

УДК 159.923.3

DOI: 10.17072/2078-7898/2016-2-77-85

СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОНЦЕПЦИИ БЛАГОПОЛУЧИЯ И ЗРЕЛОСТИ ЛИЧНОСТИ: ОБЛАСТИ СХОДСТВА И РАЗЛИЧИЙ*

Манукян Виктория Робертовна, Трошихина Евгения Германовна

Санкт-Петербургский государственный университет

В статье анализируются подходы к определению психологической зрелости и благополучия личности с целью их более четкого разграничения. Актуальность проблемы обусловлена растущим интересом к позитивной стороне функционирования человека и широким распространением терминов, раскрывающих психологические аспекты здоровья, благополучия и зрелости человека, тогда как их соотношение еще недостаточно изучено. С опорой на эмпирические исследования рассмотрены понятия субъективного и психологического благополучия. Представлены интегративные модели благополучия, которые акцентируются на выделении личностных предикторов счастья. Проанализировано понятие психологической зрелости личности, представлены критерии, отражающие ее содержательный состав. Выделены области сходства и различия обсуждаемых понятий. Содержательное сходство понятий обеспечивается рядом общих критериев и связью с концепциями позитивного функционирования личности. Различия обусловлены спецификой областей применения понятий: психологическая зрелость в отличие от благополучия характеризует личность с точки зрения ее структуры (цельность, гармоничность), уровня морально-нравственного развития и может рассматриваться как критерий развития взрослой личности, тогда как благополучие более субъективно.

Ключевые слова: личность; зрелость; психологическая зрелость личности; психологическое благополучие; субъективное благополучие; счастье.

CONTEMPORARY PSYCHOLOGICAL CONCEPTIONS OF WELL-BEING AND MATURITY: IDENTIFYING SIMILARITIES AND DIFFERENCES

Victoria R. Manukyan, Evgenia G. Troshikhina

Saint-Petersburg State University

The article analyzes the main approaches to the definition of psychological maturity and well-being of personality with the aim to make a clearer distinction between them. The topical character of the issue is explained by the growing interest to the positive side of human being and a widespread popularity of terminology of health, well-being and maturity. However, their ratio has not been sufficiently clarified. The paper discusses the concepts of subjective and psychological well-being with the support of empirical studies. It also presents integrative models of well-being focused on identifying psychological predictors of happiness. The authors analyze the notion of psychological maturity of personality and set criteria for reflecting its content. There is also an emphasis on the areas of similarity and difference of the phenomena under consideration. The substantial similarity of the terms is provided by the range of common criteria and by their relation to the conceptions of positive functioning of personality. The authors conclude that the distinction is determined by the area of the notions application. Psychological maturity unlike well-being characterizes personality from the perspectives of its structure (harmony, wholeness) and the level of its ethical development. This concept could be considered as a criterion for the development of adult personality while well-being is much more subjective.

Key words: personality; psychological maturity of personality; psychological well-being; subjective well-being, happiness.

* Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ (проект №16-06-00307).

В психологии все активнее разрабатываются понятия, характеризующие человека в аспекте его целостности и функциональности. С опорой на философское наследие, а также на медицинские модели ученые предлагают концепции зрелости личности, психологического благополучия, душевного здоровья, счастья. Ввиду многогранности содержания данных понятий исследователи в поисках их основных содержательных характеристик акцентируют внимание на разных аспектах. В то же время многие названные понятия отчасти совпадают по смысловому наполнению и созданные теоретические модели имеют определенное сходство. На этом фоне представляется особо актуальной задача осмысления соотношения понятий, для того чтобы приблизиться к созданию интегративной теории зрелости и благополучия человека. Целью данной статьи является анализ и сопоставление масштабных психологических категорий благополучия и зрелости личности, уточнение их содержания и областей функционирования.

Благополучие человека в различных психологических концепциях

На сегодняшний день в психологии эмпирические исследования и теоретические разработки понятий счастья и благополучия человека идут по двум направлениям: гедонистическому (субъективное благополучие) и эвдемоническому (психологическое благополучие). В. Вилсон в качестве источника счастья назвал удовлетворение потребностей, что соответствует гедонистическому пониманию счастья как достижение удовольствия [28]. Позднее А.С. Ватерман отметил, что для человека гораздо большее значение имеет направленность на реализацию глубинных ценностей. Он подчеркивал, что понимание благополучия в гедонистическом ключе предполагает удаление от проблем, тогда как благополучие в эвдемоническом смысле связано с напряжением и усилиями, направленными на их решение [27].

Несмотря на то что для изучения субъективного благополучия использовались короткие шкалы, было сделано много важных открытий. Эмпирические исследования привели к разведению эмоциональной и когнитивной составляющих. Эмоциональное благополучие относится к повседневным переживаниям человека — частоты и интенсивности радости, печали, гнева, что делает жизнь приятной или неприятной. Когнитивная оценка — удовлетворенность жизнью, предполагает суждения, которые делает человек, размышляя о своей жизни. Исследования показали, что эти компоненты по-разному чувствительны к жизненной ситуации. Так, уровень дохода и образования тесно коррелирует с удовлетворенностью жизнью, а состояние здоровья, наличие заботливых отношений или одиночество являются доста-

точно сильными предикторами ежедневных эмоций [23]. Исследования Н.М. Брэдбурна выявили, что приятные и неприятные эмоции не являются полюсами одного континуума, т.е. присутствие положительных эмоций не обязательно означает отсутствие отрицательных, поэтому для полноты картины благополучия человека он предложил изучать эти два аспекта отдельно [20].

Таким образом, на сегодняшний день сложилась трехкомпонентная структура субъективного благополучия, включающая наличие положительного аффекта, отсутствие отрицательного аффекта и удовлетворенность жизнью. Создание конструкта вызвало целый ряд эмпирических исследований, направленных на определение степени влияния разных факторов на его шкалы. Так, Э. Динер выявил высокую обусловленность субъективного благополучия внутренними факторами. Он установил, что личностные черты объясняют от 40 до 50 % изменчивости в субъективном благополучии, в связи с чем предположил, что счастье можно до некоторой степени считать личностной чертой, выступающей в качестве предрасположенности испытывать определенные уровни положительных или отрицательных эмоций [22]. С другой стороны, значительную роль при оценке своей жизни играют социальные и культурные установки. Если люди считают, что удовлетворенность жизнью желательна, они скорее опираются на позитивную информацию при вынесении суждения относительно своей жизни, а если счастье в обществе рассматривается как не важная ценность, то большее значение придается негативным сторонам, что снижает когнитивную оценку своей жизни [19].

Исследования субъективного благополучия значительно продвинули понимание его структуры, факторов и динамики. Появились разные взгляды на сущность благополучия. В отличие от целевых подходов, когда утверждается, что благополучие возникает при достижении цели и что апогей состояния счастья находится в точке достижения конечного результата, подходы, ориентированные на процесс, когда считается, что сама активность вызывает особые протяженные переживания счастья и благополучия. М. Чиксентмихайи описывает состояние «потока», или погруженности, увлеченности, которое приносит глубокое удовлетворение [16].

К наиболее значимым теоретическим разработкам вопроса благополучия человека в рамках эвдемонического подхода можно отнести теорию психологического благополучия К. Рифф и теорию самодетерминации Э. Деси и Р. Райана.

Концепция К. Рифф возникла на стыке гуманистической, позитивной психологии, психологии развития и здоровья, она объединила в себе разные философские и психологические теории, объясняющие позитивное функционирование человека (Ш. Бюлер,

А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, Э. Эриксон, К.Г. Юнг и др.). Психологическое благополучие определено К. Рифф как базовый субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку своего функционирования с точки зрения вершины потенциальных возможностей человека. Модель К. Рифф содержит шесть компонентов: автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения, жизненные цели, самопринятие [25].

В теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана постулируется, что есть три основные психологические потребности, удовлетворение которых значимо для психологического роста, целостности и благополучия человека. Это потребности в автономии, компетентности и связанности с другими [24]. Р. Райан и Э. Деси, сопоставляя свою теорию с моделью К. Рифф, подчеркивают схожесть понимания благополучия как полноценного функционирования, а не как результата достижения желаний. Также сходно обозначение значимости автономии, компетентности и связанности с другими людьми. Отличие состоит в том, что К. Рифф рассматривает выделенные шесть компонентов в качестве индикаторов психологического благополучия, в то время как в теории самодетерминации автономность, компетентность и позитивные отношения предполагаются как его причины.

Разведение гедонистического и эвдемонистического благополучия вызвало стремление исследователей определить их соотношение. К. Рифф и ее коллеги подчеркивают, что субъективное благополучие характеризует состояние человека, тогда как психологическое благополучие динамично и напряженно. Такие экзистенциальные компоненты, как «цели в жизни» и «личностный рост», отличают его от субъективного благополучия направленностью в будущее. Еще одно отличие заключается в том, что в конструкты психологического благополучия не включен эмоциональный компонент. Тем не менее, как отмечает А.Е. Созонтов, при сравнении данных подходов, события, не соответствующие удовольствию, могут способствовать достижению человеком психологического благополучия в связи с осознанием своих жизненных целей, повышением осмысленности жизни, появлением способности к сопереживанию [12]. Различные эмпирические исследования свидетельствуют, что субъективное и психологическое благополучие дополняют и компенсируют друг друга при разной выраженности [26].

Отечественными исследователями традиционно подчеркивается необходимость осмысленности, насыщенности и продуктивности жизни для ощущения человеком благополучия (Б.Г. Ананьев, С.Л. Рубинштейн, А.В. Брушлинский).

С.Л. Рубинштейн считал, что «не погоня за счастьем, как совокупность удовольствий и наслаждений, является целью и смыслом человеческого суще-

ствования, как это утверждает гедонизм и утилитаризм. Основная этическая задача выступает, прежде всего, как основная онтологическая задача: ... борьба за вершину человеческого бытия» [10, с. 346]. Такой точки зрения придерживаются почти все современные отечественные психологи (В.Э. Чудновский, Р.М. Шамионов, П.П. Фесенко и др.). Р.М. Шамионов подчеркивает, что наличие смыслов и наполненность жизни лежат в основе удовлетворенности и благополучия человека [17].

Некоторые ученые создают интегративные модели внутреннего благополучия, во многих из них подчеркивается важная роль эмоций и ощущения счастья наряду с осмысленностью жизни (Д.А. Леонтьев, Р.М. Шамионов, Н.А. Батулин и др.).

В модели Д.А. Леонтьева счастье рассматривается под углом зрения саморегуляции как феномен обратной связи, как переживание слияния желаемого с фактическим [4]. Характеристики целей определяют качественные особенности счастья. Д.А. Леонтьев различает два вида счастья: нормативное или счастье-минимум, достигаемое через удовлетворение базовых потребностей, и эвдемоническое или счастье-максимум, достигаемое через постановку и достижение личностно осмысленных целей, реализацию индивидуальных экзистенциальных проектов. Таким образом, концепцию можно отнести к целевому подходу, связанному с ориентацией на конечную цель. В отличие от зарубежных эвдемонических теорий благополучия, которые не включают эмоциональный компонент, в данной концепции в результате достижения экзистенциальных целей и реализации смыслов человек переживает счастье-максимум.

Еще одно направление исследований благополучия связано с выявлением внутренних факторов его устойчивости. Поиски ответа на вопрос, что же дает человеку возможность выстоять перед лицом тяжелых ситуаций и стрессов, привели к разработке целого ряда концепций, в том числе жизнестойкости. Одни исследователи ищут индивидуальные различия жизнестойкости (resilience) в базовых личностных чертах [15]. Другие в основе устойчивости благополучия видят специфические диспозиции личности. С. Мадди определяет жизнестойкость (hardiness) как паттерн установок и навыков, которые поддерживают экзистенциальную отвагу или «мужество быть». М.Ф. Шейер и Ч.С. Карвер предложили теорию диспозиционного оптимизма, который рассматривается как обобщенное ожидание того, что будущие события окажутся позитивными. Исследования показали, что оптимизм тесно связан с эффективной адаптацией к стрессу, успешным психологическим функционированием, физическим и психическим здоровьем [21]. С данной концепцией сходно представление о позитивном мышлении. М. Аргайл утверждает, что позитивное содержание

размышлений, приписывание благоприятных, а не плохих событий своим личным заслугам — именно такой образ мыслей присущ счастливым людям. Есть еще одна разновидность позитивного мышления — обладание чувством юмора, что позволяет человеку смотреть на жизнь иронически [19].

Ряд исследователей считают, что неспецифическим фактором, лежащим в основе благополучия и его устойчивости, является осознанность (mindfulness) — метакогнитивная способность осознавать свои мысли, эмоции, ощущения и одновременно с этим осознавать свое осознание, как бы занимать наблюдающую позицию по отношению к внутреннему опыту. По данным исследований осознанность связана с жизнестойкостью, оптимизмом и психологическим благополучием [9].

Психологическая зрелость личности и ее критерии

Психологическая наука выдвинула еще один значимый конструкт — психологическая зрелость личности, который все больше привлекает внимание исследователей. Понятие зрелости в общем смысле подразумевает полное, состоявшееся развитие какой-либо системы и выполнение функций на оптимуме возможностей. Применительно к личности характеристика зрелости имеет различные трактовки.

Одна из наиболее полных концепций личностной зрелости принадлежит Г. Олпорту. Он отмечал, что нелегко описать единство и конкретное многообразие абсолютно зрелой личности, т.к. способов развития столько же, сколько развивающихся индивидов. Говоря о личностной зрелости, следует иметь в виду скорее идеального, а не реального человека, т.к. найти все признаки зрелости в одном человеке вряд ли возможно. Г. Олпорт выделяет и раскрывает шесть критериев личностной зрелости: расширенное чувство Я, теплота в отношении к другим, эмоциональная безопасность и принятие себя, реалистическое восприятие, самообъективация — понимание себя и чувство юмора, единая философия жизни [6].

В гуманистической психологии понятие зрелости связывается со стремлением к самоактуализации. К вышеперечисленным характеристикам, исходя из концепций А. Маслоу, К. Роджерса, добавляются: спонтанность, креативность, открытость переживаниям, доверие к себе, нравственная убежденность. В экзистенциально ориентированных подходах тоже фигурирует представление о зрелости. Так, основатель гештальттерапии Ф. Перлз основным критерием личностной зрелости считал автономность, как способность находить опору в самом себе. Э. Фромм важнейшей чертой человеческой личности считал способность любить. В теории межличностных отношений Г. Салливана психологическая зрелость также связывается со зрелостью межлич-

ностных отношений как способностью устанавливать близкие отношения с другими людьми [14].

В отечественной психологии в качестве критериев личностной зрелости рассматриваются субъективные характеристики личности, отражающие ее активность в построении собственного жизненного пути (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, А.Г. Асмолов В.И. Слободчиков, Р.М. Шамионов и др.). Ученые акцентируют внимание на таких качествах, как целеустремленность, способность к самостоятельной организации поведения, независимость, продуктивная рефлексия и других, которые при совокупном рассмотрении свидетельствуют о способности человека к организации жизни по собственному замыслу.

Описывая феномен психологической зрелости, С.К. Нартова-Бочавер [5] выдвигает в качестве основного критерия психологическую суверенность. По содержательному наполнению термин близок к таким понятиям, как устойчивый образ Я и система способов поведения личности, способность принимать решение, опираясь на внутреннюю поддержку, сепарация от других, ответственность и локус контроля.

С акмеологической точки зрения зрелость личности рассматривается преимущественно в аспекте морально-нравственного развития. Это масштабная категория, подразумевающая гуманистическую направленность личности, нормативность поведения и отношений, реализацию общественно значимых целей, толерантность. Совокупность данных характеристик А.Л. Журавлев называет психосоциальной зрелостью человека [2]. Г.С. Сухобская [13] также отмечает важность позитивной направленности по отношению к развитию человечества, достижений цивилизации, созданной культуре, в связи с чем помимо зрелости психического развития человека выделяет и его социальную зрелость. В концепции Л. Колберга понятие зрелости личности также связывается с высоким уровнем морально-нравственного развития.

Представления о личностной зрелости фигурируют также в психологии развития (Э. Эриксон, Дж. Ловингер, Г. Крайг, Е.Е. Сапогова). Здесь делается акцент на преемственности ее формирования и вкладе каждого возрастного этапа в развитии определенных характеристик зрелости. Э. Эриксон рассматривает возможность обретения зрелости только в старости и основной ее характеристикой считает целостность как способность интегрировать достижения всех предыдущих стадий [18]. Дж. Ловингер, продолжая идеи о преемственности развития в течение всей жизни, связывает в своей теории становление эго и когнитивное развитие. Она выделяет семь основных стадий, не имеющих прямой связи с хронологическим возрастом, каждая из которых сложнее предыдущей. Таким образом, психологическая зрелость здесь определяется развитостью эго, что предполагает автономность и независимость личности,

опору на себя, эффективное совладание с внутренними конфликтами, конгруэнтность и целостность, терпимость и уважение в отношениях к другим [3].

Итак, понимание психологической зрелости личности в психологии разнообразно и пока еще недостаточно четко. В связи с этим нами была предпринята попытка выделения универсальных критериев данного феномена с целью его операционализации. Ниже представлены обобщенные критерии психологической зрелости личности, где первые девять критериев характеризуют интраперсональный (индивидуально-психологический) аспект зрелости, а последние два — интерперсональный (социально-психологический) аспект [1].

1. *Ответственность* — ответственность (А.А. Реан, А.Г. Асмолов, Э. Фромм, Э. Эриксон, Р. Кассель), «ответственная свобода» (К. Роджерс), локус контроля (С.К. Нартова-Бочавер).

2. *Осознанность, рефлексивность* — реалистичное восприятие мира (Г. Олпорт), самопонимание (К. Роджерс), осознанность импульсов и сознательный контроль поведения (Н.Е. Харламенкова), способность разводить реальные и идеальные цели (Б.С. Братусь), осознанность своих желаний, возможностей и способностей (К.А. Абульханова-Славская); оценочная рефлексия (Г.С. Сухобская).

3. *Направленность на саморазвитие* — потребность в самоактуализации (А. Маслоу), направленность на саморазвитие, динамичность, открытость изменениям (К. Роджерс, А.А. Реан), личность, находящаяся в процессе становления, роста (К.А. Абульханова-Славская).

4. *Самопринятие и самоуважение* — принятие себя (Г. Олпорт); понимание себя сквозь наложение масок и защит (К. Роджерс), гибкая я-концепция, сближение я-реального и я-идеального (Н.Е. Харламенкова); самоуважение (Р. Кассель).

5. *Автономия* — самостоятельность, опора на себя, самоподдержка (Ф. Перлз); поведение, независимое от непосредственного воздействия обстоятельств (Л.И. Божович); автономность (Дж. Ловингер), психологическая суверенность (С.К. Нартова-Бочавер); самодетерминация как свобода от внешних и внутренних условий (Д.А. Леонтьев); независимость от давления внешних оценок (К. Роджерс).

6. *Жизнестойкость* — сила характера (Б.Г. Ананьев), творческая адаптивность (К. Роджерс), жизнестойкость как способность осуществлять стратегию жизни (Д.А. Леонтьев); фрустрационная толерантность (Г. Олпорт).

7. *Самоуправление и организация жизни* — создание собственной среды развития (Б.Г. Ананьев, Е.Ф. Рыбалко); способность к мобилизации себя на реализацию собственного решения (Г.С. Сухобская); «действующая личность», субъект жизненного пути (А.Г. Асмолов); сознательная саморегуляция в мас-

штабе жизненного пути (К.А. Абульханова-Славская), самоконтроль (Р.М. Шамионов).

8. *Целостность, конгруэнтность* — целостность и конгруэнтность (К. Роджерс), цельность характера (Б.Г. Ананьев), интегрированная идентичность (Н.Е. Харламенкова, Дж. Ловингер), достижение полной самости (К.Г. Юнг), целостность эгоидентичности (Э. Эриксон).

9. *Широта связей с миром* — расширенное чувство Я (Г. Олпорт), полнота характера (Б.Г. Ананьев); широта интересов и связей с миром (Д.А. Леонтьев); проявление творческого начала в разнообразных сферах жизни; открытость опыту (Г. Крайг).

10. *Толерантность, нравственное сознание, гуманистические ценности* — терпимость, демократический склад характера (Г. Олпорт); диспозиционная терпимость (А.А. Реан); гуманистические ценности (Г.С. Сухобская), нравственное сознание (Л. Колберг), толерантность, социальная направленность поведения (А.А. Деркач, А.А. Бодалев, Р.М. Шамионов), степень интериоризации этических ценностей (Н.Е. Харламенкова); реализация общественно значимых целей (А.Л. Журавлев).

11. *Позитивные межличностные отношения* — умение строить межличностные отношения (Г. Салливан, М.Р. Минигалиева, В.Н. Мясичев, Р.В. Овчарова); теплота в отношении к другим (Г. Олпорт); способность любить, заботиться (З. Фрейд, Э. Фромм); интимность как способность к эмоциональному самораскрытию в отношениях (Э. Эриксон), уважение и эмпатийность в отношении к людям (Э. Фромм, К. Роджерс).

Представленные критерии раскрывают состав значимых характеристик психологической зрелости. Вместе с тем помимо содержательной стороны зрелости выделяется еще и ее структурно-динамическая ее сторона, характеризующая личность как целостную и непрерывно развивающуюся, как сложную систему, не сводимую к отдельным свойствам. На это обращает внимание и А.Г. Портнова, отмечая, что зрелость личности как системное образование может быть описана в терминах иерархизированности, соразмерности и гармоничности [7].

Соотношение психологической зрелости и благополучия личности

Представленные выше подходы к пониманию психологической зрелости и благополучия человека демонстрируют их близость в семантическом поле современной психологии. В психологическом наполнении обсуждаемых феноменов содержится ряд общих критериев, таких как самопринятие, осознанность, жизнестойкость, автономность, позитивные отношения, направленность на саморазвитие, осмысленность и целенаправленность жизни. Одной

из причин этого является, на наш взгляд, использование для обоснования данных конструктов взглядов одних и тех же исследователей. В модели основательницы теории психологического благополучия К. Рифф обобщаются идеи А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса, Э. Эриксона, К.Г. Юнга — ученых, чьи идеи лежат и в основе представлений о зрелости личности. Выделенные ею индикаторы психологического благополучия во многом совпадают с выделенными нами параметрами психологической зрелости личности. Теория самодетерминации Э. Деси и Р. Райана также приводится при обосновании обоих конструктов. Очевидно, что схожесть понятий «психологическая зрелость личности» и «психологическое благополучие» объясняется их связью с позитивным функционированием личности.

Тем не менее, анализ проблемы позволяет выделить и область различий рассматриваемых категорий. Одно из главных расхождений состоит в том, что психологическая зрелость личности — это, несомненно, более широкое понятие, непременно включающее характеристику морально-нравственной сферы личности и системы отношений. Зрелая личность обладает социальным потенциалом, способностью приумножать достижения культуры и содействовать развитию общества в целом. Психологическая зрелость характеризует личность с точки зрения всей ее структуры: целостности, гармоничности, соразмерности проявлений различных личностных сфер (эмоциональной-волевой, интеллектуальной, ценностно-смысловой, морально-нравственной). Следует отметить и то, что зрелость является качеством, которое характеризует уровень развития личности с точки зрения «достижения»: зрелость обретается в процессе развития, в результате преодоления жизненных трудностей и кризисов, на что обращал внимание еще Г. Олпорт [6]. Эти же идеи прослеживаются в стадияльных концепциях зрелости [3, 8, 11, 18]. Психологическое благополучие также предполагает наличие жизненных целей и направленность на личностный рост, однако человек, еще не достигший «зрелого» возраста, например, в детско-юношеские периоды, уже может быть охарактеризован с точки зрения благополучия, счастья, удовлетворенности. Характеристики зрелости, напротив, начинают раскрываться лишь с середины жизненного пути, что на сегодняшний день доказано эмпирическими исследованиями [8].

Качества психологической зрелости личности формируются на протяжении всей жизни человека, каждый возрастной период вносит свой вклад в развитие определенных характеристик зрелости в зависимости от решения жизненных задач на данном этапе [8, 18]. В связи с этим психологическая зрелость может использоваться как показатель личностного развития взрослого, являясь одновременно

отражением как процесса, так результата этого развития [8]. Благополучие же характеризует процесс развития как состояние, сопутствующее этому процессу; является интегральной характеристикой, отражающей собственное функционирование.

Важным является и то, что зрелость личности имеет некоторые объективные показатели, тогда как благополучие и счастье предполагают субъективную оценку по определению. Это внутренние состояния, чувства, представления, то, что трудно описать объективно и правильнее назвать субъективным конструктом.

Феноменологически взаимосвязь психологической зрелости и благополучия может быть объяснена посредством процесса возрастного развития. Поскольку на благополучие ребенка сильное влияние оказывают окружающая среда, родительское отношение, сформировавшись, оно может способствовать достижению человеком психологической зрелости во взрослом возрасте. Психологическое благополучие позволяет человеку направлять усилия на реализацию своего потенциала в трудных условиях: концепты жизнестойкости и осознанности как раз и были созданы для того, чтобы выявить за счет чего люди могут преодолевать трудные обстоятельства.

Анализ понятий позволил нам выделить области их сходства и различий. Надеемся, что прояснение соотношения данных феноменов даст возможность сопоставлять результаты отдельных исследований и развивать теоретические представления о зрелости и благополучии человека. На сегодняшний день все же в данной области больше вопросов, чем ответов. Счастлив ли зрелый человек, при каких условиях счастье помогает эффективному функционированию человека, а при каких мешает, — это вопросы, которые могут задавать направления дальнейших исследований в области позитивной психологии и психологии развития.

Список литературы

1. *Дерманова И.Б., Манукян В.Р.* Личностная зрелость: к определению психологического содержания // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Психология. Социология. Педагогика. 2010. Вып. 4. С. 68–73.
2. *Журавлев А.Л.* «Социально-психологическая зрелость»: попытка обосновать понятие // Феномен и категория зрелости в психологии / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. М.: Когито-Центр, 2007. С. 198–220.
3. *Крайг Г.* Психология развития. СПб.: Питер, 2000. 992 с.
4. *Леонтьев Д.А.* Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 1 / под ред.

- Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 56–65.
5. *Нартова-Бочавер С.К.* Психологическая суверенность как критерий личностной зрелости // Феномен и категория зрелости в психологии / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко М.: Когито-Центр, 2007. С. 149–173.
 6. *Олпорт Г.* Становление личности: Избранные труды / пер. с англ. Л.В. Трубицыной, Д.А. Леонтьева; под общ. ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. 462 с.
 7. *Портнова А.Г.* Личностная зрелость: подходы к определению // Сибирский психологический журнал. 2008. № 27. С. 37–41.
 8. *Психологическая зрелость личности* / под общ. ред. Л.А. Головей. СПб.: Скифия-принт: СПбГУ, 2014. 240 с.
 9. *Пуговкина О.Д., Шильникова З.Н.* Концепция mindfulness (осознанность): неспецифический фактор психологического благополучия // Современная зарубежная психология. 2014. Т. 3, № 2. С. 18–28. URL: <http://psyjournals.ru/jmfp/2014/n2/70100.shtml> (дата обращения: 14.07.2015).
 10. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2001. 720 с.
 11. *Сапогова Е.Е.* Психология развития человека. М.: Аспект Пресс, 2005. 460 с.
 12. *Созонтов А.Е.* Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопросы психологии. 2006. № 4. С. 105–114.
 13. *Сухобская Г.С.* Понятие «зрелость социально-психологического развития человека» в контексте андрагогики // Новые знания. 2002. № 4. С. 17–20.
 14. *Фрейджер Р., Фейдмен Дж.* Личность: теории, эксперименты, упражнения: пер. с англ. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. 608 с.
 15. *Чеснокова О.Б.* Диалоги о жизнестойкости, или Истории о Гарри Поттере для психологов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. Т. 1, № 4. С. 142–150.
 16. *Чиксентмихайи М.* Поток. Психология оптимального переживания: пер. с англ. М.: Альпина нон-фикшн, 2013. 464 с.
 17. *Шамионов Р.М.* Психология субъективного благополучия личности. Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2004. 180 с.
 18. *Эриксон Э.Г.* Детство и общество. 2-е изд., перераб. и доп. / пер. с англ. и ред. А.А. Алексеев. СПб.: ИТД «Летний сад». 2000. 416 с.
 19. *Argyle M., Martin M.* The psychological causes of Happiness // Subjective well-being: an interdisciplinary perspective / eds. by F. Strack., M. Argyle, N. Schwarz. N.Y.: Pergamon Press, 1991. P. 77–100.
 20. *Bradburn N.M., Caplovitz D.* Reports on Happiness. Chicago: Aldine, 1965. 195 p.
 21. *Carver C.S., Scheier M.F., Miller C.J., Fulford D.* Optimism // Handbook of Positive Psychology / eds. by C.R. Snyder, S.J. Lopez. Oxford, N.Y.: Oxford University Press, 2009. P. 303–313.
 22. *Diener E.* Subjective well-being // Psychological Bulletin. 1984. Vol. 95. P. 542–575.
 23. *Kahneman D., Deaton A.* High income improves evaluation of life but not emotional well-being // Proceedings of the National Academy of Sciences. 2010. Vol. 107(38). P. 16489–16493. DOI: 10.1073/pnas.1011492107.
 24. *Ryan R.M., Deci E.L.* Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being // American Psychology. 2000. № 55. P. 68–78.
 25. *Ryff C.D., Keyes C.L.M.* The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. № 69. P. 719–727.
 26. *Ryff C.D., Keyes C.L.M., Shmotkin D.* Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions // Journal of Personality and Social Psychology. 2002. Vol. 82. P. 1007–1022.
 27. *Waterman A.S.* Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment // Journal of Personality and Social Psychology. 1993. № 64. P. 678–691.
 28. *Wilson W.R.* Correlates of Avowed Happiness // Psychological Bulletin. 1967. Vol. 67(4). P. 294–306.

Получено 28.01.2016

References

1. Dermanova I.B., Manukyan V.R. [Personal Maturity: to the Definition of Psychological Content]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seria 12. Psikhologia. Sociologia. Pedagogika* [Bulletin of the Saint Petersburg State University Series 12. Psychology. Sociology. Pedagogy]. 2010, no 4, pp. 68–73. (In Russian).
2. Zhuravlev A.L. [«Socio-psychological Maturity»: an Attempt to Justify the Concept]. *Fenomen i kategoriya zrelosti v psikhologii* [Phenomenon and Category of Maturity in Psychology]. Moscow, Kogito-Tsentr Publ., 2007, pp. 198–220. (In Russian).
3. Craig G. *Psikhologiya razvitiya* [Human Development]. Saint Petersburg, Piter Publ., 2000, 992 p. (In Russian).
4. Leont'ev D.A. [Personal in the Personality: Personal Potential as the Basis of Self-determination]. *Uchenye zapiski kafedry obshchei psikhologii MGU im. M.V. Lomonosova. Vyp. 1.* [Scientific notes of the Depart-

- ment of General Psychology of Moscow State University M.V. Lomonosov. Iss. 1]. Moscow, Smysl Publ., 2002, pp. 56–65. (In Russian).
5. Nartova-Bochaver S.K. [Psychological Sovereignty as a Criterion of Personal Maturity]. *Fenomen i kategoriya zrelosti v psikhologii* [Phenomenon and Category of Maturity in Psychology]. Moscow, Kogito-Tsentr Publ., 2007, pp. 149–173. (In Russian).
 6. Olport G. *Stanovlenie lichnosti: Izbrannye trudy* [Becoming the Person: Selected Works]. Moscow, Smysl Publ., 2002. 462 p. (In Russian).
 7. Portnova A.G. [Personal Maturity: Approaches to Defining]. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal* [Siberian Psychological journal]. 2008, no 27, pp. 37–41. (In Russian).
 8. *Psikhologicheskaya zrelost lichnosti* [Psychological Maturity of Personality]. Saint Petersburg, Skifiya-print, Saint Petersburg State University Publ, 2014, 240 p. (In Russian).
 9. Pugovkina O.D., Shil'nikova Z.N. [The concept of mindfulness: nonspecific factor of psychological well-being]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya* [Modern foreign psychology]. 2014, vol. 3, no 2, pp. 18–28. Available at: <http://psyjournals.ru/jmfp/2014/n2/70100.shtml> (accessed 14.07.2015). (In Russian, Abstr. in English).
 10. Rubinshteyn S.L. *Osnovy obschey psikhologii* [Fundamentals of General Psychology]. Saint Petersburg, Piter Publ., 2001, 720 p. (In Russian).
 11. Sapogova E.E. *Psikhologiya razvitiya cheloveka* [Psychology of Human Development]. Moscow, Aspekt Press Publ., 2005. 460 p. (In Russian).
 12. Sozontov A.E. [Hedonistic and Eudaimonic Approaches to Psychological Well-being]. *Voprosy psikhologii* [Questions of Psychology]. 2006, no 4, pp. 105–114. (In Russian).
 13. Sukhobskaya G.S. [The Concept of «Social and Psychological Maturity of Human Development» in the Context of Andragogy]. *Novye znaniya* [New Knowledge]. 2002, no 4, pp. 17–20. (In Russian).
 14. Frager R., Fadiman J. *Lichnost': teorii, eksperimenty, uprazhneniya* [Personality: theories, experiments, exercises]. Saint Petersburg, Praim-EVROZNAK Publ., 2004, 608 p. (In Russian).
 15. Chesnokova O.B. [Dialogues on Resilience, or Stories of Harry Potter for Psychologists]. *Psikhologiya. Zhurnal Vyshei shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of Higher School of Economics]. 2005, vol. 1, no 4, pp. 142–150. (In Russian).
 16. Csikszentmihalyi M. *Potok. Psikhologiya optimal'nogo perezhivaniya* [Flow. The psychology of optimal experience]. Moscow, Al'pina non-fikshn Publ., 2013, 464 p. (In Russian).
 17. Shamionov R.M. *Psikhologiya subektivnogo blagopoluchiya lichnosti* [Psychology of Subjective Well-being of the Personality]. Saratov, Saratov University Publ., 2004, 180 p. (In Russian).
 18. Erikson E.G. *Detstvo i obshchestvo* [Childhood and Society]. Saint Petersburg, ITD «Letnii sad» Publ., 2000, 416 p. (In Russian).
 19. Argyle M., Martin M. The psychological causes of Happiness. *Subjective well-being: an interdisciplinary perspective* / eds. by F. Strack., M. Argule, N. Schwarz. N.Y.: Pergamon Press, 1991, pp. 77–100. (In English).
 20. Bradburn N.M., Caplovitz D. *Reports on Happiness*. Chicago: Aldine, 1965, 195 p. (In English).
 21. Carver C.S., Scheier M.F., Miller C.J., Fulford D. Optimism. *Handbook of Positive Psychology* / eds. by C.R. Snyder, S.J. Lopez. Oxford, N.Y.: Oxford University Press, 2009, pp. 303–313. (In English).
 22. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984, vol. 95, pp. 542–575. (In English).
 23. Kahneman D., Deaton A. High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 2010, vol. 107(38), pp. 16489–16493. DOI: 10.1073/pnas.1011492107. (In English).
 24. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychology*. 2000, no 55, pp. 68–78. (In English).
 25. Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. no 69, pp. 719–727. (In English).
 26. Ryff C.D., Keyes C.L.M., Shmotkin D. Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2002, vol. 82, pp. 1007–1022. (In English).
 27. Waterman A.S. Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1993, no 64, pp. 678–691. (In English).
 28. Wilson W.R. Correlates of Avowed Happiness. *Psychological Bulletin*. 1967, vol. 67(4), pp. 294–306. (In English).

The date of the manuscript receipt 28.01.2016

Об авторах

Манукян Виктория Робертовна

кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии развития
и дифференциальной психологии

Санкт-Петербургский государственный
университет,
199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., 7/9;
e-mail: v.manukjan@spbu.ru

Трошихина Евгения Германовна

кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии развития
и дифференциальной психологии

Санкт-Петербургский государственный
университет,
199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., 7/9;
e-mail: e.troshikhina@gmail.com

About the authors

Manukyan Victoria Robertovna

Ph.D. in Psychology, Associate Professor
of Department of Developmental Psychology
and Differential Psychology

Saint-Petersburg State University,
7/9, Universitetskaya emb., Saint-Petersburg, 199034,
Russia;
e-mail: v.manukjan@spbu.ru

Troshikhina Evgenia Germanovna

Ph.D. in Psychology, Associate Professor
of Department of Developmental Psychology
and Differential Psychology

Saint-Petersburg State University,
7/9, Universitetskaya emb., Saint-Petersburg, 199034,
Russia;
e-mail: e.troshikhina@gmail.com

Просьба ссылаться на эту статью в русскоязычных источниках следующим образом:

Манукян В.Р., Трошихина Е.Г. Современные психологические концепции благополучия и зрелости личности: области сходства и различий // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2016. Вып. 2(26). С. 77–85. doi: 10.17072/2078-7898/2016-2-77-85

Please cite this article in English as:

Manukyan V.R., Troshikhina E.G. Contemporary psychological conceptions of well-being and maturity: identifying similarities and differences // Perm University Herald. Series «Philosophy. Psychology. Sociology». 2016. Iss. 2(26). P. 77–85. doi: 10.17072/2078-7898/2016-2-77-85