

**Структурные особенности личности и психологическое благополучие**

**Фомина Ольга Олеговна**

*Студент*

*РАНХиГС Волгоградский филиал, Факультет государственного управления,*

*Волгоград, Россия*

*E-mail: iloveshnur@mail.ru*

В нашем исследовании мы решили обратиться к проблеме взаимоотношения психологического благополучия со структурной организацией личности. Поводом послужил анализ научной литературы, где в качестве основных значимых факторов благополучия выделяли внутренние, субъективные, а не материальные или имущественные [1, 2, 3, 4]. Для нас представляется интересным выяснить, какие глубинные механизмы составляют основу психологического благополучия.

Мы предполагаем, изучая структурную организацию личности (защитные механизмы, самовосприятие, саморегуляцию, уровень коммуникаций, аналогами служат шкалы опросника «Невротических черт личности»), проанализировать взаимосвязь компонентов психологического благополучия и структурных особенностей личности. Целью исследования являлось подтверждение или опровержение предположения о наличии взаимосвязи между структурными особенностями личности и психологическим благополучием, равно как и о характере данной взаимосвязи.

Методы исследования, которые были выбраны нами для достижения поставленной цели: психодиагностические методы (Опросник «Невротических черт личности», «Шкала психологического благополучия К. Рифф», «Индекс жизненного стиля») и статистические методы обработки данных (корреляционный анализ, факторный анализ). В исследовании приняли участие 110 человек.

Интерпретируя полученные данные, мы попытались проанализировать наличие отрицательных взаимосвязей между компонентами психологического благополучия и структурными особенностями личности.

Наиболее проявленная отрицательная взаимосвязь компонентов благополучия обнаруживается с такой чертой, как неуверенность в себе. Мы можем предположить, что в этом случае личности сложно самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, что негативно сказывается на уровне автономности ( $r=-0,396$ , при  $p<0,01$ ) и компетентности ( $r=-0,561$ , при  $p<0,01$ ). В социальных взаимодействиях обнаруживается скованность, затруднения в установлении и поддержании контакта, поэтому уровень позитивных отношений с окружающими понижается ( $r=-0,472$ , при  $p<0,01$ ). Устойчивое ожидание неудачи в совокупности с направленностью на избегание неудач и пониженной самооценкой препятствуют самопринятию ( $r=-0,505$ , при  $p<0,01$ ) и постановке жизненных целей ( $r=-0,445$ , при  $p<0,01$ ), что существенно снижет общий уровень благополучия ( $r=-0,614$ , при  $p<0,01$ ).

Отрицательную корреляционную связь с компонентами благополучия имеет такая личностная черта как социальная неадаптивность. Мы считаем, что затруднения приспособляемости в различных социальных интеракциях, а также недостаточная опытность, проявляющаяся в пониженной социальной перцепции и эмпатии, способствует

снижению компетентности ( $r=-0,312$ , при  $p<0,01$ ) и позитивных отношений личности ( $r=-0,353$ , при  $p<0,01$ ).

Психологическое благополучие и компоненты, входящие в его состав, имеют отрицательную корреляционную связь с отдельными механизмами психологической защиты (вытеснение, регрессия, компенсация, проекция, интеллектуализация, реактивное образование).

Мы можем предположить, что вытеснение отрицательно влияет на общий уровень психологического благополучия личности, поскольку импульсы, не находящие своего разрешения в поведении, хотя и вытесняются, тем не менее, сохраняют свои эмоциональные и психовегетативные компоненты, а вызванное ими напряжение субъективно воспринимается как внешне немотивированная тревога. Частое обращение к механизму регрессии заменяет выполнение субъективно более сложных задач на выполнение относительно более простых и доступных в сложившихся ситуациях, что, по нашему мнению, отрицательно сказывается на уровне компетентности личности.

По результатам факторного анализа нам удалось выделить несколько смысловых факторов, которые отражают в основном особенности переживания психологического благополучия, принятия себя, а также черты в структуре личности и защитные механизмы, которые обеспечивают социальное функционирование. Описание основных психологических типов, выделенных на основе факторного анализа.

1. Пассивно благополучные. Данная группа характеризуется стабильно высоким уровнем благополучия, видят дальнейшие жизненные цели и свое развитие, у них достаточно теплые и доверительные отношения с близкими людьми. Представители данной группы оценивают себя исходя из собственных критериев. Однако, представителям данной группы несвойственно критическое осмысление собственных поступков. Также характерно отсутствие потребности в широких контактах, малый и недостаточно дифференцированный круг интересов, в целом невысокий уровень активности личности, отсутствие спонтанности в принятии решений. Как итог, можно говорить о переживании данной группой благополучия на фоне снижения активности, неширокого круга интересов и отсутствия критичности, т.е. для них благополучие связано с гомеостатическим состоянием.

2. Аффективно неустойчивые. В основе фактора лежит аффективная неустойчивость и защитные механизмы – регрессия и замещение. Данная группа отличается вспыльчивым, несдержанным характером поведения. Степень напряженности защит повышенная, что говорит об ограниченности субъекта, восприятию им конфликта как угрозы целостному и позитивному образу Я, сопровождающейся нервно-психическим напряжением, которое необходимо «здесь и теперь» снять любой ценой. Основные защитные механизмы – регрессия и замещение, которые состоят в стремлении избежать тревоги путем соскальзывания на более ранние стадии развития, либо в подмене объекта на менее опасный для субъекта, и последующее разрядке на нем. Стоит отметить и частое обращение к такому механизму защиты как компенсация.

Таким образом, мы можем говорить о том, что психологическое благополучие имеет корреляционную связь со структурными особенностями личности. Невротические черты в структуре личности имеют преимущественно отрицательную корреляционную связь с благополучием и его компонентами, кроме социальной и познавательной пассивности и невротического сверхконтроля поведения, что мы связываем с особенностями

переживания психологического благополучия некоторыми респондентами. А именно искусственное воссоздание вокруг себя и своего окружения стабильности, предсказуемости, что способствует переживанию благополучия. Защитные механизмы имеют преимущественно отрицательную корреляционную связь с компонентами благополучия, исключение составляют компенсации (как наиболее зрелый и когнитивно сложный защитный механизм) и отрицание.

### **Литература**

1. Аргайл М. Психология счастья. СПб. : Питер, 2003. 272 с.
2. Бонивелл И. Ключи к благополучию: Что может позитивная психология. М.: Время, 2009. 192 с.
3. Бочарова Е. Е. К вопросу о внутренних детерминантах субъективного благополучия личности // Известия ПГПУ им. В.Г. Белинского. 2008. №10. С. 226-231.
4. Куликов Л. В. Детерминанты удовлетворенности жизнью // Общество и политика / Ред. В.Ю.Большаков. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2000, с. 476-510.