



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th November, 2025

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЖЕНЩИН

Равшанова М.А.

Магистр Узбекско-белорусского факультета
«Инновационная педагогика» НПУУз имени Низами,
БГПУ имени Максима Танка Ташкент, Узбекистан

Махмудова Д.А.

НПУУз имени Низами Профессор кафедры
практической психологии Ташкент, Узбекистан
ladyorom@mail.ru

Аннотация

В современной психологии большое внимание уделяется изучению позитивного функционирования человека, одно из важных понятий которого — «психологическое благополучие». Психологическое благополучие определяет область переживаний личности, влияет на взаимоотношения с другими людьми и на стремление к самосовершенствованию.

Ключевые слова: благополучие, личность, женщина, жизнедеятельность, структура, гендер, стереотип.

Abstract

In modern psychology, much attention is paid to the study of positive human functioning, one of the key concepts being "psychological well-being." Psychological well-being defines the scope of an individual's experiences, influences relationships with others, and influences the desire for self-improvement.

Keywords: well-being, personality, woman, life activity, structure, gender, stereotype.

Начавшиеся в зарубежной психологии личности во второй половине XX века исследования психологического благополучия породили многообразие



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th November, 2025

подходов к определению содержания этого понятия (N. Bradburn, 1969; E. Diener, 1984, 1995; C. Ryff, 1989, 1995, 1996; R. Ryan, E. Deci, 2000; A. Waterman, 1993), а также многочисленные эмпирические его исследования, направленные в основном на изучение различных «внешних» (социокультурных, социально-экономических, социально-психологических, психологических) факторов, его обуславливающих (N. Bradburn, 1969; Б. Diener, 1984, 1995; Т. Kasser, & R. Ryan, 1993; С. Ryff, 1995; R. Richard & С. Frederick, 1997). Исследования тендерных и возрастных различий в психологическом благополучии, как в зарубежной, так и отечественной психологии, сравнительно немногочисленны (С. Ryff, 1995). В основном они показывают снижение или же повышение оценок по шкалам психологического благополучия. Структура психологического благополучия (в том числе ее тендерные и возрастные особенности) практически не исследовалась. В то же время особенности психологического благополучия характеризуются не только величиной его показателей, но и связями между его компонентами и его общим уровнем. Именно исследование структуры психологического благополучия обнаруживает, какие из его компонентов оказываются наиболее значимыми для переживания удовлетворенности собой и своей жизнью каждым отдельным человеком, а также людьми разного возраста и пола, позволяет дать не только количественную, но и качественную характеристику «низкого» и «высокого» психологического благополучия. Психологические факторы благополучия личности изучались в основном в контексте «средовых влияний» (степень удовлетворения основных потребностей, характер межличностных отношений и т.п.) (R. Ryan, E. Deci, 2000; R. Ryan, 2004; J.G. La Guardia, 2000; R. Ryan & Т. Kasser, 2004; П.П. Фесенко, 2005; А.В. Воронина, 2002). Однако социальная среда, социальный контекст, в котором живет и функционирует человек, не всегда прямо и непосредственно определяет его психологическое благополучие, связанное не только с объективно существующими характеристиками социального контекста (например, отсутствием или наличием семьи, работы, детей и пр.), но и с субъективным «восприятием» человеком социальной среды как определенного фрагмента «жизненного мира», с особенностями значимых



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th November, 2025

отношений, которые устанавливает человек с окружающим его социальным миром. Значимость для человека определенных сфер его жизнедеятельности (семьи, работы), а также таких «объектов» как «супруг/супруга», «ребенок», отношение к ним, специфика представлений о них - все это можно рассматривать как важные субъективные факторы, связанные с особенностями психологического благополучия. Изучению связи данных субъективных факторов с компонентами структуры психологического благополучия у низко и высоко психологически благополучных молодых женщин посвящено наше исследование. Такой ракурс исследования психологического благополучия позволил нацелить его на решение одного из центральных теоретических вопросов, который не ставился в психологии личности: с чем в большей степени связаны различия в особенностях психологического благополучия с его уровнем или же с возрастными особенностями испытуемых. Результаты исследований психологического благополучия обнаруживают парадокс. С одной стороны, женщины вообще обнаруживают более высокие показатели психологического благополучия по сравнению с мужчинами (К. Рифф, 2000; П.П. Фесенко, 2005). С другой - их тендерная роль, особенности тендерной социализации и дифференциации, сложившиеся и функционирующие в современном обществе тендерные стереотипы обуславливают наличие глубоких интер- и интрапсихических конфликтов, необходимо снижающих уровень актуального психологического благополучия (Ю.Е. Алешина, А.С. Волович, 1991; М.Ю. Арутюнян, 1987; М.С. Мацковский, Т.А. Гурко, 1986; З. А. Янкова, 1980; А.Г. Харчев, С.И. Голод, 1971; Ш. Берн, 2002; О.Б. Божков, В.Б. Голофаст, 1986; О.А. Воронина, 1988; Ю. Градскова, 1999; Е.И. Комаров, 1989; Гозман, 1987; Абалакина, 1987; Гозман, Алешина, 1988; Eagly & Steffen, 1986; Williams & Best, 1990; Bliar & Lichter, 1991). Более того, работающие женщины в современном обществе попадают в ситуацию «двойной занятости» (на работе и дома), что, в свою очередь, неоднозначно влияет на уровень их психологического благополучия. Можно предполагать, что представления работающих женщин и их отношение к своему месту и роли в сфере профессиональной деятельности и в семье, значимость для них работы, семьи, собственного ребенка, мужа, -



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th November, 2025

являются субъективными факторами, по-разному связанными с компонентами и уровнем психологического благополучия у высоко и низко психологически благополучных женщин. Работающие женщины - это именно тот контингент, при исследовании которого эти обозначенные выше субъективные факторы могут быть выявлены. Остаются практически не исследованными возрастные различия в проявлении данных субъективных факторов, а также возрастные особенности их связи с уровнем и отдельными компонентами психологического благополучия. До сих пор не удается понять, что стоит за возрастными изменениями в особенностях психологического благополучия. Лонгитюдные исследования в данной области затруднены. Мы не можем проследить выборку на протяжении 35 лет, и даже если бы это было возможно, не можем учесть все внешние факторы, повлиявшие в этот период на переживание психологического благополучия, такие как развод, увольнение с работы, вынужденный переход на другую работу, конфликты в семье и т.д. Поэтому изучение методом срезов «эталонной» выборки (то есть выборки в рамках одного тендера, выровненной по уровню образования, социально-демографическому критерию, а также уравненной с точки зрения влияния «внешних» факторов на переживание актуального психологического благополучия - наличие работы, полной семьи, детей и пр.), а также сопоставительный анализ «крайних групп» - низко и высоко благополучных женщин позволяет: 1) расширить представление о психологическом благополучии, дать качественную характеристику низкого и высокого его уровня; 2) прояснить связь обозначенных выше специфичных для исследуемого тендера субъективных факторов с переживанием психологического благополучия в разных возрастных группах, а также в группах, различающихся по уровню психологического благополучия. Таким образом психологическое благополучие указывает на личностную способность и готовность молодой женщины на принятие себя на организацию и управлению окружающей средой.



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th November, 2025

Список литературы

1. Кроник А.А., Ахмеров Р.А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. М.: Смысл, 2003.-284 с.
2. Линч М. Базовые потребности и субъективное благополучие с точки зрения теории самодетерминации./Психология. Журнал высшей школы экономики. Том 1, №3.2004. С. 137-142.
3. Липовецкий Жиль. Третья женщина: незыблемость и потрясение основ женственности. Санкт-Петербург, 2003 г. 499 с.
4. Маслоу А. Психология бытия. — М.:«Рефл-бук», Киев, «Ваклер»,1997. — 304 с.71. «Мир детства: Подросток». Под. ред. Хрипкова А.Г., Москва, 1982 г., 192-196, 401-412 с.
5. Обеспечение равенства полов: Политика стран Западной Европы. Под. ред. Гардинер Ф. Москва 2000 г. 312с.
6. Палуди М. Секреты женщин в психологии. Москва, «ОЛМА-ПРЕСС», 2003г. -384 с.