

## СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ КАК ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

**Савельева О.С.**

*аспирантка, МОСА, г. Москва*

*E-mail: savelev.p@mail.ru*

Проблема субъективного благополучия в настоящее время стоит очень остро в силу возрастания «общественной нагрузки личности», общественного влияния, значимости «социальности» человека в разных формах ее отражения.

Существует несколько причин, в силу которых благополучие как область исследования процветает [2]:

– страны достигли того уровня благосостояния, при котором выживание больше не является глобальной проблемой в жизни людей. Качество жизни становится важнее, чем показатели экономического процветания;

– личное счастье становится более важным из-за нарастающей тенденции к индивидуализму;

– разработан ряд достоверных и надежных методов измерения благополучия, благодаря которым эта область смогла превратиться в серьезную и признанную научную дисциплину.

Субъективное благополучие личности включает ее социально-нормативные ценностные установки, реализация которых предопределена всей совокупностью условий социализации, как в субъективном, так и в объективном планах, равно как и реализацию потребностей, также имеющих социальный контекст, наконец, глобальную оценку своего существования на основе соотнесения частных и обобщенных представлений о своей жизни и самореализации в ней с «эталонными представлениями», усвоенными в процессе социализации [3].

Исследователи чаще различают три варианта субъективного благополучия - физическое, психологическое и социальное [3]. Это понимание согласуется с подходами психологов к внутренней структуре личности, включающей неразрывное единство трех ипостасей «Я». Так, в структуре личности У. Джеймса обнаруживается три класса элементов: физическое «Я», социальное «Я» и духовное «Я». Физическое «Я» включает телесную организацию и все материальное, чем обладает человек, а также ближайших родственников. Потеря или «порча» какой-либо части физического «Я» ведет к потере «части личности». Структуру социального «Я» составляют роли, нормы и стремление человека к обществу. Духовное «Я» - это «полное объединение отдельных состояний сознания, конкретно взятых духовных способностей и свойств». Такое описание структуры

личности верно потому, что в ней четко очерчивается круг «социально-материальных носителей личности» – того, что позволяет рассматривать ее с точки зрения «реального» существа. Однако невозможно отрывать друг от друга различные ипостаси «Я» и в изучении субъективного благополучия, поскольку в их неразрывном единстве обеспечивается устойчивость и целостность личности, а также само это единство становится фактором субъективного благополучия [4].

При всей привлекательности субъективного благополучия нельзя не сказать и о такой его стороне, как общественно важное его содержание. Речь идет о благополучии, понимаемом по-разному в зависимости от общественно или индивидуально, просоциально или антисоциально ориентированной личности, в зависимости от эгоистической или альтруистической направленности. Можно быть «благополучным», удовлетворяя лишь свои собственные амбиции, реализуя притязания и не соотнося ни своих желаний, ни последствий их реализации с микро- и макросоциумом. Следствие этого – внутренняя пустота и социальная изоляция, что приводит к невозможности самореализации и соответственно неминуемое снижение индекса субъективного благополучия в будущем. Вероятно, ущербна и противоположная личностная позиция - альтруистическая.

В субъективном благополучии синтезируются все три вида отношений, но своего рода венцом выступают социально-психологические отношения, которые в конечном счете и определяют систему отношений личности.

Субъективное благополучие предполагает, прежде всего, контекстуальность отношения то, что лежит в основе состояния комфорта, удовлетворенности - в общении, труде, учении, социальных отношениях, разного рода когнитивных (политических, религиозных, экономических). Поскольку субъективные переживания, «внутренние ощущения счастья очень похожи вне зависимости от того, что их вызвало», аффективный компонент субъективного благополучия достаточно постоянен и, очевидно, зависит от контекстности событий или явлений жизни [5]. Суждение об удовлетворенности, благополучии строится именно на отношении личности к полноте, глубине, качеству, т.е. содержательным сторонам событий и явлений, - их контекстам. Поэтому, не изменив отношения к чему-либо, например, травмирующей ситуации, невозможно изменить состояние. Из этого следует, что в первую очередь необходимо обратить внимание не столько на собственно динамику аффективных компонентов субъективного благополучия, но на те контексты, на основе которых оно формируется, их отношениям и связям.

Так, система саморегуляции психических состояний личности выступает весомым фактором субъективного благополучия, поскольку интегрирующая функция психических состояний способствует

образованию психологического строя личности: свойства - состояния - процессы (где обеспечивается взаимодействие процессов и свойств), образующую целостную психологическую структуру личности, необходимую для эффективного функционирования субъекта. Иначе говоря, в системе регуляции «встречаются» психические процессы и свойства содержательно специфичные и связанные с состоянием. Это создает условия для изменения качественных характеристик субъективного благополучия и его критериев - элементов внешних и внутренних инстанций личности, что в свою очередь означает изменение самого переживания личностью своего статуса благополучия.

Очевидно также, что проблема субъективного благополучия личности порождается в результате ее социального развития (социализации), которая, с одной стороны, определяет ее критерии, а с другой - качественное своеобразие (и разнообразие) жизни способствующее или не способствующее благополучию.

Иначе говоря, качественные компоненты субъективное благополучия определяются тем социумом, теми институтами социализации, которые образуют наиболее мощное воздействие и индивида теми конкретными группами, в которых удовлетворяются наиболее значимые потребности и стремления. Субъективное благополучие автоматически отнюдь не значит объективного благополучия личности, оцениваемого по социальным критериям его личных достижений, структуры личности, поведения и деятельности, а также того, что вложил каждый конкретный человека, общество, группу, семью, да и в самого себя.

Шамионов Р.М. выделяет определенные типы субъективного благополучия, своего рода его модусные комплексы [4]:

Модус материального пополнения тесно связан с материальной подструктурой личности; предполагает личную значимость материального обогащения и, прежде всего, степень ее полноты.

Модус личностного (смыслового) самоопределения. Включает систему реализации личностных смыслов, жизненного сценария, определяемого в зависимости от условий социализации.

Модус социального («отношенческого») самоопределения. Содержит систему связей и отношений, квалифицируемых как «необходимые и достаточные» для сохранения внутреннего равновесия.

Модус личностного (характерологического) благополучия. Относится к субъективной оценке собственного характера, свойств личности с точки зрения их приемлемости для широкого круга явлений личности (от отношений с другими до самоотношения, от труда до «ничегонеделания»).

Модус профессионального самоопределения и роста. Включает адекватность профессионального самоопределения, удовлетворенность избранной профессией, трудом, отношениями с коллегами и др.

Модус физического (соматического) и психологического здоровья. Содержит систему взглядов на ценность здоровья и определяет деятельность, направленную на оптимизацию здорового образа жизни, поправление здоровья.

Различные модусы субъективного благополучия оптимизируются в зависимости от актуальной жизненной ситуации. Однако субъективное неблагополучие в чем-либо (относительно того или иного модуса) не остается незаметным; оно присутствует либо в виде сниженного настроения, либо в виде активности. Кроме того, невозможность усиления индекса благополучия в одной сфере часто замещается активностью и достижениями в другой. Личность, вместе с тем, стремится к «глобальному» благополучию, которое для нее принимает совершенно очевидные очертания в процессе своего становления [1].

С точки зрения представителей гедонистического подхода, путь человека к благополучию лежит, прежде всего, через успешную социальную адаптацию – приспособление к конкретным жизненным условиям и обстоятельствам, запросам социального окружения. Счастливый человек – в первую очередь тот, кто соответствует принятым в современном обществе эталонам благополучия, т.е. успешный, имеющий круг деловых и личностных социальных контактов, возможность не ограничивать себя в приобретении и потреблении [3].

Акцентируется, что именно способность человека приспособливаться к изменяющимся социальным условиям, основными составляющими которой выступают позитивное мышление (оптимистичный, рациональный взгляд на события жизни, окружающих, самого себя) и позитивное социальное поведение (проявление добровольной активности на работе, помогающего поведения в семье, принятия и подачи социальной поддержки), обеспечивает достижение социально значимых результатов и, соответственно, повышение удовлетворенности жизнью, увеличение положительных эмоциональных переживаний, снижение вероятности психологических проявлений дистресса, а также числа стрессовых ситуаций [3].

Исходя из сказанного, субъективное благополучие личности представляет собой интегральное социально-психологическое образование, включающее оценку и отношение человека к своей жизни и самому себе и несущее в себе активное начало.

Достигается субъективное благополучие только в том случае, если человек находится в процессе постоянного поиска, утверждения себя и самореализации в социуме, самоактуализации и стремления реализовать свое предназначение, а также имеет и постоянно пополняется за счет активности установка на свою субъектность, и связанный с ней оптимизм в отношении своих потенций, смысла, исключая фатальность своего существования.

**Список литературы:**

1. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл; Под ред. М.В. Кларина; Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1990. -268 с.
2. Бонивелл И. Ключи к благополучию: Что может позитивная психология / Пер. с англ. Маши Бабичевой. – М.: Время, 2009.- 192 с.
3. Созонов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопр. психол. 2006. № 4. С. 105-114
4. Шамонов Р.М. Психология субъективного благополучия: (к разработке интегративной концепции)/Р.М. Шамонов // Мир психологии. – 2002.- №2.-С. 143-148
5. Diner E. Subjective well-being: Three decades of progress. Psychological Bulletin. 1999. 276-301