

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАДИМА ГЕТЬМАНА**

**Факультету управління персоналу, соціології та психології
Кафедри педагогіки та психології**

Освітньо-професійна програма «Економічна та соціальна психологія»

галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
спеціальність 053 Психологія
спеціалізація Економічна та соціальна психологія

Форма навчання: денна

КВАЛІФІКАЦІЙНА БАКАЛАВРСЬКА РОБОТА

на тему:

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ
СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ОСІБ РІЗНОГО ВІКУ**

Здобувача Вигулярної Анни Олександрівни

підпис

Науковий керівник: старший викладач

Тімакова Анжела Вікторівна

підпис

**Робота допущена до захисту перед екзаменаційною комісією
з атестації здобувачів вищої освіти (ЕК)**

Завідувачка кафедри: _____

(науковий ступінь, учене звання, ПІБ)

(підпис)

Київ 2025

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАДИМА ГЕТЬМАНА**

Факультету управління персоналу, соціології та психології

Кафедри педагогіки та психології

Освітньо-професійна програма «Економічна та соціальна психологія»

галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

спеціальність 053 Психологія

спеціалізація Економічна та соціальна психологія

ПОГОДЖЕНО

Керівник проектної групи (гарант)
освітньо-професійної програми

_____ **Ліна КОЛЕСНІЧЕНКО**

(підпис)

2025р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри
Завідувач кафедри

_____ **Марина АРТЮШИНА**

(підпис) (ініціали, прзвище)

ІНДИВІДУАЛЬНЕ ЗАВДАННЯ

студенту Вигулярній Анні Олександрівні

денної форми навчання

на підготовку кваліфікаційної бакалаврської роботи

**на тему: «Психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб
різного віку»**

Тему затверджено наказом ректора Університету від «___» _____ 2025 р. № _____

Бакалаврська дипломна робота виконується на матеріалах

План бакалаврської дипломної роботи

Розділ 1	Теоретичний аналіз феномену суб'єктивного благополуччя
Розділ 2	Емпіричне дослідження психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку
Об'єкт дослідження:	Суб'єктивне благополуччя особистості
Предмет дослідження:	Психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку
Мета бакалаврської дипломної роботи:	Теоретично та емпірично дослідити психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку

Конкретні завдання, які студент повинен виконати для досягнення поставленої мети:

У розділі 1.	Розкрити сутність поняття суб'єктивного благополуччя в сучасній психології та проаналізувати психологічні особливості суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку.
У розділі 2	Провести емпіричне дослідження щодо виявлення психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку. Проаналізувати та проінтерпритувати отримані результати щодо психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку.

**Завдання підготував
науковий керівник**

(підпис)

А.В.Тімакова

(ініціали, прізвище)

« _____ » _____ 2025р.

Завдання одержав студент

(підпис)

А.О.Вигулярна

(ініціали, прізвище)

« _____ » _____ 2025р.

Реферат

Кваліфікаційна бакалаврська робота містить 77 сторінок, 8 таблиць, 2 рисунка, список використаних джерел з 31 найменувань, додатки.

«Психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку».

Об'єкт дослідження: суб'єктивне благополуччя особистості

Предмет дослідження: психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку

Мета дослідження: теоретично та емпірично дослідити психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку

Для досягнення мети було сформовано низку завдань які цьому сприяють:

1. Розкрити сутність поняття суб'єктивного благополуччя в сучасній психології

2. Проаналізувати психологічні особливості суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку.

3. Провести емпіричне дослідження щодо виявлення психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку.

4. Проаналізувати та проінтерпритувати отримані результати щодо психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку.

Методи дослідження: для розв'язання визначених завдань було використано комплекс теоретичних, емпіричних і статистичних методів, метод бесіди.

— теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, систематизація та узагальнення наукової психологічної та науково-методичної літератури з проблеми дослідження, узагальнення результатів теоретичних і практичних досліджень;

— Емпіричні: психодіагностичні методики: «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі», «Опитувальник світоглядної

пластичності особистості Грузиної К.М.», «Шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса», «Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера».

— Математико-статистичні: кореляційний аналіз за коефіцієнтом лінійної кореляції К. Пірсона та t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок

Ключові слова: психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, щастя, психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя.

В і д г у к
про кваліфікаційну бакалаврську роботу
здобувача факультету Управління персоналом, соціології та психології
освітньо-професійної програми «Економічна та соціальна психологія»
Вигулярній Анні Олександрівні
**на тему: «Психологічні особливості переживання суб'єктивного
благополуччя у осіб різного віку»**

Кваліфікаційна бакалаврська робота Вигулярної А. О. є змістовним і комплексним науковим дослідженням, яке присвячене актуальній темі психологічних особливостей переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку. Особливу наукову й практичну цінність становить вивчення вікових особливостей переживання суб'єктивного благополуччя, адже впродовж життя змінюється механізми оцінки власного стану, потреб і задоволеності життям. Дслідження цих змін дозволяє більш точно формулювати психопрофілактичні та психокорекційні заходи для людей різного віку.

Зміст роботи відповідає обраній темі. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків. Особливої уваги заслуговує проведений теоретичний аналіз зарубіжних та вітчизняних підходів до дослідження феномену суб'єктивного благополуччя.

В ході виконання роботи здобувачка проявила ініціативність та самостійність в організації і проведенні емпіричного дослідження, професійне застосування методів дослідження, що забезпечило аргументованість висновків та відповідність отриманих результатів меті та завданням.

Не зважаючи на високий рівень виконання кваліфікаційної бакалаврської роботи, варто зауважити, що у теоретичній частині роботи психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя не були достатньо глибоко розкриті. Також доцільно було би обґрунтувати вибір теоретичних підходів і розширити аналіз концепцій, які описують взаємозв'язок між віком, психологічними особливостями та рівнем благополуччя.

У цілому кваліфікаційна бакалаврська робота Вигулярної А.О. «Психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку» відповідає існуючим вимогам, що висувуються до кваліфікаційних робіт освітнього ступеня «бакалавр» за напрямом «Психологія», може бути рекомендована до захисту і заслуговує на позитивну оцінку.

Науковий керівник: старший викладач
кафедри педагогіки та психології
ДВНЗ «Київський національний
економічний університет імені Вадима Гетьмана»

Тімакова А. В.

“5” червня 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	2
Розділ 1	5
ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ	5
1.1 Сутність поняття суб'єктивне благополуччя в сучасній психології	5
1.2 Психологічні особливості суб'єктивного благополуччя	13
Розділ 2	24
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ОСІБ РІЗНОГО ВІКУ	24
2.1 Методики та процедура дослідження психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку	24
2.2 Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку	30
ВИСНОВКИ.....	51
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	57
ДОДАТКИ.....	61

ВСТУП

Актуальність дослідження. Психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя є важливим аспектом розуміння внутрішнього стану людини та її здатності адаптуватися до умов життя. Суб'єктивне благополуччя як феномен відображає загальну задоволеність життям, позитивний емоційний фон і гармонію між очікуваннями та реальністю. Актуальність вивчення суб'єктивного благополуччя визначається його впливом на фізичне та психічне здоров'я, а також на соціальні стосунки людини.

Суб'єктивне благополуччя – це відчуття, яке залежить від вікових змін, особистісних цінностей, життєвих подій та характеристик особистості. Особливо важливо вивчати його специфіку в різних вікових групах, це дає можливість розробити дієві рекомендації щодо збереження психічного здоров'я на різних етапах життя.

Зосереджували увагу на дослідженні питань переживання суб'єктивного благополуччя такі науковці: Українські дослідники: Аршава І., Галецька І.І., Пахоль Б.Є., Курова А.В., Гуляс І.А., Д. Носенко; В. Духневич, Є. Князева, Ю. Олександров. Іноземні дослідники: Н. Бредберн, Е. Дінер, М. Селигман, Р. Райан, М. Аргайл, К. Ріфф, які вперше почали досліджувати питання суб'єктивного благополуччя та розробляти теорії та підходи до його розуміння, ось декілька найвідоміших їх робіт: Bradburn, N.M. (1969). The structure of psychological well-being. *Psychological Bulletin*; Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*; Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*.

Водночас суб'єктивне благополуччя особистості вивчено недостатньо, особливо в контексті його переживання в різні вікові періоди. Це явище особливо цікаве як багатокомпонентний феномен, який має значний потенціал для розробки методів, спрямованих на покращення якості життя, попередження психологічного дискомфорту та корекцію дезадаптаційних станів у представників різних вікових груп.

Актуальність дослідження зумовлена тим, що більшість сучасних наукових робіт присвячені суб'єктивному благополуччю молоді, яка перебуває на етапі активного соціального становлення. Водночас недостатньо вивченими залишаються особливості переживання цього явища у старших вікових категорій, які вже мають певний життєвий досвід, а також у дітей, підлітків. Недостатнє дослідження особливостей переживання суб'єктивного благополуччя у різні вікові періоди, а також вивчення факторів, що впливають на його формування, зумовило вибір теми бакалаврської дипломної роботи «Психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку».

Мета дослідження: теоретично та емпірично дослідити психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку

Для досягнення мети було сформовано низку завдань які цьому сприяють:

1. Розкрити сутність поняття суб'єктивного благополуччя в сучасній психології

2. Проаналізувати психологічні особливості суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку.

3. Провести емпіричне дослідження щодо виявлення психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку.

4. Проаналізувати та проінтерпритувати отримані результати щодо психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку.

Об'єкт дослідження: суб'єктивне благополуччя особистості

Предмет дослідження: психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку

Методи дослідження:

- Теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, систематизація та узагальнення наукової психологічної та науково-методичної літератури з проблеми дослідження, узагальнення результатів теоретичних і практичних досліджень;

- Емпіричні: психодіагностичні методики: «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі», «Опитувальник світоглядної пластичності особистості Грузиної К.М.», «Шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса», «Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера».
- Математико-статистичні: кореляційний аналіз за коефіцієнтом лінійної кореляції К. Пірсона та t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок.

Теоретичне значення отриманих результатів полягає у з'ясуванні особливостей суб'єктивного благополуччя у представників різних вікових груп. Це забезпечує краще розуміння зв'язку між віковими змінами та психосоціальними факторами, які впливають на сприйняття та оцінку життя. Дослідження розширює теоретичне розуміння динаміки суб'єктивного благополуччя протягом життя, сприяючи вивченню особистісних та вікових аспектів цього явища.

Практична значущість: Результати дослідження можуть бути використані у психологічному консультуванні та соціально-психологічному супроводі людей різного віку.

Структура роботи: Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків і списку використаних джерел.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

1.1 Сутність поняття суб'єктивне благополуччя в сучасній психології

Для розкриття сутності поняття суб'єктивного благополуччя важливо дослідити історичні передумови його виникнення. Теоретичною базою для розуміння суб'єктивного благополуччя є дослідження американського вченого Н. Бредберна, який у 1965 році ввів у науковий обіг поняття “психологічного благополуччя” і визначив його як суб'єктивне відчуття щастя та загальну задоволеність життям.

Н. Бредбурн розробив модель структури психологічного добробуту, яка передбачає гармонію між постійною взаємодією позитивних і негативних афектів або подій повсякденного життя. Відповідно, співвідношення позитивних і негативних афектів є індикатором психологічного добробуту, відображаючи загальне відчуття задоволеності життям. Якщо рівень позитивного афекту перевищує рівень негативного, людина відчуває щастя та впевненість, що свідчить про високий рівень психологічного благополуччя. Так і в інший бік, якщо рівень негативних переживань вищий, то особа відчуває себе нещасною та незадоволеною. Дослідник зробив висновок про те, що позитивні та негативні афекти не є взаємопов'язаними. Визначивши рівень позитивного афекту, неможливо з'ясувати, яким є рівень негативного афекту, оскільки він може бути вищим, нижчим або ж дорівнювати позитивному афекту. Американський вчений Е. Дінер, спираючись на теорію Н. Бредбурна, висловив своє бачення феномену психологічного благополуччя та ввів термін "суб'єктивне благополуччя". Е.Дінер розглядав поняття «психологічного благополуччя» та «суб'єктивного благополуччя» не як ідентичні, а зазначав, що останнє є складовою частиною першого. Рівень суб'єктивного благополуччя слугує індикатором тривожності

або депресивності особи та відображає ступінь відчуття щастя. Дослідник акцентував увагу на тому, що суб'єктивне благополуччя є відносно стабільною і тривалою конструкцією, а стійкі особистісні риси (як екстраверсія, що характеризується позитивним сприйняттям подій, та нейротизм, що виявляється у негативному сприйнятті подій) визначають позитивну або негативну оцінку життєвих обставин.

Теоретичною проблемою є співвідношення понять суб'єктивного та психологічного благополуччя, яка вирішується через розуміння суб'єктивного благополуччя як елементу психологічного благополуччя (К. Ріфф, Е. Дінер), або через розгляд психологічного благополуччя як складової суб'єктивного (Карсканова С.В, Данильченко Т.В.), або через їх ототожнення чи інтеграцію (Н.Бредбурн та вітчизняні психологи).

Найчастіше поняття суб'єктивне благополуччя та психологічне благополуччя аналізуються як взаємодоповнюючі показники позитивної діяльності людини. Українська дослідниця Каргіна Н. В. провела дослідження, в якому акцентує на необхідності проведення прямої між суб'єктивним і психологічним благополуччям, підкреслюючи їх спільну природу, адже психологічне благополуччя не може існувати без суб'єктивного, і навпаки. Дослідниця також розглядає психологічне благополуччя як цілісне переживання щастя, що супроводжується позитивним емоційним фоном та усвідомленістю існування, в результаті чого особистість досягає задоволення, узгодженості та відповідності всіх рівнів екзистенційних потреб, ґрунтуючись на аналізі психологічних досліджень.

Психологічне благополуччя є: 1) одним із аспектів позитивного функціонування особистості; 2) має суб'єктивний характер, що визначається рівнем задоволеності життям та співвідношенням позитивних і негативних емоцій; 3) залежить від особливостей особистісного розвитку людини та наявності мети в житті; 4) включає когнітивний і емоційний рівні; 5) містить орієнтацію особистості на позитивне функціонування та наслідок цієї орієнтації, що проявляється у відчутті щастя та задоволеності особистим життям.

Взаємозв'язок між цими двома конструкціями визначається таким чином: психологічне благополуччя відображає об'єктивну міру того, наскільки людина за своїми психологічними характеристиками та способами функціонування наближається до оптимального рівня життєздатності, тоді як суб'єктивне благополуччя відображає сприйняття та оцінку цієї міри людиною цієї міри наближення до бажаного.

В своїй дослідницькій роботі ми дотримуємось позиції розмежування понять суб'єктивне благополуччя та психологічне благополуччя. Розмежовуючи ці поняття, враховуємо, що суб'єктивне благополуччя залежить від того, як сама людина оцінює своє життя, в той час як психологічне благополуччя базується на психологічних та соціальних аспектах і може бути об'єктивно вимірюваним і порівнюваним у різних людей.

В сучасній психологічній науці використовують різноманітні поняття та підходи до розуміння суб'єктивного благополуччя, але дана тема була розглянута і у філософському розумінні. Так термін "суб'єктивне благополуччя" іноді ототожнюється з концепцією "щастя". Відповідно до визначення української науковиці І.А. Гуляс, щастя є емоційним станом (емоцією), при якому особа відчуває внутрішнє задоволення умовами свого життя, цілісність і сенс існування, а також реалізацію свого призначення; усвідомлення позитивності контексту власного буття.

Українська дослідниця І.С. Горбаль розглядає суб'єктивне благополуччя як змінну когнітивно-емоційну оцінку особистістю якості свого життя в цілому та в окремих його аспектах, що залежить, з одного боку, від самої особи та її індивідуальних характеристик, а з іншого – від умов її існування. Як підкреслює дослідниця, відсутність негативних переживань і наявність позитивних емоцій, а також уявлення про своє життя, що відповідає ідеалу буття, формують відкриту, динамічну, проте стабільну систему уявлень про себе та своє життя.

Українська дослідниця І.І. Галецька запропонувала власне визначення, а саме суб'єктивне благополуччя – це, по суті, психологічний термін, що позначає поняття "щастя" та "задоволеність життям". Це завжди особистісна оцінка

людьми свого існування. Як зазначає автор, концепція суб'єктивного благополуччя охоплює кілька окремих елементів: задоволеність життям (загальна оцінка власного життя); задоволеність важливими аспектами життя (задоволеність роботою, сім'єю тощо); позитивний ефект (переважання позитивних емоцій та настроїв); а також низький рівень негативного ефекту (зменшення кількості негативних емоцій і настроїв).

Українська дослідниця Курова А.В. має власний погляд на суб'єктивне благополуччя. Вона розглядає його як поняття, що виражає власне ставлення людини до своєї особистості, життя і процесів, які мають важливе значення з точки зору засвоєних нормативних уявлень про зовнішнє і внутрішнє середовище і що характеризується відчуттям задоволеності.[16, с.174].

Таким чином однастайності серед дослідників в цьому питанні не має. Тому ми в своїй роботі будемо спиратись і вважати за робоче таке визначення. Суб'єктивне благополуччя - це когнітивно-емоційна оцінка особою якості власного життя загалом та окремих його сфер, яка формується на основі міри задоволеності потреб, еталонних уявлень, сформованих у процесі соціалізації, та об'єктивних чинників, сприйнятих та інтеріоризованих.

Розглянемо підходи до вивчення суб'єктивного благополуччя виділяють такі: гедоністичний і евдемоністичний підходи, які отримали свою назву завдяки основним концепціям щастя філософів Сократа (евдемонізм) та Арістотеля (еудамонія), що зародився ще в античні часи.

Гедоністичний підхід: Цю концепцію започаткував Норман Бредберн у 60-х роках ХХ століття. Його учень Ед Дінер удосконалив цю ідею в 80-х роках, акцентуючи увагу на дослідженні емоційного благополуччя та задоволеності життям. У рамках даного підходу суб'єктивне благополуччя аналізується через призму задоволеності життям та домінування позитивних емоцій над негативними. Серед послідовників цього напрямку також слід відзначити американських дослідників Деніела Канемана та Річарда Лукаса, які розширили уявлення про гедоністичне благополуччя, включивши до нього когнітивну оцінку задоволеності різними аспектами життя. Важливим внеском цього

підходу стало усвідомлення того, що суб'єктивне благополуччя тісно пов'язане з індивідуальним сприйняттям якості життя та емоційним станом особистості.

Евдемоністичний підхід розроблений у 1989 році американським психологом Керол Ріфф разом з німецьким соціологом Е. Фроммом, вони спираючись на погляди Арістотеля, зазначивши, що оптимальне благополуччя (*vivere bene*) вимагає розмежування між потребами (бажаннями), які суб'єктивно відчуває індивід і задоволення яких призводить до миттєвого задоволення, та потребами, що кореняться в людській природі, реалізація яких сприяє особистісному розвитку та викликає «евдемонію», тобто відчуття благополуччя. Послідовники цього підходу – американські дослідники Річард Раян та Едвард Дісі - розробили теорію самодетермінації, яка розширила розуміння евдемоністичного благополуччя. Ключовою особливістю цього підходу є акцент на реалізації людського потенціалу та досягненні осмисленого життя, а не просто отримання задоволення.

Найвідоміша евдемоністична модель — це шестифакторна модель К. Ріфф (1989), до якої входять позитивна оцінка себе і свого минулого, відчуття постійного зростання і розвитку як особистості, наявність цілей і цілеспрямованість, наявність позитивних стосунків з оточуючими, володіння комунікативними якостями, почуття самодетермінації. К.Ріфф вважає, що не все, що відповідає задоволеності життям, сприяє досягненню психологічного благополуччя, оскільки життєві труднощі, негативний і навіть травматичний досвід можуть, певним чином, стати чинником підвищення психологічного благополуччя людини через аналіз своїх минулих дій, розуміння життєвих цілей, побудова гармонійних стосунків та змога співпереживати.

На значну різницю між «евдемонічним» і «гедоністичним» підходами, яка безпідставно залишається поза увагою, вказує український дослідник О. Верник: ця різниця стосується суб'єкта оцінювання. Евдемонічний підхід передбачає зовнішню оцінку благополуччя особистості – дослідник, що аналізує умовного клієнта (пацієнта), має зробити висновок про його психологічне благополуччя,

тоді як гедоністичний підхід передбачає суб'єктивну оцінку благополуччя самою особою.

Суб'єктивне благополуччя має свою структуру. Виходячи з праць Е. Дінера, суб'єктивне благополуччя має трикомпонентний склад: задоволення, приємні емоції та неприємні емоції. Усі ці компоненти формують єдиний показник суб'єктивного благополуччя. Автор зазначає, що тут йдеться про когнітивну та емоційну сторони самоприйняття. Під когнітивною стороною розуміється інтелектуальна оцінка задоволеності різним і сфери свого життя, а під емоційною стороною наявність поганого чи гарного настрою. На думку Е.Дінера, всі люди якимось чином оцінюють те, що сталося з ними, з позиції добре чи погано, кожне з яких має те чи інше емоційне забарвлення. Суб'єктивне благополуччя виступає демонстрацією переважання щастя в однієї людини над іншою. У зв'язку з вищесказаним можна сказати, що людина має певний рівень суб'єктивного благополуччя залежно від цього відчуває він задоволення життя чи ні від кількості пережитих їм позитивних чи негативних емоцій чи почуттів.

Українська дослідниця Курова А. В. дещо доповнює підхід Е. Дінера, виокремлюючи три основні складові суб'єктивного благополуччя: когнітивну (уявлення про різні аспекти власного життя та їх рефлексія), емоційну (відношення до цих аспектів, що проявляється у вигляді домінуючого емоційного фону) та мотиваційно-поведінкову складову. Крім того, до змісту благополуччя автори включають ефективність поведінки, результати діяльності, а також задоволеність спілкуванням і взаємодією з іншими людьми.

— Когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя втілюється через створення суб'єктом цілісної картини світу, його розуміння та оцінку актуальної ситуації.

— Емоційний компонент суб'єктивного благополуччя – це переживання й реакції, які відображають наявні обставини життя індивіда. Вони зумовлені успішним (або неуспішним) функціонуванням всіх життєвих сфер людини. Дисгармонія у будь-якій з цих сфер викликає одночасно і емоційний дискомфорт, що знижує якість існування суб'єкта.

— Мотиваційно-поведінковий компонент відображає наявність мети існування людини і її спроби контролю над життям [27, с. 35]

Важливо вказати і на ознаки суб'єктивного благополуччя, які визначає українська дослідниця Курова А. В. Вона підкреслює, що ставлення особи до свого життя, його гострих суперечностей та змін впливає на рівень задоволеності людини, як моральної, так і емоційної, своїм існуванням. Вона виокремлює такі ознаки суб'єктивного благополуччя особистості:

1) суб'єктивність (суб'єктивне благополуччя існує у середині індивідуального досвіду);

2) позитивність виміру (суб'єктивне благополуччя –не просто відсутність негативних чинників, що характерно для більшості визначень психічного здоров'я; потрібна наявність певних позитивних показників);

3) глобальність виміру (суб'єктивне благополуччя зазвичай включає глобальну оцінку усіх аспектів життя особистості в період від декількох тижнів до десятків років)[27, с. 39]

Українські дослідниці Отич Д. та Чабан І. вказали на фактори, що впливають на суб'єктивне благополуччя та класифікували їх як зовнішні та внутрішні. До зовнішніх чинників відносяться середовище проживання, наявність ресурсів, умови соціалізації, рівень задоволення основних потреб, а також можливості для реалізації вторинних потреб, таких як самореалізація, пошук сенсу життя, духовні аспекти тощо. Внутрішні чинники включають цінності, життєві орієнтації та світогляд особи, установки, поведінкові стратегії, внутрішню гармонію та духовну рівновагу, а також інші психологічні компоненти. Деякі з цих чинників можуть бути генетично обумовленими, наприклад, вроджений темперамент індивіда.

У дослідженні суб'єктивного благополуччя особистості важливу роль відіграє відповідність актуальних (або тих, що актуалізуються) потреб суб'єктивним можливостям їх задоволення вказує Курова А.В. Вважається, що рівень благополуччя корелює із задоволенням потреб різного рівня:

1) вітальним (біологічним) потребам;

2) соціальним потребам у вузькому і власному смислі слова (оскільки соціально опосередковані усі спонуки людини), які включають прагнення належати до соціальної групи (спільності) і займати в цій групі певне місце, користуватися прихильністю і увагою оточуючих, бути об'єктом їх пошани та любові;

3) ідеальним потребам пізнання навколишнього світу і свого місця в ньому як шляхом привласнення вже наявних культурних цінностей, так і шляхом відкриття абсолютно нового, невідомого попереднім поколінням. [27, с.40]

В концепції американського вченого А. Маслоу акцентується, що рівень самоактуалізації особистості корелює з ієрархічною структурою потреб. У її основі розташовуються біологічні потреби, далі йдуть психофізіологічні, соціальні, вищі, а на найвищому рівні знаходяться так звані «мета-потреби». Важливо для розуміння суб'єктивного благополуччя те, що в теорії А. Маслоу акцентується на «перехідності» від однієї потреби до іншої як наслідок задоволення попередньої.

Українська дослідниця О.Ю. Чеботарьова представила класифікацію суб'єктивного благополуччя, яка оцінює показники задоволення життям, адаптації до обставин, ціннісні орієнтації, мотивацію, життєстійкість та захисні механізми. Внаслідок цього автором виокремлено чотири типи суб'єктивного благополуччя, кожен з яких пов'язаний із певними особистісними факторами:

- ворожий тип – невпевнені у своїй здатності досягати цілей, орієнтовані переважно на життєзабезпечення, скаржаться на психосоматичні симптоми і загальний стан здоров'я, рідко використовують захисні механізми;

- пасивно-агресивний – залежність, пасивність і ворожість у соціальних контактах, досить висока емоційна стійкість, високий рівень креативності, спрямованість на комфорт і насолоду;

- соціально-активний – оптимізм та інтерес до життя, перевага типово чоловічих видів діяльності, активне використання захисних

механізмів, особливо витіснення і заміщення, спрямованість на комфорт і соціальний статус, близькі стосунки і кохання;

- комформний – високий рівень прийняття ризику, психічної напруги, низький рівень креативності, використовують раціоналізацію як захисний механізм, емоційно закриті. [28, с.112]

Таким чином, суб'єктивне благополуччя яке виділилось як складова психологічного благополуччя є предметом для наукової дискусії, раніше воно розглядалось лише як складова психологічного благополуччя, але в сучасній психології існує тенденція розмежовувати ці поняття, тому ми, також, дотримуємось цієї позиції. За робоче визначення взяли таке, суб'єктивне благополуччя - поняття, що виражає власне ставлення людини до своєї особистості, життя і процесів, які мають важливе значення з точки зору засвоєних нормативних уявлень про зовнішнє і внутрішнє середовище і що характеризується відчуттям задоволеності.[31, с.174]. це когнітивно-емоційна оцінка особою якості власного життя загалом та окремих його сфер, яка формується на основі міри задоволеності потреб, еталонних уявлень, сформованих у процесі соціалізації, та об'єктивних чинників, сприйнятих та інтеріоризованих. Підходів до розуміння цього поняття існує два гедоністичний та евдемоністичний підхід. Виходячи з праць Е. Дінера, суб'єктивне благополуччя має свою структуру, трикомпонентний склад: задоволення, приємні емоції та неприємні емоції. Ознаками суб'єктивного благополуччя особистості за Куровою А.В. є: суб'єктивність, позитивність виміру, глобальність виміру. Отич Д. та Чабан І. вказали на фактори які класифікуються на зовнішні та внутрішні. Класифікацію суб'єктивного благополуччя представила О.Ю. Чеботарьова: ворожий тип, пасивно-агресивний, соціально-активний, комформний.

1.2 Психологічні особливості суб'єктивного благополуччя

Дослідження в галузі психології суб'єктивного благополуччя вивчає вплив різноманітних чинників та особливостей які впливають на переживання суб'єктивного благополуччя або ж неблагополуччя, так класифікацію факторів що впливають на рівень суб'єктивного благополуччя виділяє український науковець Б.Є. Пахоль. Він здійснив ґрунтовну і широку класифікацію факторів, тож виділив такі фактори: природні; фізичні; духовні; екзистенційні; життєві перспективи особистості; усвідомленість життя; соціально-демографічні; соціальне порівняння; матеріальні; економічні; культурні; домінуючі емоції; особистісні. [27, с. 35]

З метою дослідження психологічних особливостей переживання суб'єктивного благополуччя особами різного віку нами було зроблено аналіз сучасних досліджень і ось, що важливо зазначити.

Дослідження психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя дітей не є актуальним серед науковців, адже як зазначає український дослідник Швалб Ю. М., виявилось, що для дітей до 9–10-ти річного віку благополуччя як особистісний стан, чи якість життя взагалі не усвідомлюється, тобто всі прямі питання, зокрема провідні ознаки благополуччя, викликають у дітей нерозуміння. Диференціювання особистісних станів, а також опис власного життя, відбувається за ознакою «добре – погано» з незначними варіаціями. [30, с.165]

Також науковець зазначає, що у ранньому підлітковому віці виникають перші прояви усвідомлення благополуччя, однак, в основному через відчуття комфорту. Важливо зазначити, що це відчуття комфорту досить чітко пов'язане з фізичними ознаками і проявляється у здатності дитини налаштувати елементи навколишнього середовища відповідно до свого психофізичного стану. У середньому та старшому підлітковому віці ця здатність виділяється як психологічна потреба в створенні власного життєвого простору. У цей період виникає ще одна ознака добробуту – усвідомлення власних психологічних станів, яке є елементом «душевного» комфорту. Відчуття власних психологічних станів стає основою для формування міжособистісних стосунків, але таке

усвідомлення ще не набуває необхідної рефлексії і сприймається як природний стан, що не потребує цілеспрямованої корекції, підтримки чи розвитку. Фактично, до завершення шкільного періоду життя у дітей не формується достатньо розгорнутого уявлення про добробут, хоча виникають часткові відповідні психологічні конструкції. Також слід зазначити, що в цей період життя у дітей складаються досить чіткі та розгорнуті уявлення про добробут і успішність, які пов'язані з суб'єктивним благополуччям, але, все ж, не є його повним відображенням.

Американські дослідники Р. Гілман і С. Хюбнер розробили низку методик для визначення рівня суб'єктивного благополуччя серед школярів. Серед найбільш надійних підходів до вивчення дитячого та підліткового суб'єктивного благополуччя є аналіз взаємозв'язків позитивної самооцінки та самоефективності з відчуттям високого рівня загального задоволення від життя. Такі американські дослідники Ш. Салдо та Е. Шейфер виявили, що підлітки, які демонструють зв'язок між високою емоційною регуляцією, соціальними та академічними здібностями, також відчувають підвищений рівень суб'єктивного благополуччя.

У проведеному лонгітюдному дослідженні серед китайських підлітків та дітей «Life satisfaction, self-concept, and family relations in Chinese adolescents and children» було встановлено, що самооцінка власної компетентності з основних предметів тісно пов'язана з їхньою поточною задоволеністю життям і є показником загальної задоволеності життям через сім місяців і більше. Окрім того, у дослідженні китайських науковців «The Relationship between Self-Concept and Mental Health among Chinese College Students: The Mediating Effect of Social Adjusting» було виявлено, що підлітки з внутрішнім локусом контролю демонструють вищий рівень психологічного благополуччя порівняно з тими, у кого зовнішній локус контролю.

Науковці Ю.С. Хюбнер і Б. Рігбі визначили особистісні риси, які мають статистичний зв'язок з суб'єктивним благополуччям, такі як екстраверсія, оптимістичний стиль атрибуції та емоційна стійкість. Дослідники Ш. Салдо і Е.

Шейффер експериментально довели, що учні середньої школи з найвищими оцінками суб'єктивного благополуччя демонструють високу академічну успішність та результати в тестуванні рівня академічних досягнень.

На відчуття благополуччя серед школярів також впливає якість підтримки оточення, дружні взаємини, відносини з викладачами та батьками.

Фінські психологи К. Ярон і П. Онстедт-Курки виділили такі соціальнопсихологічні чинники особистісного благополуччя школярів:

- безпека і комфортність домашнього середовища;
- атмосфера безумовної любові, що характеризується сімейними радіощами, близькістю і гармонією стосунків в сім'ї;
- відкритість і довірливість між-особистісних взаємин;
- батьківський контроль і безпосередня участь у житті дітей або підлітків; відчуття значущості в сім'ї;
- сімейна підтримка соціальних взаємин дітей за межами сім'ї. [29, с.153]

Американські дослідники Едвардс Л. М. та Лопес С. Дж. встановили, що діти які вирости в повній сім'ї мають вищі шанси на відчуття задоволення від життя у порівнянні з тими, хто живе з одним з батьків або взагалі без них. Проте, на думку науковців, сприйняття батьків як доброзичливих, підтримуючих та сприяючих психологічній автономії дітей є одним з найзначніших факторів, що впливають на задоволеність життям дітей, незалежно від сімейної структури.

Українська дослідниця Езерська Н. у результаті дослідження серед обдарованих дітей школи-інтернату встановила кореляційний зв'язок адаптованості, самоактуалізації особистості та тривожності між суб'єктивним благополуччям підлітків, і пояснила це так менш тривожні і більш адаптовані учні є більш суб'єктивно благополучними [9,с.142] Це свідчить про те, що підліток має потребу в відчутті спокою та впевності у своєму оточенні, а також у вмінні швидко адаптуватися до нових умов і ситуацій. Не менш важливим є успішне включення в колектив та розвиток навичок подолання стресових ситуацій. Важливу роль у цьому процесі відіграє отримання відповідної емоційної підтримки від оточуючих. Усі ці аспекти разом формують необхідні

умови для кращої самореалізації та загального відчуття задоволеності життям у підлітковий період.

Українська дослідниця Шемне А.В. визначила що протягом підлітково-юнацького віку показники суб'єктивного благополуччя поступово знижуються. Найбільш різке зниження відбувається на протягом переходу від підліткового юнацького віку. [29, с.11] До зниження рівня суб'єктивного благополуччя можуть призводити такі причини, об'єктивні закономірності процесу дорослішання, зокрема зростання критичності та реалістичності в оцінках власного життя та оточуючих, розчарування у стосунках, місці в системі соціальних зв'язків, а також необхідність вирішення реальних проблем. Значну роль у зниженні суб'єктивного благополуччя відіграє нормативна вікова криза. Спираючись на результати дослідницької роботи Шемне А.В., збереження високого рівня суб'єктивного благополуччя є запорукою безкризового, еволюційного переходу від дитинства до дорослості, тоді як наявність кризових проявів тісно пов'язана з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя. Таким чином, суб'єктивне благополуччя є важливою умовою конструктивного дорослішання.

Не менш важливим для дослідження постає період пізньої юності та дорослості, адже саме в ці період людина розпочинає та закінчує професійне навчання, влаштовується на роботу та встановлює нові міжособистісні зв'язки, закохується і створює сім'ю, будує кар'єру та самореалізовується. Тому важливо розуміти психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у період пізньої юності та дорослості, коли людина стикається з численними життєвими викликами та змінами. Ми розглядаємо ці періоди як близькі адже статистично значимої різниці в переживанні суб'єктивного благополуччя осіб вікових категорій пізньої юності та дорослих не виявили у своєму дослідженні 2023 року.

Переживання суб'єктивного благополуччя проявляється переважно в дорослому віці і пов'язаний із соціальними зв'язками особи. Відчуття благополуччя слугує інструментом для оцінки якості соціальних об'єктів і

ситуацій, з якими індивід себе ідентифікує. Це можуть бути сім'я, діти, громада, суспільство, бізнес або робочі умови. Концепт благополуччя ще не повністю усвідомлений, тому критерії оцінки діють інтуїтивно, що призводить до механічного перенесення відчуття благополуччя на себе: якщо в особи благополучна родина та успішна робота, вона вважає себе благополучною.

Наукові праці української дослідниці О. Бородкіної свідчать про те, що особи з високим рівнем суб'єктивного благополуччя характеризуються активною участю в подіях, впевненістю у стабільності світу, переконанням у здатності контролювати власний життєвий шлях та сприйняттям життя як процесу набуття досвіду. Результати проведеного дослідження вказують на те, що суб'єктивне благополуччя тісно пов'язане з життєстійкістю: чим вищий рівень життєстійкості особистості, тим вищий її суб'єктивний добробут, що, в свою чергу, впливає на якість життя.

У результаті дослідження суб'єктивного благополуччя дорослих осіб українські дослідниці Д. Отич та Д. Чабан виявили, що це переживання більше пов'язане з особистими емоційним фоном та проявляється в поведінці, ніж базується на об'єктивному раціональному аналізі реального стану справ. Дослідниці впевнені, що на рівень сприйняття власного суб'єктивного благополуччя дорослих можуть впливати зовнішні та внутрішні чинники. Було встановлено, що важливу роль у переживанні благополуччя суб'єктом відіграють особистісні характеристики, зокрема самооцінка, стратегії подолання труднощів та толерантність до невизначеності. Отримані результати корелюють з даними інших практиків, які до особистісних характеристик також включають лідерські якості.

Проаналізовано особистісні фактори, Д. Отич та Д. Чабан. Серед чинників які впливають на відчуття суб'єктивного благополуччя особистості важливу роль відіграє самооцінка, толерантність до невизначеності, копінг-стратегії вирішення завдань, що постають перед особою.

Українські дослідниці Швалб Ю. М. та Тищенко Л. В. визначили, що для молоді віком 23-35 років, з вищою освітою, життєве благополуччя зводиться до

успіху чи задоволення, але при тому рідко обговорюється загалом. Молоді жінки 15% шукають стабільності, часто в контексті сімейного благополуччя або професійної стабільності. У віковій групі 36-50 років ситуація інша яка безпосередньо впливає на переживання благополуччя: зміни сприймаються як труднощі, а 75% людей прагнуть зберегти стабільний спосіб життя, навіть з негативними аспектами. Для них зміни асоціюються з загрозою благополуччю, а їхні прогнози на майбутнє є переважно песимістичними. Проте основною причиною опору змінам є бажання зберегти досягнуте суб'єктивне благополуччя.

Важливим аспектом для всебічного аналізу є період старості, оскільки на цьому етапі життя індивід стикається з численними труднощами, які суттєво впливають на його суб'єктивне відчуття благополуччя. Вихід на пенсію супроводжується не лише зміною фінансового стану, але й трансформацією соціальної ролі, що може призвести до відчуття ізоляваності та втрати ідентичності. Крім того, погіршення здоров'я, яке часто супроводжує цей період, може обмежувати фізичну активність та самостійність, що також негативно впливає на психологічний стан. Втрата близьких, яка є невід'ємною частиною старіння, може викликати глибоку емоційну травму та зменшення соціальних контактів, що, в свою чергу, ще більше звужує коло спілкування та підтримки.

Різні соціальні умови пенсіонерів за віком визначаються низкою соціально-демографічних показників, що дають змогу говорити про різницю в ступені адаптації до нових життєвих умов та специфіці допомоги, яка може бути їм необхідна.

Українська дослідниця Горбаль І. С. акцентує увагу на важливих факторах що впливають на переживання суб'єктивного благополуччя у пенсіонерів :

- Матеріальне становище пенсіонерів залежить від розміру пенсії та додаткових джерел доходу. Реформа пенсійного забезпечення в Україні є необхідною через значну частку пенсіонерів, які живуть за межею бідності, що впливає на їхнє суб'єктивне благополуччя.

- Сімейне положення також відіграє важливу роль: підтримка від партнера може покращити якість життя, тоді як усамітнене життя часто супроводжується негативними переживаннями.
- Стан здоров'я пенсіонерів варіюється, що впливає на їхню здатність до самообслуговування та соціальної активності. З віком спостерігається зниження фізичної активності, збільшення хронічних захворювань та ускладнення когнітивних функцій, що вимагає уваги до їхнього добробуту.

Згідно з дослідженням українського дослідника Ю. Б. Дубовика, у літньому віці відбуваються значні зміни в структурі комунікації. З одного боку, коло спілкування звужується, з іншого – змінюється його характер. Однією з основних проблем, з якими стикаються люди похилого віку, є виникнення певної соціальної ізоляції, зменшення зв'язків, що пов'язані з виходом на пенсію, відокремленням дітей, а також, з остаточним уходом з життя друзів і близьких. У зв'язку з цим виникає постійне відчуття покинутості, марності та непотрібності власного існування та вимушеної самотності. На цьому етапі частково вичерпуються певні життєві сенси, і виникає потреба в пошуку нових.

Дослідниці Зуєва А.О. та Гудінова І. Л. провели дослідження на вибірці пенсійного і передпенсійного віку та отримали такі результати. Психологічна готовність респондентів до вікових змін через такі показники як «когнітивний рівень готовності до вікових змін» і «загальний показник готовності до вікових змін» впливають на суб'єктивне відчуття благополуччя, а саме на оцінку себе і власного життя. Це означає, що чим більше людина усвідомлює вікові зміни, що відбуваються з нею (або які можуть трапитися в майбутньому), тим легше вона приймає себе зі своїми недоліками та перевагами. Спостерігається позитивне сприйняття всіх аспектів власної особистості, зокрема здатності налагоджувати та підтримувати стосунки з іншими; впевненість у собі та власних можливостях, висока самооцінка, почуття компетентності у вирішенні повсякденних завдань. Високий рівень загальної готовності до вікових змін, проявляється в чіткому усвідомленні та розумінні природності, а іноді і неминучості фізичних проявів

старіння (зміни зовнішності, зниження гостроти зору та слуху, загострення різних хвороб), змін у соціальному статусі та ставленні з боку оточуючих, загострення окремих особистісних рис, якісних трансформацій у пізнавальній сфері, а також відходу від професійної діяльності. Така особа готова до спокійного та толерантного сприйняття майбутніх змін, пов'язаних з віком, без різких переживань і негативних емоційних реакцій. Вона активно займається пошуком стратегій адаптації до різноманітних вікових змін сучасності та планує своє життя в умовах майбутніх трансформацій. Подібні люди мають позитивне ставлення до світу, до себе та до інших, відзначаються самоприйняттям і оптимістичним поглядом на майбутнє.

Результати дослідження українських науковців Зуєвої А.О. та Гудінової І. Л. свідчать, що професійний компонент готовності до вікових змін тісно пов'язаний зі шкалою благополуччя. Зокрема, високі показники за цим компонентом, який включає здатність адаптуватися до професійних змін, таких як конкуренція з молоддю, опанування нових технологій, прийняття ролі наставника чи завершення кар'єри, корелюють із більш розвиненою відкритістю до досвіду, емоційною щирістю та здатністю формувати цілісне бачення життя. Усе це позитивно впливає на загальний рівень суб'єктивного благополуччя.

Аналіз літератури вказує на контрастні дані щодо змін культурних норм і соціальних трансформацій у сучасних суспільствах. З одного боку, спостерігається збільшення дистанції між поколіннями, що веде до знецінення внеску літніх людей. З іншого боку, існує активна взаємодія між літніми людьми та молодшими поколіннями. Важливою є не лише наявність потенціалу для взаємодії, але й відчуття суб'єктивного благополуччя літніх людей через прояви вдячності та поваги до їхнього внеску. Дослідження Швалб Ю. М. Та Тищенко Л. В., наукової літератури підтверджують, що генеративність корелює з відчуттям сенсу життя та психологічним благополуччям, стаючи частиною ціннісної сфери особистості, що прагне до самореалізації через допомогу іншим.

В своєму дослідженні ми будемо виявляти зв'язок світоглядної пластичності, самоефективності у діяльності та у спілкуванні, рівню

суб'єктивного контролю, між суб'єктивним благополуччям в вікових групах, дорослі (20-40) та літні люди (60-80).

Світоглядна пластичність відображає здатність людини адаптувати свої переконання, цінності та уявлення під впливом нового досвіду, складних життєвих ситуацій або змін у соціальному середовищі. Це дозволяє легше пристосовуватися до нових умов, переосмислювати попередній досвід і зберігати внутрішню стійкість у періоди трансформацій. Натомість, ригідність світогляду може проявлятися у фіксованості мислення, небажанні приймати інші точки зору або переглядати власні переконання, що у свою чергу ускладнює адаптацію та може знижувати загальний рівень суб'єктивного благополуччя. У сучасних умовах швидких соціальних і культурних змін здатність до світоглядної пластичності стає особливо важливою. Зважаючи на те, що внаслідок вікових фізіологічних та когнітивних змін літні люди можуть менш гнучко реагувати на життєві виклики, дослідження зв'язку між світоглядною пластичністю та рівнем суб'єктивного благополуччя у різних вікових групах є надзвичайно актуальним.

Самоефективність у діяльності та спілкуванні представляє собою впевненість людини у власній здатності успішно виконувати конкретні завдання та будувати ефективну комунікацію. У контексті діяльності це виявляється через віру у сприйнятті досягнення поставлених цілей, долати перешкоди та вирішувати проблеми, тоді як у спілкуванні - це впевненість у здатності встановлювати та підтримувати соціальні контакти, ефективно взаємодіяти з іншими людьми. Припускаємо, що з віком змінюється відчуття власної самоефективності як і в діяльності так і в спілкуванні, це може бути пов'язане з переживанням фізіологічних, матеріальних та сімейних змін. Тому важливо емпірично дослідити ці особливості між переживанням суб'єктивного благополуччя у осіб дорослого віку та літнього віку.

Суб'єктивний контроль показує базове переконання людини про те, хто чи що контролює події в її житті – сама людина (інтернальний тип) чи зовнішні фактори та особливості (екстернальний тип). Такі переконання часто впливають

на здатність справлятися з викликами та загальне відчуття задоволеності життям у дорослому та літньому віці, де особи з внутрішнім локусом контролюють мають імовірно вищу здатність адаптуватися до вікових змін.

Отже, суб'єктивне благополуччя має різну специфіку прояви та чинники впливу залежно від вікового періоду особистості. У дітей до 9-10 років як особистісний стан взагалі не усвідомлюється, а в підлітковому віці воно починає формуватися через відчуття комфорту та усвідомлення власних психологічних станів. При цьому, в період переходу від підліткового до юнацького віку були тенденції до зниження показників суб'єктивного благополуччя.

У період пізньої юності та дорослості суб'єктивне благополуччя тісно пов'язане із соціальними зв'язками, професійною реалізацією та особистісними характеристиками індивіда. Важливими факторами є самооцінка, толерантність до невизначеності та копінг-стратегії. Швалб Ю. М. та Тищенко Л. В. визначили, що для молоді віком 23-35 років, з вищою освітою, життєве благополуччя зводиться до успіху чи задоволення, але при тому рідко обговорюється загалом.

У літньому віці на переживання суб'єктивного благополуччя суттєво впливають такі фактори, як матеріальне становище, сімейне становище та стан здоров'я. Важливу роль відіграє психологічна готовність до вікових змін, яка включає когнітивний та професійний компоненти. Дослідження показують, що чим вищий рівень усвідомлення та прийняття вікових змін, тим позитивніше людина сприймає себе та своє життя, що впливає на рівень суб'єктивного благополуччя.

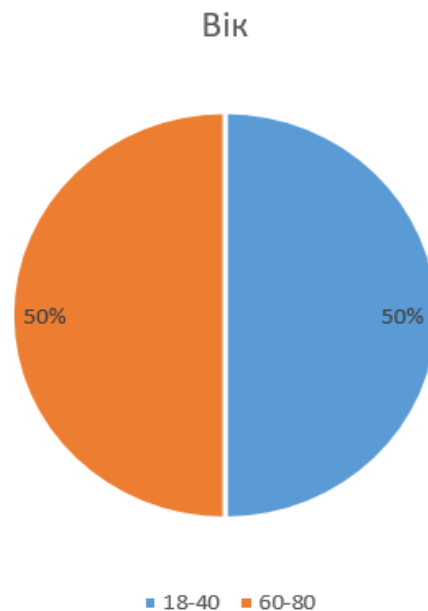
РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ОСІБ РІЗНОГО ВІКУ

2.1 Методики та процедура дослідження психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку

Предметом емпіричного дослідження є психологічні особливості суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку. З метою їх виявлення нами було проведено онлайн-опитування в Google Формам. Емпіричну вибірку склали 60 осіб, з них 50 % (30 людей) дорослих та 50% (30 людей) похилого віку(див.Рис. 2.1.). У групі 18-40 років 26,7%(8 осіб) чоловіків та 73,3%(22 особи) жінок, у у групі 60-80 років 13,3% (4 особи) чоловіки та 86,7% (26 осіб) жінки(див. Рис.2.2.).

Рис.2.1. Відсотковий розподіл вибірки за віком



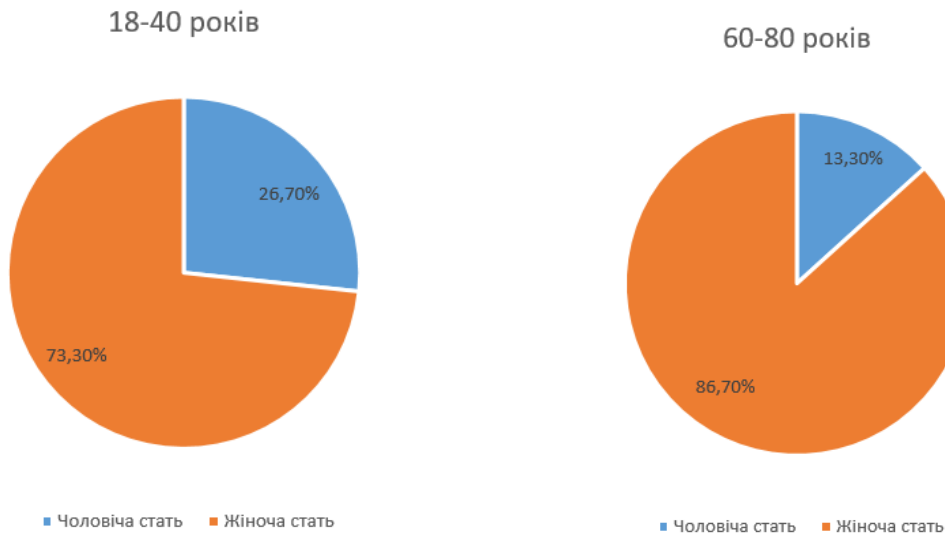


Рис.2.2. Відсотковий розподіл вибірки за статтю у групах

Для досягнення наукової мети застосований комплекс таких методик та методів:

Методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» — з метою визначення рівня суб'єктивного благополуччя осіб різних вікових груп; «Опитувальник світоглядної пластичності особистості» Грузиної К.М. — з метою визначення світоглядної пластичності осіб різних вікових груп; «Шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса», — з метою визначення самоефективності у діяльності та спілкування осіб різних вікових груп; «Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера». — з метою визначення рівню суб'єктивного контролю у осіб різних вікових груп. Математико-статистичні методи: коефіцієнт лінійної кореляції К. Пірсона з метою визначення зв'язку між досліджуваними психологічними особливостями та t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок з метою визначення статистично значимої різниці між вибірками.

Методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» спрямована на кількісне визначення рівня суб'єктивного благополуччя, що дозволяє оцінити загальне задоволення людиною власним життям та емоційним станом. Адаптацію під українську вибірку здійснили Людмила

Карамушка, Кіра Терещенко, Оксана Креденцер. Опитувальник складається з 24 питань за наступними 5 варіантами відповідей «Зовсім ні», «Трохи», «Середньо», «Дуже сильно», «Надзвичайно сильно» та 4 шкалами «Психологічне благополуччя» (вміння контролювати своє життя, впевненість у своїх особистих думках і переконаннях, проявляти оптимізм до майбутнього, розвиватися і рости як особистість), «Фізичне здоров'я та благополуччя» (задоволеність якістю сну та фізичним здоров'ям, можливістю працювати та здійснювати свою життєву активність, можливість відпочивати і займатись спортом, відсутність тривоги.), «Стосунки» (комфорт у спілкування та ставленні до інших людей, мати щасливі дружні й особисті відносини, здатність звернутись до людей за допомогою, задоволеність своїм сексуальним життям.), «Суб'єктивне благополуччя» (загальний інтегрований показник життєвої задоволеності). Текст опитувальника подано у додатку А.

«Опитувальник світоглядної пластичності особистості» Грузиної К.М. призначений для визначення світоглядної пластичності особистості, що дає можливість виміряти здатність людини змінювати свої погляди й переконання у відповідь на новий життєвий досвід. Даний опитувальник розроблений Грузиною К.М. та складається з 32 питань з 4 варіантами відповіді «Безумовно ні», «Швидше ні, ніж так», «Швидше так, ніж ні», «Безумовно так» також має 5 шкал, «Світоглядна пластичність» (гнучкість мислення), «Світоглядна критичність» (здатність до оцінки та аналізу), «Світоглядний ідеалізм» (віра в позитивні ідеї та перспективу), «Світоглядний песимізм» (тенденція до негативної оцінки майбутнього), «Світоглядна принциповість» (стійкість переконань). Текст опитувальника подано у додатку Б.

«Шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса» спрямована дослідження самоефективності діяльності та спілкування, що дозволяє визначити впевненість людини у власній здатності успішно виконувати діяльність та ефективно взаємодіяти з іншими. Шкала налічує 2 субшкали «Самоефективність у діяльності» (відображає віру в свої можливості досягати цілей) та «Самоефективність в спілкуванні» (відображає

впевненість у комунікативних навичках) в яких сумарно 23 судження на які можна відповісти -5,-4,-3,-2,-1,+1,+2,+3,+4,+5 де мінус це абсолютно не згоден а плюс повністю згоден. Текст опитувальника подано у додатку В.

«Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера» направлена на оцінку сформованості рівеню суб'єктивного контролю щодо різних ситуацій у житті, , що допомагає визначити, наскільки людина відчуває себе спроможною контролювати події свого життя або вважає їх результатом зовнішніх обставин. Методика налічує 44 питання відповідь на які «Не згоден повністю», «Не згоден частково», «Скоріше не згоден, ніж згоден», «Важко відповісти», «Скоріше згоден, ніж не згоден», «Згоден частково», «Згоден повністю» та 7 шкал, «Шкала загальної інтернальності» (загальна віра в контроль над життям), «Шкала інтернальності в галузі досягнень» (відповідальність за власні успіхи), «Шкала інтернальності в галузі невдач» (визнання особистої ролі в труднощах), «Шкала інтернальності у сфері сімейних відносин» (контроль у родинній сфері), «Шкала інтернальності в галузі виробничих відносин» (відчуття впливу у роботі), «Шкала інтернальності в галузі міжособистісних відносин» (контроль у спілкуванні), «Шкала інтернальності у сфері здоров'я та хвороби» (усвідомлення впливу на власний фізичний стан). Текст опитувальника подано у додатку Г.

Методи математико-статистичної обробки даних. Обробка даних, що були отримані під час емпіричного дослідження проводилася у програмі IBM SPSS Statistics 26.

З метою вивчення статистичних зв'язків між психологічними змінними нами було застосовано кореляційний аналіз, основним завданням якого є кількісний опис форм, тісноти та спрямованості зв'язку між ознаками, виражений у коефіцієнті кореляції. Тіснота (сила) кореляційного зв'язку характеризує ступінь обумовленості змін x значеннями y , або, навпаки, у значеннями x . Вона визначається за числовим значенням коефіцієнта кореляції у діапазоні від 0 до 1. У психологічних дослідженнях прийнято вважати, що при значенні коефіцієнта кореляції 0,3 – 0,5 зв'язок є помірним, 0,5-0,7 – значущим,

0,7-0,9 – сильним. При цьому будь-яке обчислене (емпіричне) значення коефіцієнта кореляції має бути перевірено на статистичну значущість. Для цього використовують спеціально розроблені таблиці критичних значень. Якщо емпіричне значення більше або дорівнює табличному для $p \leq 0,05$, то кореляція є значущою. Якщо обчислене значення коефіцієнта відповідає рівню статистичної значущості $p \leq 0,01$, то кореляційний зв'язок вважається високо значущим. Кореляційний зв'язок може бути позитивним (прямим) та негативним (зворотнім). При позитивній кореляції (коефіцієнт є позитивним) і з більш високою ймовірністю можна передбачити збільшення (зменшення) однієї ознаки у зв'язку зі збільшенням (зменшенням) іншої. При негативній кореляції (коефіцієнт має негативний знак) високим значенням однієї ознаки відповідають низькі значення іншої, а низьким значенням більш високі.

Використання Т-критерій Стюдента для нашої роботи є доцільним тому візьмемо дві незалежні групи та проведемо порівняння середніх показників. Застосувавши Т-критерій Стюдента, ми дізнаємося, наскільки статистично значимі відмінності між двома вибірками і, відповідно, наскільки впевнено можна робити висновки про ці відмінності.

Дослідження включало декілька етапів.

Хід дослідження:

1. На першому етапі дослідження використовується опитувальник «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» «Опитувальник світоглядної пластичності особистості Грузиної К.М.», «Шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса», «Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера». За допомогою онлайн-опитувальника Google Форми.

2. Другий етап – це обробка отриманих даних та створення таблиці з первинними даними (Додаток Ж).

3. На третьому етапі проводилася підрахунок даних шляхом використання математично-статистичних методів.

4. Четвертий етап представляє собою аналіз та інтерпретацію обчислених даних.

Отже, предметом нашого дослідження є психологічні особливості суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку. З метою їх виявлення було проведено онлайн-опитування використавши методики «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі», «Опитувальник світоглядної пластичності особистості» Грузиної К.М., «Шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні» М. Шеєра та Дж. Маддукса та «Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК)» Дж. Роттера у осіб 18-40 років та 60-80 років. Ці дані дають нам змогу розрахувати кореляційний зв'язок між шкалами та статистично значиму різницю за допомогою t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок.

2.2 Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку

Емпіричне дослідження ми розпочали з визначення рівня суб'єктивного благополуччя, за допомогою методики «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» нами визначено рівень суб'єктивного благополуччя у досліджуваних таких вікових груп 18-40 років та 60-80 років. Результати представлено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Результати дослідження суб'єктивного благополуччя за допомогою методики «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі»

	Вікові групи					
	18-40 років			60-80 років		
	Високий	Середній	Низький	Високий	Середній	Низький
Психологічне благополуччя	13,3%	16,7%	70%	0%	3,3%	96,7%
Фізичне здоров'я та благополуччя	13,3%	40%	46,7%	0%	3,3%	96,7%
Стосунки	26,7%	13,3%	60%	0%	20%	80%
Суб'єктивне благополуччя	13,3%	20%	66,7%	0%	3,3%	96,7%

«Психологічне благополуччя» (вміння контролювати своє життя, впевненість у своїх особистих думках і переконаннях, проявляти оптимізм до майбутнього, розвиватися і рости як особистість), «Фізичне здоров'я та благополуччя» (задоволеність якістю сну та фізичним здоров'ям, можливістю працювати та здійснювати свою життєву активність, можливість відпочивати і займатись спортом, відсутність тривоги.), «Стосунки» (комфорт у спілкування

та ставленні до інших людей, мати щасливі дружні й особисті відносини, здатність звернутись до людей за допомогою, задоволеність своїм сексуальним життям.), «Суб'єктивне благополуччя» (загальний інтегрований показник життєвої задоволеності).

За результатами дослідження рівню суб'єктивного благополуччя за методикою модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі отримано такі результати. У віковій групі 18-40 років за шкалою «Психологічне благополуччя» 13,3% респондентів мають високий рівень, це означає, що їм притамана вміння контролювати своє життя, впевненість у своїх особистіях думках і переконаннях, проявляти оптимізм до майбутнього, розвиватися і рости як особистість, середній рівень - 16,7%, що означає середні здатності до контролю життя, середню впевненість у власних думках та до прояву оптимізму з приводу майбутнього середню суб'єктивну оцінку до особистісного розвитку, та інші, низький рівень - 70% що означає низькі навички до контролю життя, низька впевненість у власних переконаннях та думках, низький або відсутній оптимізм з приводу майбутнього та низька суб'єктивна оцінка власного розвитку як особистості.; «Фізичне здоров'я та благополуччя» - високий рівень мають 13,3% досліджуваних це означає, що їм притаманна задоволеність якістю сну та фізичним здоров'ям, можливістю працювати та здійснювати свою життєву активність, можливість відпочивати і займатись спортом, відсутність тривоги, середній рівень - 40%, це означає, що їм притаманне середнє задоволення сном та здоров'ям, середнє задоволення працювати та середнє задоволення відпочинком або спортом. низький рівень - 46,7%, це означає, що їм притаманне низьке задоволення власним сном та здоров'ям, низьким задоволенням від власної праці та низькою задоволеністю відпочинком чи спортом.; «Стосунки» - високий рівень демонструють 26,7%, це означає, що їм притаманний комфорт у спілкування та ставленні до інших людей, щасливі дружні й особисті відносини, здатність звернутись до людей за допомогою та задоволеність своїм сексуальним життям., середній рівень - 13,3%, це означає, що їм притаманна

середня задоволеність спілкуванням з іншими, середнє задоволення від дружніх та особистісних стосунків та середня задоволеність сексуальним життям, низький рівень - 60%, це означає, що їм притаманна низька задоволеність спілкуванням з іншими людьми, низька задоволеність дружніми та особистісними стосунками та низька задоволеність сексуальним життям; «Суб'єктивне благополуччя» - високий рівень отримали 13,3% респондентів це означає, що їм притаманна задоволеність власним психологічним благополуччям, здоров'ям та стосунками, середній рівень - для 20%, це означає, що їм притаманна середня задоволеність власним психологічним благополуччя, здоров'ям та стосунками. низький рівень - для 66,7%, це означає, що їм притаманна низька задоволеність психологічним ьлагополуччям, здоров'ям та стосунками. Такі результати свідчать про те, що у віковій групі 18-40 років переважає низький рівень благополуччя у всіх досліджуваних сферах. Що може, імовірно ,бути через песимізм з приводу майбутнього, соціальні труднощі та проблемами з фізичним здоров'ям, та переживання власного не благополуччя загалом.

У віковій групі 60-80 років було отримано такі результати: «Психологічне благополуччя» - високий рівень мають 0% респондентів, середній рівень - 3,3%, низький рівень - 96,7%; «Фізичне здоров'я та благополуччя» - високий рівень мають 0% досліджуваних, середній рівень - 3,3%, низький рівень - 96,7%; «Стосунки» - високий рівень демонструють 0% опитаних, середній рівень - 20%, низький рівень - 80%; «Суб'єктивне благополуччя» - високий рівень характерний для 0% респондентів, середній рівень - для 3,3%, низький рівень - для 96,7%. Отримані дані вказують на низький рівень суб'єктивного благополуччя у старшій віковій групі, де більшість респондентів демонструє низькі показники у всіх сферах, що може бути пов'язано з віковими особливостями, погіршенням стану здоров'я та соціальними факторами.

Наступним кроком є аналіз отриманих даних за опитувальником «Опитувальник світоглядної пластичності особистості» Грузиної К.М. нами

визначено світоглядну пластичність у досліджуваних таких вікових груп 18-40 років та 60-80 років. Результати представлено в таблиці.(див. Табл.2.2)

Таблиця 2.2

Результати середнього значення по шкалам «Опитувальника світоглядної пластичності особистості» Грузиной К.М.

Вікові групи	Світоглядна пластичність	Світоглядна критичність	Світоглядний ідеалізм	Світоглядний песимізм	Світоглядна принциповість
<i>18-40 років</i>	20,6	10,2	10,6	7,6	10,6
<i>60-80 років</i>	21,8	11,4	12,7	5,6	13,2

За «Опитувальником світоглядної пластичності особистості» Грузиной К.М., відсутні норми для розподілу за рівнем, тому результати представимо у форматі середнього значення по групі. У віковій групі 18-40 років було отримано такі результати: «Світоглядна пластичність» - середнє значення становить 20,6 балів; «Світоглядна критичність» - середнє значення дорівнює 10,2 балів; «Світоглядний ідеалізм» - середнє значення складає 10,6 балів; «Світоглядний песимізм» - середнє значення становить 7,6 балів; «Світоглядна принциповість» - середнє значення дорівнює 10,6 балів.

У віковій групі 60-80 років було отримано такі результати: «Світоглядна пластичність» - середнє значення становить 21,8 балів; «Світоглядна критичність» - середнє значення дорівнює 11,4 балів; «Світоглядний ідеалізм» - середнє значення складає 12,7 балів; «Світоглядний песимізм» - середнє значення становить 5,6 балів; «Світоглядна принциповість» - середнє значення дорівнює 13,2 балів.

Далі є аналіз отриманих даних за методикою «Шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса» нами визначено самоефективність двох досліджуваних груп. Результати представлено в таблиці (див. Табл.2.3)

Таблиця 2.3

Результати дослідження за «Шкалою самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса»

	Вікові групи					
	18-40 років			60-80 років		
	Високий	Середній	Низький	Високий	Середній	Низький
Самоефективність у діяльності	13,3%	53,3%	33,3%	6,7%	60%	33,3%
Самоефективність у спілкуванні	3,3%	90%	6,7%	20%	73,3%	6,7%

За результатами методики «Шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса» отримано такі результати. У віковій групі 18-40 років «Самоефективність у діяльності» - високий рівень мають 13,3% респондентів, це означає, що їм притамана змога протистояти труднощам, досягати цілей та відчувати впевненість у своїх силах, середній рівень - 53,3%, це означає, що їм притаманна середня змога протистояти труднощам, середня цілеспрямованість та дещо меншу віру в свої сили, низький рівень - 33,3%; це означає, що їм притаманно відчувати труднощу у протистоянні труднощам, низька досяжність цілей та не впевненість у своїх силах.

По шкалі «Самоефективність у спілкуванні» високий рівень мають 3,3% досліджуваних, це означає, що їм притамані впевненість у спілкуванні, комінукативна потенціал та досвідченість у сфері спілкування. Середній рівень - 90%, це означає, що їм притамана середня впевненість в спілкуванні середня досвідченість та потенціал у спілкуванні. Низький рівень - 6,7%, це означає, що їм притамані низька впевненість, потенціал та досвідченість в спілкуванні. Такі результати свідчать про те, що у віковій групі 18-40 років переважає середній рівень самоефективності як у діяльності, так і у спілкуванні.

У віковій групі 60-80 років було отримано такі результати: «Самоефективність у діяльності» - високий рівень мають 6,7% респондентів,

середній рівень - 60%, низький рівень - 33,3%; «Самоефективність у спілкуванні» - високий рівень мають 20% досліджуваних, середній рівень - 73,3%, низький рівень - 6,7%. Отримані дані показують, що у віковій групі 60-80 років, також переважає середній рівень самоефективності у обох сферах.

Аналізуємо отримані дані за методикою «Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера». Результати представлені в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Результати дослідження рівню суб'єктивного контролю за «Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера»

	Вікові групи			
	18-40 років		60-80 років	
	Екстернальний тип	Інтернальний тип	Екстернальний тип	Інтернальний тип
Шкала загальної інтернальності	100%	0%	90%	10%
Шкала інтернальності в галузі досягнень	83,3%	16,7%	60%	40%
Шкала інтернальності в галузі невдач	93,3%	6,7%	60%	40%
Шкала інтернальності у сфері сімейних відносин	53,3%	46,7%	43,3%	56,7%
Шкала інтернальності в галузі виробничих відносин	100%	0%	100%	0%
Шкала інтернальності в галузі міжособистісних відносин	66,7%	33,3%	70%	30%
Шкала інтернальності у сфері здоров'я та хвороби	96,7%	3,3%	53,3%	46,7%

За результатами дослідження рівню суб'єктивного контролю за методикою дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера отримано такі результати. У віковій групі 18-40 років по «Шкалі загальної інтернальності» - екстернальний тип мають 100% респондентів, це означає, що їм притамано вважати, що зовнішні сили є причиною того, що з ними відбувається. інтернальний тип - 0%; це означає, що їм притамано вважати те, що з ними відбувається, це справа їх власних рук.

«Шкала інтернальності в галузі досягнень» - екстернальний тип мають 83,3% осіб. Це означає, що їм притаманне приписування успіхів та досягнень зовнішнім обставинам, таким як удача, вплив інших людей чи загальні умови, інтернальний тип - 16,7%; це означає, що їм властиво вважати власні досягнення результатом особистих зусиль, наполегливої праці та власних здібностей.

«Шкала інтернальності в галузі невдач» - екстернальний тип мають 93,3% Це означає, що вони схильні пояснювати свої невдачі зовнішніми причинами, такими як несприятливі обставини чи вплив інших., інтернальний тип - 6,7% це означає, що їм властиво брати відповідальність за власні невдачі, вважаючи їх наслідком власних помилок або нестачі зусиль.

«Шкала інтернальності у сфері сімейних відносин» - екстернальний тип мають 53,3%, це означає, що вони схильні вважати, що успіх або проблеми у сімейному житті залежать більше від обставин, ніж від їхніх дій., інтернальний тип - 46,7%, це означає, що їм властиво вважати, що саме їхня поведінка та рішення формують якість стосунків у сім'ї.

«Шкала інтернальності в галузі виробничих відносин» - екстернальний тип мають 100% це означає, що вони схильні вважати результати професійної діяльності або кар'єрного розвитку переважно наслідком зовнішніх факторів, таких як дії керівництва, економічна ситуація або інші обставини., інтернальний тип - 0%,це означає, що ніхто з опитаних не схильний приписувати успіхи та невдачі у цій сфері власній відповідальності.

«Шкала інтернальності в галузі міжособистісних відносин» - екстернальний тип мають 66,7% Це означає, що вони схильні вважати, що стосунки з іншими людьми залежать переважно від дій чи настроїв інших або від обставин., інтернальний тип - 33,3% це означає, що їм властиво вважати, що саме їхні дії та ініціатива є ключовими для формування міжособистісних стосунків.

«Шкала інтернальності у сфері здоров'я та хвороби» - екстернальний тип мають 96,7% це означає, що вони схильні вважати стан свого здоров'я або розвиток хвороб результатом впливу зовнішніх обставин, таких як екологія, медичне обслуговування чи генетика., інтернальний тип - 3,3%, це означає, що їм притаманне переконання у власній відповідальності за стан здоров'я та активному впливі на нього..

Такі результати свідчать про переважання екстернального локусу контролю у молодшій віковій групі, особливо у сферах загальної інтернальності, виробничих відносин та здоров'я.

У віковій групі 60-80 років було отримано такі результати: «Шкала загальної інтернальності» - екстернальний тип мають 90% респондентів, інтернальний тип - 10%; «Шкала інтернальності в галузі досягнень» - екстернальний тип мають 60% досліджуваних, інтернальний тип - 40%; «Шкала інтернальності в галузі невдач» - екстернальний тип мають 60% опитаних, інтернальний тип - 40%; «Шкала інтернальності у сфері сімейних відносин» - екстернальний тип мають 43,3% респондентів, інтернальний тип - 56,7%; «Шкала інтернальності в галузі виробничих відносин» - екстернальний тип мають 100% досліджуваних, інтернальний тип - 0%; «Шкала інтернальності в галузі міжособистісних відносин» - екстернальний тип мають 70% опитаних, інтернальний тип - 30%; «Шкала інтернальності у сфері здоров'я та хвороби» - екстернальний тип мають 53,3% респондентів, інтернальний тип - 46,7%. Отримані дані показують, що у старшій віковій групі також переважає екстернальний локус контролю. Особливо помітним є зростання інтернальності у сферах досягнень, невдач, сімейних відносин та здоров'я.

З метою виявлення статистично значимої різниці між показниками рівня суб'єктивного благополуччя у вікових групах 18-40 років та 60-80 років було розраховано t-критерій Стьюдента. (див. Табл.2.5)

Таблиця 2.5

Результати t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок

Показник	18-40 років		60-80 років		t - Стьюдента	Рівень значущості
	середнє значен.	стандарт. відхилен.	середнє значен.	стандарт. відхилен.		
Психологічне благополуччя	36,47	8,30759	31,10	5,28727	3	P=0,004 <0.01
Фізичне здоров'я та благополуччя	19,93	4,59335	15,17	3,13031	4,7	P=0,000 <0.001
Стосунки	16,30	4,47329	13,53	3,48131	2,7	P=0,010 <0.01
Суб'єктивне благополуччя	72,70	15,27484	59,80	9,59669	4	P=0,000 <0.001

За результатами t-критерію Стьюдента ми отримали статистично значимі розбіжності між показником «Психологічне благополуччя» ($t = 3$ при <0.01) та віковими групами 18-40 років з результатом середнього значення 36,47 та 60-80 років з результатом середнього значення 31,10. Вищий рівень психологічного благополуччя спостерігаємо у групи 18-40 років, це імовірно пов'язано з активною життєвою позицією та більшими можливостями для самореалізації у молодшому віці. Також це може відображати оптимістичне сприйняття майбутнього та енергійність, характерну для цієї вікової категорії.

За показником «Фізичне здоров'я та благополуччя» ($t = 4,7$ при <0.001) група 18-40 років має вище середнє значення (19,93) у порівнянні з групою 60-80 років (15,17), це імовірно обумовлено природними віковими змінами в організмі

та зниженням фізичних можливостей у старшому віці. Молодші респонденти мають кращі показники фізичної активності та менше хронічних захворювань.

За показником «Стосунки» ($t = 2,7$ при <0.01) також спостерігаємо превалювання групи 18-40 років зі значенням середнього 16,30 над групою 60-80 років зі значенням 13,53, це імовірно може означати більшу соціальну активність та широке коло спілкування у молодшій віковій групі. Також це може відображати різниці в підходах до побудови та підтримання міжособистісних відносин між поколіннями.

За показником «Суб'єктивне благополуччя» ($t = 4$ при <0.001) група 18-40 років має значення вище (72,70), ніж друга група 60-80 років (59,80), це вірогідно свідчить про вищий рівень задоволеності життям та позитивного емоційного стану у молодшої вікової групи. Це може бути пов'язано з перспективами розвитку кар'єри, створення сім'ї та реалізації життєвих планів.

Також розглянемо отримані результати за t-критерієм Стьюдента для інших шкал. (див. Табл.2.6)

Таблиця 2.6

Результати t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок

Показники	18-40 років		60-80 років		t - Стьюдента	Рівень значущості
	середнє значен.	стандарт. відхилен.	середнє значен.	стандарт. відхилен.		
Світоглядна пластичність	22,367	3,59581	21,80	3,57578	0,6	P=0,543
Світоглядна критичність	10,17	2,10227	11,43	1,95965	-2,4	P=0,019 <0.05
Світоглядний ідеалізм	10,63	2,52550	12,73	2,55874	-3,2	P=0,002 <0.01
Світоглядний песимізм	7,60	2,09433	5,57	3,10376	3	P=0,004 <0.01
Світоглядна принциповість	10,60	2,63400	13,17	1,96668	-4,3	P=0,000 <0.001
Самоефективність у діяльність	20,97	32,38186	16,70	24,16631	0,6	P=0,565

Самоефективність у спілкуванні	2,37	6,69783	5,87	8,17369	-1,8	P=0,075
Загальна інтернальність	3,67	,66089	4,27	1,11211	-2,5	P=0,014 <0.05
Шкала інтернальності в галузі досягнень	4,80	0,80516	5,10	1,09387	-1,2	P=0,231
Шкала інтернальності в галузі невдач	4,10	1,15520	5,17	1,14721	-3,6	P=0,001 <0.001
Шкала інтернальності у сфері сімейних відносин	5,40	0,96847	5,70	1,11880	-1,1	P=0,271
Шкала інтернальності в галузі виробничих відносин	2,83	0,87428	3,33	0,92227	-2,2	P=0,035 <0.05
Шкала інтернальності в галузі міжособистісних відносин	5,00	0,87099	4,97	0,96431	0,2	P=0,889
Шкала інтернальності у сфері здоров'я та хвороби	4,17	0,91287	5,33	0,99424	-4,7	P=0,000 <0.001

За результатами t-критерію Стьюдента ми отримали статистично значимі розбіжності між показником «Світоглядна критичність» ($t = -2,4$ при $<0,05$) група 18-40 років має нижчі результати середнього значення (10,17), ніж група 60-80 років (11,43), це вірогідно означає що старше покоління має більш розвинену здатність до критичного аналізу та скептичного ставлення до інформації. Молодші респонденти можливо більше схильні до довіри та менш критичного сприйняття.

За показником «Світоглядний ідеалізм» ($t = -3,2$ при $<0,01$) група 18-40 років має нижчі результат (10,63) у порівнянні з групою 60-80 (12,73), це імовірно свідчить про більш романтизоване та ідеалістичне сприйняття світу у старшого

покоління. Молодші респонденти демонструють більш реалістичний або прагматичний підхід до життя.

За показником «Світоглядний песимізм» ($t= 3$ при $<0,01$) спостерігається превалювання групи 18-40 років з середнім значенням(7,60) над групою 60-80 років(5,57), це імовірно відображає вищий рівень тривожності та негативних очікувань щодо майбутнього у молодшого покоління. Це може бути пов'язано з сучасними соціально-економічними викликами та невизначеністю.

За показником «Світоглядна принциповість» ($t= -4,3$ при $<0,001$) група 18-40 років має нижчі результати(10,60), ніж група 60-80 років(13,17), це може бути імовірно обумовлено більшою гнучкістю та адаптивністю молодшого покоління до змінних умов. Старше покоління демонструє більш стійкі переконання та принципи, сформовані життєвим досвідом.

За показником «Загальна інтернальність» ($t= -2,5$ при $<0,05$) група 18-40 років має нижчі результати(3,67) у порівнянні з групою 60-80(4,27), це імовірно означає що старше покоління більше схильне брати відповідальність за події у своєму житті. Молодші респонденти можливо частіше схильні пояснювати результати зовнішніми обставинами.

За показником «Шкала інтернальності в галузі невдач» ($t= -3,6$ при $<0,001$) група 18-40 років має нижчі результати(4,10) ніж група 60-80 років(5,17), це вірогідно означає що старше покоління більше схильне брати на себе відповідальність за невдачі та помилки. Молодші люди частіше схильні пояснювати невдачі зовнішніми факторами або обставинами.

За показником «Шкала інтернальності у галузі виробничих відносин» ($t= -2,2$ при $<0,05$) за групою 18-40 років спостерігаються нижчі результати(2,83), а ніж у групи 60-80(3,33), це імовірно свідчить про те, що старше покоління більше відчуває контроль над професійними досягненнями та кар'єрними успіхами. Молодші працівники можуть відчувати меншу впевненість у власному впливі на робочі процеси.

За показником «Шкала інтернальності у сфері здоров'я та хвороби» ($t= -4,7$ при $<0,001$) група 18-40 років має нижчі результати(4,17), ніж група 60-80

років(5,33), це вірогідно означає, що старше покоління більше усвідомлює власну відповідальність за стан здоров'я та профілактику захворювань. Молодші люди можуть недооцінювати свій вплив на власне здоров'я через відчуття "безсмертності" молодості.

Імовірно, відсутність статистично значущих відмінностей за шкалою "світоглядна пластичність" пов'язана з тим, що здатність до адаптації та зміни поглядів є життєво необхідною навичкою в будь-якому віці, тому обидві вікові групи демонструють схожі рівні гнучкості мислення. Вірогідно, за шкалою "самоефективність у діяльності" не спостерігається різниці, оскільки впевненість у власних професійних здібностях компенсується різними факторами: у молодшому віці - енергією та новими знаннями, у старшому - досвідом та майстерністю. Імовірно, "самоефективність у спілкуванні" залишається стабільною, адже навички міжособистісного спілкування є базовою потребою людини, яка постійно розвивається та підтримується протягом життя незалежно від віку. Вірогідно, відсутність різниці за шкалою "інтернальність у галузі досягнень" обумовлена тим, що відчуття контролю над власними успіхами однаково важливе в будь-якому віці. Імовірно, за шкалами "інтернальність у сфері сімейних відносин" та "інтернальність у міжособистісних відносинах" не виявлено відмінностей, оскільки стосунки є важливим аспектом життя а здатність впливати на них є основною потребою, незалежною від вікових особливостей.

Наступним кроком було дослідження кореляційного зв'язку між рівнем суб'єктивного благополуччя та світоглядною пластичністю особистості, самоефективністю у діяльності та у спілкуванні, рівнем суб'єктивного контролю у вікових групах 18-40 років та 60-80 років, тому було розраховано коефіцієнт лінійної кореляції К. Пірсона за допомогою IBM SPSS Statistics 26. Подальший аналіз даних спрямований на виявлення зв'язку показників рівня суб'єктивного благополуччя з психологічними особливостями. (див.Табл.2.7)

Кореляційний аналіз даних вукової групи 18-40 років

	ПБ	ФЗ	С	СБ	СП	СК	СІ	ПМ	СП	Д	С	ЗІ	ГД	ГН	СВ	ВВ	МВ	ЗД
ПБ	1																	
ФЗ	0,683	1																
С	0,568	0,702	1															
СБ	0,916	0,878	0,813	1														
СП	0,313	0,306	0,233	0,330	1													
СК	0,414	0,426	0,512	0,503	0,548	1												
СІ	0,520	0,580	0,492	0,601	0,425	0,622	1											
ПМ	0,158	0,155	0,087	0,158	-	-	-	1										
СП	0,215	0,297	0,318	0,299	0,591	0,629	0,449	-	1									
Д	0,555	0,453	0,286	0,522	0,274	-	0,102	0,190	0,079	1								
С	-	-0,291	-	-0,261	0,232	0,049	-	-	-	-	1							
ЗІ	0,205	-0,064	-	0,020	0,097	-	-	-	0,238	0,238	0,138	1						
ГД	0,401	0,127	-	0,236	0,133	-	-	0,217	-	0,389	0,020	0,583	1					
ГН	0,232	-0,051	-	0,074	0,215	0,050	0,096	-	0,150	0,114	0,053	0,723	0,467	1				
СВ	0,315	0,146	-	0,181	0,224	0,000	0,104	-	0,200	0,287	-	0,485	0,416*	0,456*	1			
ВВ	0,149	0,014	-	0,079	0,250	0,053	0,034	-	0,150	0,220	0,282	0,497	0,343	0,529	0,244	1		
МВ	0,024	-0,181	-	-0,101	0,055	-	-	-	0,015	0,205	0,106	0,479	0,443	0,343	0,204	0,045	1	
ЗД	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
	0,352	0,458*	0,300	0,417*	0,177	0,213	0,272	0,036	0,043	0,241	0,238	0,152	-0,047	-0,016	0,000	-	0,217	0,094

За результатом проведення кореляційного дослідження було виявлено значимий прямий кореляційний зв'язок у віковій групі 18-40 років між психологічним благополуччям та світоглядною критичністю ($k = 0,414$ при $p < 0,05$). Це означає, чим вищий рівень світоглядної критичності, тим є вищим рівень психологічного благополуччя та навпаки. Таким чином, чим більше людина проявляє глибоке розуміння себе та світу, здатність до саморефлексії та аналізу інформації, чим краще вони справляються з невизначеністю та стресом, тим в більшій мірі вона відчуватиме психологічне благополуччя і навпаки. Імовірно, це тому, що коли людина вміє мислити критично, то вона краще розуміє, що відбувається навколо, і це розуміння навколишньої дійсності допомагає їй почуватись благополучніше.

Отримано прямий взаємозв'язок між психологічним благополуччя та світоглядним ідеалізмом k ($k = 0,520$ при $p < 0,01$). Це означає, чим вищий рівень світоглядного ідеалізму, тим вищий рівень психологічного благополуччя і навпаки. Люди які мають оптимістичніші погляди на життя, віру в добро та позитивні зміни, в більшій мірі відчуватимуть психологічне благополуччя та

навпаки. Імовірно, це через те, що коли людина вірить у краще, їй легше справлятися з труднощами і бачити позитив навіть у складних ситуаціях.

Визначено прямий кореляційний зв'язок між психологічним благополуччям та самоефективністю у діяльності ($k= 0,555$ при $p<0,01$). Це означає, що чим вищий рівень самоефективності у діяльності тим вищий рівень психологічного благополуччя та навпаки. Особи які у діяльності мають міцну віру у власні здібності досягати поставлених цілей, ефективно долати перешкоди, більшою мірою будуть відчувати психологічне благополуччя і навпаки. Імовірно, через те, що віра у власні сили додає людині впевненості та рішучості, що дозволяє досягати бажаного і відчувати задоволення від своїх успіхів.

Отримано прямий взаємозв'язок між психологічним благополуччям та шкалою інтернальності в галузі досягнень ($k= 0,401$ при $p<0,05$). Це означає, якщо переважає інтернальність в галузі досягнень то є вищим рівень психологічного благополуччя та навпаки. Люди які схильні брати на себе відповідальність за свої дії та їхні результати, більшою мірою відчують психологічне благополуччя та навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що коли людина відчуває, що контролює своє життя і свої досягнення, це дає їй відчуття стабільності та внутрішнього комфорту.

Визначено прямий кореляційний зв'язок між фізичним здоров'ям та благополуччям та світоглядною критичністю ($k= 0,426$ при $p<0,05$). Це означає, що чим вищий рівень світоглядної критичності тим вище є фізичне здоров'я та благополуччя та навпаки. Люди які схильні критично оцінювати світ, власні судження або нову інформацію, більшою мірою відчують психологічне благополуччя і навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що критичне мислення допомагає людині робити більш обґрунтовані вибори щодо свого здоров'я, наприклад, в харчуванні чи фізичній активності, що позитивно позначається на її самопочутті.

Отримано прямий взаємозв'язок між фізичним здоров'ям та благополуччям та світоглядним ідеалізмом ($k= 0,580$ при $p<0,01$). Це означає, що

чим вищий рівень світоглядного ідеалізму тим вище є фізичне здоров'я та благополуччя та навпаки. Особи які мають оптимістичні погляди на можливість збереження та покращення здоров'я, більшою мірою відчують фізичне здоров'я та благополуччя і навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що віра в позитивні зміни та оптимізм допомагають людині більш відповідально ставитися до свого здоров'я та дотримуватися здорового способу життя.

Визначено прямий кореляційний зв'язок між фізичним здоров'ям та благополуччям та самоефективність у діяльності ($k= 0,453$ при $p<0,05$). Це означає, що чим вищий рівень самоефективності у діяльності тим вище є фізичне здоров'я та благополуччя та навпаки. Дорослі мають впевненість у своїх власних силах, більшою мірою відчують фізичне здоров'я та благополуччя та навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що віра у власні дії допомагає людині займатися спортом або дотримуватися рекомендацій лікарів, що позитивно впливає на її фізичний стан.

Отримано обернений кореляційний зв'язок між фізичними здоров'ям та благополуччям та інтернальністю в сфері здоров'я та хвороби ($k= -0,458$ при $p<0,05$). Це означає чим нижчий показник інтернальності в сфері здоров'я та хвороби тим вищий показник фізичного здоров'я та благополуччя і навпаки. Особи які не беруть на себе надмірної відповідальності за власне здоров'я, більшою мірою фізичне здоров'я та благополуччя та навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що надмірна самокритика і постійне занепокоєння про здоров'я можуть призвести до стресу, що негативно впливає на фізичне самопочуття.

Отримано прямий взаємозв'язок між стосунками та світоглядною критичністю ($k= 0,512$ при $p<0,01$), це означає чим вища світоглядна критичність тим вища задоволеність стосунками і навпаки. Люди які мають здатність аналізувати та об'єктивно оцінювати взаємини, формувати реалістичні очікування від інших, а також ефективно вирішувати конфлікти, більшою мірою задоволені стосунками та навпаки. Імовірно, це через те, що вміння критично оцінювати взаємини допомагає людині бачити реальну картину, уникати ілюзій

та ефективно вирішувати проблеми в стосунках, що робить їх міцними та надійними.

Визначено прямий кореляційний зв'язок між стосунками та світоглядною ідеалістичністю ($k = 0,492$ при $p < 0,01$), це означає чим вищий рівень світоглядної ідеалістичності тим вища задоволеність від стосунків і навпаки. Дорослі які мають схильність бачити найкраще в людях та докладати зусиль для побудови довіри та близькості, більшою мірою задоволені стосунками і навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що позитивний погляд на людей та віра в їхні кращі якості допомагають людині будувати теплі стосунки та легше пробачати недоліки.

Отримано прямий взаємозв'язок між суб'єктивним благополуччям та світоглядною критичністю ($k = 0,503$ при $p < 0,01$). Це означає, що чим вищий рівень світоглядної критичності тим вищий рівень суб'єктивного благополуччя і навпаки. Особи які здатні критично оцінювати світ, інших та себе, більшою мірою задоволені стосунками та навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що критичний підхід дозволяє людині краще розуміти власні потреби та межі, що допомагає формувати реалістичні очікування та досягати внутрішньої гармонії.

Визначено прямий кореляційний зв'язок між суб'єктивними благополуччям та світоглядним ідеалізмом та навпаки ($k = 0,601$ при $p < 0,001$). Це означає, що чим вищий рівень світоглядного ідеалізму тим вище є суб'єктивне благополуччя та навпаки. Дорослі які мають оптимістичне бачення майбутнього та віру в позитивні зміни, більшою мірою переживають суб'єктивне благополуччя і навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що віра у світле майбутнє та позитивні зміни дає людині надію, внутрішню силу та оптимізм, що є ключовими для відчуття щастя та задоволеності життям.

Отримано прямий взаємозв'язок між суб'єктивним благополуччям і самоефективністю в діяльності ($k = 0,522$ при $p < 0,01$). Це означає, що чим вищий рівень самоефективності в діяльності, тим вище є рівень суб'єктивного благополуччя та навпаки. Люди які мають віру у власні здібності та успішно справлятися з завданнями, більшою мірою переживають суб'єктивне благополуччя та навпаки. Це імовірно означає, що відчуття власної здатності

благополуччя та навпаки. Імовірно, це через те, що вміння пристосовуватися до нових обставин і не зациклюватися на старих поглядах допомагає людині легше переживати зміни у здоров'ї та краще дбати про себе.

Виявлено прямий кореляційний зв'язок між фізичним здоров'ям та благополуччям і світоглядним ідеалізмом ($r = 0,591$ при $p < 0,01$). Це свідчить про те, що чим вищий рівень світоглядного ідеалізму, тим кращим є фізичне здоров'я та благополуччя і навпаки. Пенсіонери які позитивно можуть оцінювати світ, більшою мірою задоволені фізичним здоров'ям та благополуччям і навпаки. Імовірно, це через те, що оптимістичний погляд на життя та віра в добро можуть позитивно впливати на загальний стан здоров'я, допомагаючи легше переносити негаразди та підтримувати активність.

Виявлено прямий кореляційний зв'язок між якістю стосунків та інтернальністю в галузі досягнень ($r = 0,520$ при $p < 0,01$). Це означає, що чим вищий рівень інтернальності у сфері досягнень, тим вища задоволеність стосунками і навпаки. Особи які беруть на себе відповідальність за власні успіхи та невдачі, більшою мірою задоволені стосунками і навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що людина, яка відчуває контроль над власними досягненнями, є більш впевненою в собі, що позитивно впливає на її взаємодію з іншими та якість стосунків.

Спостерігаємо прямий взаємозв'язок між якістю стосунків та інтернальністю в галузі міжособистісних відносин ($r = 0,468$ при $p < 0,01$). Це свідчить про те, що чим вищий рівень інтернальності у сфері міжособистісних взаємодій, тим вища задоволеність стосунками і навпаки. Пенсіонери які усвідомлюють власну роль у формуванні та підтримці стосунків, більшою мірою задоволені власними стосунками і навпаки. Імовірно, це тому, що розуміння своєї відповідальності за стосунки допомагає людині активно їх розвивати та долати труднощі, що призводить до більшої задоволеності.

Виявлено прямий кореляційний зв'язок між суб'єктивним благополуччям та інтернальністю в галузі досягнень ($r = 0,511$ при $p < 0,01$). Це означає, що чим вищий рівень інтернальності у сфері досягнень, тим вищим є суб'єктивне

благополуччя і навпаки. Особи схильні приписувати свої успіхи та невдачі власним зусиллям, більшою мірою переживають суб'єктивне благополуччя та навпаки. Імовірно, це через те, що відчуття контролю над власними результатами та впевненість у своїх силах дають людині відчуття задоволення та щастя.

Спостерігаємо обернений кореляційний зв'язок між суб'єктивним благополуччям та інтернальністю в галузі виробничих відносин ($r = -0,362$ при $p < 0,05$). Це свідчить про те, що чим нижча інтернальність в галузі виробничих відносин тим вище суб'єктивне благополуччя і навпаки. Пенсіонери які схильні приписувати конфлікти, більшою мірою є суб'єктивно благополучними і навпаки. Імовірно, це тому, що менша схильність брати на себе повну відповідальність за робочі конфлікти дозволяє людям менше хвилюватися і відчувати себе спокійніше, що сприяє їхньому загальному благополуччю.

Також, визначено інші кореляційні зв'язки між психологічними змінними у групи 60-80 років.

Встановлено обернений кореляційний зв'язок між світоглядним песимізмом та інтернальністю в сфері здоров'я та хвороби ($r = -0,521$ при $p < 0,01$). Це означає, що чим нижча інтернальність у сфері здоров'я та хвороби, тим вищий рівень світоглядного песимізму і навпаки. Особи які схильні приписувати стан свого здоров'я зовнішнім факторам, більшою мірою песимістичні і навпаки. Імовірно, це тому, що коли людина відчуває, що не може вплинути на своє здоров'я, вона стає більш схильною до негативних думок і песимізму.

Спостерігаємо прямий кореляційний зв'язок між світоглядною принциповістю та загальною інтернальністю ($r = 0,389$ при $p < 0,05$). Це свідчить про те, що чим вища загальна інтернальність, тим вищий рівень світоглядної принциповості і навпаки. Пенсіонери які беруть на себе відповідальність за своє життя та відчувають контроль над подіями та їх наслідками, більшою мірою принципові. Імовірно, це пов'язано з тим, що відчуття контролю над власним життям і відповідальність за свої дії формують у людини чіткі переконання та принципи.

Встановлено обернений кореляційний зв'язок між самоефективністю у діяльності та загальною інтернальністю ($r = -0,406$ при $p < 0,05$). Це означає, що чим нижча загальна інтернальність, тим вища самоефективність у діяльності і навпаки. Особи, які менше схильні брати на себе повну відповідальність за життєві події, більшою мірою самоефективні у власній діяльності та навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що якщо людина не звалює на себе все підряд, то в неї залишається більше сил та впевненості для тих справ, де вона може вплинути на результат.

Виявлено обернений кореляційний зв'язок між самоефективністю у діяльності та інтернальністю в галузі виробничих відносин ($r = -0,452$ при $p < 0,05$). Це свідчить про те, що чим нижча інтернальність у виробничих відносинах, тим вища самоефективність у діяльності і навпаки. Пенсіонери які менше схильні брати на себе відповідальність за всі аспекти робочих стосунків та конфліктів, більшою мірою самоефективні в діяльності і навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що не перевантажуючи себе відповідальністю за те, що не завжди можна контролювати у виробничих відносинах, людина може зосередитися на власних завданнях і досягати цілей.

Встановлено обернений кореляційний зв'язок між самоефективністю у діяльності та інтернальністю у сфері здоров'я та хвороби ($r = -0,550$ при $p < 0,01$). Це означає, що чим нижча інтернальність у сфері здоров'я, тим вища самоефективність у діяльності і навпаки. Особи які менше схильні приписувати стан свого здоров'я виключно власним діям та зусиллям, більшою мірою почуваються самоефективно у діяльності і навпаки. Імовірно, це пов'язано з тим, що прийняття того, що не все у здоров'ї залежить від власних зусиль, може зменшити тиск і дозволити людині краще зосередитися на інших аспектах своєї діяльності.

За всіма іншими психологічними змінними у віковій групі 60-80 років, не було виявлено значимих кореляційних зв'язків.

Отже, проведене емпіричне дослідження дозволяє зробити такі висновки.

Визначено, що за результатами t-критерію Стьюдента для незалежних вибірок існують статистично значущі відмінності між віковими групами 18–40 років та 60–80 років за досліджуваними шкалами: «Психологічне благополуччя» ($t=3$ при $p<0,01$), «Фізичне здоров'я та благополуччя» ($t=4,7$ при $p<0,001$), «Стосунки» ($t=2,7$ при $p<0,01$) та «Суб'єктивне благополуччя» ($t=4$ при $p<0,001$), за всіма шкалами вищі результати отримала група 18-40 років. Тому можемо сказати, що переживання суб'єктивного благополуччя залежить від віку людини. Імовірно, це через те, що дорослі люди, як правило, більш активні, соціальні та мають краще здоров'я, чого не можна сказати про літніх людей.

Також виявлено інші статистично значимі відмінності а саме, «Світоглядна критичність» ($t=-2,4$ при $p<0,05$), «Світоглядний ідеалізм» ($t=-3,2$ при $p<0,01$), «Світоглядна принциповість» ($t=-4,3$ при $p<0,01$), «Загальна інтернальність» ($t=-2,5$ при $p<0,05$), «Шкала інтернальності в галузі невдач» ($t=-3,6$ при $p<0,01$), «Шкала інтернальності у галузі виробничих відносин» ($t=-2,2$ при $p<0,05$), «Шкала інтернальності у сфері здоров'я та хвороби» ($t=-4,7$ при $p<0,001$) з усіх перелічених шкал вищі результати мають група 60-80 років окрім «Світоглядний песимізм» ($t=3$ при $p<0,01$). Імовірно, це означає, що у групи 60-80 років більш усталені життєві погляди та досвід, що робить їх більш критичними, ідеалістичними та принциповими. Вони також частіше схильні брати на себе відповідальність за події у своєму житті, включаючи успіхи, невдачі, професійні стосунки та здоров'я. А ось песимізму більше у групи 18-40 років, що може бути пов'язано з сучасними викликами та невизначеністю.

Виявлено кореляційні зв'язки між досліджуваними психологічними особливостями. Для групи 18-40 років виявлено між психологічним благополуччям та світоглядною критичністю ($k=0,414$ при $p<0,05$), світоглядним ідеалізмом ($k=0,520$ при $p<0,01$), самоефективністю у діяльності ($k=0,555$ при $p<0,01$) та інтернальністю в галузі досягнень ($k=0,401$ при $p<0,05$). Між фізичним здоров'ям та благополуччям та світоглядною критичністю ($k=0,426$ при $p<0,05$), світоглядним ідеалізмом ($k=0,580$ при $p<0,01$), самоефективністю у діяльності ($k=0,453$ при $p<0,05$), та інтернальністю у сфері охорони здоров'я та хвороби

($k=-0,458$ при $p<0,05$). Між стосунками та світоглядною критичністю ($k=0,512$ при $p<0,01$) і світоглядним ідеалізмом ($k=0,492$ при $p<0,01$). Та між суб'єктивним благополуччям світоглядною критичністю ($k=0,503$ при $p<0,01$), світоглядним ідеалізмом ($k=0,601$ при $p<0,001$), самоефективністю у діяльності ($k=0,522$ при $p<0,01$), та інтернальністю у сфері здоров'я та хвороби ($k=-0,417$ при $p<0,05$). Також, визначено інший прямий кореляційний зв'язок між психологічними змінними самоефективністю у діяльності та інтернальністю в галузі досягнень ($k=0,389$ при $p<0,05$).

Виявлено кореляційні зв'язки між досліджуваними психологічними особливостями. Для групи 60-80 років виявлено між психологічним благополуччям та інтернальністю в галузі досягнень ($k=0,380$ при $p<0,05$) та інтернальністю в галузі виробничих відносин ($k=-0,467$ при $p<0,01$). Між фізичним здоров'ям та благополуччям та світоглядною пластичністю ($k=0,453$ при $p<0,05$) та світоглядним ідеалізмом ($k=0,591$ при $p<0,01$). Між стосунками та інтернальністю в галузі досягнень ($k=0,520$ при $p<0,01$) та інтернальністю в галузі міжособистісних відносин ($k=0,468$ при $p<0,01$). Та між суб'єктивним благополуччям та інтернальністю в галузі досягнень ($k=0,511$ при $p<0,01$) та інтернальністю в галузі виробничих відносин ($k=-0,362$ при $p<0,05$).

Також виявлено обернені кореляційні зв'язки між світоглядним песимізмом та інтернальністю в сфері здоров'я та хвороби ($r=-0,521$ при $p<0,01$), між самоефективністю у діяльності та загальною інтернальністю ($r=-0,406$ при $p<0,05$), між самоефективністю у діяльності та інтернальністю в галузі виробничих відносин ($r=-0,452$ при $p<0,05$), та між самоефективністю у діяльності та інтернальністю у сфері здоров'я та хвороби ($r=-0,550$ при $p<0,01$). А також спостерігаємо прямий кореляційний зв'язок між світоглядною принциповістю та загальною інтернальністю ($r=0,389$ при $p<0,05$).

Вспівставлення кореляційних зв'язків демонструє, що спільними зв'язками для обох груп виявились Психологічне благополуччя в обох групах має прямий зв'язок з інтернальністю в галузі досягнень (для 18-40 років $k=0,401$ при $p<0,05$; для 60-80 років $k=0,380$ при $p<0,05$). Фізичне здоров'я та благополуччя обох груп

прямо корелює зі світоглядним ідеалізмом (для 18-40 років $k=0,580$ при $p<0,01$; для 60-80 років $k=0,591$ при $p<0,01$). Це свідчить про те, що зв'язок між інтернальністю досягнень та психологічним благополуччям, а також між світоглядним ідеалізмом та фізичним здоров'ям є сталими психологічними особливостями, які не змінюються з віком та можуть розглядатися як взаємозв'язки які не змінні протягом життя. Всі інші кореляційні зв'язки не є спільними для обох груп одночасно, що імовірно говорить про впливи вікових особливостей.

ВИСНОВКИ

У ході дослідження було проведено аналіз сучасної психологічної української та зарубіжної літератури стосовно психологічних особливостей, що впливають на переживання суб'єктивного благополуччя осіб різного віку.

Отже, Суб'єктивне благополуччя - поняття, що виражає власне ставлення людини до своєї особистості, життя і процесів, які мають важливе значення з точки зору засвоєних нормативних уявлень про зовнішнє і внутрішнє середовище і що характеризується відчуттям задоволеності.

Було розглянуто підходи до розуміння суб'єктивного благополуччя, яких існує два гедоністичний та евдемоністичний підхід. Виходячи з праць Е. Дінера, суб'єктивне благополуччя має свою структуру, трикомпонентний склад: задоволення, приємні емоції та неприємні емоції. Ознаками суб'єктивного благополуччя особистості за Куровою А.В. є: суб'єктивність, позитивність виміру, глобальність виміру. Отич Д. та Чабан І. вказали на фактори які класифікуються на зовнішні та внутрішні. Класифікацію суб'єктивного благополуччя представила О.Ю. Чеботарьова: ворожий тип, пасивно-агресивний, соціально-активний, комформний.

У роботі було розглянуто психологічні особливості, що впливають на переживання суб'єктивного благополуччя осіб різного віку. Так, у дітей до 9-10 років воно не усвідомлюється, формуючись у підлітковому віці через відчуття комфорту та усвідомлення психологічних станів. У період пізньої юності та дорослості воно тісно пов'язане із соціальними зв'язками, професійною реалізацією та особистісними характеристиками. Натомість у літньому віці визначальними факторами стають матеріальне становище, сімейний стан та стан здоров'я, а також психологічна готовність до вікових змін.

Емпіричне дослідження, що задовольняє розв'язання даної проблематики було проведено за допомогою наступних методик: модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі, опитувальник світоглядної пластичності особистості Грузиної К.М., шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса, методика дослідження рівня

суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера. Дане дослідження було проведено у двох групах. Перша група респондентів – це дорослі люди 18-40 років, а друга група пенсіонери 60-80 років.

Для математичної обробки результатів дослідження було використано *t*-критерій Стьюдента для незалежних вибірок та коефіцієнт лінійної кореляції К. Пірсона, які допомогли визначити та встановити діагностичну цінність опитувальників у вимірюванні розбіжності між двома групами респондентів, та зв'язку психологічних особливостей та переживанням суб'єктивного благополуччя осіб різного віку.

Виявлено, що за результатами *t*-критерію Стьюдента для незалежних вибірок існують статистично значущі відмінності між віковими групами 18–40 років та 60–80 років. Так дорослі люди мають вищий рівень суб'єктивного благополуччя ніж пенсіонери, тому можемо сказати, що переживання суб'єктивного благополуччя залежить від віку людини. Також виявлено, що світоглядна пластичність вище у пенсіонерів але при цьому світоглядний песимізм вищий у групи дорослих.

Виявлено прямі кореляційні зв'язки у групи 18-40 років між суб'єктивним благополуччям та світоглядною критичністю, світоглядним ідеалізмом, самоефективністю у діяльності, та обернений зв'язок у сфері здоров'я та хвороби. Виявлено прямий кореляційний зв'язок у групи 60-80 років між суб'єктивним благополуччям та інтернальністю в галузі досягнень та обернений зв'язок інтернальністю в галузі виробничих відносин.

Співставлення кореляційних зв'язків демонструє, що спільними зв'язками для обох груп є психологічне благополуччя яке має прямий зв'язок з інтернальністю в галузі досягнень, фізичне здоров'я та благополуччя прямо корелює зі світоглядним ідеалізмом. Це свідчить про те, що зв'язок між інтернальністю досягнень та психологічним благополуччям, а також між світоглядним ідеалізмом та фізичним здоров'ям є сталими психологічними особливостями, які не змінюються з віком та можуть розглядатися як взаємозв'язки які не змінні протягом життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Абрамюк О. О. Концептуальна структура феномену "суб'єктивне благополуччя" та особливості його вимірювання/ О.О. Абрамюк, А.С. Липецька - "Збірник наукових праць РДГУ", 2018 - 8с.
2. Вовчик-Блакитна О. О. Генеративність особистості як детермінанта її Суб'єктивного благополуччя/ О.О. Вовчик-Блакитна - Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України – 66с.
3. Горбаль І.С. Відчуття суб'єктивного благополуччя як передумова та втілення психологічного здоров'я особистості /І.С. Горбаль – 303с
4. Горошко А.В. Дослідження детермінант суб'єктивного благополуччя студентства/ А.В.Горошко, І.А. Шестопап - "Національний університет"Острозька академія"", 2021 - 96с.
5. Грузинова К.М. Дисертація світогляд особистості як чинник її психологічного благополуччя/ М.К. Грузинова , Г.К. Юрчинська – «Київський національний університет імені Тараса Шевченка», 2023 – 278с.
6. Грузинова К.М. Опитувальник світоглядної пластичності особистості/ М.К. Грузинова – «Київський національний університет імені Тараса Шевченка», 2022 – 8с.
7. Єзерська Н.В. Дисертація: Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя підлітків в умовах спеціалізованої школи-інтернату/ Н.В Єзенська, К.Л. Мілютіна - "Київський національний університет імені Тараса Шевченка", 2018 - 247с.
8. Завацький Ю. Психологічні особливості суб'єктивного благополуччя особистості: матримоніальний вимір/ Ю. Завацький - "Східноукраїнський національний університет імені В. Даля", 2022 - 7с.
9. Карамушка Л. Адаптація на українській вибірці методик «THE MODIFIED BBC SUBJECTIVE WELL-BEING SCALE (BBC-SWB)» ТА «POSITIVE MENTAL HEALTH SCALE (PMH-SCALE)»/ Л.Карамушка, К. Терещенко, О. Креденцер - 10с.

10. Карамушка Л. Суб'єктивне благополуччя персоналу освітніх та наукових організацій в умовах війни: Рівень вираженості та зв'язок з копінг-стратегіями/ Л.Карамушка – «Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України» - 2023 – 25с.
11. Климчук В.О. Особливості роботи над професійно-орієнтованим завданням з курсу «математичні методи у психології»/ О. В. Климчу – 18с.
12. Ключко Л. Ф. Психологічні чинники феномену суб'єктивного благополуччя та його впливу на задоволеність життям особистості/ Л.Ф. Ключко - "Збірник наукових праць РДГУ", 2019 - 6с.
13. Коқун О.М.Психодіагностика лідерських якостей військовослужбовців/ М.О. Коқун, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, В.О.Олійник - «Науково-дослідний центр гуманітарних проблем збройних сил України», 2023 – 171с.
14. Коробка І. М. Суб'єктивне благополуччя: теоретичні інтерпретації, чинники й ресурси підтримання/ І. М. Коробка – «Національна академія педагогічних наук України» 2022 – 9с.
15. Краля К.М. Вимірювання самоефективності дорослих українців/ М.К. Краля, У.І. Нікітчук - Національний університет «Острозька академія», 2023 – 97с.
16. Курова А.В. Деякі аспекти суб'єктивного благополуччя особистості/ А.В. Курова - "ОНУ імені І.І. Мечникова", 2014 - 6с.
17. Курова А.В. Концепт суб'єктивного благополуччя особистості в психології /А.В.Курова – «Одеський національний університет імені І.І. Мечникова», 2015 – 41с.
18. Лукасевич О.А. Суб'єктивне благополуччя як психологічний феномен /О.А. Лукасевич – «Запорізький національний університет» - 114с.
19. Лук'яненко В.В. Теоретичні підходи до визначення сутності поняття суб'єктивного благополуччя школярів/ В.В. Лук'яненко – «Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут»», 2016 - 157с.

20. Мащак С. О. Особливості суб'єктивного благополуччя українців в умовах війни/ О.С. Мащак, Б. Х. Кучвара – «Національного університету «Львівська політехніка»», 2022 - 9с.
21. Оляницька Ю.М Суб'єктивне благополуччя людей похилого віку:чинники впливу та способи підтримки/ Ю.М. Оляницька - "Київський національний
22. Отич Д.Д. Психологічні особливості суб'єктивного благополуччя осіб дорослого віку/ Д.Д. Отич, І. Чабан - "Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова", 2022 - 42с.
23. Пахоль Б.Є. Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі та чинники/ Б.Є. Пахоль - " Київський національний університет імені Тараса Шевченка", 2017 - 25с.
24. Підбуцька Н.В. Суб'єктивне благополуччя у становленні майбутніх фахівців/ Н.В. Підбуцька А.Г. Зуєва - 207с.
25. Сердюк Л.З. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості/ Л.З Сердюк - "Національна академія педагогічних наук України" 2021- 237с.
26. Стефанків З. Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя студентів/ З. Стефанків, Л. Малімон - "Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки"
27. Сяолун В. Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя студентів з Китаю/ В. Сяолун, О.С. Кочарян - "Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна", 2016 - 202с.
28. Федотова Т. В.Особливості вияву суб'єктивного благополуччя як показник психічного здоров'я особистості/ Т.В. Федотова - "Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки", 2018- 12с.
29. Шамне А. В., Суб'єктивне благополуччя як компонент психосоціального розвитку різних вікових, гендерних та соціальних груп сучасної молоді України / А. В. Шамне – «Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України» - 16с.
30. Швалб Ю.М. Еколого-психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя особистості/ Ю.М. Швалба – «Національна академія педагогічних наук України інститут психології імені г. С. Костюка», 2021 - 235с.

31. Яковлева С. Д. Соціально-психологічний клімат групи та його вплив на суб'єктивне благополуччя студентської молоді / Д. С. Яковлева – «Херсонський державний університет», 2022 – 7с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі

Дайте відповідь на наведені нижче запитання, використовуючи шкалу за наступними 5 варіантами відповідей «Зовсім ні», «Трохи», «Середньо», «Дуже сильно», «Надзвичайно сильно».

1. Чи задоволені Ви своїм фізичним здоров'ям?
2. Чи задоволені Ви якістю свого сну?
3. Чи задоволені Ви своєю здатністю виконувати свою повсякденну життєву активність?
4. Чи відчуваєте Ви депресію або тривогу?
5. Чи відчуваєте Ви здатність насолоджуватися життям?
6. Чи вважаєте Ви, що у Вас є мета в житті?
7. Чи відчуваєте Ви оптимізм з приводу майбутнього?
8. Чи відчуваєте Ви, що контролюєте своє життя?
9. Чи відчуваєте Ви задоволення собою як особистістю?
10. Чи задоволені Ви своєю зовнішністю і зовнішнім виглядом?
11. Чи відчуваєте Ви, що в змозі прожити своє життя так, як хочете?
12. Чи впевнені Ви в своїх власних думках і переконаннях?
13. Чи відчуваєте Ви себе в змозі робити те, що Ви хочете робити?
14. Чи відчуваєте Ви себе в змозі рости і розвиватися як особистість?
15. Чи задоволені Ви собою і своїми досягненнями?
16. Чи задоволені Ви своїм особистим і сімейним життям?
17. Чи щасливі Ви у Ваших дружніх і особистих відносинах?
18. Чи комфортно Ви почуваетесь стосовно того, як Ви ставитеся до інших і спілкуєтеся з іншими?
19. Чи задоволені Ви своїм сексуальним життям?
20. Чи в змозі Ви звернутися за допомогою з проблемою?
21. Чи щасливі Ви, що у Вас є достатньо грошей, щоб задовольнити Ваші потреби?

22. Чи задоволені Ви вашими можливостями для занять спортом / відпочинку?
23. Чи задоволені Ви своїм доступом до медичних послуг?
24. Чи задоволені Ви своєю здатністю працювати?

Додаток Б

Опитувальник світоглядної пластичності особистості Грузиної К.М.

Шановний респонденте! Вашій увазі буде запропоновано ряд тверджень. Прочитайте кожне з них і оцініть ступінь своєї згоди з їх змістом. Будьте максимально щирими і пам'ятайте - немає невірних відповідей! *Варіанти відповіді: 0 - безумовно ні; 1 - швидше ні, ніж так; 2 - швидше так, ніж ні; 3 - безумовно так.

- 1 Світ сповнений добра і необхідно докласти зовсім небагато зусиль, щоб зрозуміти це
- 2 Якщо із довірою і відкритістю ставитися до світу, то світ відкриває нові можливості
- 3 Не варто приймати чужі вади і недоліки
- 4 Слід завжди залишатися орієнтуватися лише на свою думку і ні на чий більше
- 5 Світ постійно змінюється, отож необхідно вміти бути готовим змінюватися разом із ним
- 6 По мірі зближення з людьми помічаєш їх приховані вади
- 7 Нові ідеї і знання здатні змінити уявлення людини майже про що завгодно
- 8 Людині властиво зраджувати власним ідеалам
- 9 Справедливість одна для всіх людей і перед нею всі рівні
- 10 Люди в цілому варті довіри і прихильності
- 11 Нова інформація викликає у мене щирий інтерес, навіть якщо вона розходиться із моїми знаннями і уявленнями
- 12 Здатність змінювати власні судження на основі нового знання – запорука розвитку
- 13 Суспільство має карати злочинців, незалежно від їх соціального статусу
- 14 Важливо залишатися відкритим для нового знання і досвіду
- 15 Уникати труднощі цілком природньо для людини
- 16 Важливо вміти співвідносити свої переконання, ідеали та вірування із реальністю

- 17 Переконання можуть і повинні змінюватися протягом життя
- 18 Слід дізнатися будь-яку людину краще і можна знайти у неї безліч чеснот
- 19 Невдача не повинна зупиняти на шляху до бажаної мети, допоки не спробуєш всі способі її досягнення
- 20 Наука наразі не в змозі довести існування Бога, однак це не означає, що його не існує
- 21 Кожна людина має певні творчі схильності і спроможність їх реалізувати в житті
- 22 За добрі вчинки людина має бути достойно нагороджена, за погані – покарана
- 23 Перш ніж критикувати позицію іншої людини варто її ретельно розглянути
- 24 Для того, щоб чогось досягти в житті, необхідно докласти немало зусиль і постійно розвиватися
- 25 Для успішного здійснення діяльності важливо вміти критично оцінювати власні переваги і недоліки
- 26 Важливо вміти відстоювати свою думку незважаючи на те, що говорять оточуючі
- 27 Важливо залишатися вірним деяким своїм ідеалам
- 28 Варто проявляти критичність при оцінці нової інформації
- 29 Завжди можна зрозуміти вчинки іншої людини, якщо поставити себе на її місце
- 30 Іноді заради збереження гарних стосунків можна поступитися власними переконаннями та інтересами
- 31 Люди притримуються різних життєвих позицій і варто приймати будь-який вибір людини
- 32 Інтерес до самої себе і навколишнього світу необхідний людині для постійного розвитку

Додаток В

Шкала самоефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шеєра та Дж. Маддукса

Виразіть ступінь згоди з кожним із наведених суджень, використовуючи вимірювальну шкалу наступного типу. У разі повної згоди із судженням виділяється жирним шрифтом «+5», у разі абсолютної незгоди – «-5».

Абсолютно не згоден (не згодна)	Твердження	Повністю згоден (згодна)
-5 -4 -3 -2 -1	1. Коли я щось планую, я завжди впевнений (впевнена), що можу виконати цю роботу.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	2. Однією з моїх проблем є те, що я не можу відразу взятися за роботу, яку мені необхідно виконати, відтягуючи цей момент до останнього.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	3. Якщо я не можу виконати роботу з першого разу, я продовжую спроби доти, доки не впораюся з нею.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	4. Коли я ставлю важливі для себе цілі, мені рідко вдається досягти їх.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	5. Я часто кидаю справи, не закінчивши їх.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	6. Я намагаюся уникати труднощів.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	7. Якщо щось здається мені надто важким, я не намагатимуся навіть виконати це хоча б якось.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	8. Якщо я роблю щось вкрай необхідне, але не надто приємне для мене, я все одно упиратимуся доти, доки не доведу справу до кінця.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	9. Якщо я вирішив (вирішила) щось зробити, я йтиму напролом до кінця.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	10. Якщо мені не вдається вивчити щось нове, я одразу кидаю цю справу.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	11. Коли проблеми виникають зненацька, мені не вдається впоратися з ними.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	12. Я не намагаюся навчитися чогось нового, якщо воно виглядає надто складним для мене.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	13. Невдачі не бентежать мене, а лише змушують робити ще більш наполегливі спроби впоратися із ситуацією.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	14. Я відчуваю впевненість у своїх силах при вирішенні складних проблем.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	15. Я цілком упевнена у собі людина.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	16. Я легко кидаю справи.	+1 +2 +3 +4 +5

-5 -4 -3 -2 -1	17. Я не схожий (не схожа) на людину, яка легко справляється з будь-якими проблемами.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	18. Мені важко заводити нових друзів.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	19. Якщо я зустрічаю людину, з якою мені було б приємно поговорити, я йду до неї сам (сама), не чекаючи, поки вона підійде до мене.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	20. Якщо мені не вдається стати близьким другом цікавої для мене людини, я, швидше за все, припиню спроби спілкування з нею.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	21. Якщо я познайомився з людиною, яка на перший погляд здається мені не дуже цікавою, я все одно не припиняю одразу контактів з нею.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	22. Я не надто затишно почуваюся на зборах, у компаніях, у великих групах людей.	+1 +2 +3 +4 +5
-5 -4 -3 -2 -1	23. Я придбав (придбала) усіх своїх друзів завдяки своїй здатності встановлювати контакти.	+1 +2 +3 +4 +5

Додаток Г

«Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера»

Інструкція: «Вам буде запропоновано 44 твердження. Уважно прочитайте кожне з них і зробіть позначку в реєстраційному бланку, в клітинці, з відповідним номером твердження. Виберіть варіант відповіді, який Вам найбільш підходить: -3 – не згоден повністю; -2 – не згоден частково; -1 – скоріше не згоден, ніж згоден; 0 – важко відповісти; +1 – скоріше згоден, ніж не згоден; +2 – згоден частково; +3 – згоден повністю. Відповідайте швидко, довго не замислюйтесь»

1. Просування по службі залежить більш за все від вдалого збігу обставин, ніж від здібностей і зусиль людини.
2. Більшість розлучень відбувається через те, що люди не захотіли пристосуватися одна до одної.
3. Хвороба – справа випадку: якщо судилося захворіти, то нічого не вдієш.
4. Люди стають самотніми через те, що самі не виявляють інтересу та дружелюбності до оточуючих.
5. Здійснення моїх бажань часто залежить від везіння.
6. Даремно докладати зусиль для того, щоб завоювати симпатії інших людей.
7. Зовнішні обставини – батьки й добробут – впливають на сімейне щастя не менше, ніж стосунки подружжя.
8. Я відчуваю, що мало впливаю на те, що відбувається зі мною.
9. Як правило, керівництво виявляється більш ефективним, коли повністю контролює дії підлеглих, а не покладається на їх самостійність.
10. Мої оцінки в школі частіше залежали від випадкових обставин (наприклад, від настрою вчителя), ніж від моїх власних зусиль.
11. Коли я будую плани, то вірю, що зможу здійснити їх.
12. Те, що багатьом здається удачею чи везінням, насправді є результатом довгих цілеспрямованих зусиль.
13. Думаю, що правильний спосіб життя може більше допомогти здоров'ю, ніж лікарі та ліки.

14. Якщо люди не підходять один одному, то як би вони не старалися налагодити сімейне життя, вони не зможуть.
15. Те хороше, що я роблю, зазвичай буває належним чином оцінено іншими.
16. Діти виростають такими, якими їх виховують батьки.
17. Успіх у моїх діях обумовлений моїми власними зусиллями.
18. Я намагаюсь не планувати далеко вперед, бо багато залежить від того, як складуться обставини.
19. Мої оцінки в школі більше залежали від моїх знань і підготовленості.
20. У сімейних конфліктах я частіше відчуваю провину за собою, ніж за протилежною стороною.
21. Життя більшості людей залежить від збігу обставин.
22. Я віддаю перевагу такому керівництву, при якому можна самостійно визначати, що та як робити.
23. Думаю, що мій спосіб життя жодною мірою не є причиною моїх хвороб.
24. Як правило, невдалий збіг обставин заважає людям домогтися успіху у своїй справі.
25. Врешті-решт за погане управління організацією відповідальні самі люди, які в ній працюють.
26. Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити в стосунках, що склалися в сім'ї.
27. Якщо я захочу, то зможу повернути до себе майже будького.
28. На підростаюче покоління впливає так багато різних обставин, що зусилля батьків щодо їх виховання часто виявляються марними.
29. Те, що зі мною трапляється, – це справа моїх власних рук.
30. Важко буває зрозуміти, чому керівники діють так, а не інакше.
31. Людина, яка не змогла досягти успіху у своїй роботі, швидше за все, не доклала достатньо зусиль.
32. Частіше я можу добитися від членів моєї сім'ї того, чого хочу.
33. У неприємностях і невдачах, які були в моєму житті, частіше були винні інші люди, ніж я сам (сама).

34. Дитину завжди можна вберегти від застуди, якщо за нею доглядати та правильно одягати.
35. У складних обставинах я вважаю за краще почекати, поки проблеми вирішаться самі собою.
36. Успіх є результатом наполегливої роботи та мало залежить від випадку або везіння.
37. Я відчуваю, що від мене більше, ніж від інших, залежить щастя моєї сім'ї.
38. Мені завжди було важко зрозуміти, чому я подобаюся одним людям і не подобаюся іншим.
39. Я завжди надаю перевагу прийняттю рішень і самостійним діям, а не сподіваюся на допомогу інших або на долю.
40. На жаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними, незважаючи на всі її намагання.
41. У сімейному житті бувають такі ситуації, які неможливо вирішити навіть за великого бажання.
42. Здібні люди, які не зуміли реалізувати себе, свої здібності, повинні звинувачувати в цьому тільки самих себе.
43. Багато моїх успіхів можливі тільки завдяки допомозі інших людей.
44. Більшість невдач у моєму житті були від невміння, від незнання або від лінощів і мало залежали від везіння чи невезіння.

Додаток Ж

Таблиця з первинними даними

			Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі				Опитувальник світоглядної пластичності особистості				
			Псих. благ.	Фізичне здоров'я та благ.	Стосунки	Суб'єкт. благ.	Світоглядна пластичність	Світоглядна критичність	Світоглядний іdealізм	Світоглядний песимізм	Світоглядна принциповість
1	18-40	ж	29	21	17	67	25	11	11	5	11
2	18-40	ж	34	20	21	75	23	12	12	7	13
3	18-40	ж	31	10	6	47	24	6	6	9	8
4	18-40	ч	37	21	15	73	20	10	10	9	13
5	18-40	ж	33	13	14	60	18	8	8	7	9
6	18-40	ж	30	13	14	57	24	11	8	8	10
7	18-40	ж	34	22	12	68	23	11	15	8	14
8	18-40	ж	41	26	24	91	24	10	11	9	11
9	18-40	ж	23	13	12	48	22	11	12	7	12
10	18-40	ч	36	18	14	68	27	12	9	3	12
11	18-40	ж	31	20	11	62	27	9	9	6	10
12	18-40	ч	37	20	15	72	19	7	11	11	8
13	18-40	ч	48	27	16	91	20	11	13	6	10
14	18-40	ж	31	20	22	73	20	9	10	8	12
15	18-40	ч	34	23	21	78	27	12	13	8	10
16	18-40	ж	29	22	16	67	24	12	11	9	11
17	18-40	ж	49	23	24	96	25	12	11	8	13
18	60-80	ж	25	15	10	50	26	11	16	10	13
19	18-40	ж	47	27	21	95	24	12	11	11	10
20	18-40	ж	37	21	15	73	22	10	12	9	9
21	18-20	ж	52	23	18	93	24	14	14	9	12
22	60-80	ж	24	10	9	43	19	10	11	8	9
23	18-40	ч	34	19	12	65	26	9	10	5	11
24	18-40	ж	32	17	12	61	14	8	7	9	4

25	60-80	ж	31	12	15	58	17	12	12	7	9
26	18-40	ч	24	15	12	51	12	4	6	12	2
27	18-40	ж	40	27	24	91	22	11	12	6	12
28	18-40	ж	58	24	22	104	26	11	14	9	10
29	18-40	ж	31	16	15	62	21	10	12	6	12
30	60-80	ж	27	12	7	46	25	15	14	5	15
31	18-40	ж	40	21	17	78	19	11	8	7	11
32	60-80	ж	33	22	15	70	28	15	15	5	13
33	60-80	ч	47	20	12	79	25	10	12	16	14
34	60-80	ж	31	15	20	66	26	13	14	5	15
35	60-80	ж	25	14	17	56	12	12	7	3	15
36	18-40	ж	28	12	14	54	20	12	9	3	12
37	60-80	ж	31	16	20	67	23	12	11	6	15
38	60-80	ж	37	15	16	68	22	15	11	5	12
39	60-80	ч	32	17	15	64	29	13	13	7	9
40	18-80	ч	37	22	14	73	24	8	8	7	15
41	60-80	ж	34	15	12	61	25	12	14	12	11
42	18-40	ж	47	22	19	88	25	11	16	7	11
43	60-80	ж	26	13	13	52	20	12	12	6	14
44	60-80	ж	32	11	10	53	23	12	12	4	15
45	60-80	ж	24	12	8	44	18	10	9	4	9
46	60-80	ч	23	11	10	44	20	10	9	8	12
47	60-80	ж	32	16	15	63	25	12	15	2	14
48	60-80	ж	28	16	15	59	21	12	13	3	13
49	60-80	ж	24	11	7	42	19	13	12	5	14
50	60-80	ж	33	20	13	66	22	9	16	3	15
51	60-80	ж	35	16	16	67	21	11	11	9	13
52	60-80	ж	36	21	15	72	25	10	17	2	15
53	60-80	ж	39	16	14	69	20	8	14	3	14
54	60-80	ж	34	18	12	64	19	12	17	5	13
55	60-80	ж	32	18	14	64	21	10	15	5	13
56	60-80	ж	28	16	12	56	20	9	14	4	14
57	60-80	ж	33	16	12	61	22	14	13	5	15

58	60-80	ж	28	11	17	56	20	11	9	2	14
59	60-80	ч	36	15	18	69	18	7	9	5	13
60	60-80	ж	33	15	17	65	23	11	15	3	15

			Шкала самооефективності у діяльності та у спілкуванні М. Шесра та Дж. Маддукса		Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (РСК) Дж. Роттера						
			Самоефективність у діяльності	Самоефективність у спілкуванні	Шкала загальної інтернальності	Шкала інтернальності в галузі досягнень	Шкала інтернальності в галузі невдач	Шкала інтернальності у сфері сімейних відносин	Шкала інтернальності в галузі виробничих відносин	Шкала інтернальності в галузі міжособистісних відносин	Шкала інтернальності у сфері здоров'я та хвороби
1	18-40	ж	-6	5	19(4)	5(5)	7(5)	2(5)	3(3)	2(6)	1(5)
2	18-40	ж	28	9	4(3)	0(4)	1(4)	0(5)	1(3)	1(5)	1(5)
3	18-40	ж	40	17	32(5)	7(6)	11(6)	7(7)	8(5)	3(6)	1(5)
4	18-40	ч	24	-1	14(4)	5(5)	-4(2)	4(6)	-3(2)	3(6)	2(5)
5	18-40	ж	43	7	14(4)	2(4)	1(4)	-4(4)	2(3)	0(5)	1(5)
6	18-40	ж	-47	10	0(3)	3(5)	1(4)	0(5)	-1(2)	-1(4)	-3(6)
7	18-40	ж	-17	4	12(4)	4(5)	4(4)	1(5)	2(3)	0(5)	0(4)
8	18-40	ж	51	-3	-3(2)	2(4)	-6(2)	0(5)	0(3)	-3(3)	-5(2)
9	18-40	ж	-5	-7	3(3)	1(4)	0(3)	4(6)	-3(2)	-1(4)	-1(4)
10	18-40	ч	48	10	14(4)	3(5)	6(5)	6(6)	4(4)	3(6)	-1(4)
11	18-40	ж	41	-1	16(4)	5(5)	5(5)	6(6)	-2(2)	2(6)	-2(3)
12	18-40	ч	36	-6	14(4)	6(6)	6(5)	-1(4)	5(4)	-1(4)	0(4)
13	18-40	ч	56	-8	16(4)	4(5)	5(5)	8(7)	1(3)	1(5)	2(5)
14	18-40	ж	59	-3	14(4)	3(5)	3(4)	4(6)	3(3)	3(6)	1(5)
15	18-40	ч	19	12	0(3)	-5(3)	0(3)	-4(4)	2(3)	-2(4)	2(5)
16	18-40	ж	12	7	2(3)	2(5)	-3(3)	2(5)	0(3)	0(5)	-1(4)
17	18-40	ж	50	-6	19(4)	6(6)	5(5)	2(5)	0(3)	2(6)	0(4)
18	60-80	ж	40	-5	9(3)	4(5)	2(4)	3(5)	1(3)	1(5)	0(4)
19	18-40	ж	55	3	-2(3)	-1(4)	-4(2)	-4(4)	-3(2)	-1(4)	-3(3)
20	18-40	ж	5	2	16(4)	5(5)	5(5)	4(6)	11(5)	0(5)	-3(3)
21	18-20	ж	53	7	21(4)	6(6)	5(5)	5(6)	2(3)	2(6)	0(4)

22	60-80	ж	-15	20	26(5)	4(5)	7(5)	4(6)	9(5)	1(5)	2(5)
23	18-40	ч	41	3	3(3)	2(5)	-1(3)	0(5)	-2(2)	0(5)	0(4)
24	18-40	ж	-9	-1	7(3)	0(4)	4(4)	4(6)	-2(2)	-2(4)	-1(4)
25	60-80	ж	17	14	-3(2)	5(5)	6(5)	8(7)	6(4)	0(5)	3(6)
26	18-40	ч	1	5	8(3)	5(5)	-5(2)	-3(4)	-5(1)	3(6)	1(5)
27	18-40	ж	-6	8	13(4)	5(5)	5(5)	4(6)	0(3)	-2(4)	-2(3)
28	18-40	ж	42	0	19(4)	9(6)	2(4)	7(7)	0(3)	1(5)	0(4)
29	18-40	ж	-51	-10	5(3)	-4(3)	3(4)	2(5)	-2(2)	1(5)	2(5)
30	60-80	ж	45	-1	19(4)	0(4)	6(5)	7(7)	1(3)	1(5)	2(5)
31	18-40	ж	21	-5	16(4)	5(5)	7(5)	3(5)	0(3)	1(5)	-3(3)
32	60-80	ж	54	0	17(4)	4(5)	3(4)	1(5)	0(3)	0(5)	0(4)
33	60-80	ч	13	-8	18(4)	6(6)	12(7)	6(6)	-2(2)	0(5)	0(4)
34	60-80	ж	7	5	37(6)	6(6)	15(7)	9(7)	6(4)	3(6)	1(5)
35	60-80	ж	41	9	24(5)	6(6)	7(5)	4(6)	6(4)	2(6)	3(6)
36	18-40	ж	-46	11	11(4)	1(4)	3(4)	-2(4)	0(3)	1(5)	0(4)
37	60-80	ж	4	16	57(8)	18(8)	15(7)	15(9)	0(3)	3(6)	6(7)
38	60-80	ж	6	20	15(4)	6(6)	6(5)	4(6)	-2(2)	2(6)	2(5)
39	60-80	ч	19	0	16(4)	4(5)	2(4)	1(5)	3(3)	0(5)	2(5)
40	18-80	ч	44	2	22(5)	5(5)	6(5)	7(7)	0(3)	-2(4)	1(5)
41	60-80	ж	45	1	6(3)	1(4)	3(4)	4(6)	0(3)	3(6)	0(4)
42	18-40	ж	47	0	12(4)	2(5)	10(6)	5(6)	-2(2)	2(6)	-2(3)
43	60-80	ж	19	15	7(3)	2(5)	6(5)	1(5)	0(3)	-3(3)	0(4)
44	60-80	ж	51	6	14(4)	3(5)	5(5)	-2(4)	-2(2)	3(6)	3(6)
45	60-80	ж	20	1	15(4)	-3(3)	5(5)	5(6)	5(4)	-3(3)	1(5)
46	60-80	ч	58	20	14(4)	-1(4)	9(6)	4(4)	-1(2)	-3(3)	1(5)
47	60-80	ж	-38	7	36(6)	9(6)	13(7)	10(7)	9(5)	2(6)	6(7)
48	60-80	ж	-17	18	26(5)	8(6)	8(6)	5(6)	3(3)	0(5)	6(7)
49	60-80	ж	-25	1	23(5)	-1(4)	8(6)	3(5)	8(5)	1(5)	3(6)
50	60-80	ж	27	11	30(5)	9(6)	4(4)	8(7)	5(4)	0(5)	2(5)
51	60-80	ж	39	-8	10(4)	4(5)	8(6)	5(6)	0(3)	2(6)	2(5)
52	60-80	ж	19	7	23(5)	2(5)	9(6)	4(6)	1(3)	0(5)	3(6)
53	60-80	ж	-2	-4	18(4)	6(6)	5(5)	5(6)	2(3)	-1(4)	3(6)
54	60-80	ж	-2	13	15(4)	6(6)	3(4)	1(5)	2(3)	-1(4)	3(6)

55	60-80	ж	10	2	11(4)	-1(4)	8(6)	-1(4)	5(4)	1(5)	3(6)
56	60-80	ж	4	1	14(4)	-3(3)	9(6)	-3(4)	4(4)	1(5)	4(6)
57	60-80	ж	-11	2	17(4)	9(6)	-2(3)	4(6)	2(3)	-4(3)	4(6)
58	60-80	ж	31	4	20(4)	0(4)	8(6)	3(5)	8(5)	0(5)	1(5)
59	60-80	ч	29	4	8(3)	0(4)	4(4)	3(5)	-2(2)	4(6)	0(3)
60	60-80	ж	13	5	18(4)	8(6)	0(3)	3(5)	2(3)	1(5)	4(6)

Короткий звіт подібності

Дата звіту: 6/3/2025

Дата редагування: —

Звіт не був оцінений

Звіт подібності

метадані

Назва організації:
Kyiv National Economic University named after Vadym Hetman KNEU

Заголовок:
Психологічні особливості переживання суб'єктивного благополуччя у осіб різного віку

Автор: Науковий керівник / Експерт
Вигулярна А. О.ст. викл. Тімакова А. В.

підклад:
кафедра педагогіки та психології

Обсяг знайдених подібностей

Коефіцієнт подібності визначає, який відсоток тексту по відношенню до загального обсягу тексту було знайдено в різних джерелах. Зверніть увагу, що високі значення коефіцієнта не автоматично означають плагіат. Звіт має аналізувати компетентна / уповноважена особа.

14.34%
14.34% КП 1

25

Довжина фрази для коефіцієнта подібності 2

6.86%
6.86% КП 2

14060

Кількість слів

4.89%
4.89% КЦ

104491

Кількість словників

Тривога

У цьому розділі ви знайдете інформацію щодо текстових спотворень. Ці спотворення в тексті можуть говорити про МОЖЛИВІ маніпуляції в тексті. Спотворення в тексті можуть мати навмисний характер, але частіше характер технічних помилок при конвертації документа та його збереженні, тому ми рекомендуємо вам підходити до аналізу цього модуля відповідально. У разі вичерпання запитань, просимо звертатися до нашої служби підтримки.

Заміна букв		6
Інтервали		0
Мікропробіли		5
Білі знаки		0
Парафрази (SmartMarks)	д	123

Подібності за списком джерел

Нижче наведений список джерел. В цьому списку є джерела із різних баз даних. Копія тексту означає в якому джерелі він був знайдений. Ці джерела і значення Коефіцієнту Подібності не відображають прямого плагіату. Необхідно відкрити кожне джерело і проаналізувати зміст і правильність оформлення джерела.

ПОРЯДКОВИЙ НОМЕР	НАЗВА ТА АДРЕСА ДЖЕРЕЛА URL (НАЗВА БАЗИ)	Копія тексту
1	http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/11184/1%20%D0%90%D0%BD%D0%B4%D1%80%D1%BE%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_%D0%A1%D0%9F%D0%A4_2020_%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0.pdf?sequence=1&isAllowed=y	176 1.25 %
2	http://rbis.nbuv.gov.ua/cgi-bin/rbis_nbuv/cgi/rbis_f4.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&image_file_name=PDF/spz_2017_2_21.pdf	102 0.73 %
3	http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/37895/Fedorenko.pdf?sequence=1	76 0.54 %