

**Златина А.А., аспирант,
Кубанский государственный университет**

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Аннотация: в данной статье кратко анализируется обзор ведущих подходов к изучению феномена психологического благополучия военнослужащих. Представлена позиция некоторых зарубежных и отечественных ученых по данному вопросу. Изучается проблема влияния факторов психологического благополучия, среди которых доминирует личностный фактор, считается, что именно личностные особенности влияют на психологическое благополучие человека. Так же в статье представлены результаты разных эмпирических исследований, демонстрирующие связь психологического благополучия военнослужащих с разными личностными особенностями. Выполнен анализ гендерной специфики демонстрации субъективного восприятия относительно психологического благополучия личности. На основании анализа современных данных в области научной психологии сделана попытка определить особенности личности, влияющие на психологическое благополучие военнослужащих. Обоснован недостаточный объем степени изученности личностных факторов становления и проявления психологического благополучия среди военнослужащих.

Ключевые слова: факторы психологического благополучия, психологическое благополучие, личностные факторы психологического благополучия, военнослужащие

Аспекты психологического благополучия личности стали предметом психологических исследований совсем недавно, а именно во второй половине XX века. Именно тогда достаточно активно обсуждались вопросы увеличения срока продолжительности жизни и улучшения ее качества среди ученых и практиков психологического направления возник интерес и к изучаемому феномену [3, 4, 5, 12, 15 и др.].

Цель статьи – выполнить теоретический обзор современных концепций и эмпирических исследований в области изучения психологического благополучия военнослужащих.

Рассмотрим подходы в современной психологии, которые изучают психологическое благополучие.

Анализ зарубежной и отечественной литературы показал, что феномен психологического благополучия личности представлен достаточно обширно. Об этом свидетельствуют различные теории, которые описывают природу феномена психологического благополучия [1, 3, 4, 9, 12].

В настоящем исследовании акцентируем внимание, на том, что научный интерес к позитивной стороне личностного самоощущения бытия человека зародился в противовес преобладавшему до второй половины XX столетия акценту на негативных и болезненных проявлениях психики личности. По историческим данным, впервые теоретической разработкой концепций, так или иначе связанных с психологическим благополучием человека, занимались исследователи гуманистического направления психологии: А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм и др. [15]. Примерно в это время понятие «психологическое благополучие»

приравнивается по своей популярности к понятиям, описывающие «радость», «психологическое здоровье», «субъективный уровень удовлетворенности жизнью», «качество жизни» и др. [4]. Обратим внимание, на то, что разграничение понятий выполняли в своих научных трудах такие ученые, как Д.А.Леонтьев, Е.Ю.Мандрикова, Е.Н.Осин, А.В.Плотникова, Е.И. Рассказова [9] и др., и тем не менее некоторыми современными исследователями перечисленная терминология часто используется как взаимозаменяемая, т.е. в качестве синонимов.

Особое внимание аспектам психологического благополучия личности человека уделяет позитивная психология.

М. Селигман определил три главных направления для изучения в рамках позитивной психологии, а именно:

положительные эмоциональные состояния (факторы: надежда, оптимизм, радость, удовлетворенность жизнью;

положительные черты личности (акцентуации характера, которые делают человека успешным в адаптации к окружающему миру);

позитивные социальные явления (общественные течения, направления, доставляющие человеку приятные ощущения) [11].

В рамках исследований современной психологии определим две линии анализа психологического благополучия военнослужащих:

- 1) Линия анализа гедонистического подхода;
- 2) Линия анализа эвдемонистического подхода [2].

Гедонистический подход, связывают с именами Н. Брэдберна, Э. Динера, Д. Канемана. Ученые

рассматривали психологическое благополучие в контексте состояний удовлетворенности-неудовлетворенности личности [15].

Эвдемонистический подход, связывают с именами К. Риффа, А. Уотермана и др.. Ученые рассматривали психологическое благополучие как «полноту самореализации личности в определенных жизненных ситуациях и обстоятельствах, где изучение «творческой активности» происходило в соответствии запросами общества и развитием личностной индивидуальности» [18].

Понятие «психологическое благополучие» было описано в научном труде представителя гедонистического подхода О.О. Фоминой. Она предложила использовать понятие, которое описывает сущность и демонстрирует соотношение позитивных и негативных эмоций, что дает баланс по отношению к удовлетворенности жизнью. А в общем смысле понимается как результат деятельности человека [16].

В дальнейшем над описанием обсуждаемого феномена в направлении гедонистического подхода трудились Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко [17]. Ученые дали миру понятие – «субъективное благополучие». Понятие включает в себя три компонента: удовлетворение, ряд приятных и ряд неприятных эмоций. При этом Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко утверждали, что понятия психологического и субъективного благополучия не синонимичны, а изучают субъективное благополучие как один из аспектов психологического благополучия [17].

На сегодняшний день психологическое и субъективное благополучие принято характеризовать как взаимодополняющие показатели позитивного мышления человека. Показатели позитивного мышления связывают больше с особенностями поведения, нежели с чувствами. Поэтому характеризуются как процесс достижения цели, а не результат [6].

В контексте эвдемонистического подхода большой вклад в описание психологического благополучия выполнил американский психолог Кэрл Рифф. В своем научном труде он описал обсуждаемое явление как базовый субъективный конструкт, отражающий понимание и оценку человеком уже на вершине потенциально развитых возможностей [18].

Новейшую модель психологического благополучия предложила А.В.Воронина. Свою модель она назвала уровневой, в которой выделила четыре иерархических уровня: психосоматическое здоровье, социальная адаптивность, психическое здоровье и психологическое здоровье [5].

На наш взгляд наиболее полное представление о структуре психологического благополучия личности военнослужащих может дать модель, предложенная К. Риффом [18]. В концепции своей модели ученым был разработан универсальный опросник, позволяющий определять степень психологического благополучия. На сегодняшний день опросник психологического благополучия используется только в зарубежной, но и в отечественной психологии.

Обсуждая феномен психологического благополучия личности, нельзя обойти вопрос о тех факторах, которые влияют на его развитие. Считается, что человек мыслит то, интегративно, то детерминировано. Это связано с различными аспектами человеческого бытия. Поэтому выделим несколько групп факторов которые могут влиять на психологическое благополучие военнослужащих: межличностные отношения, финансовый достаток, удовлетворенность базовых потребностей, наличие гибких целей и тяги к жизни, умеренная физическая активность, личностные особенности, принятия себя. Среди названных факторов наиболее влиятельным признается – принятие себя и окружающего мира. Из числа перечисленных факторов нас все же интересуют личностные особенности. Рассмотрим их подробнее.

Личностные особенности, влияющие на психологическое благополучие военнослужащих достаточно развернуто проанализированы в исследовании Е.В.Бенко [2]. Ученый наиболее значимыми выделяет: оптимизм, способность человека к экспрессии, внутренний контроль. А.В. Воронина [5] и Н.М. Голубева [6] обосновали путем экспериментального исследования положительную связь психологического благополучия с экстраверсией, а отрицательную связь – с нейротизмом. М. Селигман [11] указал, на то, что высокий уровень благополучия личности связан не только с удовлетворением эмоций и достаточным уровнем удовлетворенности жизнью, но и с общим самоконтролем, здоровым эгоизмом, стрессоустойчивостью, позитивным мышлением в отношении окружающего мира.

В ходе анализа названных исследований пришли к вводу о том, что в целом зарубежными исследователями были определены личностные факторы, имеющие более длительное воздействие на психологическое благополучие человека, в отличие от контекстуальных, подразумеваем такие факторы, которые связаны с жизненными событиями, социо-демографические события). На наш взгляд наибольшее влияние на психологическое

благополучие военнослужащих будет оказывать влияние индивидуальная система ценностей [1, 8].

Экспериментальное исследование О.О. Фоминой [16], показало, что факторы психологического благополучия личности связаны с невротическими чертами человека, особенностями использования защитных механизмов и особенностями выстраивания межличностных отношений. После анализа результатов исследования автор пришел к выводу, что для благополучных людей характерны защитные механизмы (компенсация, отрицание), присущи невротические черты характера (акцентуации социальной пассивности, акцентуации познавательной пассивности, акцентуации сверхконтроля над поведением, высокая самооценка), демонстрируются социальному окружению особенности межличностных отношений (стремления расширить круг общения, коммуникативные зависимости). Поэтому психологическое благополучие характеризуется доминированием защитных механизмов (проекция, замещение, социальной неадаптивность, тревожность, страх зависимости от отношений, личностная неуверенность, низкая самооценка) [16].

В контексте проводимого нами исследования нами был выполнен акцент на доминирующих факторах, относящихся к личностным феминным особенностям психологически благополучных военнослужащих. Поэтому обратились к научным трудам, которые так или иначе описывали эту проблему, либо вели мысль по изучению гендерной направленности проявлений психологического благополучия. Отметим, лишь не многочисленность подобных исследований.

В своем исследовании психологического благополучия военнослужащих выделили факторы с учетом гендерной специфики. Ведущим фактором психологического благополучия военнослужащих стал - представление о счастье. Результаты исследования показали, что молодые военнослужащие феминного гендера счастье связывают с семьей и здоровьем. Молодые военнослужащие маскулинного гендера счастье связывают с удовлетворением своих личных потребностей, продвижением по службе, наличием верных и надежных друзей и возможностью самореализации.

В других исследованиях эмпирические данные были схожи с нашими, например, И.А. Джидарьян, установила, что «феминное» благополучие в

большей степени ориентировано на любовь к детям, в семье важны близкие отношения, в то время как «мужское» благополучие акцентировано на поиске себя, остроте физических ощущений и радости от одержанной победы [7]. Кроме того, в современной психологической литературе представлены данные гендерного распределения по восприятию смыслового значения феномена благополучия разных возрастов [13].

Изучая феминное психологическое благополучие военнослужащих, обнаружили противоречие, связанное с тем, что феминный гендер показывает более высокие показатели психологического благополучия по сравнению с маскулинным гендером. Но с точки зрения особенностей гендерной идентификации, военнослужащие феминного гендера имеют склонности к прогрессированию внутриличностных и межличностных конфликтов, данный факт сильно снижает уровень их психологического благополучия. Склонны считать, что это связано с тем, что военнослужащие феминного гендера стремятся не только к карьерному развитию, но и к семейному счастью. Большая рабочая и семейная нагрузка оказывает негативное влияние на уровень их психологического благополучия. Данная гипотеза конечно же требует дальнейшего изучения. Говоря о личностных факторах психологического благополучия именно военнослужащих, то такого рода информация остается единичной, что делает направление актуальным и значимым.

Заключение

Проанализированная информация позволяет резюмировать следующие выводы:

Полувековая история исследований, так и не дала конкретизацию феномена психологического благополучия, и это следствие того, что он насыщен противоречиями.

Наибольшая часть исследований психологического благополучия сосредоточена на изучении воздействия на личность извне.

Существуют лишь единичные исследования, которые посвящены анализу гендерных аспектов психологического благополучия военнослужащих.

Однозначно, что на сегодняшний день феминные личностные факторы психологического благополучия военнослужащих остаются практически малоизученными, что делает данное исследовательское направление значимым и актуальным.

Литература

1. Аргайл М. Психология счастья. СПб.: Питер, 2013. 271 с.
2. Бенко Е.В. Обзор зарубежных публикаций, посвященных исследованию психологического благополучия // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2015. Том 8. № 2. С. 5 – 13.
3. Бучацкая М.В. Психологическое благополучие работающих женщин: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2016. 25 с.
4. Водяха С.А. Современные концепции психологического благополучия личности // Дискуссия. 2017. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-kontseptsii-psiologicheskogo-blagopoluchiya-lichnosti> (дата обращения: 29.01.2020)
5. Воронина А.В. Проблема психологического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа // Сибирский психологический журнал. 2015. № 3. С. 142 – 145.
6. Голубева Н.М. К проблеме дифференциации понятий психологического и субъективного благополучия личности // Известия Саратовского ун-та. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2010. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-differentsiatsii-ponyatiy-psiologicheskogo-i-subektivnogo-blagopoluchiya-lichnosti> (дата обращения: 30.01.2020)
7. Джидарьян И.А. Счастье в представлениях обыденного сознания // Психологический журнал. 2000. Том 21. № 2. С. 40 – 48.
8. Колосова В.В. Ценностные компоненты Я-концепции студентов // Помогающие профессии: научное обоснование инновационные технологии. Н.Новгород: ННГУ им. Н.И.Лобачевского, 2016. С. 319 – 322.
9. Леонтьев Д.А., Мандрикова Е.Ю., Осин Е.Н., Плотникова А.В., Рассказова Е.И. Опыт структурной диагностики личностного потенциала // Психологическая диагностика. 2017. №1. С. 8 – 31.
10. Петров В.Г., Злыгостева К.В. Счастье и психологическое благополучие в структуре ресурсной модели психологического здоровья // Acta Biomedica Scientifica. 2015. № 4 (104). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/schastie-i-psiologicheskoe-blagopoluchie-v-strukture-resursnoy-modeli-psiologicheskogo-zdorovya> (дата обращения: 01.02.2020)
11. Селигман М. Новая позитивная психология: научный взгляд на счастье и смысл жизни. М.: София, 2016. 368 с.
12. Семенова Л.Э., Серебрякова Т.А. Психологическое благополучие студентов-психологов с разными личностными ресурсами профессионально значимых характеристик // Вестник Мининского университета. 2018. Том 6. № 3 (24). С. 10. URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/871> (дата обращения: 29.01.2020)
13. Семенова Л.Э., Серебрякова Т.А., Семенова В.Э. Гендерная специфика смыслового значения счастья в представлениях людей разных возрастов // Вестник Мининского университета. 2017. № 4 (21). С. 8. URL: <http://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/703> (дата обращения: 28.01.2020)
14. Семенова Л.Э., Урусова Е.А., Васильева Д.А. Место семьи в представлениях мужчин и женщин о счастье [Электронный ресурс] // Мир науки. 2017. Том 5. №2. С. 63. URL: <http://mir-nauki.com/PDF/36PSMN217.pdf> (дата обращения: 01.02.2020)
15. Созонтов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопросы психологии. 2016. № 4. С.105 – 114.
16. Фомина О.О. Факторы и возможные типы психологического благополучия личности // Известия Саратовского университета. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2016. № 2. С. 168 – 173. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-i-vozmozhnye-tipy-psiologicheskogo-blagopoluchiya-lichnosti> (дата обращения: 31.01.2020)
17. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика. 2015. № 3. С. 95 – 129.
18. Ryff C.D. Psychological well-being // J.E.Birren (Ed.). Encyclopedia of gerontology: age, aging, and the aged. San Diego, CA: Academic Press, 1996. P. 365 – 369.

References

1. Argajl M. Psihologija schast'ja. SPb.: Piter, 2013. 271 s.
2. Benko E.V. Obzor zarubezhnyh publikacij, posvjashhennyh issledovaniju psihologicheskogo blagopoluchija. Vestnik Juzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Psihologija. 2015. Tom 8. № 2. S. 5 – 13.

3. Buchackaja M.V. Psihologicheskoe blagopoluchie rabotajushhijh zhenshhin: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk. M., 2016. 25 s.
4. Vodjaha S.A. Sovremennye koncepcii psihologicheskogo blagopoluchija lichnosti. Diskussija. 2017. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-kontseptsii-psihologicheskogo-blagopoluchija-lichnosti> (data obrashhenija: 29.01.2020)
5. Voronina A.V. Problema psihologicheskogo zdorov'ja i blagopoluchija cheloveka: obzor koncepcij i opyt strukturno-urovneвого analiza. Sibirskij psihologicheskij zhurnal. 2015. № 3. S. 142 – 145.
6. Golubeva N.M. K probleme differenciacii ponjatij psihologicheskogo i sub#ektivnogo blagopoluchija lichnosti. Izvestija Saratovskogo un-ta. Serija: Akmeologija obrazovanija. Psihologija razvitija. 2010. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-differentsiatsii-ponyatij-psihologicheskogo-i-subektivnogo-blagopoluchija-lichnosti> (data obrashhenija: 30.01.2020)
7. Dzhidar'jan I.A. Schast'e v predstavlenijah obydenного soznaniya. Psihologicheskij zhurnal. 2000. Tom 21. № 2. С. 40 – 48.
8. Kolosova V.V. Cennostnye komponenty Ja-koncepcii studentov. Pomogajushhie professii: nauchnoe obosnovanie innovacionnye tehnologii. N.Novgorod: NNGU im. N.I.Lobachevskogo, 2016. S. 319 – 322.
9. Leont'ev D.A., Mandrikova E.Ju., Osin E.N., Plotnikova A.V., Rasskazova E.I. Opyt strukturnoj diagnostiki lichnostnogo potenciala. Psihologicheskaja diagnostika. 2017. №1. С. 8 – 31.
10. Petrov V.G., Zlygosteva K.V. Schast'e i psihologicheskoe blagopoluchie v strukture resursnoj modeli psihologicheskogo zdorov'ja. Acta Biomedica Scientifica. 2015. № 4 (104). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/schastie-i-psihologicheskoe-blagopoluchie-v-strukture-resursnoj-modeli-psihologicheskogo-zdorovya> (data obrashhenija: 01.02.2020)
11. Seligman M. Novaja pozitivnaja psihologija: nauchnyj vzgljad na schast'e i smysl zhizni. M.: Sofija, 2016. 368 s.
12. Semenova L.Je., Serebrjakova T.A. Psihologicheskoe blagopoluchie studentov-psihologov s raznymi lichnostnymi resursami professional'no znachimyh harakteristik. Vestnik Mininskogo universiteta. 2018. Tom 6. № 3 (24). S. 10. URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/871> (data obrashhenija: 29.01.2020)
13. Semenova L.Je., Serebrjakova T.A., Semenova V.Je. Gendernaja specifika smyslovogo znachenija schast'ja v predstavlenijah ljudej raznyh vozrastov. Vestnik Mininskogo universiteta. 2017. № 4 (21). S. 8. URL: <http://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/703> (data obrashhenija: 28.01.2020)
14. Semenova L.Je., Urusova E.A., Vasil'eva D.A. Mesto sem'i v predstavlenijah muzhchin i zhenshhin o schast'e [Jelektronnyj resurs]. Mir nauki. 2017. Tom 5. №2. S. 63. URL: <http://mir-nauki.com/PDF/36PSMN217.pdf> (data obrashhenija: 01.02.2020)
15. Sozontov A.E. Gedonisticheskij i jevdemonisticheskij podhody k probleme psihologicheskogo blagopoluchija. Voprosy psihologii. 2016. № 4. S.105 – 114.
16. Fomina O.O. Faktory i vozmozhnye tipy psihologicheskogo blagopoluchija lichnosti. Izvestija Saratovskogo universiteta. Serija: Akmeologija obrazovanija. Psihologija razvitija. 2016. № 2. S. 168 – 173. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-i-vozmozhnye-tipy-psihologicheskogo-blagopoluchija-lichnosti> (data obrashhenija: 31.01.2020)
17. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti. Psihologicheskaja diagnostika. 2015. № 3. S. 95 – 129.
18. Ryff C.D. Psychological well-being. J.E.Birren (Ed.). Encyclopedia of gerontology: age, aging, and the aged. San Diego, CA: Academic Press, 1996. R. 365 – 369.

**Zlatina A.A., Postgraduate,
Kuban State University**

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE MILITARY PERSONNEL

Abstract: this article briefly analyzes an overview of leading approaches to the study of the phenomenon of psychological well-being of military personnel. The position of some foreign and domestic scientists on this issue is presented. The problem of influence of factors of psychological well-being, among which the personal factor dominates, is studied, it is considered that personal features influence psychological well-being of the person. The article also presents the results of various empirical studies demonstrating the connection of psychological well-being of military personnel with different personal features. Analysis of gender specificity of demonstration of subjective perception regarding psychological well-being of person is performed. On the basis of the analysis of modern data in the field of scientific psychology, an attempt has been made to determine the characteristics of personality affecting the psychological well-being of military personnel. The insufficient degree of study of personal factors of formation and manifestation of psychological well-being among military personnel is justified.

Keywords: psychological well-being, factors of psychological well-being, personal factors of psychological well-being, military personnel