

УДК 159.923.2+159.942.22

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОРРЕЛЯТЫ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Лариса В. Карапетян<sup>1, @</sup>

<sup>1</sup> Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина, Россия, 620000, Екатеринбург, пр. Ленина, 51  
@karapetyanl@mail.ru

Поступила в редакцию 29.05.2017. Принята к печати 18.10.2017.

**Ключевые слова:** субъективное благополучие, психологическое благополучие, эмоционально-личностное благополучие, психологические корреляты благополучия.

**Аннотация:** Одной из важных теоретических и экспериментальных областей в современной психологии является проблема благополучия. На основании анализа отечественных и зарубежных исследований автор статьи дифференцирует понятия субъективного и психологического благополучия, показывает их взаимосвязь и корреляты как с объективными, так и субъективными факторами. С целью создания целостного многомерного конструкта, объединяющего субъективное и личностное благополучие в контекстуальное единство, автором вводится понятие «эмоционально-личностное благополучие». Для его изучения предлагается исследовательская методика «Самооценка эмоционально-личностного благополучия» (СЭЛБ), с помощью которой выявляются и анализируются психологические корреляты данного феномена. Исследование показало, что эмоциональный и личностный компоненты благополучия, отличаясь специфичностью корреляционных связей, являются самостоятельными определенностями конструкции «эмоционально-личностное благополучие». Вместе с тем данные компоненты образуют некую однородную целостность, а полученные корреляционные связи индекса СЭЛБ с показателями стандартизованных психодиагностических методик дают основание рассматривать эмоционально-личностное благополучие как интегративный, многогранный феномен, характеризующийся включенностью в структуру психической реальности.

**Для цитирования:** Карапетян Л. В. Психологические корреляты эмоционально-личностного благополучия // Вестник Кемеровского государственного университета. 2017. № 4. С. 132–140. DOI:10.21603/2078-8975-2017-4-132-140.

В связи с политическими и экономическими переменами, происходящими во всем мире, проблема благополучия становится одной из важнейших психологических проблем, волнующих отечественных (Т. И. Пономаренко, П. П. Фесенко, Р. М. Шамионов, С. В. Яремчук и др.) и зарубежных (E. Diener, E. M. Suh, R. L. Lucas, H. L. Smith, C. D. Ryff) исследователей. Причем понимание благополучия в зарубежной и отечественной психологии несколько различается. В зарубежной литературе понятия субъективного и психологического благополучия четко разведены, а содержательная специфика данных феноменов эксплицирована в соответствующем инструментарии, который предполагает измерение определенных параметров. Среди отечественных авторов существует меньше согласия относительно содержательного наполнения понятий «субъективное благополучие» и «психологическое благополучие». Данные понятия, например, могут рассматриваться как синонимичные. В этом случае, на наш взгляд, содержание каждого из этих понятий существенно обедняется. Для определения специфики субъективного и психологического благополучия мы провели анализ работ, направленных на выявление коррелятов данных феноменов.

На формирование как субъективного, так и психологического благополучия, с точки зрения большинства зарубежных авторов, в большей мере влияют как объективные (пол, возраст, уровень дохода, профессиональная занятость), так и субъективные (психологические) личностные факторы.

Согласно D. Archontaki, G. J. Lewis, T. C. Bates, психологическое благополучие находится под влиянием генетического фактора (результаты получены на выборке 837 пар взрослых американских близнецов), влияющего на самоконтроль и психологическую предрасположенность к постановке цели, а также личностный рост и выстраивание положительных социальных связей [1, р. 221]. P. S. Schmutte, C. D. Ryff изучали взаимосвязи между показателями личности по методике «Большая пятерка» (NEO Five-Factor Inventory, P. T. Costa, R. R. McCrae, 1992) и показателями психологического благополучия по методике Psychological Well-Being Inventory (PWB) на взрослых людях среднего возраста (две выборки: n = 215 и n = 139). В исследовании было выявлено, что показатели по таким шкалам, как «самопринятие», «управление окружающей средой» и «цели в жизни» достоверно связаны с «нейротизмом» (N), «экстраверсией» (E) и «сознательностью / добросовестностью» (C); шкала «личностный рост» связана с «открытостью опыта» (O) и «экстраверсией» (E); шкала «позитивные отношения с окружающими» связана с «согласием / доброжелательностью» (A) и «экстраверсией» (E); шкала «автономия» связана с «нейротизмом» (N). Авторы делают вывод о наличии сложных взаимосвязей между психологическим благополучием и особенностями личности [2]. Отметим, что C. D. Ryff связывала автономию с психологическим благополучием личности, более

того, в теоретической 6-факторной модели С. Д. Ryff присутствует отдельный фактор «автономия» [3].

G. J. Soto в результате лонгитюдного исследования ( $n = 16\,367$ , Австралия) выяснил, что у эмоционально стабильных экстравертов с выраженным показателями доброжелательности и добросовестности со временем увеличивается уровень субъективного благополучия. Кроме того, те испытуемые, у которых изначально обнаруживался высокий уровень субъективного благополучия, со временем становились более ориентированными на свой внутренний мир, доброжелательными и уравновешенными. Полученные данные свидетельствуют о том, что уровень субъективного благополучия является верным предиктором развития таких черт личности, как добросовестность, доброжелательность и эмоциональная стабильность [4].

A. J. Elliot, T. M. Thrash, K. A. Murayama рассматривают влияние вдохновения (inspiration) на ощущение субъективного благополучия. Экспериментальная манипуляция с воздействием «экстраординарной компетентности» привела к увеличению положительного аффекта, и вдохновение обусловило этот эффект. Вдохновение (как черта личности) предсказывало увеличение положительных гедонистической и эвдемонической переменных субъективного благополучия (таких как положительный аффект, удовлетворение жизнью, живучесть (vitality) и самоактуализация) через 3-месячный период. Притом и вдохновение как черта (вдохновленность), и вдохновение, связанное с личными целями (вдохновленность личными целями), предсказали увеличения положительных переменных субъективного благополучия через 3-месячный период. Напротив, ощущение благополучия не предсказывало изменений вдохновения во времени. Изучение дневников позволило рассмотреть отношение между вдохновением и субъективным благополучием на внутриличностном уровне. Выяснилось, что утренние изменения во вдохновении предсказали вечерние изменения в уровнях положительных переменных субъективного благополучия [5].

H. S. Friedman, M. L. Kern, Ch. A. Reynolds проводили лонгитюдное исследование (в период 1940–2007 гг.).  $N = 1312$  (732 мужчин и 580 женщин). Обнаружилось, что нейротизм в юношеском возрасте является верным предиктором невысокого уровня субъективного благополучия в пожилом возрасте [6].

R. A. Emmons отмечает, что восприятие событий как позитивных или негативных связано с направленностью личности. Так, в исследовании R. A. Emmons испытуемым давалась инструкция в течение недели отмечать, какие повседневные события воспринимаются как негативные и сильно задевают их. Выяснилось, что восприятие событий как негативных сильно зависит от направленности личности, поскольку люди, мотивированные на достижения, чаще отмечали негативные эмоции в сфере достижений, лица с выраженной мотивацией аффилиации отмечали события, связанные с межличностными отношениями [7, р. 453].

Особого внимания, на наш взгляд, заслуживают исследования взаимосвязи между субъективным благополучием и удовлетворенностью жизнью. М. Аргайл указывает, что «удовлетворенность – один из основных компонентов счастья. Радость – эмоциональная, а удовлетворенность – когнитивная составляющая счастья. Удовлетворенность – это рефлексивная оценка, суждение о том, насколько все было и

остается благополучным» [8, с. 52]. По мнению М. Аргайла, удовлетворенность жизнью оказывает непосредственное влияние на настроение, психическое состояние, психологическую устойчивость личности, а также субъективное и психологическое благополучие личности. К факторам, влияющим на общую удовлетворенность, М. Аргайл в первую очередь относит эмоциональное состояние [8].

Взаимосвязь субъективного благополучия с межличностным общением может быть рассмотрена в контексте теории самодетерминации. М. Линч отмечает, что, несмотря на подтверждение валидности данной теории в условиях Канады и США, проверка теории самодетерминации на материале других культур вызывает споры [9, с. 137]. Высокая степень выраженности автономии коррелировала с высоким уровнем субъективного благополучия на выборках испытуемых из Китая ( $n = 245$ ), России ( $n = 192$ ) и США ( $N = 205$ ) [9, с. 139–140]. Во всех трех странах личное благополучие и благополучие в рамках конкретных отношений (из которых и складывается субъективное благополучие) было выше, если отношения с другими людьми воспринимались испытуемыми как поддерживающие их автономию. К примеру, независимо от культурной принадлежности, испытуемые одинаково ранжировали свои отношения (отношения с лучшим другом оценивались как поддерживающие автономию в большей степени, чем отношения с учителем) [9, с. 140].

Взаимосвязи благополучия с психологическими характеристиками изучались и в отечественной психологии. Согласно данным П. П. Фесенко, испытуемые с высоким уровнем актуального психологического благополучия отдают большее предпочтение эмоциональной притягательности терминалных ценностей. Вместе с тем их ценностные ориентации характеризуются большей конкретностью и реалистичностью. Лица с низким уровнем психологического благополучия получают удовольствие от собственного развития и творчества; их ценностные ориентации отличаются абстрактностью и труднореализуемостью [10, с. 22]. П. П. Фесенко предполагает, что у людей с низким уровнем психологического благополучия невозможность реализовать собственные ценности вызывает чувство неудовлетворенности и снижает общий уровень психологического благополучия. В то же время ощущение неудовлетворенности ведет к повышению субъективной значимости ценностей саморазвития, в достижении которых видится возможность компенсации [10, с. 22].

В исследовании Р. М. Шамионова было доказано, что существует связь между субъективным благополучием и эмоциональной направленностью. Изучая взаимосвязь субъективного благополучия с эмоциональной направленностью и ценностными ориентациями личности у педагогов и медицинских работников, Р. М. Шамионов выявил, что «выраженность эмоциональной направленности, специфичная для той или иной деятельности, служит фактором субъективного благополучия личности» [11, с. 55]. В исследовании было доказано, что в условиях педагогической деятельности на переживание благополучия влияет выраженность альтруистической и гностической направленности, тогда как у медицинских работников благополучие связано с выраженной практической направленностью [11, с. 62]. В этом же исследовании были получены интересные данные о взаимосвязи субъективного благополучия и цен-

ностных ориентаций. Анализируя проблему взаимосвязи субъективного благополучия с ценностно-смысловыми образованиями в контексте профессионального самоопределения, Р. М. Шамионов отмечает, что особое значение в ощущении субъективного благополучия приобретает профессиональное самоопределение человека. Однако благополучие определяется не только удовлетворенностью профессиональным выбором, поскольку система субъективных ценностно-смысловых ориентаций складывается не только в профессиональной сфере [12, с. 106].

С. В. Яремчук в результате эмпирического исследования приходит к выводу, что субъективное благополучие снижается при возрастании числа внутриличностных конфликтов и общего рассогласования между ценностями человека и их реализованностью в жизни. Согласно автору, субъективное благополучие выступает в качестве «блока обратной связи, встроенной в систему регуляции жизнедеятельности субъекта и реагирующего на рассогласование между целевым и результативным блоком» [13, с. 93]. Таким образом, субъективное благополучие является своеобразным механизмом, который помогает осуществлять человеку коррекцию своего жизненного пути посредством изменения целей и способов их достижения. «Низкий уровень субъективного благополучия обладает не меньшей ценностью, чем высокий, побуждая человека к активности и преобразованию своей жизни» [13, с. 93].

Заслуживает внимания исследование А. О. Елисеевой, изучавшей уровень субъективного благополучия у подростков, находящихся в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности. В данном исследовании показано, что низкий уровень психологической безопасности выступает не столько фактором снижения субъективного благополучия, сколько предиктором изменений структуры субъективного благополучия подростка, характеризующихся снижением значимости социального окружения в образовательной среде, значительным снижением активности субъекта с одновременной актуализацией направленности подростка на такие аспекты внутреннего мира, как осознание собственной уникальности и рефлексию. В результате О. А. Елисеева приходит к выводу, что смысложизненные ориентации и личностная креативность могут выступать в качестве ресурса, обеспечивающего субъективное благополучие подростков в образовательной среде с низким уровнем психологической безопасности [14, с. 19].

Исследования Т. И. Пономаренко свидетельствуют о наличии взаимосвязи между субъективным благополучием и установкой. Изучая установку как фактор формирования стратегии поведения, она вводит понятие «ресурсной установки». Согласно автору, ресурсная установка выполняет функцию регуляции и коррекции поведения посредством обеспечения позитивного состояния субъекта и обуславливает мобилизацию внутренних сил человека для более продуктивной деятельности [15, с. 5].

В отечественной психологии во второй половине XX века начинают активно появляться работы, посвященные проблеме удовлетворенности различными видами деятельности, в том числе и профессиональной (Н. Ф. Наумова, Ю. Н. Гатман, Т. А. Киттель, А. А. Мурутар, Н. Я. Белова, К. Р. Хаав, Н. В. Журин, Л. В. Лихачев), а также жизнью в целом (К. Муздышбаев). Данные работы объединяет идея о том, что понятия «удовлетворенность жизнью» и «субъективное bla-

гополучие» не тождественны, однако имеют выраженную корреляцию. Удовлетворение достигается благодаря событиям различного уровня личностной значимости, а благополучие предполагает обобщенные, особо значимые для личности переживания. Общим для чувства удовлетворенности и переживания благополучия является их субъективность, равно как и связь с системой ценностно-смысловых ориентаций личности. Следовательно, можно сказать, что полнота удовлетворения потребностей лишь опосредованно влияет на удовлетворенность жизнью [16].

Таким образом, обзор литературы по проблеме взаимосвязи психологического и субъективного благополучия с индивидуальными и личностными особенностями позволяет сделать следующие выводы:

1. Как в зарубежной, так и в отечественной психологии преобладают работы по изучению субъективного благополучия.
2. Общим коррелятом как субъективного, так и психологического благополучия является удовлетворенность жизнью.
3. В то же время психологическое и субъективное благополучие связаны с разными индивидуальными и личностными особенностями. Психологическое благополучие связано с базовыми чертами личности, качеством межличностных отношений, осмысленностью жизни, а субъективное – с эмоциональной направленностью, жизненными установками и ценностно-смысловой сферой.

4. Полученные в ходе анализа результаты свидетельствуют о том, что психологическое и субъективное благополучие рассматриваются как отдельные конструкции.

5. Однако возможна интеграция понятий «субъективное благополучие» и «психологическое благополучие», объединение их в контекстуальное единство, однородную и в то же время дифференцированную целостность. Таким понятием, позволяющим совместить в единой концепции представления о субъективном и психологическом благополучии, разработать новый исследовательский инструментарий и провести исследования, стало понятие «эмоционально-личностное благополучие». Наряду с этим эмоциональная составляющая данного понятия близка по сути с субъективным благополучием, а личностная – с психологическим.

Эмоционально-личностное благополучие как комплексная динамическая система – это целостное экзистенциальное переживание состояния гармонии между внутренним и внешним миром, возникающее в процессе жизни, деятельности и общения человека. Результатом снижения уровня такой гармонии является переживание состояния эмоционально-личностного неблагополучия [17]. Для изучения возможностей профилактики неблагополучия и поддержания оптимального уровня эмоционально-личностного благополучия мы поставили цель – изучить его психологические корреляты.

Выборку исследования составили респонденты от 18 до 65 лет, относящиеся к различным социальным группам российского общества, выделенные по принципу пола, возраста, рода деятельности, образования, региона проживания (Свердловская область). На разных этапах эксперимента в исследовании приняли участие 2401 человек, из них 117 человек – в ходе проведения предварительного этапа эксперимента, 2284 – основного, при этом 2229 человек привлекались для участия в констатирующем эксперименте, 55 – в лонгитюдном исследовании.

На основе контент-анализа ответов респондентов ( $n = 117$ ) на вопросы, касающиеся их благополучия в психоло-

гическом плане, и анализа психологических, философских и лингвистических представлений о феномене благополучия, разработан новый теоретический конструкт «эмоционально-личностное благополучие», включающий девять психологических факторов, три из которых («счастье», «везение», «оптимизм») ориентированы на внутренний мир человека и образуют позитивный эмоциональный компонент благополучия; три («успешность», «компетентность», «надежность») – ориентированы на внешний мир, образуют позитивный личностный компонент благополучия; еще три образуют негативный компонент («пессимизм», «несчастливость» – факторы эмоционального неблагополучия, они ориентированы на внутренний мир, «зависть» – фактор личностного неблагополучия, ориентирован на внешний мир). Данные факторы «эмоционально-личностного благополучия», преобразованные в девять моно-шкал («счастливый», «везучий», «оптимист», «успешный», «компетентный», «надежный», «пессимист», «несчастливый», «завистливый»), составили исследовательскую методику «Самооценка эмоционально-личностного благополучия» (СЭЛБ), которая предлагалась респондентам ( $n = 2229$ ) для непосредственного оценивания своего благополучия (Карапетян, Глотова, с. 106), и согласно которой испытуемые оценивали себя в настоящий момент по 7-балльной шкале по указанным девяти моно-шкалам. Наряду с оценками по отдельным моно-шкалам, вычислялись суммарные оценки по каждому

из трех компонентов: А – индикатор (суммарный показатель) «эмоционального» благополучия; В – индикатор (суммарный показатель) «личностного» благополучия; (А + В) – сумма позитивных индикаторов; (А – В) – разность позитивных индикаторов; С – индикатор (суммарный показатель) неблагополучия; (А + В – С) – индекс эмоционально-личностного благополучия (общая оценка по суммарным позитивным и негативным моно-шкалам) [17].

Для изучения взаимосвязей эмоционально-личностного благополучия нами использовались следующие стандартизованные методики: Шкала психологического благополучия К. Рифф (ШПБ, адаптация Т. Д. Шевеленковой, Т. П. Фесенко); Тест жизнестойкости С. Мадди (ТЖС, адаптация Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой); «Социально-психологическая адаптация» К. Роджерса, Р. Даймонда (СПА); «Профессиональное выгорание» К. Маслач (ПВ, адаптация Н. Е. Водопьяновой и Е. С. Старченковой). Отметим, что при проведении основной части эксперимента методика «Самооценка эмоционально-личностного благополучия» являлась обязательной для всех участников исследования ( $n = 2284$ ), а исследования по другим методикам были выборочными.

Результаты, полученные по методике СЭЛБ, при корреляционном анализе показали большое число статистически достоверных корреляций с показателями названных методик (табл. 1).

**Таблица 1. Количество значимых корреляционных связей показателей моно-шкал методики СЭЛБ с показателями других методик**

Table 1. Number of significant correlations of indicators of mono-scales by the technique of «Self-esteem and personal emotional well-being» (SPEW) with other methods

Методики	Возможно связей	Выявлено связей		
		5 %	1 %	0,10 %
ШПБ ( $n = 55$ )	54	44 (81 %)		
		13	12	19
ТЖС ( $n = 55$ )	36	32 (88,9 %)		
		9	4	19
СПА ( $n = 1201$ )	54	52 (96 %)		
		0	0	52
ПВ ( $n = 381$ )	27	25 (92 %)		
		3	7	15

Как видно из таблицы 1, моно-шкалы методики СЭЛБ связаны как с показателями методик, шкалы которых направлены на исследование более стабильных, устойчивых, личностных предикторов благополучия («Шкала психологического благополучия», «Тест жизнестойкости»), так и с показателями методик, в большей степени эмоционального регистра («Социально-психологическая адаптация», «Профессиональное выгорание»). Полученные многочисленные корреляции, с одной стороны, свидетельствуют о взаимосвязи эмоционально-личностного благополучия с такими феноменами, как психологическое благополучие, жизнестойкость, социально-психологиче-

ская адаптация, профессиональное выгорание, с другой стороны, – являются подтверждением конвергентной валидности методики СЭЛБ.

Представляется важным детально рассмотреть связи не только моно-шкал, но и индикаторов, суммарных показателей и индекса СЭЛБ с конкретными показателями диагностических методик. Проанализируем корреляционные связи между параметрами методики СЭЛБ и показателями методики ШПБ (табл. 2).

Таблица 2. Взаимосвязь параметров методики СЭЛБ с показателями методики ШПБ (n = 55)

Table 2. Relationship of parameters of the SPEW technique with the “Scale of psychological well-being» (SPW) technique indicators

	Позитивное отношение с окружающими	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие
A	,670***	,511***	,614***	,596***	,692***	,653***
B	,521****	,342*	,593***	,415**	,420***	,498***
A+B	,740***	,552***	,733***	,633***	,686***	,695***
C	-,270*	-,355**	-,289*	-,370**	-,462***	-,325*
Индекс СЭЛБ	,715***	,551***	,709***	,672***	,718***	,702***

Прим.: \*\*\* r = 0,43, p ≤ 0,001; \*\*r = 0,35, p ≤ 0,01; \*r = 0,27, p ≤ 0,05.

Из таблицы 2 видно, что все суммарные показатели и индекс СЭЛБ коррелируют со шкалами методики на высоком уровне достоверности, причем достаточно сильны корреляционные связи как суммарного показателя эмоционального благополучия (A), так и суммарного показателя личностного благополучия (B).

Для проведения факторного анализа (табл. 3) нами были использованы 6 факторов, выделенных К. Рифф и 6 суммарных показателей и индекса методики СЭЛБ, при этом факторы извлекались методом главных компонент, вращение выделенных факторов производилось методом Varimax с нормализацией по Кайзеру. Для интерпретации факторов нами использовались переменные с факторной нагрузкой выше 0,4. Было выделено 2 фактора, на них пришлось 71,62 % дисперсии. Между факторами дисперсия распреде-

лилась следующим образом: 1-й фактор – 57,86%, 2-й фактор – 13,73 %. Первый фактор образовали индекс СЭЛБ, суммарные позитивные показатели СЭЛБ и показатели методики ШПБ, поэтому данный фактор может рассматриваться как обобщенный фактор эмоционально-личностного и психологического благополучия. И только суммарный показатель негативных индикаторов (C), символизирующий эмоционально-личностное неблагополучие вошел в данный фактор с отрицательной факторной нагрузкой. Во второй фактор вошли: суммарный показатель личностного благополучия (со знаком минус) и показатель разности между эмоциональным и личностным благополучием. В связи с этим второй фактор может нами рассматриваться как фактор неблагополучия.

Таблица 3. Результаты факторного анализа суммарных показателей методики СЭЛБ и показателей методики ШПБ  
Table 3. The results of factor analysis of the SPEW and SPW totals

	Component	
	1	2
Индекс СЭЛБ	,939	
Сумма позитивных индикаторов (A+B)	,918	
Управление средой	,865	
Суммарный показатель эмоционального благополучия (A)	,853	
Самопринятие	,826	
Цели в жизни	,819	
Личностный рост	,750	
Позитивное отношение с окружающими	,744	
Суммарный показатель личностного благополучия (B)	,694	-,692
Автономия	,689	
Суммарный показатель негативных индикаторов (C)	-,522	
Разность между эмоциональным и личностным благополучием (A-B)		,939

Первый выделенный фактор может рассматриваться как обобщенный фактор переживаемого человеком внутренне-го благополучия (Extraction Method: Principal Component Analysis). Второй фактор – это фактор баланса между эмоциональным и личностным благополучием (Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization. A Rotation converged in 3 iterations). Полученные результаты подтверждают правомерность выделения в структуре эмоциональ-

но-личностного благополучия не только позитивных компонентов, но и негативной составляющей, при этом негативная составляющая должна рассматриваться как самостоятельное измерение, а не как противоположный конец позитивного континуума.

С опросником на выявление жизнестойкости (ТЖС) параметры методики СЭЛБ также продемонстрировали множественные корреляционные связи (табл. 4), отметим, что свя-

зи с позитивными суммарными компонентами (A и B) оказались более сильными, чем с негативным суммарным компонентом (C). Мы можем объяснить выявленную особенность тем, что в поддержании жизнестойкости отсутствие негативных индикаторов играет менее значимую роль, чем наличие позитивных индикаторов, расширяющих репертуар ресурсов, возможностей и действий человека.

Остановимся на анализе корреляционных связей индикаторов (A, B, C), суммарного показателя (A + B) и общего индекса СЭЛБ (A + B – C) с интегральными показателями методики СПА (табл. 5). Таблица 5 показывает, что позитивные индикаторы A («счастливый», «везучий», «оптимист»),

В («успешный», «компетентный», «надежный») и суммарный показатель (A + B) достоверно положительно коррелируют со всеми шестью «интегральными показателями» СПА (во всех случаях при  $p \leq 0,001$ ). Негативный индикатор C («пессимист», «несчастливый», «завистливый») достоверно отрицательно коррелирует со всеми шестью «интегральными показателями» СПА (во всех случаях при  $p \leq 0,001$ ). Наконец, общий индекс СЭЛБ (A + B – C) достоверно положительно и с более высокими числовыми значениями коррелирует со всеми шестью «интегральными показателями» СПА (во всех случаях при  $p \leq 0,001$ ).

Таблица 4. Взаимосвязь параметров методики СЭЛБ с показателями методики ТЖС (n = 55)

Table 4. Relationship between the parameters of SPEW method with those of the «Test of resilience (TR)» techniques

	Вовлеченность	Контроль	Риск	Жизнестойкость
A	,763***	,677(***)	,583(***)	,747(***)
B	,612***	,556(***)	,451(***)	,582(***)
A+B	,838***	,748(***)	,654(***)	,818(***)
C	-,377**	-,450(***)	-,399(**)	-,455(***)
A-B+C	,838***	,786(***)	,682(***)	,850(***)

Прим.: \*\*\*  $r = 0,43$ ,  $p \leq 0,001$ ; \*\*  $r = 0,35$ ,  $p \leq 0,01$ ; \*  $r = 0,27$ ,  $p \leq 0,05$ .

Таблица 5. Корреляционные связи (по Спирмену) индикаторов, суммарных показателей и индекса СЭЛБ с «интегральными показателями» СПА (n = 1201)

Table 5. Correlations (according to Spearman) between the indicators, the consolidated figures and the SPEW index with the integral indicators of Socio-psychological adaptation methodology (SAM)

	Адаптация (A)	Самоприятие (S)	Принятие других (L)	Эмоциональный комфорт (E)	Интернальность (I)	Доминирование (D)
A	,356***	,334***	,304***	,396***	,265***	,239***
B	,288***	,284***	,238***	,262***	,272***	,172***
A+B	,373***	,358***	,313***	,387***	,309***	,238***
C	-,377***	-,356***	-,345***	-,375***	-,323***	-,176***
A+B-C	,422***	,401***	,360***	,428***	,349***	,244***

Прим.: \*\*\*  $r = 0,10$ ,  $p \leq 0,001$ ; \*\*  $r = 0,08$ ,  $p \leq 0,01$ ; \*  $r = 0,06$ ,  $p \leq 0,05$ .

Таблица 6. Корреляционные связи (по Спирмену) индикаторов, суммарного показателя и индекса СЭЛБ с параметрами методики ПВ (n = 381)

Table 6. Correlations (according to Spearman) between the indicators, the consolidated figures and the SPEW index with the Professional Burnout technique (PB)

	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Профессиональные достижения
A	-,275***	-,248***	,240***
B	-,230***	-,236***	,252***
A+B	-,298***	-,290***	,273***
C	,241***	,180***	-,130*
A+B-C	-,307***	-,275***	,259***

Прим.: \*\*\*  $r = 0,17$ ,  $p \leq 0,001$ ; \*\*  $r = 0,14$ ,  $p \leq 0,01$ ; \*  $r = 0,11$ ,  $p \leq 0,05$ .

Полученные достоверные связи также свидетельствуют о связи эмоционально-личностного благополучия с адаптацией, т. е. чем лучше развиты адаптационные способности, тем больше у человека шансов сохранить эмоционально-личностное благополучие. Однако, поскольку данные получены в корреляционном исследовании, мы можем лишь предположить направление выявленной связи, возможно, что ощущение человеком себя благополучным / неблагополучным повышает / понижает его адаптационные возможности.

Как видно из таблицы 6, позитивные индикаторы А («счастливый», «везучий», «оптимист»), В («успешный», «компетентный», «надежный») и суммарный показатель (A + B) достоверно отрицательно коррелируют с параметрами ПВ «эмоциональное истощение» и «деперсонализация» (во всех случаях при  $p \leq 0,001$ ) и достоверно положительно коррелируют с параметром «профессиональные достижения» ПВ (во всех случаях при  $p \leq 0,001$ ). Негативный индикатор С («пессимист», «несчастливый», «завистливый») достоверно положительно коррелирует с параметрами ПВ «эмоциональное истощение» и «деперсонализация» (в обоих случаях при  $p \leq 0,001$ ) и достоверно отрицательно коррелирует с параметром «профессиональные достижения» ПВ (при  $p \leq 0,05$ ). Индекс СЭЛБ (A + B - C) достоверно отрицательно коррелирует с параметрами ПВ «эмоциональное истощение» и «деперсонализация» (в обоих случаях при  $p \leq 0,001$ ) и достоверно положительно коррелирует с параметром «профессиональные достижения» ПВ (при  $p \leq 0,001$ ).

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. Полученные корреляционные связи параметров методики СЭЛБ с показателями других методик, валидность и надежность которых доказаны и не вызывают сомнений, свидетельствуют в пользу конвергентной валидности мето-

дики СЭЛБ и подтверждают возможность ее использования в исследовательских целях.

2. Эмоциональный и личностный компоненты благополучия, отличаясь специфичностью корреляционных связей, являются самостоятельными определеностями конструкции «эмоционально-личностное благополучие». Вместе с тем данные компоненты образуют некую однородную целостность, контекстуальное единство, полученные корреляционные связи индекса СЭЛБ дают основание рассматривать эмоционально-личностное благополучие как интегративный, многогранный феномен, характеризующийся включенностью в структуру психической реальности. Именно целостность понимания эмоционально-личностного благополучия является условием создания новых актуальных векторов дальнейшего исследования данного феномена.

3. Позитивный и негативный компоненты эмоционально-личностного благополучия представляют собой два независимых измерения, и благополучие связано не столько с отсутствием негативного аффекта, сколько с балансом между ними.

4. Связи эмоционального компонента благополучия более сильные, по сравнению с корреляциями личностного компонента, что свидетельствует о том, что в формировании самооценки эмоционально-личностного благополучия несколько большую роль играют эмоции, стремление к удовольствию, удовлетворенность жизнью и собой, нежели сознательное, рациональное, целе- и смыслоориентированное стремление к улучшению качества жизни. Полученный результат говорит о необходимости разработки и проведения системы мероприятий, обеспечивающих переход от пассивной личности, управляемой эмоциями и внутренними диспозициями, к личности, предпринимающей усилия в достижении благополучия.

## Литература

1. Archontaki D., Lewis G. J., Bates T. C. Genetic Influences on Psychological Well-Being: A Nationally Representative Twin Study // Journal of Personality. 2013. Vol. 81(2). P. 221–230.
2. Schmutte P. S., Ryff C. D. Personal and well-being: Reexamining methods and meanings // Journal of Personality and Social Psychology. 1997. Vol. 73. № 3. P. 549–559. Режим доступа: [http://www.researchgate.net/publication/13926178\\_Personality\\_and\\_Well-Being\\_Reexamining\\_Methods\\_and\\_Meanings](http://www.researchgate.net/publication/13926178_Personality_and_Well-Being_Reexamining_Methods_and_Meanings) (дата обращения: 17.03.2010).
3. Ryff C. D. Psychological well-being in adult life // Current Directions in Psychological Science. 1995. Vol. 4. № 4. P. 99–104.
4. Soto C. J. Is Happiness Good for Your Personality? Concurrent and Prospective Relations of the Big Five With Subjective Well-Being // Journal of Personality. 2015. Vol. 83(1). P. 45–55.
5. Elliot A. J., Thrash T. M., Murayama K. A. Longitudinal Analysis of Self-Regulation and Well-Being: Avoidance Personal Goals, Avoidance Coping, Stress Generation, and Subjective Well-Being // Journal of Personality. 2011. Vol. 79(3). P. 643–674.
6. Friedman H. S., Kern M. L., Reynolds Ch. A. Personality and Health, Subjective Well-Being, and Longevity // Journal of Personality. 2010. Vol. 78(1). P. 179–216.
7. Emmons R. A. Personal Strivings, Daily Life Events, and Psychological and Physical Well-Being // Journal of Personality. 1991. Vol. 59. № 3. P. 453–472.
8. Аргайл М. Психология счастья. СПб.: Питер, 2003. 271 с. Режим доступа: <http://www.nlplife.ru/knigi/psyho/psihologija-schastja> (дата обращения: 14.08.2013).
9. Линч М. Базовые потребности и субъективное благополучие с точки зрения теории самодетерминации // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2004. Т. 1. № 3. С. 137–142. Режим доступа: <http://www.hse.ru/data/2011/04/28/1210639599/137-142.pdf> (дата обращения: 02.05.2014).
10. Фесенко П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2005. 25 с.
11. Шамионов Р. М. Взаимосвязь субъективного благополучия с эмоциональной направленностью и ценностными ориентациями личности в разных условиях профессиональной социализации // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2007. Т. 7. Вып. 1. С. 55–64.

12. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие и ценностно-смысловые образования личности в профессиональной сфере // Известия Саратовского университета. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2006. Т. 6. № 1–2. С. 104–109.
13. Яремчук С. В. Субъективное благополучие как компонент ценностно-смысловой сферы личности // Психологический журнал. 2013. Т. 34. № 5. С. 85–95.
14. Елисеева О. А. Субъективное благополучие подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2012. 23 с.
15. Пономаренко Т. И. Установка как фактор формирования стратегий поведения: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 1998. 27 с.
16. Муздыбаев К. Удовлетворенность жизнью, ощущение счастья, переживание смысла собственного бытия (из опыта эмпирических исследований) // Рабочий класс СССР на рубеже 80-х годов. М.: Политиздат, 1981. С. 181–198.
17. Карапетян Л. В., Глотова Г. А. Эмоционально-личностное благополучие: монография. Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2017. 211 с.

## PSYCHOLOGICAL CORRELATES OF EMOTIONAL-PERSONAL WELL-BEING

Larisa V. Karapetian<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup> Ural Federal University, 51, Lenina Ave., Ekaterinburg, Russia, 620000

\*karapetyanl@mail.ru

Received 29.05.2017. Accepted 18.10.2017.

**Keywords:** subjective well-being, psychological well-being, emotional-personal well-being, psychological correlates of well-being.

**Abstract:** The matter of well-being is one of the most important theoretical and experimental areas in modern psychology. Based on the analysis of domestic and foreign researches, the author differentiates the notion of subjective and psychological well-being, reveals their interrelationship and their correlates with both objective and subjective factors. With the aim of creating a holistic multidimensional construct that would combine subjective and personal well-being in the context of unity, the author introduces the concept of «emotional-personal well-being». The paper introduces a research methodology of self-evaluation of personal and emotional well-being (SPEW), which identifies and analyzes the psychological correlates of the phenomenon. According to the research, emotional and personal well-being components differ from each other in their specific correlations, but remain independent definitions of the «emotionally-personal well-being» constructs. However, these components form a certain homogeneous consistency. The correlation between the SPEW index and the indicators of standard psychodiagnostic techniques allows one to examine the emotional and personal well-being as an integrative, multidimensional phenomenon characterized by its inclusion in the structure of mental reality.

**For citation:** Karapetian L. V. Psikhologicheskie korrelaty emotsional'no-lichnostnogo blagopoluchiia [Psychological Correlates of Emotional-Personal Well-Being]. *Bulletin of Kemerovo State University*, no. 4 (2017): 132–140. DOI:10.21603/2078-8975-2017-4-132-140.

## References

- Archontaki D., Lewis G. J., Bates T. C. Genetic Influences on Psychological Well-Being: A Nationally Representative Twin Study. *Journal of Personality*, vol. 81(2) (2013): 221–230.
- Schmutte P. S., Ryff C. D. Personal and well-being: Reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, no. 3 (1997): 549–559. Available at: [http://www.researchgate.net/publication/13926178\\_Personality\\_and\\_Well-Being\\_Reexamining\\_Methods\\_and\\_Meanings](http://www.researchgate.net/publication/13926178_Personality_and_Well-Being_Reexamining_Methods_and_Meanings) (accessed 17.03.2010).
- Ryff C. D. Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4, no. 4 (1995): 99–104.
- Soto C. J. Is Happiness Good for Your Personality? Concurrent and Prospective Relations of the Big Five with Subjective Well-Being. *Journal of Personality*, vol. 83(1) (2015): 45–55.
- Elliot A. J., Thrash T. M., Murayama K. A. Longitudinal Analysis of Self-Regulation and Well-Being: Avoidance Personal Goals, Avoidance Coping, Stress Generation, and Subjective Well-Being. *Journal of Personality*, vol. 79(3) (2011): 643–674.
- Friedman H. S., Kern M. L., Reynolds Ch. A. Personality and Health, Subjective Well-Being, and Longevity. *Journal of Personality*, vol. 78(1) (2010): 179–216.
- Emmons R. A. Personal Strivings, Daily Life Events, and Psychological and Physical Well-Being. *Journal of Personality*, 59, no. 3 (1991): 453–472.
- Argail M. *Psikhologija schast'ja [Happiness psychology]. Saint-Petersburg: Piter, 2003, 271. Available at: <http://www.nlplife.ru/knigi/psyho/psihologija-schastja> (accessed 14.08.2013).*

9. Linch M. Bazovye potrebnosti i sub»ektivnoe blagopoluchie s tochki zreniya teorii samodeterminatsii [Basic requirements and subjective wellbeing from the point of view of the theory of self-determination]. *Psichologiya. Zhurnal vysshei shkoly ekonomiki = Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 1, no. 3 (2004): 137–142. Available at: <http://www.hse.ru/data/2011/04/28/1210639599/137-142.pdf> (accessed 02.05.2014).
10. Fesenko P. P. *Osmyslennost' zhizni i psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti*. Avtoref. Diss. kand. psihol. nauk [Intelligence of life and psychological wellbeing of the personality. Cand. psihol. Sci. Diss. Abstr.]. Moscow, 2005, 25.
11. Shamionov R. M. Vzaimosviaz' sub»ektivnogo blagopoluchia s emotSIONAL'NOI napravlennost'iu i tsennostnymi orientatsiami lichnosti v raznykh usloviakh professional'noi sotsializatsii [Interrelation of subjective wellbeing with emotional orientation and valuable orientations of the personality in different conditions of professional socialization]. *Izvestiia Saratovskogo universiteta. Novaia seria. Seria: Filosofia. Psichologiya. Pedagogika = New episode. Series: Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 7, no. 1 (2007): 55–64.
12. Shamionov R. M. Sub»ektivnoe blagopoluchie i tsennostno-smyslovye obrazovaniia lichnosti v professional'noi sfere [Subjective well-being and sense of values and the formation of personality in the professional sphere]. *Izvestiia Saratovskogo universiteta. Novaia seria. Seria: Filosofia. Psichologiya. Pedagogika = New episode. Series: Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 6, no. 1-2 (2006): 104–109.
13. Iaremchuk S. V. Sub»ektivnoe blagopoluchie kak komponent tsennostno-smyslovoi sfery lichnosti [Subjective wellbeing as component of the valuable and semantic sphere of the personality]. *Psikhologicheskii zhurnal = Psychological Journal*, 34, no. 5 (2013): 85–95.
14. Eliseeva O. A. *Sub»ektivnoe blagopoluchie podrostkov v obrazovatel'nykh sredakh s raznym urovnem psikhologicheskoi bezopasnosti*. Avtoref. Diss. kand. psihol. nauk [Subjective wellbeing of teenagers in educational environments with the different level of psychological safety. Cand. psihol. Sci. Diss. Abstr.]. Moscow, 2012, 23.
15. Ponomarenko T. I. *Ustanovka kak faktor formirovaniia strategii povedeniia*. Avtoref. Diss. kand. psihol. nauk [Installation as factor of formation of strategy of behavior. Cand. psihol. Sci. Diss. Abstr.]. Novosibirsk, 1998, 27.
16. Muzdybaev K. *Uдовлетворенность жизнью, ощущение счастья, переживание смысла собственного бытия (из опыта empiricaleskikh issledovanii)* [Satisfaction with life, feeling of happiness, experience of sense of own life (from experience of empirical researches)]. *Rabochii klass SSSR na rubezhe 80-kh godov* [The working class of the Soviet Union at the turn of the 80-ies]. Moscow: Politizdat, 1981, 181–198.
17. Karapetian L. V., Glotova G. A. *Emotsional'no-lichnostnoe blagopoluchie* [Emotional and personal wellbeing]. Ekaterinburg: Ural'skii institut GPS MChS Rossii, 2017, 211.