

Міністерство освіти і науки України  
Державний заклад  
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

**КАРГІНА НАТАЛЯ ВІКТОРІВНА**

УДК: 159.923:17.023.3:364.14

**РЕСУРСИ ТА ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ  
ОСОБИСТОСТІ**

19.00.01 – загальна психологія, історія психології

**Автореферат**

дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук

Одеса – 2018

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана у Державному закладі «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» Міністерства освіти і науки України.

**Науковий керівник:**

доктор психологічних наук, професор  
**Казанжи Марія Йосипівна,**  
Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського, професор кафедри загальної та диференціальної психології.

**Офіційні опоненти:**

доктор психологічних наук, професор  
**Вірна Жанна Петрівна,**  
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, декан факультету психології;

кандидат психологічних наук  
**Курова Анастасія Володимирівна,**  
Національний університет «Одеська юридична академія», старший викладач кафедри соціології та психології.

Захист дисертації відбудеться «28» грудня 2018 р. о 13.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 41.053.03 у Південноукраїнському національному педагогічному університеті імені К.Д. Ушинського за адресою: 65020, м. Одеса, вул. Старопортофранківська, 26, конференц-зала.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського за адресою: 65020, м. Одеса, вул. Старопортофранківська, 36.

Автореферат розісланий «27» листопада 2018 р.

Вчений секретар  
спеціалізованої вченої ради

О.Г. Бабчук

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність дослідження** зумовлена соціально-економічною та політичною ситуацією, яка існує наразі у суспільстві і потребує від особистості здатності до подолання напруги, наявної в соціумі; вміння ставати суб'єктом власного життя та соціальних змін й водночас зберігати відчуття задоволення життям та собою, позитивно оцінювати власне існування, що обумовлює необхідність всебічного дослідження психологічного благополуччя особистості.

Здавна вивчалися різні аспекти психологічного благополуччя – перші відомості знаходимо ще в працях античних філософів (Аристотель, Платон, Сократ та ін.). У сучасній психології наявні дослідження сутності та різновидів благополуччя: суб'єктивного (Н. Бредбурн, Е. Дієнер, І. А. Джидар'ян, Р. Еммонс, Д. Канеманн, Л. В. Куліков, Г. Л. Пучкова, Р. Райан, Р. М. Шаміонов); емоційного (М. Аргайл, О. В. Гордова, Е. Дієнер, О. Г. Калина, І. В. Скрипичникова); фізичного (Л. В. Куліков); сексуального (А. В. Чалова); психічного (С. В. Борисова, А. О. Василенко, Р. Теннант, М. Яхода); духовного (Д. Брозерс, С. Далберт, В. Джастін, Д. О. Леонт'єв, М. Лернер); психологічного (Н. Бредбурн, Ж. П. Вірна, А. В. Вороніна, А. Воттерман, Е. Дієнер, Д. Канеманн, С. Кейес, К. Ріфф, Т. М. Титаренко); соціального (Д. Рапхайл, Е. Сінгер); економічного (А. В. Баранова, Е. Дієнер, В. Стрампел, В. О. Хащенко, О. А. Угланова); матеріального (Д. Гроєнленд, Т. Кембелл); сімейного (О. А. Тараданов); професійного (Д. М. Зинов'єва); онтологічного (О. Сімсек); особистісного (М. О. Батурін, С. О. Башкатов, Н. В. Гафарова); екзистенційного (Дж. Б'юдженталь, С. К'єркегор, Р. Мей, А. Ленгле, В. Франкл, І. Ялом) тощо.

Вченими активно досліджується структура психологічного благополуччя (Л. В. Жуковська, Л. В. Куліков, К. Ріфф, В. О. Хащенко); взаємозв'язки психологічного благополуччя з: батьківськими установками (Л. В. Жуковська); самоактуалізацією (Г. Л. Пучкова, Т. Д. Шевеленкова); усвідомленням життя (П. П. Фесенко); інтернет-залежністю (О. П. Белінська, Р. В. Єршова, В. А. Розанов, Т. М. Семіна) тощо.

Розглядаються вікові відмінності в переживанні психологічного благополуччя (А. В. Вороніна, О. Ю. Григоренко, Ю. Б. Дубовик, Е. І. Кологривова), особливості його прояву в різних умовах (В. В. Гриценко, З. Х. Лепшокова, В. О. Лобова, О. С. Ширяєва), специфіка формування (Е. Дієнер, Ю. Б. Дубовик, О. А. Ідобаєва, Л. В. Жуковська, І. В. Заусенко, Л. Б. Козьміна, Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко).

Українські науковці сьогодні вивчають психологічне благополуччя у контексті: посттравматичного життєтворення (Т. М. Титаренко); аксіологічного виміру крізь призму якості життя (Ж. П. Вірна); його специфіки у учасників антитерористичної операції (І. В. Ващенко, А. Б. Коваленко); соціальних потреб (Т. В. Данильченко); емоційного інтелекту (Е. Л. Носенко, М. М. Шпак) тощо.

Відзначимо, що вивчались чинники (М. Аргайл, О. Є. Бочарова, Н. Бредбурн, І. А. Джидар'ян, А. Л. Журавльов, Д. Керол, Л. В. Куліков, А. В. Курова, М. Норман, М. Селігман, К. Ріфф, Р. М. Шаміонов) та досить

обмежено ресурси (Е. Дієнер, Т. Ю. Іванова, Г. Г. Лебедева, Д. О. Леонт'єв) благополуччя особистості. Водночас переважна більшість наукових праць зосереджуються або ж на вивченні ресурсів, або ж на дослідженні чинників психологічного благополуччя особистості. Комплексне дослідження ресурсів та чинників психологічного благополуччя, не дивлячись на практичну затребуваність, виявлено не було, що й зумовило обрання теми дисертаційного дослідження «Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості».

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційне дослідження виконано згідно тематики науково-дослідної роботи кафедри загальної та диференціальної психології «Особистісне зростання психолога, педагога на етапі професійного навчання: диференціально-психологічний аналіз» (номер держреєстрації 0114U000016), що входить до тематичного плану Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Тему дисертації затверджено Вченою радою Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського (протокол № 10 від 21 травня 2015 р.) та узгоджено в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 3 від 29 березня 2016 р.).

**Мета дослідження:** теоретично обґрунтувати та емпірично вивчити ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості.

**Завдання дослідження:**

1. На основі теоретичного аналізу розкрити та уточнити зміст поняття «психологічне благополуччя», виявити чинники та ресурси психологічного благополуччя особистості, розглянути його структуру.

2. Розробити психодіагностичний інструментарій для вивчення психологічного благополуччя особистості, підібрати комплекс методик, спрямованих на діагностику його ресурсів та чинників, а також рис особистості, що супроводжують прояви психологічного благополуччя.

3. Визначити місце психологічного благополуччя в системі психологічних характеристик через виявлення співвідношень його структурних компонентів, ресурсів та чинників прояву з певними індивідуально-психологічними особливостями особистості.

4. Встановити ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості.

5. Дослідити індивідуально-психологічні особливості осіб з різним рівнем психологічного благополуччя.

**Об'єкт дослідження** – психологічне благополуччя особистості.

**Предмет дослідження** – особливості ресурсів та чинників психологічного благополуччя особистості.

**Теоретико-методологічну основу дослідження** склали: принципи екзистенціально-гуманістичного підходу (Дж. Б'юдженталь, Ш. Бюлер, С. К'єркегор, Р. Лейнг, А. Ленгле, Р. Мей, В. Франкл, І. Ялом); наукові уявлення про сутність та різновиди благополуччя особистості (Н. О. Батурін, Н. Бредбурн, Ж. П. Вірна, А. В. Вороніна, А. Воттерман, Е. Дієнер, К. Ріфф,

П. П. Фесенко, Т. Д. Шевеленкова, О. С. Ширяєва та ін.); структуру психологічного благополуччя (Е. Дієнер, Л. В. Жуковська, Л. В. Куліков, К. Ріфф, В. О. Хащенко, Р. М. Шаміонова та ін.); його ресурси та чинники (М. Аргайл, Н. Бредбурн, І. А. Джидар'ян, Е. Дієнер, Т. Ю. Іванова, Д. Керол, Л. В. Куліков, М. Норман, К. Ріфф, Д. О. Леонтьєв, М. Селігман, Р. М. Шаміонов); задоволеність життям та її характеристики (Ж. П. Вірна, Е. Дієнер, Г. М. Зараковський, Д. Канеманн, А. В. Курова, С. Д. Максименко, Т. М. Титаренко, У. Шимаєк); формування психологічного благополуччя та його взаємозв'язки з іншими рисами особистості (Н. Бредбурн, А. В. Вороніна, Е. Дієнер, О. А. Ідобаєва, Л. Б. Козьміна, К. Ріфф, П. П. Фесенко, Т. Д. Шевеленкова, О. С. Ширяєва), принцип детермінації (М. Й. Варій, Д. О. Леонтьєв, С. Д. Максименко, С. Л. Рубінштейн та ін.) та методології організації теоретико-емпіричних досліджень в психології (А. Анастасі, Л. Ф. Бурлачук, К. М. Гуревич, В. М. Дружинін та ін.).

**Методи дослідження.** У роботі використовувались *теоретичні* методи: теоретико-методологічний аналіз та систематизація літературних наукових джерел, порівняння й узагальнення даних теоретичних та емпіричних досліджень; *емпіричні*: спостереження, опитування, психологічний експеримент, тестування за допомогою комплексу методик, який включає: «Тест смисложиттєвих орієнтацій особистості» (Д. Крамбо, Л. Махолік, адаптація Д. О. Леонтьєва); «Тест зв'язності» (А. Антоновський, адаптація Є. М. Осіна), «Шістнадцятифакторний особистісний опитувальник» (Р. Кеттелл), «Опитувальник структурних компонентів самодостатності» (А. С. Бугайцова), «Тест життєстійкості» (С. Мадді, в адаптації Д. О. Леонтьєва), «Опитувальник часової перспективи» (Ф. Зімбардо, в адаптації О. Т. Соколової, О. В. Мітіної, А. В. Сирцової), «Шкала загальної самоефективності» (Ш. Ральфа та М. Єрусалема, в адаптації В. Г. Ромека), «Шкала суб'єктивної вітальності» (Р. Райан та К. Фредерік в адаптації Л. А. Александрова, Д. О. Леонтьєва), «Шкала довіри» (М. Розенберг), «Шкала екзистенції» (А. Ленгле, К. Орглер), «Опитувальник стилів ідентичності» (М. Берзонські, у адаптації О. П. Белінської, І. Д. Броніна), «Віри в справедливий світ» (М. Шмітта, Л. Монтаді та К. Далберт, в адаптації С. К. Нартової-Бочавер, А. Ю. Хохлової), «Шкали суб'єктивного щастя» (С. Любомирські, в адаптації Д. О. Леонтьєва та Є. М. Осіна), «Диспозиційний оптимізм» (М. Шейер, Ч. Карвер, в адаптації Т. О. Гордєєвої, О. А. Сичьова та Є. М. Осіна), «Діагностика рефлексивності» (А. В. Карпов), «Шкала задоволеності життям» (Е. Дієнер, Р. Еммонс, Р. Ларсен та С. Гріффін, в адаптації Д. О. Леонтьєва та Є. М. Осіна); «Діагностика психологічного благополуччя особистості (ДПБО)» (Н. В. Каргіна); *статистичні* – описова статистика, кореляційний, факторний, кластерний, множинний регресійний аналіз, критерій порівняння (t-критерій Ст'юдента). Обробка отриманих даних виконувалася за допомогою стандартизованого пакету програм SPSS 21.0 for Windows та «Microsoft Office Excel 2007».

Емпіричне дослідження проводилося на базі Одеського державного аграрного університету. Основну вибірку дослідження склали 408 осіб віком

від 16 до 24 років – студенти денної форми навчання. Апробація створених діагностичних інструментів була здійснена з залученням 265 осіб 17-25 років. Загалом, в дослідженні на всіх етапах прийняли участь 754 особи.

**Наукова новизна результатів дослідження** полягає в тому, що:

– *вперше*; психологічне благополуччя розглядається як складне психічне утворення, яке проявляється у переживанні змістовної наповненості та цінності життя, відчутті задоволення життям та собою, досягненні актуальних мотивів і потреб особистості у перспективі соціально-значущої мети та позитивній оцінці власного існування; виявлено та описано структурну основу психологічного благополуччя, яку складають: психофізичний, емоційний, поведінковий, екзистенційний, світоглядний, ціннісний, соціально-економічний, етнокультурологічний, когнітивний та вольовий компоненти; емпірично виокремлено та описано типи осіб, які різняться за рівнем психологічного благополуччя; показано індивідуальну варіативність чинників та ресурсів психологічного благополуччя людини; встановлено, що чинниками психологічного благополуччя виступають фаталістичне теперішнє, інтелект, довірливість, саморозуміння, свідомість, радикалізм, залученість, відповідальність, зрозумілість та ін.; визначено ресурси психологічного благополуччя, серед яких є часова перспектива, самодостатність, віра в справедливий світ, довіра, екзистенційна сповненість, почуття зв'язності, ідентичність, смисложиттєві орієнтації, оптимізм, життєстійкість, самоконтроль тощо.

– *розширено та доповнено* уявлення щодо змісту поняття психологічного благополуччя, його структури, а також його взаємозв'язків з широким спектром властивостей особистості;

– *уточнено* уявлення про індивідуально-психологічні особливості осіб з високим та низьким рівнем психологічного благополуччя;

– *дістали* подальшого розвитку уявлення про психологічне благополуччя як складний психологічний феномен, його ресурси та чинники.

**Практичне значення результатів проведеного дослідження** полягає в обґрунтуванні та виборі комплексу методів та методик, спрямованих на виявлення параметрів психологічного благополуччя та якостей особистості, взаємопов'язаних з ним. Створено методичку, що спрямована на вивчення показників психологічного благополуччя. Результати апробації даного вимірювального інструменту засвідчують можливість його використання не тільки в наукових, а й у практичних цілях.

Результати дослідження були впроваджені у навчальний процес Донбаського державного педагогічного університету (довідка впровадження № 68-18-359 від 15.05.2018 р.), Одеського державного аграрного університету (довідка впровадження № 94-12-43 від 17.05.2018 р.), Миколаївського національного аграрного університету (довідка впровадження 01-16/733 від 23.05.2018 р.), Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського (довідка впровадження № 1457/20 від 27.06.2018 р.).

**Апробація результатів дисертації.** Матеріали дисертаційної роботи доповідались та обговорювались на: Міжнародних науково-практичних

конференціях «Психологія професійної безпеки особистості» (Луцьк, 2015), «Перспективні інновації в науці, освіті, виробництві та транспорті (Іваново, 2015), «Особистість у соціальному, віковому та клінічному вимірі сучасного життя» (Луцьк, 2016), «Проблеми та перспективи соціально-економічного розвитку територій» (Ополе, Польща, 2016), «Проблеми сучасної психології особистості» (Одеса, 2015, 2016, 2017), «Сучасні проблеми гуманітарної науки і практики: філософський, психологічний та соціальний виміри» (Сєверодонецьк, 2017); Міжнародних конференціях літньої та зимової школи «Парадигма» (Варна, Болгарія, 2015, 2016); III Міжнародному Конгресі «Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі» (Одеса, 2017); Всеукраїнській науково-практичній конференції з міжнародною участю «Актуальні проблеми сучасної екзистенційної психології та психотерапії» (Одеса, 2015); Всеукраїнських науково-практичних конференціях «Практична педагогіка та психологія: методи і технології» (Запоріжжя, 2016), «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (Херсон, 2016), «Сьомі сіверянські соціально-психологічні читання» (Чернігів, 2016), «Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я» (Вінниця, 2017), «Психологія в контексті сучасних досліджень проблем розвитку особистості» (Запоріжжя, 2017), «Актуальні проблеми психології інновацій: теорія та практика» (Одеса, 2017), «Інноваційні наукові дослідження у галузі педагогіки та психології» (Запоріжжя, 2018); щорічних аспірантських семінарах та засіданнях кафедри загальної та диференціальної психології Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського (2014-2018); засіданні наукового семінару Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського (2018).

**Публікації.** Основні результати дисертаційного дослідження відображено у 30 публікаціях, з них 6 статей у фахових наукових виданнях України, 3 – в наукових періодичних виданнях інших держав та у виданнях України, що включені до міжнародних наукометричних баз, 1 авторське свідоцтво, 20 публікацій в збірниках матеріалів конференцій та інших виданнях.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків, додатків та списку використаних джерел, що налічує 365 найменувань, з яких 107 іноземною мовою. Загальний обсяг дисертації становить 270 сторінок, основний зміст викладено на 187 сторінках. Робота містить 10 таблиць та 17 рисунків.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми, що вивчається, доцільність її дослідження; визначено мету, об'єкт, предмет, завдання дослідження; надано перелік використаних методів та психодіагностичних методик; розкрито наукову новизну, теоретичне та практичне значення отриманих результатів; надано відомості про апробацію та впровадження результатів дослідження, кількість публікацій за темою дисертації; наведено дані щодо обсягу та структури роботи.

У першому розділі «Теоретико-методологічні основи дослідження ресурсів та чинників психологічного благополуччя особистості» здійснено теоретико-методологічний аналіз наукових джерел, що характеризують історичні, філософські, культурологічні, соціологічні та психологічні витoki вивчення психологічного благополуччя; проведено аналіз психологічних підходів та напрямків дослідження проблеми психологічного благополуччя особистості; встановлено чинники та ресурси психологічного благополуччя, виділено та описано покомпонентний склад показників, що становлять структуру цього феномену; визначено якості особистості, що супроводжують прояви психологічного благополуччя.

За результатами аналізу літератури психологічне благополуччя розуміється як: а) суб'єктивне відчуття щастя та загальної задоволеності життям (Н. Бредбурн, Е. Діенер); б) базовий суб'єктивний конструкт, що відображає сприйняття та оцінку свого функціонування з точки зору вершини потенційних можливостей людини (К. Ріфф, М. Яхода); в) інтегральний показник ступеня спрямованості людини на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування (П. П. Фесенко, Т. Д. Шевеленкова); г) системна якість, що виявляється в переживанні змістовної наповненості та цінності життя в цілому (А. В. Вороніна); д) сукупність особистісних ресурсів, що забезпечує суб'єктивну та об'єктивну успішність особистості в системі «суб'єкт-середовище» (О. С. Ширяєва); е) системна єдність оптимальних психологічних якостей та станів людини (Ю. М. Олександров).

Встановлено існуючу неоднозначність поглядів на співвідношення між суб'єктивним та психологічним благополуччям. Зокрема, одні дослідники суб'єктивне благополуччя розглядають як складову психологічного (Е. Діенер, С. Кейес, К. Ріфф, С. Ю. Семенов, О. Є. Созонтов та ін.), інші, навпаки, – психологічне благополуччя вивчають як частину суб'єктивного (Н. К. Бахарєва, Л. В. Куліков, Г. Л. Пучкова, М. В. Соколова, Р. М. Шаміонов та ін.). Встановлено, що в окремих роботах дані поняття трактуються як синонімічні (О. Є. Бочарова, Н. Бредбурн, О. Н. Паніна та ін.). В межах даної роботи розглядаємо, вслід за вищезазначеними авторами, психологічне благополуччя як поняття більш загальне по відношенню до суб'єктивного благополуччя.

У зарубіжній психології розповсюджений умовний поділ підходів до дослідження психологічного благополуччя на евдемоністичний та гедоністичний (А. Воттерман, Е. Десі, Д. Каннеман, Р. Райан). Як відзначають науковці, головним недоліком гедоністичного підходу є його теоретична нерозробленість, а евдемоністичного – труднощі емпіричної оцінки психологічного благополуччя. Спроби подолання цих недоліків призвели до зближення зазначених підходів та побудови інтеграційних моделей психологічного благополуччя (К. Ріфф, М. Яхода).

Огляд літератури з проблематики психологічного благополуччя дозволив встановити найбільш поширені погляди на компонентний склад психологічного благополуччя. Зауважимо відсутність одностайності науковців і у цьому питанні. Вченими виділялись, зокрема, такі компоненти: а) фізичний (М. Аргайл, Дж. Варє, Г. М. Головіна, Г. М. Зараківський, Л. В. Куліков,



К. Ріфф, Т. М. Савченко, П. П. Фесенко); б) духовний (Д. Брозерс, С. Далберт, Д. О. Леонт'єв, М. Лернер); в) особистісний (М. А. Батурін, С. О. Башкатов, Н. В. Гафарова); г) соціальний (А. Адлер, С. О. Дружилов, Д. Репхайл, Е. Сінгер); д) власне суб'єктивний (С. Кохн); е) матеріальний (Д. Гроенленд, Т. Кембелл та ін.); є) економічний (А. В. Баранова, Е. Діенер, І. Прааг, В. Стрампелл, В. О. Хашенко, О. А. Угланова); ж) екзистенціальний (М. Гайдегер, Н. В. Грішина, М. Занадворов, С. К'єркегор, Р. Д. Лейнг, А. Ленгле, К. Оглер, Р. Мей, К. Ріфф, П. П. Фесенко, В. Франкл, Т. Д. Шевеленкова, І. Ялом); з) етнокультурологічний (М. Барет, М. Беннет, М. Й. Боришевський, Е. Еріксон, А. Д. Карнишев, І. С. Кон, Г. У. Солдатова, Г. Г. Шпет); і) світоглядний (Дж. Беннет, Д. Брозерс, С. Делберт, Д. О. Леонт'єв, О. С. Ширяєва, Е. Фромм); к) ціннісний (Є. А. Демченко, Н. А. Журавльова, Д. О. Леонт'єв, М. Лернер, К. Ріфф, В. Франкл, Е. Фромм, Т. Д. Шевеленкова); л) емоційний (М. Аргайл, Н. К. Бахарева, Н. Бредбурн, А. В. Вороніна, А. Воттерман, Е. Діенер, М. Селігман, А. Є. Созонтов, П. П. Фесенко); і) поведінковий (Г. М. Головіна, Т. М. Савченко, Г. В. Пучкова, Р. М. Шаміонов); м) когнітивний (І. А. Джидар'ян, Л. В. Куліков, В. А. Лобова, О. Н. Паніна, Г. В. Пучкова, К. Ріфф, О. С. Ширяєва); н) вольовий (І. П. Ільїн, О. М. Леонт'єв та ін.). Також виділявся загальний показник психологічного благополуччя, який розумівся як його рівень (Ш. Дюпей, К. Ріфф, Д. Каннеман, П. П. Фесенко).

Таким чином, аналіз існуючої інформації дав змогу виділити такі компоненти психологічного благополуччя: етнокультурологічний, соціально-економічний, екзистенційний, психофізичний, світоглядний, ціннісний, емоційний, поведінковий, когнітивний та вольовий.

Встановлено, що у літературі існують різні погляди стосовно чисельності та змісту як чинників, так і ресурсів психологічного благополуччя. Важливе місце у вивченні особливостей психологічного благополуччя займають об'єктивні та суб'єктивні чинники. Зауважимо, що об'єктивні чинники найчастіше поділяються на соціальні, матеріальні та фізичні. Також до них належать: а) відносини з суспільством (стабільність: соціальна, економічна, політична); б) трудові процеси (професія, дохід, професійна група, фахове спілкування); в) життєві процеси (потреби, безпека, здоров'я); г) соціальний досвід (способи подолання дистресових станів, д) репертуар патернів поведінки, е) соціальна орієнтація). Менш дослідженими в науці залишаються питання просторово-середовищних чинників психологічного благополуччя (О. А. Ідобаєва). Теоретично визначено провідні чинники психологічного благополуччя, серед яких також є: зовнішні та внутрішні (М. Аргайл, О. Є. Бочарова, Л. В. Куліков, Р. М. Шаміонов), об'єктивні та суб'єктивні (Р. Веерховен, Т. В. Данильченко, Е. Діенер, Д. Каннеман, Л. В. Куліков, К. Райан, А. Тверські, Р. М. Шаміонов), соціально-економічні (Р. Веерховен, Е. Діенер, Д. Каннеман), генетичні (Р. Райан, К. Фредерік), культурологічні (Н. М. Лебедева, К. Ріфф, О. М. Татарко, В. Чірков), екзистенційні (Р. Мей, Дж. Мур), світоглядні (Е. Діенер, Д. О. Леонт'єв, Дж. Сапута), ціннісні (Е. Діенер, З. С. Карпенко), емоційні (М. С. Дмитрієв, М. Ю. Доліна,

Л. В. Куліков), поведінкові (Г. Л. Пучкова), когнітивні (Е. Дієнер, М. Дієнер) та вольові (Л. А. Галкіна, Е. Дієнер).

Невирішеність проблеми визначення поняття, відсутність чітких критеріїв, що визначають приналежність явища до класу ресурсів, породжує різноманітність класифікацій, пропонує дослідниками. В якості ресурсів психологічного благополуччя вченими виділяються: самоефективність (Р. Шварцер), суб'єктивна вітальність (Л. А. Александрова), самоконтроль (Р. Баумейстер), життєстійкість (С. Кобасса, С. Мадді), оптимізм (Ч. Карвер, М. Шейер), часова перспектива (Р. Зімбардо), самодостатність (А. В. Прокоф'єв), почуття зв'язності (А. Антоновські) та багато інших. До екзистенційних ресурсів психологічного благополуччя відносяться самотрансценденція, самодистанціювання, екзистенція, персональність, свобода, відповідальність, осмисленість життям, віра, життєстійкість, час, довіра (С. Делберт).

Таким чином, узагальнення відомостей даного розділу стало орієнтиром при підборі комплексу психодіагностичних методик для дослідження чинників та ресурсів психологічного благополуччя особистості, а також широкого спектру властивостей, що супроводжують прояви.

У **другому розділі** «Організаційно-методичні основи дослідження ресурсів та чинників психологічного благополуччя» здійснено аналіз існуючих методів та методик дослідження різних аспектів психологічного благополуччя; наведено зміст, етапи та специфіку розробки створеного психодіагностичного інструменту; розглянуто організацію та процедуру вивчення ресурсів та чинників психологічного благополуччя в контексті психологічних характеристик, що супроводжують його прояви. Вивчення всіх аспектів психологічного благополуччя ґрунтувалося на принципах репрезентативності, валідності, надійності, інваріантності результату тощо.

Накопичені відомості щодо особливостей вимірювання психологічного благополуччя показали специфічність існуючих інструментів і їх обмеженість певною концептуальною позицією на базі якої вони створені. Таким чином, обрання конкретного тест-опитувальника для вивчення психологічного благополуччя зумовлює специфічність виявлених ресурсів та чинників, що з ним взаємопов'язані. Відповідно, дослідження сукупності ресурсів та чинників психологічного благополуччя, зумовило пошук інструменту для більш розлогого його вивчення, відсутність якого спонукала до створення методики, спрямованої на виявлення особливостей психологічного благополуччя: «Діагностика психологічного благополуччя особистості» (ДПБО). Теоретичний конструкт методики складається з одинадцяти шкал психологічного благополуччя: психофізична, соціально-економічна, етнокультурологічна, екзистенційна, світоглядна, ціннісна, емоційна, поведінкова, когнітивна, вольова. Передбачено обчислення загального рівня психологічного благополуччя. Задля нівелювання соціальної бажаності та інших негативних ефектів було передбачено шкалу неправди. Для запобігання двозначності розуміння питань опитувальника було сформовано масив тверджень, які відповідають кожному з структурних параметрів психологічного благополуччя

– шкал створеного тест-опитувальника. Результати перевірки психометричних параметрів створеної методики (тест-ретест, поділ навпіл, використання паралельних тестів тощо) показали її достатню надійність та валідність, що дає змогу застосовувати даний опитувальник як в наукових, так і в практичних цілях.

Здійснено добір комплексу адекватного меті та завданням дослідження психодіагностичного інструментарію, спрямованого на вивчення кола властивостей особистості, котрі гіпотетично пов'язані з психологічним благополуччям.

**У третьому розділі** «Результати емпіричного дослідження ресурсів та чинників психологічного благополуччя особистості» викладено та проаналізовано результати емпіричного дослідження особливостей психологічного благополуччя з використанням психодіагностичних методик, спрямованих на виявлення характеристик людини, пов'язаних із його проявом. Наведено результати якісного та кількісного аналізу ресурсів та чинників психологічного благополуччя на підставі результатів контент-аналізу, кластерного аналізу, множинного регресійного аналізу та порівняльного опису характеристик осіб з наведенням їхніх сутнісних відмінних характеристик.

В ході проведення кореляційного аналізу встановлено наявність численних та багатозначних зв'язків між показниками психологічного благополуччя та життєстійкістю, часовою перспективою, самодостатністю, екзистенційною наповненістю, вірою в справедливий світ, почуттям зв'язності, довірою, смисложиттєвими орієнтаціями, стилями ідентичності, самоефективністю, рефлексивністю, суб'єктивною вітальністю, щастям, оптимізмом, задоволеністю життям, факторами особистості.

Для пошуку ресурсів та чинників психологічного благополуччя застосовано крім статистичного аналізу, бесіду та контент-аналіз творів. Виявлялося як саме сприймає і переживає особистість власне психологічне благополуччя, що лежить в основі її життєвих ресурсів, завдяки чому вона відчуває себе психологічно благополучною тощо. Учасникам опитування запропоновано описати, що саме є ресурсами та чинниками їхнього психологічного благополуччя. Важливою умовою даного етапу було написання твору-роздуму, аналіз якого дав змогу виявити певні семантичні особливості лексичних одиниць, які можна розглядати як еквіваленти ресурсів та чинників психологічного благополуччя особистості. Згодом було проведено бесіду з респондентами, яка була спрямована на з'ясування того, що саме підштовхнуло їх до досягнення психологічного благополуччя і за рахунок чого вони його досягли. Надано можливість наведення необмеженої кількості дефініцій, обмежень у часі не було. Під час бесіди з досліджуваними було встановлено, що ресурси та чинники вирізняються своєю складністю, ємністю та багатогранністю. Те, що для людини сьогодні слугує ресурсом, з часом може стати чинником її психологічного благополуччя та навпаки.

У результаті проведеної бесіди та за результатами написання твору виявлено, що найбільш використаним еквівалентом є «життєстійкість», який обрало 71,14%, «задоволеність життям» – 67,07%, «щастя» – 66,12%, «довіра»

та «свобода» – 64%, «цінність життя» – 62,15%, «самодостатність» – 61%, «час» та «саморозуміння» – 60,7%, «духовність» – 60,2%, «задовільний психічний та фізичний стан людини» – 59,13%, «розуміння навколишнього світу», «матеріальний добробут» – 58,8%, «соціальна стабільність» – 58,1%, «справедливість» – 57,9%, «осмисленість життям» та «смількість» – 56,4%, «воля», «самоефективність» та «життєва сила» – 56,2%, «оптимізм», «емоційна стабільність» та «позитивне ставлення до навколишньої дійсності» – 56% тощо. Дані бесіди засвідчують, що поняття «ресурси» та «чинники» психологічного благополуччя людини є неоднозначними, на що вказує велика кількість еквівалентних категорій.

В контент-аналізі зосередимось на виявленні еквівалентних одиниць, які так чи інакше виражають поняття «ресурси психологічного благополуччя людини». Дані кількісної обробки результату контент-аналізу свідчать, що поняття «ресурси психологічного благополуччя» є досить широким, на що вказує велика кількість рівнозначних категорій. У результаті виявлено, що найбільш використаним у творах еквівалентом «ресурсів психологічного благополуччя» є «задоволеність життям», який обрало 64,12% досліджуваних. Лексеми «довіра» та «цінність життя» виокремили 60,4%, «смількість» та «життєстійкість» – 61,1%, лексеми «незалежність», «осмисленість життям», «оптимізм» – 58,9%. Найменший вибір закріпився за характеристиками «довірливість» та «негативне минуле» – 9%. Важливо відмітити, що задіяння осіб із високим рівнем психологічного благополуччя, дозволило уточнити змістовне наповнення кожного виділеного ресурсу. Даний етап закінчився узагальненням, поєднанням теоретичних та емпіричних результатів і розробкою на цій основі опису ресурсів психологічного благополуччя особистості.

Проведення кластерного аналізу із залученням агломеративного різновиду ієрархічного алгоритму мало на меті виділення ресурсів психологічно благополучної людини. Кластерний аналіз, у свою чергу, підтвердив ресурси психологічного благополуччя особистості, такі як, зокрема, часова перспектива, самодостатність, життєстійкість, екзистенційна сповненість, щастя, задоволеність життям, віра в справедливий світ, ідентичність, оптимізм, самоефективність, суб'єктивна вітальність, почуття зв'язності, осмисленість життям тощо.

За результатами множинного регресійного аналізу виокремлено чинники психологічного благополуччя особистості. За зменшення значущості коефіцієнтів рівняння регресії встановлено, що до чинників належать зосередженість на фаталістичному теперішньому, рефлексивність як суб'єктивна позиція у суспільних відносинах, переживання щастя, самоефективність, суб'єктивна вітальність, інтелектуальні характеристики, саморозуміння, радикалізм, відчуття задоволеності життям, залученість як віра в те, що життя має мету та сенс, зрозумілість, свідомість, відповідальність та ін. Переживання особистістю фаталістичного теперішнього, рефлексивність, відчуття щастя та задоволеності життям, рівень інтелекту, відповідальність за власне благополуччя тощо можуть виступати специфічним маркером

вираженості у людини психологічного благополуччя. В якості залежної змінної обрано загальний показник психологічного благополуччя (ПБ):

$$\text{ПБ} = 93,813 + 10,696 (\text{ZFN}) + 4,136 (\text{P}) + 2,759 (\text{Щ}) + 2,594 (\text{CE}) + 2,094 (\text{CB}) + 1,402 (\text{B}) - 1,399 (\text{L}) + 1,355 (\text{Su}) + 1,122 (\text{Cв}) + 1,079 (\text{Q1}) + 0,771 (\text{ЗЖ}) + 0,650 (\text{З}) + 0,526 (\text{Відп}) + 0,480 (\text{Зр}).$$

Таким чином, встановлено досить великий вплив на вираженість рівня переживання психологічного благополуччя (ПБ) насамперед таких чинників, як характерна зосередженість на фаталістичному теперішньому (ZFN), рефлексивності, як суб'єктивної позиції у суспільних відносинах (P), щастя, як емоційної складової (Щ), самоефективності, як соціально значущої категорії (CE), суб'єктивної вітальності, як життєвої енергії (CB), інтелекту (B), довірливості (L), саморозуміння (Su), свідомості (Cв), радикалізму (Q1), відчуття задоволеності життям (ЗЖ), залученості, як віри в те, що життя має мету та сенс (З), відповідальності (Відп), зрозумілості (Зр).

Використання якісного аналізу даних дозволило згрупувати досліджуваних за рівнем психологічного благополуччя (ПБ max) (53 особи) та (ПБ min) (42 особи), що дало можливість вивчити психологічні особливості даних осіб.

На рис. 1. відображені особистісні характеристики досліджуваних (за методикою Р. Кеттелла) з максимальною та мінімальною вираженістю загального показника психологічного благополуччя.

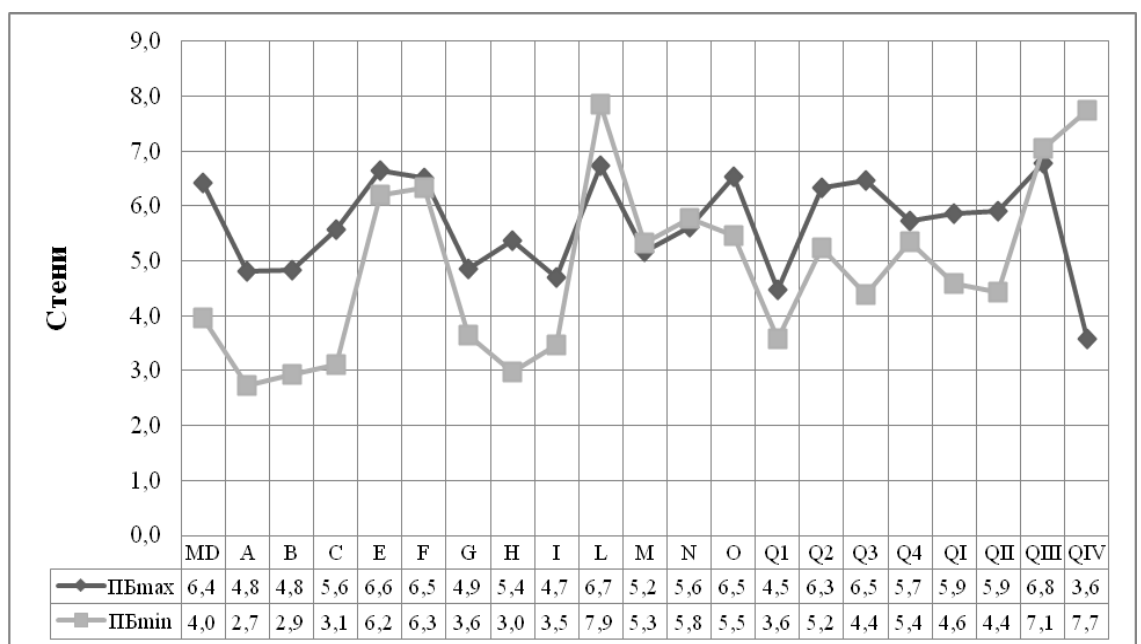


Рис. 1. Специфіка рис особистості (за методикою Р. Кеттелла) у представників груп з високим та низьким рівнем загального показника психологічного благополуччя.

Встановлено, що особам з високим рівнем психологічного благополуччя властива соціальна сміливість (Н+) – притаманні спонтанність, активність,

готовність до ризику та співпраці з незнайомими людьми в нових обставинах, здатність приймати самостійні, неординарні рішення, прояв лідерських якостей. Представники цієї групи незалежні, самостійні, винахідливі, орієнтовані на власні рішення та думки (Q2+). Вони чутливі, здатні до емпатії та розуміння, добрі, терпимі до себе та оточуючих (I+). Їм властиве розвинене аналітичне мислення, сприйнятливність до змін та нових ідей, недовіра до авторитетів, відмова приймати що-небудь на віру. Часто вони готові до порушення звичок і усталених традицій, характеризуються наявністю інтелектуальних інтересів (Q1+). Такі люди соціально точні, вони піклуються про власну репутацію, здатні контролювати власні емоції та поведінку (Q3+). Високий рівень такого вторинного фактору як екстраверсія (QI+) характеризує їх як відкритих осіб, які легко пристосовуються в будь-якій ситуації тощо. Отже, встановлено перелік рис особистості, вираженість яких характерна для осіб з високим рівнем психологічного благополуччя: нормативність, товарицькість, домінування, сміливість, експресивність, дипломатичність, чуттєвість, високий самоконтроль та ін. Високий рівень нормативності та сміливості сприяє самостійності, розвитку почуття обов'язку. Стенічна емоційність, проявляється в позитивних емоціях, зменшуючи напруженість особистості, позначається на психологічному благополуччі людини.

Відповідно, особам з низьким рівнем психологічного благополуччя притаманна сизотимія (A-), слабкість Я (C-), низьке супер-его (G-), боязкість (H-), жорсткість (I-), підозрілість (L+), низький самоконтроль (Q3-), дещо нижча самооцінка (MD-), інтроверсія (QI-), тривожність та напруженість (QII-) тощо. Представники даної групи характеризуються відособленістю, відчуженістю, конфліктністю, ригідністю, скритністю, небалакучістю, стриманістю, обережністю, підозрілістю (A-). Їм притаманна низька чутливість, суворість, розсудливість, практичність, деяка жорстокість, невеликі очікування від життя (I-). Вони орієнтовані на соціальне схвалення, вважають за краще працювати та приймати рішення разом з іншими людьми. Потребують підтримки з боку групи, так як залежать від думки та вимог групи (Q2-). Їм досить важко контролювати власні емоції, а особливо, люті та тривожності. Для цих осіб є характерним нестійкий образ власного «Я», низький рівень усвідомлення соціальних вимог та власних ідеалів, що виражається у вигляді необачливої емоційності та деякого спростовування суспільних норм (Q3-). Також цим особам властива конформність, скромність, тактовність, боязкість, обережність, доброзичливість, слухняність. Вони не вміють відстоювати власну точку зору, покійно йдуть за сильнішими, самі поступаються дорогою іншим, не вірять в себе і свої здібності, тому часто виявляються залежними, беруть на себе провину. Така пасивність є частиною багатьох невротичних станів (C-). Водночас можуть бути недисциплінованими, безвідповідальними, незгодними з соціальними правилами і стандартами: можуть досить легко кинути розпочату справу, відмовитися від своїх зобов'язань, але свобода від впливу групи іноді робить їх діяльність більш результативною (G-). Вони завзяті, дратівливі, недовірливі, фіксовані на невдачах, схильні до суперництва, скептично відносяться до моральних мотивів поведінки оточуючих, егоцентричні (L+).

Тривожність є характерною рисою осіб з низьким рівнем психологічного благополуччя: негативно забарвлене переживання душевного хвилювання, занепокоєності, розбурханості, почуття необхідності якихось пошуків, що переходять в стан збудження (QII+). Такі люди почувають себе втомленими і нездатними долати життєві труднощі (QIV-). Вони досить холодні, жорсткі і формальні в контактах, не завжди цікавляться життям навколишніх, цураються людей та уникають колективних заходів (QI-).

Також відмічається високий рівень вираженості самодостатності у психологічно благополучної особистості (Див. рис. 1).

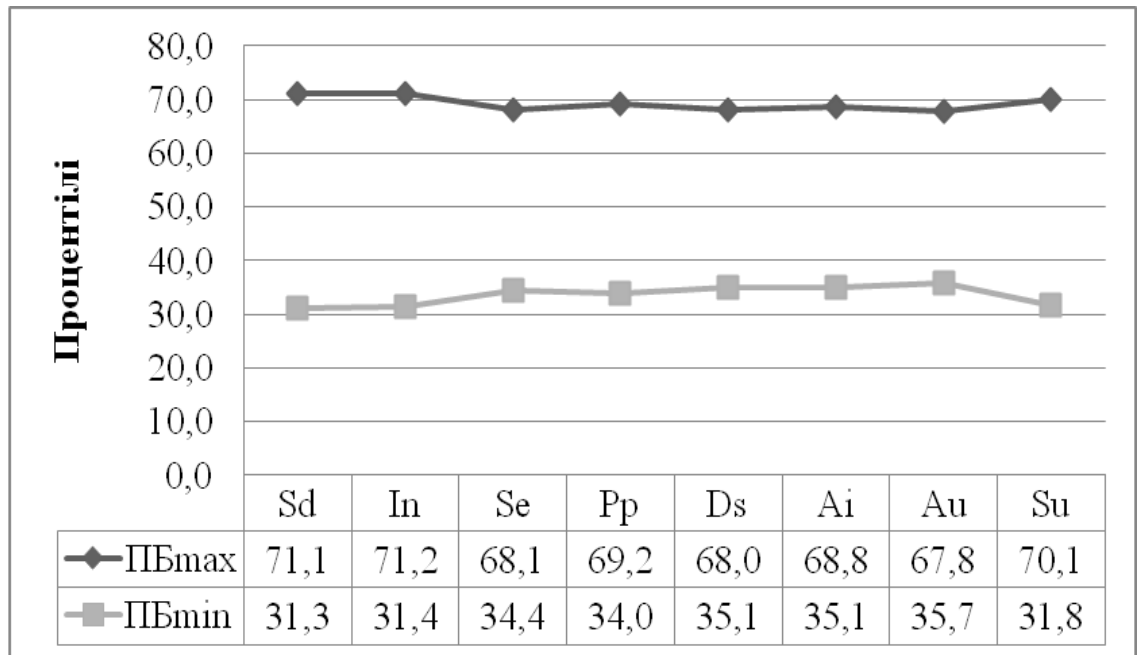


Рис. 2. Особливості самодостатності осіб з різним рівнем психологічного благополуччя

Як видно з рис. 2, представникам групи з високим рівнем психологічного благополуччя властиві самостійність (Sd+), незалежність (In+), самоефективність (Se+), цілеспрямованість (Pp+), дистанціювання (Ds+), альтруїзм (Ai+), автономність (Au+), саморозуміння (Su+). Це свідчить про те, що психологічна благополучна людина є водночас й самодостатньою особистістю, характеризується, як незалежна та альтруїстично спрямована, їй не притаманна ворожість та цинізм до оточуючих, також слід зауважити на тому, що в деяких випадках самодостатність може негативно вплинути на психологічне благополуччя, коли людина відсторонюється від соціуму та замикається у собі, у неї розвивається підвищене почуття внутрішньої тривоги, вона не йде на контакти, самодостатність підтримує загальний рівень психологічного благополуччя особистості та дає їй можливості для різностороннього розвитку, пізнання своєї природи та свого я.

У свою чергу, особи із низьким рівнем психологічного благополуччя, навпаки, характеризуються як несамостійні (Sd-), залежні від зовнішніх обставин та інших людей (In-), у них низький рівень самоефективності (Se-),

вони не цілеспрямовані (Pr-), з низьким рівнем дистанціювання (Ds-), автономності (Ai-) та саморозуміння (Su-), також їм притаманний егоїзм (Au-).

Таким чином, за результатами якісного аналізу, встановлено, що представники групи з високим рівнем переживання психологічного благополуччя, на відміну від осіб з низьким його рівнем, мають значно вищий рівень самодостатності, оптимізму, життєстійкості, почуття зв'язності, відповідальності, свободи, самотрансценденції, самодистанціювання, рефлексивності, екзистенційної наповненості, щастя, задоволеності життям, самоефективності, суб'єктивної вітальності, ідентичності, часової перспективи, вони сміливіші та ініціативніші в соціальних контактах, у них переважає адекватна самооцінка, довіра та віра в справедливий світ. Вони характеризуються: прагненням до гедоністичного теперішнього, вмінням планувати власну діяльність, орієнтуванням на позитивне майбутнє, самоповагою, вірою в себе та свій потенціал, відкритістю, інтелектуальними здібностями, емоційною стабільністю, самоконтролем, незалежністю, самостійністю, впевненістю у власних силах, сміливістю тощо.

## **ВИСНОВКИ**

У дисертаційній роботі здійснено теоретико-методологічне обґрунтування та емпіричне вивчення феномену психологічного благополуччя, його структури, ресурсів та чинників; виявлено психологічні особливості осіб, що розрізняються за рівнем психологічного благополуччя; підібрано та розроблено відповідний психодіагностичний інструментарій. У цілому, результати проведеного дослідження дозволяють зробити такі висновки:

1. Психологічне благополуччя розглядається як складне психічне утворення, яке проявляється у переживанні змістовної наповненості та цінності життя, відчутті задоволення життям та собою, досягненні актуальних мотивів і потреб особистості у перспективі соціально-значущої мети та позитивній оцінці власного існування. Дане утворення складається з десяти взаємопов'язаних компонентів: психофізичного, соціально-економічного, етнокультурологічного, екзистенційного, світоглядного, ціннісного, емоційного, поведінкового, когнітивного та вольового.

2. За результатами проведеного теоретико-методологічного аналізу, встановлено сукупність чинників та ресурсів психологічного благополуччя, серед яких в узагальненому вигляді виділяють зовнішні та внутрішні, об'єктивні та суб'єктивні, матеріальні та нематеріальні, фізичні та духовні та ін., які досліджуються деталізовано або ж утворюють більш глобальні для вивчення групи.

Під ресурсами психологічного благополуччя розуміються засоби, наявність та достатність яких сприяє його досягненню та підтриманню. Встановлено недостатність робіт з вивчення ресурсів та чинників психологічного благополуччя у сукупності, що детерміновано складністю їх диференціювання, задіянням соціально-економічних механізмів, впливом індивідуальних особливостей особистості та специфіки конкретної життєдіяльності.



3. У зв'язку з недостатньою кількістю відповідних методик була створена методика «Діагностика психологічного благополуччя особистості» (ДПБО), апробація якої показала достатню міру її надійності та валідності, що дозволяє застосувати даний тест-опитувальник, як з науковою, так і з практичною метою. Підбрано комплекс психодіагностичних інструментів, спрямованих на вивчення ресурсів та чинників психологічного благополуччя, а також спектру рис особистості, які супроводжують його прояви.

4. Емпірично доведено наявність додатних зв'язків показників психологічного благополуччя з широким спектром рис особистості, що супроводжують його прояви (сила Я, совісність, сміливість, радикалізм, схильність до почуття провини, висока самооцінка, самоконтроль, екстраверсія, задоволеність життям, віра в справедливий світ, щастя, рефлексивність, самоефективність, життєстійкість, оптимізм та ін.). Отримано від'ємні взаємозв'язки показників психологічного благополуччя з підозрілістю, наївністю, тривожністю, кортикальною жвавістю, песимізмом, дифузним стилем ідентичності тощо.

5. Пошук ресурсів та чинників психологічного благополуччя, задля якого, крім статистичного аналізу, було застосовано бесіду та контент-аналіз творів, показав складність їх диференціювання та виражену індивідуальну варіативність. Встановлено, що до чинників належить характерна зосередженість на фаталістичному теперішньому, рефлексивність як суб'єктивна позиція у суспільних відносинах, переживання щастя, самоефективність, суб'єктивна вітальність, інтелектуальні характеристики, саморозуміння, радикалізм, відчуття задоволеності життям; залученість як віра в те, що життя має мету та сенс; зрозумілість, свідомість, відповідальність тощо. Відповідно, наявність у людини відповідних характеристик може виступати специфічним маркером, предиктором вираженості у людини психологічного благополуччя. Серед ресурсів психологічного благополуччя особистості виділено задоволеність життям, щастя, незалежність, життєстійкість, сміливість, осмисленість життям, довіру тощо.

6. Результати кластерного аналізу дозволили встановити розташування окремих параметрів психологічного благополуччя в системі характеристик особистості; показали цілісність та внутрішню єдність феномену, що вивчається; взаємозв'язок та підпорядкованість виділених ресурсів та чинників. Отримані дані дають змогу позначити можливі шляхи формування та розвитку психологічного благополуччя людини шляхом виховання у неї певного світогляду, культурологічних уподобань, життєвих цінностей, духовних основ, установок та інтересів тощо.

7. Використання якісного аналізу даних дало змогу згрупувати досліджуваних за рівнем психологічного благополуччя та вивчити психологічні особливості представників означених груп. Встановлено достовірні відмінності за показниками часова перспектива, самодостатність, життєстійкість, віра в справедливий світ, певні стилі ідентичності, рефлексивність, задоволеність життям, екзистенційна сповненість, оптимізм тощо у осіб з високим та низьким рівнем психологічного благополуччя.

Близько двадцяти відсотків респондентів мають низький рівень психологічного благополуччя, який виявляється у неприйнятті власної даності, невмінні жити в гармонії з собою та світом, нехтуванні ресурсами, незадоволенні реалізацією задач життєвого шляху, невмінні правильно розподіляти власні ресурси заради здобуття та підкріплення власного благополуччя. Високий рівень психологічного благополуччя, навпаки, вказує на усвідомлення особистістю цілісності життєвої перспективи, усвідомленням свого місця у соціумі, продуктивного використання власних ресурсів.

Водночас, результати роботи не вичерпують усіх питань проблематики ресурсів та чинників психологічного благополуччя. Перспективою подальших досліджень є виявлення відповідних кросскультурних, гендерних та вікових відмінностей; виділення умов та критеріїв розширення наявного репертуару ресурсів та чинників психологічного благополуччя; визначення особливостей трансформації психологічно благополучної особи в різних умовах життєдіяльності; розробка тренінгової програми становлення та розвитку психологічного благополуччя особистості з опорою на виявлені чинники та ресурси означеного феномену.

### **Основні положення дисертації відображено в публікаціях:**

*Статті у наукових фахових виданнях України:*

1. Каргіна Н. В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя: теоретичний аспект. *Наука і освіта*. 2015. № 3. С. 48-55.
2. Каргіна Н. В. Феномен психологічного благополуччя особистості: особливості діагностики. *Вісник Одеського національного університету імені І. І. Мечникова*. Серія «Психологія». 2015. Том 20. Випуск 4 (38). С. 63-73.
3. Каргіна Н. В. Аналіз взаємозв'язків між показниками життєстійкості особистості та переживанням психологічного благополуччя. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. № 2 (43). Сєверодонецьк. Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. С. 121-130.
4. Каргіна Н. В. Психологічне благополуччя у часовому вимірі. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. № 3. Т. 1., 2017. С. 73-77.
5. Каргіна Н. В. Співвідношення параметрів психологічного благополуччя та ідентичності особистості. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія: Психологія. 2017. Вип. 3. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn\\_2017\\_3\\_5](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2017_3_5).
6. Каргіна Н. В. Віра як основа психологічного благополуччя особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. № 1. Т. 1. 2018. С. 83-88.

*Статті у наукових виданнях іноземних держав та в наукометричних базах:*

7. Kargina N. V. Approbation results of technique «Diagnostics of psychological well-being of a person» (DPBO). *KazNu Bulletin. Psychology and Sociology series*. Almaty: Kazahskiy Natsionalnyiy universitet imeni Al-Farabi [Al-Farabi Kazakh National University], 2016. № 4(59). P. 252-259.

8. Каргіна Н. В. Самодостатність як ресурс психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*. 2017. №7. С. 76-82.

9. Kargina N. V. Factors of Personality's Psychological Well-Being. *Наука і освіта*. 2018. №1. Р. 83-87.

*Публікації в інших наукових виданнях:*

10. Каргіна Н. Психологічне благополуччя особистості як запорука її професійної безпеки: *Психологія професійної безпеки особистості*: матеріали міжнародної наук.-практ. конф. (м. Луцьк, 20-21 березня 2015 р.). Луцьк: Вежа-Друк, 2015. С. 41-44.

11. Каргіна Н. В. Духовний розвиток особистості як умова її психологічного благополуччя: *Проблеми сучасної психології особистості*: матеріали наук.-практ. конф. молодих учених та студентів (м. Одеса, 14 травня 2015 р.). Одеса: Лерадрук, 2015. Вип. 6. С. 295-300.

12. Каргіна Н. В. Личностные барьеры психологического благополучия *Международна научна школа «Парадигма»*: сборник научни статии. Варна, 2015. Т.4. С. 158-162.

13. Каргіна Н. В. Екзистенціальне розуміння психологічного благополуччя особистості: *Актуальные проблемы современной экзистенциальной психологии и психотерапии*: сборник статей Всеукраинской науч.-практич. конф. с международным участием (25-26 ноября 2015 г.). Одесса: Издательство ХГЭУ, 2015. С. 75-80.

14. Каргіна Н. В. Етнопсихологічний аспект вивчення психологічного благополуччя особистості. *Международное периодическое научное издание Sworld*. Иваново, Научный мир, 2015. Т.7. Вып. №4 (41), С. 55-61.

15. Каргіна Н. В. Мировоззренческая основа психологического благополучия личности. *Парадигма: электронный научный журнал*. 2016. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26141692>.

16. Каргіна Н. В. Суб'єктивні складові психологічного благополуччя особистості *Особистість у соціальному, віковому та клінічному вимірі сучасного життя*: матеріали міжнародної наук.-практ. конф. (м. Луцьк, 7 квітня 2016 р.). Луцьк: Вежа-Друк, 2016. С. 176-180.

17. Каргіна Н. В. Первинна апробація методики діагностики психологічного благополуччя особистості. *Інсайт*: зб. наук. праць студентів, аспірантів та молодих вчених. Херсон, ПП Вишемирський В. С., 2016. С. 162-166.

18. Kargina N. Objective determinations of psychological well-being of a person: conference *Proceedings of the 5th International Conference Problems and Prospects of Territories' Socio-Economic Development* (April 14-17, 2016, Opole, Poland). Opole, 2016. P. 170-171.

19. Каргіна Н. В. Когнітивна складова психологічного благополуччя особистості: *Проблема сучасної психології особистості*: матеріали наук.-практ. конф. молодих учених та студентів (м. Одеса, 20 травня 2016 р.). Одеса: ВМВ, 2016. С. 66-71.

20. Каргіна Н. В. Психологічне та суб'єктивне благополуччя: особливості розмежування і диференціації понять *Практична педагогіка та психологія: методи і технології*: матеріали всеукраїнської наук.-практ. конф.

(м. Запоріжжя, 1-2 липня 2016 р.). Класичний приватний університет, Запоріжжя, 2016. С. 136-139.

21. Каргіна Н. В. Зовнішні чинники психологічного благополуччя особистості. *Сьомі сіверянські соціально-психологічні читання*: матеріали всеукраїнської наук. конф. (м. Чернігів, 14 грудня 2016 р.). Чернігів, Десна Поліграф, 2016. С. 64-67.

22. Каргіна Н. В. Значення особистісних ресурсів у забезпеченні психологічного благополуччя людини. *Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі*: матеріали III Міжнародного Конгресу (м. Одеса, 18-21 травня 2017 р.). Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2017. С. 462-463.

23. Каргіна Н. В. Особливості екзистенційної сповненості особистості з різним рівнем психологічного благополуччя. *Проблема сучасної психології особистості*: матеріали наук.-практ. конф. молодих учених та студентів (м. Одеса, 25-26 травня 2017 р.). Одеса: ВМВ, 2017. С. 78-84.

24. Каргіна Н. В. Оптимізм як одна із складових психологічного благополуччя особистості: *Актуальні проблеми психології інновацій: теорія та практика*: матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. (м. Одеса, 15 вересня 2017 р.). Одеса: ВМВ, 2017. С. 65-67.

25. Каргіна Н. В. Почуття зв'язності як показник психологічного благополуччя: *Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я*: матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. (м. Вінниця, 23-24 листопада 2017 р.) Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2017. С. 119-123.

26. Каргіна Н. В. Специфіка взаємозв'язку між смисложиттєвими орієнтаціями та психологічним благополуччям особистості: *Психологія в контексті сучасних досліджень проблем розвитку особистості*: матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. (м. Запоріжжя, 8-9 грудня 2017 р.). Класичний приватний університет, Запоріжжя, 2017. С. 10-15.

27. Каргіна Н. В. Особливості суб'єктивної вітальності у осіб з різним рівнем переживання благополуччя: *Сучасні проблеми гуманітарної науки і практики: філософський, психологічний та соціальний виміри*: матеріали VI Міжнародної наук.-практич. конф. (м. Северодонецьк, 25-26 грудня 2017 р.). Северодонецьк, 2017. С. 51-53.

28. Каргіна Н. В. Ценностные ориентации как условие переживания психологического благополучия личности. *Вестник интегративной психологии*. Выпуск 15. Бухара: Saddrin Salim Vuxoriy, 2017. С. 56-60.

29. Каргіна Н. В. Рефлексивність як корелят психологічного благополуччя особистості: *Інноваційні наукові дослідження у галузі педагогіки та психології*: матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. (м. Запоріжжя, 2-3 лютого 2018 р.). Запоріжжя, 2018. С. 183-184.

*Авторське свідоцтво:*

30. А.с. Методичний твір «Методика діагностики психологічного благополуччя особистості (ДПБО)» / Н. В. Каргіна. № 70411; опубл. 10.02.2017 р. 51 с.

## АНОТАЦІЇ

**Каргіна Н. В. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості.** – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. – Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одеса, 2018.

Дисертацію присвячено дослідженню особливостей ресурсів та чинників психологічного благополуччя особистості. Психологічне благополуччя розглядається як складне психічне утворення, яке проявляється у переживанні змістовної наповненості та цінності життя, відчутті задоволення життям та собою, досягненні актуальних мотивів і потреб особистості у перспективі соціально-значущої мети та позитивній оцінці власного існування.

Структурну основу психологічного благополуччя складають психофізичний, соціально-економічний, етнокультурологічний, екзистенційний, світоглядний, ціннісний, емоційний, поведінковий, когнітивний та вольовий компоненти. Ґрунтуючись на створеній структурі розроблена та апробована методика «Діагностики психологічного благополуччя особистості» (ДПБО).

Теоретичне обґрунтовано та емпірично підтверджено наявність та співвідношення ресурсів і чинників психологічного благополуччя. Встановлено, що чинниками психологічного благополуччя виступають фаталістичне теперішнє, інтелект, довірливість, саморозуміння, свідомість, радикалізм, залученість, відповідальність, зрозумілість, рефлексивність, щастя, самоефективність, суб'єктивна вітальність, задоволеність життям; визначено ресурси психологічного благополуччя, серед яких є часова перспектива, самодостатність, віра в справедливий світ, довіра, екзистенційна сповненість, почуття зв'язності, ідентичність, смисложиттєві орієнтації, осмисленість життям, цінність життя, оптимізм, життєстійкість, самоконтроль, незалежність, сміливість, тощо. Виявлено психологічні особливості осіб, що розрізняються рівнем вираженості психологічного благополуччя, показано специфічність їх ресурсів та чинників.

**Ключові слова:** благополуччя, психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, особистість, ресурси, чинники, діагностика психологічного благополуччя.

**Каргина Н. В. Ресурсы и факторы психологического благополучия личности.** – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.01 – общая психология, история психологии. – Государственное учреждение «Южноукраинский национальный педагогический университет имени К. Д. Ушинского», Одесса, 2018.

Диссертация посвящена исследованию особенностей ресурсов и факторов психологического благополучия личности. Психологическое благополучие рассматривается как сложное психическое образование, которое

проявляется в переживании содержательной наполненности и ценности жизни, ощущении удовлетворенности жизнью и собой, достижении актуальных мотивов и потребностей личности в перспективе социально-значимой цели и положительной оценке собственного существования. Структурную основу психологического благополучия составляют психофизический, социально-экономический, этнокультурологический, экзистенциальный, мировоззренческий, ценностный, эмоциональный, поведенческий, когнитивный и волевой компоненты. Основываясь на созданной структуре, разработана и апробирована методика «Диагностики психологического благополучия личности» (ДПБО).

Теоретически обосновано и эмпирически подтверждено наличие и соотношение ресурсов и факторов психологического благополучия. Установлено, что факторами психологического благополучия выступают фаталистическое настоящее, интеллект, доверчивость, самопонимание, сознание, радикализм, вовлеченность, ответственность, вразумительность, рефлексивность, счастье, самоэффективность, субъективная витальность, удовлетворенность жизнью; определены ресурсы психологического благополучия, среди которых временная перспектива, самодостаточность, вера в справедливый мир, доверие, экзистенциальная исполненность, чувство связности, идентичность, смысложизненные ориентации, оптимизм, жизнестойкость, самоконтроль, независимость, смелость и тому подобное. Выявлены психологические особенности лиц, различающихся уровнем выраженности психологического благополучия, показано специфичность их ресурсов и факторов.

**Ключевые слова:** благополучие, психологическое благополучие, субъективное благополучие, личность, ресурсы, факторы, диагностика психологического благополучия.

**Kargina N. V. Resources and factors of psychological well-being of the individual.** – The manuscript.

The thesis for the Psychology candidate's degree, specialty 19.00.01 – general psychology, history of psychology. – State Institution «South Ukrainian national pedagogical university after K. D. Ushynsky», Odesa, 2018.

Thesis deals with the characteristics of resources and factors of psychological well-being of the individual. Psychological well-being is regarded as a complex psychic education, which manifests itself in the experience of the contentedness and value of lives, the sense of satisfaction with life and themselves, the achievement of the actual motives and needs of the individual in the perspective of a socially significant goal and a positive assessment of one's own existence. The structural basis of psychological well-being consists of psychophysical, socioeconomic, ethnocultural, existential, worldview, value, emotional, behavioral, cognitive and volitional components. Based on the established structure developed and tested methodology «Test-Questionnaire of Personality's Psychological Well-Being».

The existence and correlation of resources and factors of psychological well-being are theoretically substantiated and empirically confirmed. It has been

established that the factors of psychological well-being are fatalistic present, intelligence, trust, self-understanding, consciousness, radicalism, involvement, responsibility, clarity, reflexivity, happiness, self-efficacy, subjective vitality, satisfaction with life; defined resources of psychological well-being, including time perspective, self-sufficiency, faith in a just world, trust, existential completeness, sense of interconnectivity, identity, sense of life orientation, optimism, viability, self-control, independence, courage, etc. The psychological features of persons differing in the level of expression of psychological well-being are revealed; the specificity of their resources and factors is proved.

**Key words:** well-being, psychological well-being, subjective well-being, personality, resources, factors, diagnostics of psychological well-being.