

5. Russell D.W. Who Mares Friends Over the Internet? Loneliness and the «Virtual» Community / D. W. Russell, E. K. Flom, K. A. Gardner, C. E. Cutrona, R. M. Hessling // International Scope Review. - 2003. - No. 5 (10). - P. 1-19.
- 

*Чайка Галина Василівна,*

кандидат наук, доцент,

Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України

### **ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ: ПОРІВНЯННЯ ВИБІРОК З УКРАЇНИ І США**

Психологічне благополуччя активно вивчається науковцями багатьох країн, при цьому найбільш популярною методикою, яка використовується для дослідження цього феномена стала шести-факторна шкала психологічного благополуччя, запропонована К.Ріфф. Фактори, запропоновані нею базуються на евдемоністичному розумінні щастя. В межах евдемоністичного підходу благополуччя розкривається як повнота самореалізації людини в конкретних життєвих умовах і обставинах, знаходження балансу між вимогами соціального оточення і розвитком власної індивідуальності, і саме це веде до відчуття щастя. К.Ріфф узагальнила та виокремила шість складових феномену психологічного благополуччя: самоприйняття, готовність підтримувати позитивні стосунки з оточуючими, автономія, здатність управляти навколишнім середовищем, наявність мети в житті, особистісне зростання (індивідуальне самовдосконалення) [2]. **Мета роботи** – провести дослідження чинників психологічного благополуччя на вибірках з України та США.

**Методи і вибірка.** Для проведення крос-культурного дослідження були оглянуті результати використання опитувальника К.Ріфф з вивчення психологічного благополуччя на вибірках з США та з України. Дані для США були взяті із вже класичної роботи самої К.Ріфф [9]. У цій роботі вивчалися

досліджувани різних вікових груп, але з метою порівняння з українською вибіркою ми вибрали тільки групу студентської молоді – всього 133 молодих людей середнім віком 19.53 роки (SD = 1.57). Дані для України були отримані з проведеного нами дослідження, в якому взяли участь студенти київських університетів віком від 19 до 22 років, всього 150 досліджуваних. Для дослідження використовувалася Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф в адаптації Т.Д. Шевеленкової, П.П. Фесенко [1]. Статистичний аналіз був проведений за допомогою програмного забезпечення SPSS v.21. Ми провели процедуру унормування даних. Для цього ми розділили середні дані, на кількість питань, які відносилися до відповідного показника. Приміром, у класичній роботі К.Ріфф використовувався варіант методики із 120 питаннями, 20 питань на кожний показник. Тобто середнє значення для кожного показника було розділене на 20, таким чином отримувалося унормоване значення.

**Результати.** Результати порівняльного дослідження показані у таблиці.

*Таблиця*

**Середні значення за Шкалою психологічного благополуччя К. Ріфф**

Показник	США		Україна	
	Середнє	Стд. відх.	Середнє	Стд. відх.
Позитивне ставлення до інших	<b>4.77</b>	0.63	<b>4.42</b>	0.74
Автономія	<b>4.13</b>	0.67	<b>4.15</b>	0.68
Управління середовищем	<b>4.44</b>	0.65	<b>4.36</b>	0.71
Особистісне зростання	<b>4.99</b>	0.49	<b>4.38</b>	0.67
Цілі у житті	<b>4.74</b>	0.63	<b>4.44</b>	0.69
Самоприйняття	<b>4.54</b>	0.78	<b>4.23</b>	0.80
Загальний показник психологічного благополуччя	<b>27.61</b>		<b>25.98</b>	

Як видно з таблиці у представників США показники вищі. Показник «автономії» майже однаковий у представників двох країн. Трохи нижчими в українців є показники самоприйняття та управління середовищем, суттєво нижчі показники позитивного ставлення до інших та цілей у житті. Найбільша

відмінність спостерігалася для показника особистісного зростання, який суттєво нижчий в українців. Всі досліджувані були студентами, тобто належали до однієї соціальної групи, основне завдання якої – професійне навчання для подальшої успішної кар'єри. Тому не можемо стверджувати, що українські досліджувані перебували у якихось об'єктивно гірших умовах, які перешкоджають їх особистісному зростанню. Нажаль, ми маємо констатувати, що зниження особистісного зростання відбувається за рахунок особистісних якостей, приміром, банальних лінощів. Рівень автономії в українців навіть трохи вищий, ніж в американців. Проте українці мають не такі чіткі життєві цілі і гірші стосунки із рідними і близькими. У такому випадку автономія як моральна чеснота, бажання діяти, виходячи із сталих переконань, може перетворитися на імпульсивність, бажання задовольняти плинні забаганки, «свобода для..» (високої мети) може перетворитися на «свободу від ...» (моральних і соціальних норм, зобов'язань перед рідними і близькими, суспільства загалом).

**Висновки.** Порівняння результатів відповідей американських і українських студентів виявило низку негативних тенденцій. Так, по-перше, українці меншою мірою вдоволені особистісним зростанням, а по-друге, автономія буває досягається за рахунок погіршення стосунків із близькими людьми і автономія не завжди підтримується чіткими і ясними цілями у житті.

#### **Список використаних джерел:**

1. Гордеева Т.О. Теория самодетерминации Э. Деси и Р. Райана / *Психология мотивации достижения*. Москва: Смысл: Издательский центр "Академия", 2006. 332 с.
  2. Ryff C.D. Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989. Vol. 57, No. 6. P.1069-1081
-