

ШВАЛЬ ЮРІЙ МИХАЙЛОВИЧ

доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії екологічної психології Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України, професор кафедри соціальної роботи факультету психології КНУ імені Тараса Шевченка, м. Київ

**ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ
ОСОБИСТОСТІ В ЗРІЛОМУ ВІЦІ**

В статті розглядається проблема соціального благополуччя особистості. Виявилось, що проблема благополуччя постає особливо актуальною для осіб середнього віку (36 -50 років). В теоретико-психологічному плані екологічної психології дане питання в контексті образу життя релевантне проблемі визначення функціонального місця благополуччя у структурі життєдіяльності особистості. Для пошуку відповіді на це питання нами було проведено цикл теоретико-експериментальних досліджень, яких охоплював три провідних аспекти організації життєдіяльності особистості. Це, по-перше, діяльнісний аспект, пов'язаний з власною життєвою активністю індивіда, по-друге, комунікативний аспект, пов'язаний з особливостями міжособистісних відносин індивіда, по-третє, середовищний аспект, пов'язаний з особливостями сприйняття й оцінки загальної ситуації життєдіяльності.

На основі теоретико-експериментальних досліджень було виділено три фактори особистісної значущості благополуччя в структурі способу життя осіб середнього віку – задоволеність життєвим положенням, зміни у структурі між особових стосунків, сприйняття і оцінка загальної ситуації життєдіяльності.

Показано, що перехід до ідеї благополуччя є проявом процесу соціалізації особистості у зрілому віці. Він має за основний вектор турботи про життя, який виявляється щонайменше на рівнях турботи про: близьких, власне тіло, екологічність середовища, правильність перебігу життя.

Ключові слова: *благополуччя, зрілий вік, особистість, середовище, соціалізація, турбота.*

Постановка проблеми. Благополуччя особистості раптово стало одним з найпопулярніших об'єктів гуманітарних досліджень. То й виникає питання: це просто чергова модна тема, чи воно стало реальною соціально-психологічною проблемою буття людей? А якщо це дійсна проблема, то у чому, власне, полягає сама проблемність: нам його катастрофічно не вистачає, чи ми прагнемо, щоб його було все більше і для всіх?

У контексті психологічної концепції образу життя, яка розробляється в рамках екологічної психології, ці питання можна «згорнути» до одного, ключового, на наш погляд. Це питання про функціональне місце феномену благополуччя у структурі життєдіяльності особистості. Для пошуку відповіді на це питання нами було проведено цикл теоретико-експериментальних досліджень, яких охоплював три провідних аспекти організації життєдіяльності особистості. Це, по-перше, діяльнісний аспект, пов'язаний з власною життєвою активністю індивіда, по-друге, комунікативний аспект, пов'язаний з особливостями міжособистісних відносин індивіда, по-третє, середовищний аспект, пов'язаний з особливостями сприйняття й оцінки загальної ситуації життєдіяльності.

Загальна архітектоніка дослідження будувалась за віковим принципом, тобто на кожному віковому етапі розвитку особистості ми досліджували всі три аспекти, виявляючи специфіку їх соорганізації та змістовного наповнення. Виявилось, що проблема благополуччя постає особливо актуальною для осіб середнього віку (36 -50 років), тому у даній статті ми зупиняємось саме на цій категорії людей.

Основний матеріал.

Аналіз отриманих даних показує наявність трьох провідних факторів, які визначають суттєве зростання особистісної значущості благополуччя в структурі образу життя осіб середнього віку.

Перший фактор – це виникаюча до середнього віку задоволеність наявним життєвим положенням, як у соціально-статусному, так і в професійному аспектах життєдіяльності. Життєва суєта, зв'язана із прагненням до досягнень і успіху переміняється прагненням до стабільності й упорядкованості життя. Так, за нашим даними¹³, серед молоді у віці від 23 до 35 років, що має вищу освіту й добре працевлаштована, приблизно 80% орієнтовані на подальші життєві зміни. Орієнтація на зміни може приймати найрізноманітніші форми й охоплювати самі різні сфери життя, але для цієї групи респондентів характерним є фактична відмова від обговорення теми життєвого благополуччя. Сама тема життєвого благополуччя

¹³ Дослідження проводилося в період 2016 – 2018 р.р., у ньому взяли участь 125 дорослих респондентів із середнім рівнем доходів, з них 61 людей у віці 23 – 35 років і 64 людини у віці 36 -50 років. У дослідженні використовувався комплекс якісних методів: стандартизоване інтерв'ю, опитування й групове обговорення. Результати були оброблені за допомогою методів контент-аналізу й наступної статистичної обробки даних.

для них зводиться або до того ж досягненню успіху, або до одержання різних задоволень від життя. Близько 15% респондентів (жінки) бачать бажані зміни в напрямку досягнення життєвої стабільності й благополуччя. Для цієї групи майбутнє представлене або у вигляді знаходження сімейного благополуччя (найбільш частими є висловлення, типу: «добре вийти заміж і більше ні про що не турбуватися»), або досягнення стабільності в професійній сфері (найбільш частими є висловлення, типу: «знайти гарну роботу, щоб хоч щось робити й одержувати гарну зарплату») ¹⁴. І тільки 5% молодих людей взагалі не орієнтовані на які-небудь життєві зміни.

Зовсім інша, прямо протилежна картина спостерігається у віковій групі від 36 до 50 років. Життєві зміни починають обговорюватися не в контексті розвитку, а в контексті життєвих труднощів і необхідності їх подолання. Сама ідея й необхідність змін викликають опір, а в деяких випадках і відвертий страх. Основна причина такого опору й страху – невідомість і непередбачуваність наслідків зміни, тобто майбутнього.

Майже 75% людей цієї вікової категорії зорієнтовані на збереження устояного способу життя, навіть якщо в ньому чітко видні вже усталені негативні аспекти. Для них будь-які зміни несуть у собі погрозу вже усталеному, хоч якомусь, але благополуччю. Обговорюючи можливе майбутнє, можливі зміни вони вибудовують переважно негативний прогноз розвитку подій і підкреслюють, що їх «життя вже навчило». Іншими словами, для цієї групи респондентів характерний перехід від позитивних очікувань життєвих подій до песимістичних прогнозів щодо можливих змін. Метафорично виражаючись, радісні очікування молодості змінюються песимістичними прогнозами зрілості. Однак більш детальний аналіз показує, що реальним мотивом опору змінам є аж ніяк не страх перед майбутнім (принаймні, у нашій вибірці він був відзначений тільки в 4% респондентів), а бажання зберегти той рівень суб'єктивного благополуччя, який уже досягнуто. Особливо яскраво це виявилось при доборі метафор, які з погляду учасників обговорення, найбільше точно відображають їхню життєву ситуацію. Зазвичай учасники використовували різні народні прислів'я й приказки, які інтерпретуються ними як: «народна мудрість говорить». По час-

¹⁴Цікаво, що аналогічні життєві установки ми виявили при дослідженні життєвих перспектив в 90% студентів з обмеженими функціональними можливостями (докладніше див. Швалб Ю.М., Тищенко Л.В. Майбутнє і сьогодення студентів з обмеженими функціональними можливостями: психологічні аспекти. Монографія. - К. Основа. 2015 -240 с.).

тоті згадувань найбільш використовуваними (майже 65% усіх метафор) виявилися три прислів'я: « від добра добра не шукають», «краще ворог гарного» і «краще синиця в руках, чим журавель у небі». Ще 13% склали прислів'я, типу «не буди лиха, поки воно тихо» і згадування китайського прокльону «щоб тобі жити в епоху змін». Інші 22% склали різні метафори, які за змістом збігалися з наведеними вище, але мали яскраво виражений особистісний зміст. Серед них були й досить поетичні, типу: «Метелик не знає, у що він перетвориться, тому краще як можна довше залишатися метеликом». До сказаного слід додати, що в цій підгрупі жоден з учасників жодного разу не згадав ні одного прислів'я протилежного змісту (типу: «під лежачий камінь і вода не тече»). Цей факт нам представляється досить важливим, тому що він показує, що дана метафорична форма є вираженням стійкої соціальної установки, яка реально направляє й організує соціальну поведінку індивідів.

Така життєва стратегія, що спрямована на досягнення й збереження суб'єктивного благополуччя виявляється досить ефективною за умови відносної стабільності соціальних умов життя. Але якщо зовнішні обставини змінюються так, що зберегти усталений спосіб життя вже неможливо, то індивід переживає свою ситуацію як життєву катастрофу. Як правило, це виражається в «залипанні» у власнім минулому – воно ідеалізується й представляється як «найкращий час у моєму житті», при цьому майбутнє прогнозується тільки в негативних змінах, а сьогодення переживається як безвихідне й безглузде.

Однак у цій же віковій групі (36-50 років) досить чітко прослідковується наявність ще двох позицій щодо питання про співвідношення орієнтації на зміни або стабільність. Невелика частина респондентів (близько 10%) утверджують саму ідею необхідності змін, але тільки як вимушену умову збереження життєвого благополуччя. Психологічна позиція людей цієї підгрупи може бути виражена в такий спосіб: «Життя, на жаль, увесь час змінюється, і щоб зберегти благополуччя треба бути готовим до цих змін». На відміну від попередньої підгрупи, ці респонденти вважають, що спрогнозувати зміни в сучасному динамічному світі неможливо й, тому, треба бути готовими до будь-яких змін. Така гнучка, пластична й адаптивна позиція є, очевидно, досить конструктивною. Самі респонденти описують її як здатність «прийняття» будь-яких змін, як уміння жити «тут і за-

раз». Ця здатність затверджується ними як головна підстава досягнення особистісного благополуччя. Але така «реалістичність» імпліцитно містить у собі одне досить істотне обмеження, пов'язане з тим, що неможливо бути готовим до будь-яких змін. Тому що зміни наступають раптово й непередбачене, то завжди виникає момент руйнування особистісного благополуччя й виникає необхідність прийняття (розуміння й осмислення) цих змін і відповідної перебудови способу життя для відновлення благополуччя. Приведемо тільки один, цілком типовий приклад з розповіді матері (46 років) про свою ситуацію взаємодії з дочкою (25 років): «Через рік, після того як вона закінчила університет, вона раптом вирішила їхати працювати закордон. Я дуже страждала, що її тепер немає поруч із мною, тому що вона була дуже близькою мені людиною. Але потім я із цим упокорилася, навіть поміняла роботу й стала більше заробляти, і тепер я можу кожні півроку їздити до неї в гості на цілий тиждень. Ми тепер знову щасливі».

Таку життєву стратегію можна умовно визначити як «готовність до змін заради відновлення життєвого благополуччя». Як ми вже говорили, вона є досить конструктивною, але часто приводить до виникнення й переживання того, що в сучасній психотерапії прийнято називати екзистенціальною кризою. Внутрішня здатність подолання цих кризових станів і визначає рівень особистісного благополуччя індивіда.

Третю групу цієї вікової категорії склали близько 15% учасників, які зв'язували благополуччя винятково із власною життєвою активністю. Їхня основна теза може бути сформульована в такий спосіб: «Людина може бути благополучною тільки тоді, коли в неї є можливість реалізувати власні інтереси». Аналіз висловлень показує, що ідея особистого благополуччя пов'язана із двома предикаціями:

- можливості як особистісний показник ступеня суб'єктивної волі;
- інтереси, які протиставляються потребам і зовнішній необхідності.

Усі респонденти цієї підгрупи підкреслюють, що можливості лежать не в просторі об'єктивних характеристик ситуації, а в просторі усвідомлення свого власного потенціалу й обмежень. Поняття інтересу вони використовують для фіксації найбільш особистісних значимих смисложиттєвих відносин. З'єднання цих частин у цілісний конструкт показує, що для цієї підгрупи благополуччя – це результат вільної реалізації особистісного потенціалу в значимих смисложиттєвих відносинах. У такому розумінні саме

переживання благополуччя відривається від наявного соціального або ситуативного контексту життя й переноситься у внутрішній, суб'єктний план як показник самореалізованості особистості й свідомості життя.

Досить примітним є ставлення респондентів до проблеми змін і майбутнього. У рамках їх базової установки цілком логічним і обґрунтованим представляється твердження, що, вони самі є джерелом і носієм життєво значимих змін. Причому, у психологічному плані це не зашкалювана інтернальність, а високий рівень усвідомлювання своїх власних дій і їх наслідків. При цьому, зміни й сила зовнішніх обставин зовсім не відкидається, а розглядається як нормальний, природній стан середовища, як зміна умов реалізації власних інтересів, які просто треба враховувати для корекції програм діяльності. Майбутнє, у цьому конструкті, представлено не стільки через прогнозування зовнішніх змін, скільки через проектування змісту й форм керування власними діяльностями.

Саме благополуччя в цій стратегії стає природнім наслідком процесів самоактуалізації особистості, а суб'єктивний рівень благополуччя фактично оцінюється індивідом по ступеню реалізованості різних життєвих проєктів.

Таким чином, у діяльнісному плані, тобто в просторі соціальної активності індивіда, чітко проявляється зрушення у ціннісно-значенневих підставах організації життєдіяльності. Це зрушення полягає в тому, що ідея успішності й, відповідно, прагнення до успіху за всяку ціну, починає замінюватися ідеєю благополуччя й прагненням до стабільності, життєвої рівноваги й комфорту. Зміна ціннісно-значенневих орієнтирів приводить до зміни форм організації й життєдіяльності в цілому, і конкретних форм цілепокладання. Коли ідея цілеспрямованості замінюється ідеєю доцільності, то механізми цілепокладання замінюються механізмами цілеутворення. Доцільність, як загальний принцип організації й управління діяльністю, виникає в таких ситуаціях вибору, коли наявні умови представлені суб'єкту у вигляді обмеженого набору альтернатив. Принцип доцільності організації життя полягає в співвіднесенні значимості мети й ціни витрат на її досягнення. Причому, альтернативними можуть бути будь-які компоненти акту діяльності при розв'язку задач – і цільові конструкти, і засоби, і способи, і матеріал, і значимі умови, і очікуваний результат діяльності. Цілеутворення – це завжди питання доцільності, і поки людина приймає цей

принцип як системотвірний, вона постійно перебуває в певній ціннісно-значеннєвій «вилці». З одного боку, усі здійснювані дії раціональні, правильні й відповідні життєвим цілям, але, з іншого боку, завжди залишається думка, що ціна, заплачена за досягнення цілей, виявилася значно вищою за вартість отриманих результатів.

Психологічна фіксація на цьому розриві приводить до істотного знецінювання будь-яких отриманих у житті результатів, стає джерелом невротизації й, в остаточному підсумку, підставою того, що в психології прийнято визначати як «криза середнього віку». Іншими словами, перехід до базової життєвої ідеї благополуччя, незважаючи на все її позитивне звучання, містить у собі зародок глибокої життєвої кризи й внутрішньособистісного конфлікту.

Другим фактором благополуччя є зміни в системі міжособистісних відносин індивіда. Ці зміни мають цілком об'єктивну біо-соціальну природу й пов'язані із природними змінами у віковій структурі родини – власні діти ростуть, а власні батьки старіють. Діти, як правило, уже вступають у підлітково-юнацький вік, а батьки – у передпенсійний. Обоє ці процеси вимагають істотної перебудови всієї системи взаємодій особистості, у першу чергу, у напрямку посилення турботи й про тих, і про інших.

Чому саме турботи, і про яку турботу ми тут говоримо?

Почнемо із взаємодій з підростаючими дітьми. Звичайно ж, батьки опікуються про дітей усе їхнє життя – народна мудрість говорить, що головне завдання батьків – це довести дітей до пенсії. Але в цьому напів-смутному, напів-жартівливому вислові закладена базова соціокультурна установка на сталість і нескінченність батьківського ставлення до дітей, незалежно від їхнього віку. Більше того, та ж народна мудрість затверджує, що «маленькі дітки – маленькі бідки, а великі дітки – великі бідки», підкреслюючи, що з віком проблеми дітей не зменшуються, а хвилюють і турбують батьків усе більше й більше.

У той же час, саме поняття турботи в психології, напрочуд, слабко розроблене (очевидно, через його оманну повсякденну зрозумілість)¹⁵.

Ми виходимо з того, що турбота є цілеспрямованою дією¹⁶, тобто в психологічному описі вона повинна характеризуватися по всіх базових па-

¹⁵ Не вступаючи тут у дискусію з різними авторами й трактуваннями, укажемо тільки на те, що нам ближче всього підхід Н.І.Козлова, який безпосередньо зв'язує поняття турботи з поняттям благополуччя.

раметрах конкретного акту діяльності (мотив, усвідомлювана мета, уявлення про спосіб і засоби, розуміння матеріалу й умов, прогнозований результат тощо¹⁷). Турбота як дія завжди спрямована на іншу людину, а всі форми турботи про себе (може, можна сказати «аутозабота»?) є її інтеріоризованими формами, тобто здійснюється по формулі: «Я опікуюся про себе як ... мати рідна, ... про найдорожчий і улюблений тощо».

Турбота як акт діяльності є культурним феноменом по своєму походженню й соціальним по формах реалізації, тобто у свідомості людей вона представлена як деяка культурна ідея й принцип взаємодії й має певні для кожного конкретного соціуму стандарти й норми реалізації. Для всіх форм її прояву загальним є одне – турбота здійснюється в таких взаємодіях, де один суб'єкт взаємодії усвідомлено й добровільно дає іншому суб'єкту більше, ніж того потрібно безпосередньо по комунікативній ситуації. При обов'язковій умові, що суб'єкт дії сам розглядає свою дію (або опредмечену частину результату дії), як благо для іншого суб'єкта. Іншими словами, турбота виражається в непрагматичному добровільному акті дарування іншому понад-нормативного блага.

Турбота може приймати відчужені форми у вигляді професійної діяльності або змушених форм взаємодії, але у власне психологічному плані вона є конструктором свідомості дорослості, одним з його психологічних новоутворень і проявляється як особистісна спрямованість і здатність до турботи про інших¹⁸. Провідним мотивом турботи є ціннісне ставлення до іншого, засноване на почутті любові або емоційної прихильності. Основною метою турботи є доставляння задоволення й радості життя іншому (зробити приємне). Основні засоби й способи турботи лежать у просторі забезпечення або поліпшення функціональних станів іншого, але при цьому вони завжди мають і знаково-символічну природу вираження ціннісно-символічного змісту відносини суб'єкта турботи¹⁹. Турбота як соціально-психологічна взаємодія припускає одержання двох результатів: на стороні

¹⁶ Ми вважаємо, що обговорювати турботу як прояв інстинкту – це неприпустиме біологізаторство. Більше того, проявом турботи у тварин можна вважати тільки ті поведінкові акти, які виходять за межі інстинктивної поведінки і є прямим показником інтелектуальної й розумної основи в поведінці тварин.

¹⁷ Набір параметрів, природно, може варіюватися залежно від прийнятої схеми опису акту діяльності.

¹⁸ У великих родинах при високій зайнятості батьків завжди існувала соціальна норма здійснення турботи старшими дітьми стосовно молодших або турботи про немічного члена родини. Ця традиція широко поширена й зараз, але вона свідчить не про те, що турбота властива дитинству, а про форми й механізми дорослішання, прийнятих у тому або іншому соціумі.

¹⁹ Утрата ценностно-символической функции как раз и определяет отчужденные формы заботы.

суб'єкта здійснення турботи – це почуття актуалізованості й реалізованості свого ціннісно-символічного ставлення до іншого, а на стороні суб'єкта одержання турботи – почуття непрагматичної вдячності за виявлену турботу.

У динаміці сімейних взаємодій можна виділити цілий ряд нормативних типів, що послідовно переминяються, прояву турботи. Тому, турбота й дбайливість дорослого по відношенню:

- до малюка й маленькій дитині полягає, не в забезпеченні й задоволенні вітальних потреб і потреб (це – нормативна частина батьківських дій), а в понад-нормативній взаємодії, у якій усіма доступними для дорослого формами комунікації виражається любов і цінність дитину (Турбота про емоційну прихильність).

- до дитини дошкільного віку – у створенні максимально сприятливих умов психічного розвитку й підтримки в зонах найближчого розвитку (Турбота про переживання радості й щастя).

- до дитини на етапі шкільної соціалізації – у допомозі в освоєнні різних форм соціальної взаємодії в широкій соціальній ситуації розвитку (Турбота про соціальну адаптивність).

- до підлітка – у підтримці реалізації особистісних інтересів у формах соціально прийнятної активності (Турбота про безпеку).

- до юнацтва – в особистіснім прийнятті ініціатив і життєвих устремлень (Турбота про самостійність).

- до молодості – у діючій підтримці життєвих проєктів (Турбота про успішність).

- до дорослості – у підтримці й утвердженні правильності прийнятих життєвих рішень і зроблених виборів (Турбота про благополуччя).

- до літніх – у демонстрації збереження й посилення значимості їх ролі в сімейнім житті (Турбота про забезпеченість).

- до старих – у підтримці почуття осмисленості прожитого життя (Турбота про спокій і умиротворення).

Таким чином, ми стверджуємо, що турбота про інших стає не тільки соціально-психологічним новоутворенням дорослості, але й тим значущим центром, який стягує на собі базові підстави переживання благополуччя в зрілості. Функціональне місце благополуччя в структурі акту життєвої ко-

мунікації можна відобразити в наступній схемі, яка, по суті, є розгорненням схеми акту соціальної взаємодії (рис.1).

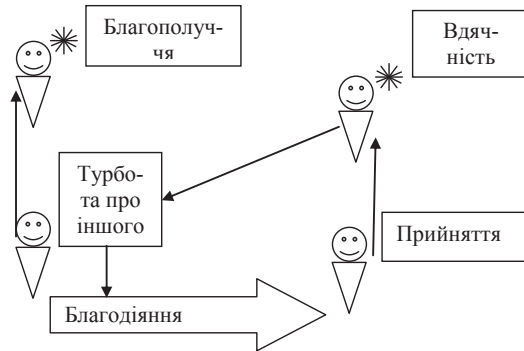


Рис. 1. Функціональне місце благополуччя в структурі акту життєвої комунікації

Дана схема наочно показує, що переживання благополуччя не зв'язане ні з матеріально-фінансовим станом індивіда (його добробутом), ні із предметними умовами його життя, а є функцією особливого соціокультурного типу взаємодії. Крім того, тут треба відзначити, що, хоча ми розглядали даний аспект життєвого благополуччя через призму індивідуальних взаємодій у сімейних системах, але на наш погляд, ця модель добре описує благополуччя як функцію взаємодії будь-яких соціальних суб'єктів, від мікро до макрорівнів.

Аналіз благополуччя соціальних суб'єктів ніяк не входить у тему нашої роботи, тому ми не будемо далі зупинятися на цьому питанні. Але те, що психологічне благополуччя особистості тісно пов'язане із соціальною ситуацією його життя – не викликає сумнівів.

Третій фактор благополуччя особистості – сприйняття й оцінка загальної ситуації життєдіяльності (середовищний аспект). У першу чергу відзначимо, що в даному контексті ми будемо розглядати відношення до середовища існування як фактору благополуччя особистості, тобто в екопсихологічному, а не в соціо-біологічному підході. У соціологічній й, особливо, у біологічних теоріях поняття середовища береться в надзвичайно розширювальній тлумаченні, як сукупність усіх зовнішніх факторів, що впливають на життєдіяльність і поведінку конкретного індивіда (організм-

му), що приводить до неможливості операціолізації поняття навколишнього середовища, і превалюванні в дослідженнях самого непродуктивного виду емпіризму.

У наших дослідженнях ми пропонуємо використовувати поняття середовища в більш вузькому й більш психологічному значенні. Навколишнє середовище – це сукупність усвідомлюваних зовнішніх обставин життєдіяльності, які безпосередньо включаються індивідом у систему керування діяльностями (поведінкою) і регуляції суб'єктивних станів. Із цього визначення випливає ряд кардинальних наслідків. По-перше, це означає, що в психологічне поняття навколишнього середовища не можна включати ті фактори, які, хоча й мають об'єктивну природу, але не усвідомлюються індивідом як реально існуючі й, навпаки, необхідно включати ті, які можуть не мати об'єктивної підстави існування, але сприймаються як дійсність життя. Так, наприклад, наявність і ступінь інтенсивності сонячної радіації, хоча й є об'єктивним чинником, але не сприймається й не усвідомлюється індивідом, а наявність підступної магії в сусідки-ведьмачки, хоча й не має об'єктивних підстав, але може сприйматися й усвідомлюватися як абсолютна середовищна реальність. По-друге, не можна плутати абстрактне знання з усвідомленням – у повсякденному житті наші дії будуються на підставі уявлень про реальність, на відміну від більшості професійних практик, які будуються на підставі тих або інших видів наукового знання, тобто навколишнє середовище представлене у свідомості індивідів, переважно через уявлення, а не через знання. По-третє, у структуру середовищних факторів необхідно включати тільки ті, на які індивід орієнтується безпосередньо при побудові власної дії, незалежно від довжини використовуваного логічного ланцюжка опосередкувань при побудові комунікативного обґрунтування цієї дії. Так, наприклад, якщо в наукових теоріях і дослідженнях ми цілком можемо обговорювати «ефект метелика», то в середовищному підході ми змушені обмежуватися тільки прямими причинно-наслідковими зв'язками.

Крім того, запропонований підхід дозволяє більш змістовно структурувати поняття навколишнього середовища «за вертикаллю», тобто за рівнями мікро-, мезо- і макросередовища. Так мікросередовище може бути представлена як сукупність ситуативних обставин, що детермінують побудову конкретних дій і станів індивіда. Мезосередовище – як сукупність умов,

що утворюють організаційну інфраструктуру розгортання значимих видів діяльностей. Макросередовище – як представлений соціо-природний Світ, що задає закони розгортання життя й побудови життєдіяльності.

Тому ми беремо поняття ситуації життєдіяльності, яке ширше поняття «соціальна ситуація» і поняття й поняття життєвого благополуччя, яке ширше поняття соціального благополуччя.

У контексті ж нашої роботи важливо те, що в певний період дорослості стійко спостерігається зміна психологічних підстав суб'єктивних оцінок і відносин до навколишнього середовища. Ідея правильності життя трансформується й набуває ознак, які прямо пов'язані з переживанням життєвого благополуччя.

У мікросередовищі, яке охоплює коло людей і предметностей, з якими індивід вступає в безпосередню й повсякденну взаємодію, провідним стає відношення, засноване на ідеї комфорту. Якщо успіх визначає місце індивіда в соціальних структурах і відносинах, то комфорт і благополуччя визначає якість організованості суб'єктивної, внутрішньої складової цьому життю. Ідеї комфорту й благополуччя дозволяють індивідові як би «вийти» із соціальних взаємодій і «обернутися» на власне існування, метафорично виражаючись «залишитися наодинці зі своєю власною тілесністю». Добре відомо, що психологічні границі тілесності лежать у рамках тієї предметності, яку індивід ідентифікує як винятково «свою»²⁰. Однак, питання границь фіксує тільки предметну сторону проблеми тілесності, а відношення індивіда до цієї предметності фіксується через категорію комфорту.

Ідея комфорту як особистісне переживання фіксує ті способи організації свого тілесного існування, які індивід оцінює як максимально сприятливі. Ідея комфорту, таким чином, фіксує суб'єктивну оцінку якості організації тілесної сторони соціальному життю індивіда. Переживання комфортності, звичайно ж, не вичерпується чисто тілесним відчуттям зручності в наявних предметних умовах життя, але містить у собі й цілком рефлексивну оцінку самих зовнішніх обставин життя. Ця рефлексивність пов'язана з тим, що оцінка обставин будується по суб'єктивно певних критеріях віднесеності конкретних

²⁰ Развернутый анализ психоаналитических подходов содержится в работах Нартовой-Бочавер. В экопсихологическом подходе особый интерес представляют работы по структуре экологического сознания (см. напр. работы А.Верника, И. Кряж, А.Левочкиной, В.Скребца и др.).

обставин до певної задачі життєдіяльності, яка є актуальною для індивіда в цей момент. Тому почуття комфорту, по-перше, завжди прив'язане до конкретного типу задач (комфортно для роботи, відпочинку, або, навіть, життя) і, по-друге, задає цілісність переживання індивідом і свого положення в ситуації, і якості самої ситуації. Почуття комфорту, таким чином, стає одним із психологічних інструментів суб'єктивізації ситуації й життєвого простору, перетворюючи їх в «мою ситуацію» і «мій простір».

До сказаного додамо, що на мікросередовищному рівні істотним фактором переживання комфорту й благополуччя стає стан здоров'я індивіда. Причому, йдеться не стільки про медичні показники здоров'я, скільки про внутрішнє, психологічне переживання індивідом себе як здорової/хворої людини. Переживання власного стану здоров'я стає одним із значимих факторів, що опосередковують ставлення індивіда до всіх інших складових життєдіяльності.

На **рівні мезосередовища** кількість і якість факторів, що впливають на переживання благополуччя, значно міняється, у першу чергу, у зв'язку з високим ступенем його структурної складності. У той же час, у численних соціологічних дослідженнях показане, що рівень життя (або соціально-економічна якість життя) досить слабо корелює з переживанням життєвого благополуччя, а в деяких випадках, взагалі з'являється негативний кореляційний зв'язок²¹. Цей факт, на наш погляд, означає, що наповненість мезосередовища доступними предметами споживання є недостатнім чинником для виникнення почуття життєвого благополуччя.

Якщо прийняти, запропоноване нами розуміння мезосередовища як організаційної інфраструктури розгортання значимих видів діяльності, то й саме поняття благополуччя знаходить цілком доступні для огляду параметри.

По-перше, усі елементи мезосередовища як інфраструктури повинні виконувати **функцію сприяння** розгортанню життєво значимих діяльності індивіда. Певний життєвий парадокс полягає в тому, що інфраструктурні компоненти мезосередовища розглядаються індивідами як діючі суб'єкти, які повинні нести якусь користь і благо, а самих себе індивіди розглядають як одержувачів цих благ.

²¹ Гранічним показником такого неспівпадіння є достатньо розповсюджений феномен високого рівня суцільності при високому показнику рівня життя.

По-друге, усі елементи мезосередви повинні бути **доступними** для використання й відкритими для обігу як до суб'єктів соціальних взаємодій.

По-третє, усі елементи мезосередви повинні бути **толерантними** до неминуче виникаючої в житті людей тієї або іншої інаковості конкретних індивідів.

По-четверте, усі елементи мезосередви повинні бути спрямовані на **мінімізацію ризиків**, що несуть загрозу життю або здоров'ю індивідів.

В-п'ятих, усі елементи мезосередви повинні відповідати певним нормам **історичності й естетичності**, тобто давати почуття безперервності життя і її краси.

До цього треба додати, що в останні роки, особливо серед молоді, усе частіше звучить ще одна вимога до мезосередовища – воно повинне давати можливість **творчого прояву й самореалізації особистості**. Дійсно, сьогодні ми можемо затверджувати наявність виразної світової тенденції до росту значимості креативності не тільки на рівні життя конкретних індивідів, але й на рівні життя цілісних громад і соціальних спільнот.

Наведені п'ять мезосередовищних факторів життєвого благополуччя²² фактично можуть розглядатися як базові показники екологічності життєвого середовища особистості. Сама ідея екологічності довгий час залишалася тільки в рамках біологічних наук, але на сьогодні вона впевнено узвичаїлася не тільки в системі всього соціо-гуманітарного знання, але й у повсякденній свідомості людей. Ми тепер із упевненістю говоримо, наприклад, про екологічність психологічних практик і екологічності системи освіти, про екологічність сімейних відносин і психологічного клімату в організації, і так далі, і таке інше. Але при цьому саме поняття екологічності пророблене вкрай слабо. У нашій лабораторії екологічної психології Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України було запропоновано наступне розуміння принципу екологічності життєдіяльності: «Екологічними (ековідповідними) є усвідомлені дії індивідів, спрямовані на якісне поліпшення навколишнього середовища як базової умови зростання якості власного життя». У ракурсі процесів розвитку особистості ця теза переформулюється так: «Цілеспрямовані зусилля індивіда по розвитку якості життя навколишнього середовища є базовою умовою саморозвитку особи-

²² В данном контексте мы не рассматривали негативные факторы мезосреды, так как они, по преимуществу, являются обратными, по отношению к перечисленным позитивным факторам.

стості». У ракурсі переживання благополуччя особистості ця теза переформулюється так: «Усвідомлена спрямованість на забезпечення благополуччя навколишніх є базовою умовою виникнення стійкого почуття благополуччя особистості».

На **рівні макросередовища** основним фактором переживання благополуччя є ціннісно-оцінне відношення індивіда до сприйманих змін базових соціо-природних умов життєдіяльності. Як ми вже говорили, особливість макросередовища полягає в тому, що всі її елементи існують тільки у вигляді певних абстракцій – життєдайна природа, світовий океан, соціум, людська натура і т.д., і т.п. Кожний елемент може бути представлений у взаємодії тільки через якийсь свій частковий прояв, але не як цілісність (ця цілісність і є справжня метафізика). У нашій взаємодії з миром ми виходимо на цей рівень цілісності тільки опосередковано, через певний набір онтологічних ідей. Ці ідеї виступають як базові принципи розуміння (сприйняття світу) і організаційних принципів побудови взаємодії й миром.

Набір цих ідей цілком обмежений, хоча він і не є абсолютною догмою, тобто може суттєво варіювати в різних сферах життєдіяльності й у різних культурах. Так, наприклад, у науці ствердилися деякі основні принципи (методологія науки), які одночасно задають і базові онтології, і способи побудови досліджень. У повсякденній житті так само існує набір аналогічних принципів, які можуть бути виражені як метафорично (що посієш, то й пожнеш), так і цілком раціонально (вчиняй з іншими так, як ти прагнув би, щоб вчиняли стосовно тебе).

Єдність людини й макросередовища (Людина-в-Світі й, одночасно, Світ-в-Людині) фіксується через ряд граничних категорій, кожна з яких відображає певний аспект цієї онтології. Ми не беремося дати їхній повний перелік і аналіз, але в рамках розглянутого питання життєвого благополуччя особистості, нам представляються найбільш значимими три категорії: «Справедливість», «Щастя» і «Доля». Кожна з них є певної онтологемой (по термінології О.Ф.Лосєва), тобто формою й способом розуміння життя.

Ідея справедливості відображає базове розуміння динаміки життєвого процесу як постійного порушення // відновлення (або, навпаки, установа // порушення) рівноваги й балансу життєвих сил. Залежно від культурного типу свідомості, справедливість може приписуватися різним суб'єктам-носіям – Богу, Природі, Життю, Іншим людям, Особистості і т.д., або місти-

тися в різні просторово-часові топоси. Але, незалежно від цього, сама ідея справедливості розглядається як Закон Життя, а для індивіда вона стає принципом організації напрямку його власної системи дій і взаємодій.

Ідея щастя відображає вершинний стан буття Людини й Світу в цілому. Знову таки, незалежно від культурних відмінностей у розумінні щастя, воно виступає як гранична форма переживання гармонії Життя. Щастя є абсолютним сенсом людського буття у Світі. Треба відзначити, що останнім часом у якості такої абсолютної смислової одиниці життя все частіше розглядається категорія любові. На наш погляд вони нерозривно зв'язані між собою, тому що любов є обов'язковою умовою виникнення щастя, а переживання щастя є єдиним надійним індикатором справжньої любові.

Ідея долі є найменш розробленою у світовій психології, що зв'язане, очевидно, із прагненням затвердити людину як суб'єкта власної життєдіяльності. Але якщо брати контекст цілісного життя індивіда, то без ідеї долі обійтися дуже важко. Приведемо тут тільки короткий опис ідеї долі, дане у Вікіпедії: «Доля — одна із ключових і універсальних категорій культури людства, [міфологема](#) (Горан), онтологема (О.Лосєв), що описує фундаментальні відносини Людини й Світу. У ній виражені багатовіковий досвід «всенародного осмислення [свободи](#) і [необхідності](#)», спроба назвати ті «сили, які управляють світовим порядком і людською поведінкою»¹¹. Три найголовніші характеристики долі: тотальність, непізнаваність і незалежність від людської волі. По вираженню О.Ф.Лосєва, «доля є щось таке, що рухає всім і в той же час непізнаване». З одного боку, «доля ні з ким і ні із чим не рахується», з іншого, «долі, при всім граничним відчуженні від тих, хто перебуває під її впливом, є справа до кожного». Тим самим доля — це зовнішня сила, яка зводить людську особистість до загального безособового вироку» /<https://ru.wikipedia.org/wiki/>.

До цього ми додамо тільки одне: доля – це усвідомлюване, але непомітне обмеження людської суб'єктності. Якщо справедливість обмежує людське свавілля, то доля обмежує людські можливості, нагадуючи нам, що кожен з нас лише маленька часточка в загальному потоці Життя. Доли немає тільки в Б-га.

Але повернемося до теми переживання благополуччя дорослості. Ми намагалися показати, що благополуччя дорослості на макрорівні життя (макросередовища) детерміновано трьома психологічними факторами:

- здатністю брати на себе відповідальність за встановлення й утвердження справедливості;
- збереженням віри в щастя й активного прагнення до нього як сенсу життя;
- наявністю значимих проєктів життєвих змін, при прийнятті себе й свого минулого/сьогодення/майбутнього як факту, що постійно здійснюється.

Загальний висновок. Перехід від ідеї й життєвої концепції соціальної успішності до ідеї життєвого благополуччя передбачає істотну перебудову базових ціннісних орієнтирів і трансформацію систем соціальних взаємодій особистості. Трішки перебільшуючи, ми можемо сказати, що цей крок соціалізації дорослості зв'язаний зі зміною основної життєвої інтенції – основним вектором напрямку особистісних зусиль стає **турбота про життя**. Турбота не в значенні «заклопотаності» як невротизованого стану тривоги із приводу якихось справ і проблем, а в значенні «дбайливості» як особливого типу ставлення особистості до оточуючих людей, до світу й до самого себе. Очевидно, можна говорити про наявність чотирьох, найбільш значимих об'єктів такої турботи. Це – турбота про благополуччя близьких людей; турбота про власний тілесний комфорт; турбота про екологічність життєвого середовища й турбота про «правильність» протікання життя як такого. І якщо ця виявлена турбота знаходить вдячний відгук, то ми отримуємо реальну можливість переживання справжнього життєвого благополуччя.

Shvalb Yu. M.

PSYCHOLOGICAL BASES OF SOCIAL WELFARE OF PERSONALITY IN FULL AGE

The article deals with the problem of social well-being of the individual. It has been shown that the problem of well-being is particularly relevant for middle-aged people (36-50 years). In the theoretical and psychological terms of environmental psychology, this issue in the context of lifestyle is relevant to the problem of determining the functional place of well-being in the structure of a person's life activity. To search for an answer to this question, we conducted a series of theoretical and experimental research, which covered the three leading aspects of the organization of personal activity. This is, firstly, the activity aspect associated with the individual's own life activity, secondly, the communicative aspect associated with the peculiarities of the interpersonal relations of the individual, and thirdly, the intermediate aspect associated with the features of perception and assessment of the general situation of life activity.

On the basis of theoretical and experimental research, three factors of the personal significance of well-being in the structure of the lifestyle of middle-aged people were identified - satisfaction with life status, changes in the structure of interpersonal stancia, perception and assessment of the general situation of life activity.

It is shown that the transition to the idea of well-being is a manifestation of the process of socialization of the individual in adulthood. It has a basic vector of life care, which is detectable at a minimum at the level of care for: loved ones, own body, environmental friendliness, correctness of the flow of life

Keywords: *well-being, full age, personality, environment, sozialization,*

Швалб Ю.М.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ

В статье рассматривается проблема социального благополучия личности. Проявления лось, что проблема благополучия стоит особенно актуальной для лиц среднего возраста (36 -50 лет). В теоретико-психологическом плане экологической психологии данный вопрос в контексте образа жизни релевантное проблеме определения функционального места благополучия в структуре жизнедеятельности личности. Для поиска ответа на этот вопрос нами был проведен цикл теоретико-экспериментальных исследований, которые охватывал три ведущих аспекты организации жизнедеятельности личности. Это, во-первых, деятельностный аспект, связанный с собственной жизненной активностью индивида, во-вторых, коммуникативный аспект, связанный с особенностями межличностных отношений индивида, в-третьих, средовщный аспект, связанный с особенностями восприятия и оценки общей ситуации жизнедеятельности.

На основе теоретико-экспериментальных исследований было выделено три фактора личностной значимости благополучия в структуре образа жизни лиц среднего возраста - удовлетворенность жизненным положением, изменения в структуре межличностных отношений, восприятие и оценка общей ситуации жизнедеятельности.

Показано, что переход к идее благополучия является проявлением процесса социализации личности в зрелом возрасте. Он имеет основной вектор заботы о жизни, которая выявляется как минимум на уровне заботы о: близких, собственном теле, экологичности среды, правильности течения жизни

Ключевые слова: *благополучие, зрелый возраст, личность, среда, социализация, забота.*