

УДК 159.938.3 + 159.923
ББК Ю994 + Ю937

МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ «ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ»

Ю.Е. Черняева

В результате анализа «Компендиума психодиагностических методик России и СССР 1907–2012» было найдено 24 методики, исследующие компоненты психологического благополучия. Предложена классификация методик, проведен анализ особенностей методик и проанализированы их психометрические характеристики.

Ключевые слова: психологическое благополучие, методики, классификация, психометрические характеристики.

Начиная с середины XX века, с развитием экзистенциальной и гуманистической психологии появляются новые понятия, в частности, вводится понятие, одновременно характеризующее степень позитивного функционирования личности и удовлетворенность человеком собственной жизнью – «психологическое благополучие личности».

С середины прошлого века происходит построение ряда оригинальных теорий, описывающих природу и строение психологического благополучия [5, 6]. Кроме того, наряду с развитием теоретической базы, создаются новые методы диагностики психологического благополучия. В настоящий момент разработано более 50 методик. В отечественной психологии разработка понятия «психологическое благополучие личности» началось не так давно, и на данный момент не существует его общепризнанной дефиниции. Под ним подразумевают ряд тождественных по своему значению понятий, таких как «психическое здоровье», «норма», «нормальная и аномальная личность», «позитивный стиль жизни», «эмоциональный комфорт», «качество жизни» и др. [1]. Сообразно теоретическим описаниям данного феномена создаются методики, измеряющие те или иные аспекты субъективного благополучия человека. Однако в нашей стране количество их значительно меньше, нежели за рубежом. В настоящем исследовании был проведен анализ отечественных методик, так или иначе исследующих психологическое благополучие человека.

Работа по поиску методик условно была разделена на три этапа: поиск информации о методиках, классификация найденных методик и анализ качества разработанных методик.

На этапе поиска информации был сформулирован ряд ключевых терминов, описывающих психологическое благополучие: благополучие, удовлетворение, счастье, процветание. Эти термины были использованы при

поиске методик. Поиск проводился в базе данных «Компендиум психодиагностических методик СССР и России 1907-2012». Компендиум состоит из краткого описания более 1400 методик, выпущенных в России и СССР с 1907 года. Происходил поиск ключевых слов по всем поисковым полям базы Компендиума. При совпадении части слова анализировались все поля данной методики. В результате было найдено 24 психодиагностические методики.

Вторым этапом исследования была работа по классификации найденных методик. После качественного анализа компонентов методик были выделены следующие классы методик: методики, исследующие психологическое благополучие как часть некоего большего конструкта; методики, непосредственно изучающие только психологическое благополучие; и методики, в которых есть шкалы, соответствующие отдельным компонентам конструкта «психологическое благополучие».

После разнесения всех методик по классам было выделено два дополнительных подкласса: методики, предназначенные для диагностики всех сфер жизнедеятельности человека, и диагностирующие отдельные сферы жизнедеятельности человека. Результаты классификации приведены в таблице 1.

Наибольшее число созданных методик относится к сфере диагностики отдельных параметров психологического благополучия в различных сферах человеческой жизнедеятельности. Причем, можно выделить несколько сфер жизнедеятельности, в которых производится диагностика: эмоциональное благополучие ребенка в детском саду, эмоциональное благополучие работника, эмоциональное благополучие в семейных отношениях.

Вторым идет класс методик, созданных для диагностики «психологического благополучия» независимо от сферы жизнедеятельности. Его составляют следующие методики: методика диагностики удовлетворённости жизнью, методика «Индекс общего психологического благополучия», шкала психологического благополучия К. Рифф, методика «Индекс жизненной удовлетворенности».

Методика исследования удовлетворённости жизнью может использоваться как «...показатель адаптированности по внутреннему критерию в рамках исследования общей адаптации к жизни» [2]. Методика состоит из 36 утверждений и включает в себя три фактора: «Жизненная включённость», «Потеря направления», «Потеря опоры». У методики проверены содержательная валидность, критериальная валидность, конструктивная валидность и ретестовая надежность. Опросник стандартизирован на выборке 618 человек.

Методика «Индекс общего психологического благополучия» [7] предназначена для оценки эмоциональных расстройств, возникающих вследствие соматических заболеваний. Методика содержит 6 субшкал: тревога, депрессия, самоконтроль, общее здоровье, эмоциональное благополучие, жизненная энергия. Данных о валидности и надежности не найдено.

Таблица 1

Классификация методик, исследующих психологическое благополучие

	Все сферы жизнедеятельности	Отдельные сферы жизнедеятельности
Психологическое благополучие как часть методики	<ol style="list-style-type: none"> 1. Психологические затруднения 2. Ваше самочувствие 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка психологического статуса ликвидаторов последствий аварии на ЧАЭС 2. Методика для диагностики учебной мотивации школьников 3. Рефлексия затруднений в осуществлении профессиональной деятельности практического психолога 4. Тест интерперсональных отношений
Психологическое благополучие	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методика диагностики удовлетворённости жизнью 2. Методика «Индекс общего психологического благополучия» 3. Шкала психологического благополучия К. Рифф 4. Методика «Индекс жизненной удовлетворенности» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Субъективное экономическое благополучие и его измерение
Отдельные параметры психологического благополучия	<ol style="list-style-type: none"> 1. Опросник субъективного отчуждения 2. Шкала субъективного благополучия 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тест для определения эмоционального благополучия ребенка в группе детского сада 2. Я, мама и детский сад 3. Анкета для выявления объекта и причин эмоционального неблагополучия ребенка 4. Шкала профессиональной тревожности педагога 5. Изучение удовлетворенности учителей своей профессией и работой 6. Методика диагностики трудовой мотивации 7. Диагностика структуры мотивов трудовой деятельности 8. Опросник компонентов удовлетворенности трудом 9. Методика «Типовое семейное состояние» 10. Методика диагностики удовлетворенности в значимых отношениях <p>Методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей</p>

Шкала психологического благополучия К. Рифф [3] состоит из шести шкал: автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения, жизненные цели, самопринятие.

Методика прошла стандартные психометрические процедуры проверки надежности и валидности. Была проведена стандартизация методики.

Методика «Индекс жизненной удовлетворенности» [4] предназначена для измерения наиболее общего психологического состояния человека, определяемого его личностными особенностями, системой отношений к различным сторонам своей жизни. Методика ИЖУ состоит из 20 вопросов, результаты ответов которых сводятся к 5 шкалам, характеризующим различные аспекты общего психологического состояния человека и его удовлетворенности жизнью. Данных о психометрических характеристиках методики не найдено.

Таким образом, основываясь на разных теоретических конструктах, каждая методика представляет уникальную систему измерения «психологического благополучия личности». В связи с различным содержанием, лежащим в основе методик конструктов, несмотря на схожие названия, становится сложным сравнение результатов, полученных в различных исследованиях с применением данных методик. Также следует обратить внимание на тот факт, что только два автора заявляют о проверке психометрических характеристик созданных методик.

В результате предложена классификация методик на основании двух параметров: сфера жизнедеятельности и «полнота» использования конструкта. Наибольшее число методик предназначено для диагностики отдельных компонентов психологического благополучия в различных сферах жизнедеятельности. Для диагностики всех компонентов конструкта «психологическое благополучие» предназначено всего 4 методики, и только в отношении двух из них известны психометрические характеристики.

Библиографический список

1. Батулин, Н.А. Теоретическая модель личностного благополучия / Н.А. Батулин, С.А. Башкатов, Н.В. Гафарова // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2013. – Том 6. – № 4. – С. 4–14.
2. Диагностика социально-психологической адаптации личности: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. – 57 с.
3. Жуковская, Л.В. Шкала психологического благополучия К. Рифф / Л.В. Жуковская, Е.Г. Трошихина // Психологический журнал. – 2011. – Т. 32. – № 2. – С. 82–93.
4. Митина, Л.М. Психология развития конкурентоспособной личности / Л.М. Митина. – М.: Изд-во МПСИ, 2003. – С. 192–194.

5. Шевеленкова, Т.Д. Исследование личностного способа существования человека в современном мире (опыт гуманистического направления в зарубежной психологии) / Т.Д. Шевеленкова // Психология личности в условиях социальных изменений. – М.: Институт психологии РАН, 1993. – С. 21–37.

6. Шевеленкова, Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко. – М.: Психологическая диагностика, 2005. – № 3. – С. 95–129.

7. Шкалы, тесты и опросники в медицинской реабилитации / под. ред. А.Н. Беловой, О.Н. Щепетовой. – М: Антидор, 2002. – С. 99.