

Благополучие — (1) в самом широком смысле (wellbeing) это многофакторный конструкт, представляющий сложную взаимосвязь культурных, социальных, психологических, физических, экономических и духовных факторов, (2) субъективное Б. — общее восприятие человеком уровня своего Б. (самооценка текущего здоровья, перспективы здоровья в будущем, рейтинг интенсивности, частоты, длительности болевых ощущений, пр.) (Ware, 1987), (3) оценочный компонент эмоционально окрашенного отношения личности к своей жизни во всех ее проявлениях (Н. Д. Творогова, 2005).

Определение здоровья, данное ВОЗ (как состояние полного физического, душевного и социального Б., а не только отсутствие болезней и физических дефектов), предлагает исследовать разные составляющие состояния субъективного Б.: телесное (соматическое), психическое, социальное.

Ощущение полного телесного Б. подразумевает отсутствие каких бы то ни было неприятных, болезненных ощущений, подразумевает переживание ощущения свежести, бодрости, работоспособности, пр. Субъективное ощущение телесного здоровья, являясь частью общего Б., не слишком тесно связано с соматическим здоровьем (Jenkinson & Mc Gee, 1998). Существует проблема соотношения субъективных и объективных показателей здоровья-нездоровья. Так болезнь можно истолковывать и как illness (англ.) — состояние, которое переживается субъективно как недомогание, боль и пр., и как disease — состояние болезни, обнаруживаемое путем обследований, применения специальных методов объективной диагностики. Эти показатели не всегда коррелируют между собой.

То есть на телесном уровне проявления болезни могут отсутствовать, но человек не чувствует себя здоровым, так как не испытывает состояния телесного Б. Персонифицированная парадигма здоровья («индивидуум без признаков патологии есть здоровый человек»), при которой данные медицинского обследования являются основанием для вердикта, сегодня уже отходит в прошлое. Здоровье соотносится с возможностями и способностями человека, которые определяются им самим. Между состоянием организма и переживанием телесного Б. выделяют следующие опосредствующие процессы: (1) особенности восприятия, интерпретации своего недуга, (2) выбор одной из стратегий: борьба с ним, подчинение ему (состояние «жертвы»), поиск компромисса, отрицание его наличия, попытка понять его символический язык (осознать «послание» своего тела) с целью что-то изменить в своей жизни (Н. Д. Творогова, 2005).

Понятие психическое Б. разными авторами на сегодняшний день трактуется по-своему.

Наиболее цитируемый автор М. Jahoda (1958) понимает под психическим Б.: (1)

положительный аттитюд к «Я», (2) оптимальное развитие, рост и самоактуализацию личности; (3) психологическую интеграцию; (4) личностную автономию; (5) реалистическое восприятие окружения; (6) умение адекватно воздействовать на окружение. Рифф (Ryff, 1989) разработал метод измерения психического Б. на основе шести факторов: принятие себя, позитивное отношение к другим, независимость, контроль над обстоятельствами, наличие цели в жизни, личностный рост. Исследование психического Б. возможно и в контексте поведения личности, в этом случае переживание Б. выступает как индикатор степени удовлетворения значимых для нее потребностей, как индикатор соответствия жизненного пути личности значимым для нее ценностям, убеждениям (Н. Д. Творогова, 2005).

Социальное Б. проявляется в удовлетворенности широкой (достаточной для данного индивида) динамичной системой социальных связей, с наличием позитивных межличностных отношений, проявляющихся в форме дружбы, любви, поддержки (Н. Д. Творогова, 2002, 2004). ВОЗ обратила серьезное внимание на «систему социальной поддержки против стресса».

Поддержка понимается в психологии как рефлексия отношения человека с людьми из близкого окружения, сопереживающими и оказывающими ему реальную помощь. В зарубежных исследованиях социальное Б. человека оценивалось успешностью его физического, психического, социального и экономического функционирования (Raphael et al., 1996).

В последнее десятилетие иногда «субъективное Б.» (subjective well-being — SWB) и «счастье» рассматриваются как синонимы. Общепринятого определения счастья нет; обычно под этим понятием понимают (М.

Аргайл, 2003) состояние, когда человек (1) испытывает радость или другие позитивные эмоции, (2) удовлетворен жизнью, (3) не переживает депрессии, тревоги, других отрицательных эмоций. При изучении счастья в эмпирических исследованиях показано, что оно может иметь до некоторой степени независимые когнитивные и эмоциональные составляющие, которые можно оценить при помощи вопросов об удовлетворенности или радости и приподнятом настроении. При исследовании влияния на социальное поведение человека степени его психического Б. показано, что счастливые люди не просто активнее общаются, их социальное взаимодействие «качественнее» (Berry & Hansen, 1996), они скорее вступают в сотрудничество, чаще уступают в ответ на просьбу, не стесняются сами обращаться с просьбой (Forgas, 1999). Когда у человека происходит в жизни много радостных событий, он становится более экстравертированным, что в свою очередь делает его более счастливым (Headey & Wearing, 1992). У людей, пребывающих в приподнятом настроении, окружающие вызывают большую симпатию; они вспоминают о приятных сторонах помощи

БЛАГОПОЛУЧИЕ

Автор: словарь
28.10.2007 08:10 -

окружающим, становятся альтруистичнее (Batson, 1995).

Н. Д. Творогова