Особенности представлений о субъективном благополучии в зависимости от его уровня»**

Гафурова Татьяна Ринатовна<sup>1</sup>, Курлина Кристина Вячеславовна<sup>2</sup>, Кочетова Виктория Игоревна<sup>3</sup>

1 - Волгоградский государственный университет, Волгоград, Россия; 2 - Волгоградский государственный университет, Волгоград, Россия; 3 - Волгоградский государственный университет, Волгоград, Россия

*E-mail: tanya.sklyarova.1993@mail.ru*

**«Особенности представлений о субъективном благополучии в зависимости от его уровня»**

*Гафурова Татьяна Ринатовна, Курлина Кристина Вячеславовна, Кочетова Виктория Игоревна.*

*Студенты*

*Волгоградский Государственный Университет,*

*Институт Естественных Наук, Волгоград, Россия*

*E-mail: tanya.sklyarova.1993@mail.ru*

В последние десятилетия проблема субъективного благополучия становится актуальной и часто встречаемой в исследованиях психологов. В психологической науке и практике это вызвано острой необходимостью в определении того, что служит фундаментом для внутреннего равновесия и стабильности личности, из чего оно складывается, каким образом оно участвует в регуляции поведения, какие эмоционально-оценочные отношения лежат в его основе, каким образом можно помочь личности в решении проблемы благополучия. Оценка благополучия, представление о собственном благополучии или благополучии других людей опирается на объективные критерии благополучия, показатели здоровья, успешности в жизни, материального достатка и т.п. Все внешние факторы благополучия при любых объективных характеристиках по самой природе психики не могут действовать на переживание благополучия непосредственно, но лишь через субъективное восприятие и субъективную оценку, которые обусловлены особенностями всех сфер личности. Другими словами, благополучие личности по самой своей природе является, прежде всего, субъективным.

Изучением субъективного благополучия в России занимались такие исследователи как: К.А. Абульхановой-Славской, Е.Е. Бочаровой, Л.В. Куликова, Р.М. Шамяниной. За рубежом исследованию субъективного благополучия посвящены научные труды Э.Динера, Л.А. Кларка, Р. Райана и Э. Деси, К. Рифф и многих других авторов.

Особенность нашего исследования состоит в том, что мы изучаем не сам феномен субъективного благополучия, а то, какие представления о субъективном благополучии имеет человек в зависимости от его уровня.

**Объект исследования** - представление о субъективном благополучии.

**Предмет исследования** - особенности представлений о субъективном благополучии в зависимости от его уровня.

**Гипотеза:** мы предполагаем, что у людей с различными уровнями субъективного благополучия будет разное представление о нем.

\*\*\*

Проведенное исследование подтвердело гипотезу, а именно:

Мы выяснили, что люди с разным уровнем собственного субъективного благополучия представляют себе благополучного человека с разным набором характеристик.

Люди с разным собственным уровнем субъективного благополучия имеют свой "портрет субъективно благополучной личности".

Люди с низким уровнем субъективного благополучия представляют себе благополучного человека, который развивается и не стоит на месте, работает над собой, реально оценивает свои возможности и стремится их расширить, а так же для него важны духовные ценности, такие как семья, любовь, взаимопонимание, помощь и поддержка. Так же у него есть цель в жизни, он ориентирован на будущее и имеет временную перспективу, считает, что его жизнь продуктивна. Он легко принимает решения и воплощает их в жизнь, является сильной личностью, которая обладает достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами.

Для людей со средним уровнем субъективного благополучия не важны духовные ценности, для него главным являются материальные ценности и продвижение по карьерной лестнице.

А люди с высоким уровнем субъективного благополучия представляют себе благополучного человека как успешного, всегда позитивно настроенного, который не стоит на месте, а постоянно развивается и стремится изменить свою жизнь, продвигаясь по карьерной лестнице.

Респонденты с низким уровнем субъективного благополучия представляют себе благополучного человека с разных сторон (личностная, духовная и материальная), а респонденты со средним и высоким уровнями субъективного благополучия характеризуют человека только с материальной точки зрения. Основываясь на этих результатах, мы предполагаем, что это связано с тем, что люди, имея низкий уровень собственного субъективного благополучия, видят себя несовершенными и считают, что им нужно постоянно развиваться и улучшать себя, поэтому они представляют себе благополучного человека как личность, которая развивается со всех сторон и реализует себя в жизни, а люди, имея средний или высокий уровень собственного субъективного благополучия, радуются тому, что у них есть, стабильны в своем поведении, не стремятся изменить свою жизнь и тем самым удовлетворены собой, поэтому они представляют себе благополучного человека, для которого основным является улучшение своего материального положения.

Практическая значимость нашего исследования определяется тем, что полученные результаты дополняют содержание работы практического психолога по сопровождению субъектов населения, обладающих разным уровнем и структурой субъективного благополучия. Данные позволяют прогнозировать возможные риски для развития и формирования личности с ее низким уровнем психологической безопасности.

Исследование проблемы субъективного благополучия в дальнейшем может помочь практикующим психологам определить содержание психологической помощи, направленной на поддержание и/или повышение уровня субъективного благополучия населения. А так же разработать коррекционную программу для людей с низким уровнем субъективного благополучия.

### **Литература**

1. Аргайл М. Психология счастья. 2-е изд. СПб.: Питер, 2003. 271 с. Diener
2. Бочарова, Е.Е. Соотношение эмоциональных компонентов и когнитивных компо-

