

ФЕНОМЕН СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ: ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ

В.В. Котлярова, д-р филос. наук, профессор

И.В. Мудрик, магистрант

О.М. Колтунова, магистрант

**Институт сферы обслуживания и предпринимательства (филиал) Донского государственного технического университета в г. Шахты
(Россия, г. Шахты)**

DOI:10.24412/2500-1000-2023-8-2-109-112

Аннотация. В статье проводится экспликация феномена социально-психологического благополучия. Подчеркивается, что, несмотря на актуальность исследования социально-психологического благополучия, в современной науке до сих пор не существует единого взгляда на определение данного понятия и на соотношение различных его составляющих. Описаны различные подходы и точки зрения на определение и исследование социально-психологического благополучия, существующие в научном сообществе. Анализируется взаимосвязь социально-психологического благополучия с психологическим здоровьем, социальной адаптацией, физиологическими характеристиками человека. Приведены данные исследования внутренних и внешних детерминант социально-психологического благополучия.

Ключевые слова: благополучие, социальное благополучие, психологическое благополучие, социально-психологическое благополучие.

Человека всегда интересовали вопросы его социального и психологического благополучия. Так, еще в Древней Греции существовали разные точки зрения на то, что необходимо для благополучия, под которым древнегреческие мыслители подразумевали, в основном, счастье. Гедонисты, такие, как Аристипп, считали удовлетворение высшим благом или жизнь без боли и страданий. Аристотель связывал счастье с деятельностью, удовольствием от нее, реализацией своего потенциала [1].

Несмотря на долгую историю исследования социально-психологического благополучия, до сих пор не существует единого взгляда на определение данного понятия и на соотношение различных его составляющих. Часть ученых выделяют социальное благополучие, другая часть – психологическое, а некоторые считают их составляющими одного понятия. Исследование «социально-психологического благополучия» в научной литературе часто встречается вместе с понятием «исследование счастья». Помимо терминов «счастье», «благополучие», «субъективное благополучие», «социально-психологическое благополучие» в научных источниках

встречаются близкие или тождественные понятия «позитивное социальное здоровье», «качество жизни», «позитивный стиль жизни», «позитивный социальный настрой», «процветание» и другие.

Анализ и разработка теоретических аспектов понятия социально-психологического благополучия, изучение его детерминант, в истории гуманитарной мысли неизбежно связывалась с психологическим здоровьем личности, определением взаимосвязей с другими психологическими феноменами, изучением особенностей психологического благополучия представителей разных категорий населения.

Н.А. Батулин, С.А. Башкатов, Н.В. Гафарова в результате теоретического анализа понятий «благополучие человека», «субъективное благополучие», «психологическое благополучие», «материальное и финансовое благополучие», «социальное и межличностное благополучие» пришли к выводу об ограниченности данного арсенала понятий. Авторы предлагают использовать понятие «личностное благополучие» [2].

Исследователи психологического благополучия гедонистического направления обращают внимание на удовлетворенность жизнью и превосходство тех или иных эмоций. К ним можно отнести представителей заграничной психологии, которые изучают «субъективное благополучие»: Н. Брэдбурн, Э. Динер, Д. Канеман, И. Бонвелл и другие. Если же говорить об эвдемонистическом подходе, то следует упомянуть в первую очередь конструктор психологического благополучия К.Д. Райффа [3], теорию самодетерминации и другие. Р. Райан и М. Селигманн предлагают рассматривать эвдемонистский и гедонистический взгляды как два разных аспекта социально-психологического благополучия [4].

Как отмечает Я.И. Павлоцкая, «категория психологического благополучия личности тесно связана с концепцией позитивного функционирования человека, которая берёт своё начало в теориях гуманистического направления психологии (А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл) и уже позднее выделившегося в отдельное направление – экзистенциального (Дж. Бьюдженталь, А. Лэнгле, Р. Мэй)» [5, с. 5]. Вместе с тем, основоположники концепции психологического здоровья и благополучия (Э. Диннер, Н. Брэдбурн, К. Рифф и другие), исследователи, анализирующие результаты психотерапии (К. Руини, А. Джиовани, А. Фава, К. Салагэйм и другие), уделяли недостаточное внимание социальным аспектам благополучия человека.

Первые шаги в изучении именно социальных детерминант психологического благополучия были связаны с изучением счастья и субъективного благополучия. Опрос, который было проведен в середине XX века, показал, что большинство его участников для счастья нуждаются в большем количестве денег. Так возникла «экономическая теория счастья». Было проведено много исследований, выявивших взаимосвязь удовлетворенности жизнью и уровнем индивидуального дохода. Они обнаружили, что низкий доход связан с душевной болью, что человек чувствует после развода или при одиночестве. Было

отмечено, что с 70 гг. XX в. в странах Запада уровень удовлетворенности жизнью почти не менялся, несмотря на значительный рост материального обеспечения и бытового комфорта («Easterlin Paradox»). Также было обнаружено, что в экономически развитых странах не ожидаемо более высокий риск суицидов, расстройств и депрессии среди молодежи («американский парадокс»). Исследователи связывают выше указанные факты с тем, что люди уже не наделяют таким большим смыслом базовые потребности (еда, жилье, быт) [6].

Кроме этого было выявлено, что по «Международному индексу счастья» первые места заняли следующие страны: Коста-Рика, страны Латинской Америки, некоторые африканские страны, т.е. страны, которые с большим трудом можно отнести к странам с высоким уровнем дохода населения [7]. Из этого ясно, что социально-психологическое благополучие никак не детерминировано экономическими факторами. Поэтому идея об экономической детерминации благополучия как основной подверглась критике и возникла потребность изучать факторы, связанные с благополучием более широко. Началось резкое растущее внимание исследователей к теме благополучия, разработка его концепций и изучение особенностей.

В дальнейшем было проведено очень много исследований детерминант сначала счастья, потом субъективного благополучия, а потом социально-психологического благополучия. Так, было выявлено, что генетически представители разных народов имеют особенности в проживании некоторых эмоций. Например, французы, британцы, американцы склонны к депрессии. Это связано с наличием мутации гена, отвечающего за транспорт серотонина. А наиболее оптимистичными являются жители Панамы, Нидерландов, Коста-Рики. Различия также обусловлены и особенностями культуры. В странах с индивидуалистическим подходом желательнее проявление собственной гордости, удовлетворения, ориентированности на собственные цели. Напротив, в странах, которые социально-ориентированы, личностные цели размыты, эмоции проявлять нежелательно.

Религиозные предпочтения также обуславливают разный уровень благополучия. Например, у представителей протестантизма и католицизма был обнаружен более высокий уровень социально-психологического благополучия, чем у иудеев. Вера также помогает сохранить более высокий уровень благополучия при проживании кризисных событий жизни, потому что верующие люди лучше находят положительный смысл различных, в том числе негативных, событий [8].

Безусловно, социально-психологическое благополучие связано с жизненными событиями. На примере победителей лотереи было показано, что быстро происходит адаптация к позитивным событиям и через какое-то время после повышения уровень благополучия снижается. Для негативных событий также характерен процесс адаптации и восстановления уровня социально-психологического благополучия после его снижения.

Многочисленные исследования взаимосвязей социально-психологического благополучия и здоровья обнаружили связь его высокого уровня с меньшим сердечно-сосудистым риском, низкой массой тела, лучшей эндокринной регуляцией, более низким уровнем кортизола в течение дня [3]. Много исследований посвящено изучению благополучия у соматических больных. На примере больных с сахарным диабетом было показано, что наличие болезни имеет взаимосвязь с низкими показателями социально-психологического благополучия. Низкие показатели социально-психологического благополучия связаны с высокой концентрацией биохимических веществ, обуславливающих стрессовые реакции. Так, у людей с хорошими межличностными отношениями и при наличии жизненной цели уровень интерлейкина-6 (особого гормона), принимающего участие в развитии стресса, ниже [3].

Важное направление исследований, актуальное в последние годы, обусловлено с пониманием взаимосвязи социально-психологического благополучия и возраста человека. Это связано с поиском средств сохранения высокого уровня со-

циально-психологического благополучия у пожилых людей. Пожилые люди с более высоким уровнем социально-психологического благополучия были более активными в течение следующих 10 лет, что снижает риск возрастных болезней. И, наоборот, большая активность связана с сохранением благополучия [9]. Современный взгляд на старение предлагает рассматривать возрастные изменения не только с точки зрения потери здоровья, определенных функций и возможностей. Старость предлагают считать периодом мудрости и опыта. Так, была предложена модель «успешного старения» и концепция «счастливой старости». Для повышения уровня социально-психологического благополучия пожилых людей предлагают использовать университеты «третьего возраста». Кроме этого, была выявлена взаимосвязь между социально-психологическим благополучием пожилых людей и наличием хороших взаимоотношений и социальной активностью. Следует отметить, что наибольший уровень социально-психологического благополучия присущ молодежи и пожилым людям, самый маленький – возрасту 40-44 лет. Это связывают с кризисом середины жизни, обусловленным происходящей переоценкой своей жизни, собственных достижений и ограничений.

Существуют подходы, учитывающие психофизиологические функции организма человека и его функционирования. Следует отметить, что благополучие физическое, психическое, социальное принято за критерий здоровья организацией ВОЗ и входит в определение понятия «здоровье». Соответственно, благополучие связано с психическим здоровьем. Согласно ВОЗ, «психическое здоровье – это состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных явлений, и обеспечивает адекватную условиям среды и действительности регуляцию поведения и деятельности».

Таким образом, в науке существуют различные подходы к пониманию благополучия, при этом наибольшее число исследований (как теоретических, так и практических), касается субъективного и

психологического благополучия. Изучение особенностей социально-психологического благополучия выявляет много факторов, влияющих на него: внешних и внутренних. К внешним факторам можно отнести со-

циальные, политические, культурные особенности развития страны и региона, к внутренним – социально-психологические, индивидуально-личностные характеристики человека.

Библиографический список

1. Диоген Лаэртский. О жизни, учениях и изречениях знаменитых философов / Лаэртский Диоген // Ред. А.Ф. Лосев; Перевод М.Л. Гаспарова, – 2-е изд. – М.: Мысль, 1986. – 571 с.
2. Батурин Н.А., Башкатов С.А., Гафарова Н.В. Теоретическая модель личностного благополучия // Вестник ЮУрГУ. – 2013. – Т. 6. – № 4. – С. 4-13.
3. Ryff C.D. Eudaimonic well-being, inequality, and health: Recent finding and future directions // International Review of Economics Springer. – 2017. – Vol. 64, № 3. – P. 159-178.
4. Ryan R. On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being // Annual Review of Psychology. – 2001. – Vol. 52 (1). – P. 141-166.
5. Павлоцкая Я.И. Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности: монография / Я.И. Павлоцкая; Волгоградский институт управления – филиал ФГБОУ ВО РАНХиГС. – Волгоград: Издательство Волгоградского института управления – филиала РАНХиГС, 2016. – 168 с.
6. Ларин А.В., Филясов С.В. Парадокс Истерлина и адаптация в России // Экономический журнал ВШЭ. – 2018. – Т. 22. № 1. – С. 59-83.
7. Всемирный индекс счастья (Happy planet index). – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.priroda.su.
8. Myers, D.G. The Funds, Friends, and Faith of Happy people // American Psychologist. – 2000. – Vol. 55,1. – P. 56-67.
9. Павлова Н.С. Отношение ко времени и своему возрасту во взаимосвязи с психологическим благополучием и самооценкой здоровья на этапе позднего онтогенеза // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2021. – Вып. 2. – С. 236-249. DOI: <https://doi.org/10.17072/2078-7898/2021-2-236-249>.

THE PHENOMENON OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL WELL-BEING: RESEARCH APPROACHES

V.V. Kotlyarova, *Doctor of Philosophical Sciences, Professor*

I.V. Mudrik, *Graduate Student*

O.M. Koltunova, *Graduate Student*

Institute of Service and Entrepreneurship (branch) Don State Technical University in Shakhty (Russia, Shakhty)

Abstract. *The article explicates the phenomenon of socio-psychological well-being. It is emphasized that, despite the relevance of the study of socio-psychological well-being, in modern science there is still no single view on the definition of this concept and on the ratio of its various components. Various approaches and points of view on the definition and study of socio-psychological well-being existing in the scientific community are described. The interrelation of socio-psychological well-being with psychological health, social adaptation, and physiological characteristics of a person is analyzed. The data of the study of internal and external determinants of socio-psychological well-being are presented.*

Keywords: *well-being, social well-being, psychological well-being, socio-psychological well-being.*