

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Національний аерокосмічний університет ім. М.Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Гуманітарно–правовий факультет

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота

(тип кваліфікаційної роботи)

Магістр

(освітній ступінь)

на тему «Специфіка зв'язку рівня щастя, психологічного благополуччя
зіставленням до смерті»

ХАІ.704.7–96п1/2.23О.053.9998249 КР

Виконав: здобувачка б курсу групи № 7–96п1/2

Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»

(код та найменування)

Спеціальність 053 «Психологія»

(код та найменування)

Освітня програма «Психологічне консультування та
психотерапія»

(найменування)

Смирнова Д. М.

(прізвище та ініціали здобувача)

Керівник: Тиньков О.М.

(прізвище та ініціали)

Рецензент: Приходько Д. П.

(прізвище та ініціали)

Харків – 2023

Міністерство освіти і науки України
Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Факультет Гуманітарно-правовий факультет

Кафедра психології

Рівень вищої освіти другий магістерський

Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
(код і найменування)

Спеціальність 053 «Психологія»
(код і найменування)

Освітня програма «Психологічне консультування та психотерапія
(найменування)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

Ю. І. Гулий
(підпис) (ініціали та прізвище)

«01» вересня 2022 р.

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Смирнова Дарина Миколаївна
(прізвище, ім'я та по батькові)

1. Тема кваліфікаційної роботи Специфіка зв'язку рівня щастя, психологічного благополуччя зіставленням до смерті

керівник кваліфікаційної роботи Тиньков О. М. канд. психол. наук, доцент
(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом Університету №1700-уч від «20» грудня 2022 року.

2. Термін подання здобувачем кваліфікаційної роботи «20» січня 2023 р.

3. Вихідні дані до роботи: визначити зв'язок щастя та психологічного благополуччя зі ставленням людини до смерті.

4. Зміст пояснювальної записки: Провести теоретичний аналіз літератури з проблем щастя, психологічного добробуту, ставлення до смерті; Проаналізувати зв'язок показників щастя, психологічного благополуччя із показниками ставлення до смерті; Провести порівняльний аналіз показників щастя, психологічного добробуту і ставлення до смерті.

5. Перелік графічного матеріалу:

Рис. - 14

Табл. - 12

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
1	Тиньков О. М. канд. психол. наук, доцент каф. 704	11.10.22	31.10.22
2	Тиньков О. М.. канд. психол. наук, доцент каф. 704	01.11.22	18.11.22
3	Тиньков О. М. канд. психол. наук, доцент каф. 704	19.12. 22	06.01.23

Нормоконтроль _____ С. В. Кузьміна «20» січня 2023 р.
(підпис) (ініціали та прізвище)

7. Дата видачі завдання «01» вересня 2022 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів кваліфікаційної роботи	Примітка
1.	Затвердження теми, мети та завдань кваліфікаційної роботи	01.09.22-07.10.22	
2.	Складання плану роботи	08.10.22-10.10.22	
3.	Аналіз літературних джерел. Написання першого розділу кваліфікаційної роботи	11.10.22-31.10.22	
4.	Визначення психодіагностичного інструментарія для проведення практичної частини дослідження. Написання другого розділу кваліфікаційної роботи.	01.11.22-18.11.22	
5.	Проведення практичної частини дослідження.	21.11.22-09.12.22	
6.	Статистична обробка отриманих даних.	12.12.22-16.12.22	
7.	Написання третього розділу кваліфікаційної роботи.	19.12. 22-06.01.23	
8.	Написання загальних висновків. Оформлення списку використаних літературних джерел, додадку(ків) та змісту.	09.01. 23–11.01.23	
9.	Передзахист.	12.01.2023	
10.	Внесення коректив до тесту кваліфікаційної роботи.	13.01.23-17.01.23	
11.	Оформлення та підписання відповідної документації(висновок керівника, висновок кафедри, рецензія та довідка на предмет наявності порушень академічної доброчесності)	10.01.23-20.01.23	
12.	Підготовка електронної презентації та тексту доповіді.	18.01.23-19.01.23	
13.	Строк подання здобувачем роботи на кафедру.	20.01.23	
14.	Захист.	24.01.23	

Здобувач

_____ (підпис)

Д. М. Смирнова
(ініціали та прізвище)

Керівник кваліфікаційної роботи

_____ (підпис)

О. М. Тиньков
(ініціали та прізвище)

Реферат

Кваліфікаційна робота: 77 с., 14 рис., 12 табл., 4 дод., 32 джерел.

Ключові слова: ЩАСТЯ, ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ, СМЕРТЬ, ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЖИТТЯМ, ЕМОЦІЇ.

Об'єкт дослідження – щастя, суб'єктивне благополуччя та психологічний добробут. Предмет дослідження – зв'язок щастя, суб'єктивного та психологічного благополуччя зі ставленням людини до смерті. Мета дослідження – визначити зв'язок щастя та психологічного благополуччя зі ставленням людини до смерті. Методи дослідження: теоретичний аналіз проблеми дослідження; психодіагностичні методики; та методи математичної статистики. Висновки: виділяють два підходи поняття щастя: гедоністичний та евдемоністичний. Чим вищий рівень щастя людини, та її психологічне благополуччя, тим його ставлення до смерті більш оптимістичні, та нижчий рівень страху смерті і вони меншою мірою розглядають смерть як можливість втечі від життєвих проблем.

Abstract

Qualifying paper: 77 pages, 14 pictures, 12 tables, 4 appendices, 32 sources.

Key words: HAPPINESS, PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, DEATH, LIFE SATISFACTION, EMOTIONS.

Object of research is - happiness, subjective well-being and psychological well-being. The subject of the research is the connection of happiness, subjective and psychological well-being with a person's attitude to death. The purpose of the research is to determine the relationship between happiness and psychological well-being with a person's attitude to death. Methods of research: theoretical analysis of the research problem; psychodiagnostics, methods of mathematical statistics. Conclusions: distinguish two approaches to the concept of happiness: hedonistic and eudaemonistic. The higher the level of happiness of a person and his psychological well-being, the more optimistic his attitude towards death, the lower the level of fear of death and to a lesser extent they consider death as an opportunity to escape from life's problems.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ЗВ'ЯЗКУ ЩАСТЯ, ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ З ВІДНОШЕННЯМ ДО СМЕРТІ... 6	
1.1 Підходи до поняття щастя у психології	6
1.2 Уявлення про ставлення до смерті у психології	21
1.3 Дослідження зв'язку рівня щастя та психологічного благополуччя із ставленням до смерті	26
РОЗДІЛ 2. ПРОЦЕДУРА ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	30
2.1 Характеристика вибірки.....	30
2.2 Характеристика методів дослідження	30
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ РІВНЯ ЩАСТЯ, ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЗІСТАВЛЕННЯМ ДО СМЕРТІ....	33
3.1 Загальний аналіз результатів дослідження	33
3.2 Результати дослідження зв'язку рівня щастя та психологічного благополуччя із ставленням до смерті.....	52
ВИСНОВКИ.....	68
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	71
ДОДАТКИ.....	74
Додаток А Дані середнього та стандартного відхилення	74
Додаток Б Значні відмінності за досліджуваними параметрами між чоловіками та жінками	75
Додаток В Значні відмінності за досліджуваними параметрами між випробуваними, які перебувають у шлюбі і не одружені	76
Додаток Д Значні відмінності за досліджуваними параметрами між респондентами, які мають дітей та не мають дітей.....	77

ВСТУП

Актуальність дослідження: щастя - фундаментальна категорія людського буття, одна з вічних тем, що хвилюють людей. Про нього мріють усі, і кожен розуміє його по-своєму. Для одних індивідів щастя – це короткостроковий, але дуже інтенсивний стан блаженства, для інших – стабільне відчуття добробуту. Хтось бачить щастя у володінні чимось важливим, а для когось це особливе відчуття, яке не залежить від об'єктивних підстав.

У науковій літературі можна знайти десятки інтерпретацій терміну «щастя», кожне з яких пропонує своє трактування поняття та надає йому своїх специфічних рис. Досі повною мірою не вирішено проблему об'єктивації суб'єктивного переживання щастя та уявлення про нього. Також залишається відкритим і продовжує викликати безліч суперечок питання, як можна досягти щастя. Це зумовлено тим, що щастя як реальне явище і як предмет аналізу важко ідентифікувати воно є своєрідною квінтесенцією людського життя, пов'язане з усіма, навіть незначними аспектами та проявами.

На сьогоднішній день існують два основні підходи до щастя: гедоністичний та евдемоністичний. Кожен із цих підходів оперує своїми поняттями та використовує свої методи дослідження. У гедоністичному підході щастя дорівнює поняттю суб'єктивне благополуччя. Щастя є суб'єктивним відчуттям і розглядається як поняття, що складається з когнітивного (задоволеність життям) та афективного (баланс позитивних та негативних емоцій) компонентів. Щастя відчувається зараз життя. В евдемоністичному підході до щастя, основним поняттям є психологічне благополуччя, яке включає як суб'єктивну, так і об'єктивну складові які пов'язується з самореалізацією особистості, з її ресурсами та позитивними якостями, з особистісним зростанням. Психологічне благополуччя характеризує міру зрілості та оптимальності особистісних механізмів саморегуляції життєдіяльності. Ці поняття включають в себе об'єктивні і

суб'єктивні компоненти, що надають взаємний вплив один на одного, і в сукупності більш повно описують щастя людини. Реалізація потреби бути щасливим відбувається при усвідомленні того факту, що людське життя короткочасне та кінцеве.

Проблема щастя індивіда замикається із проблемою смерті. З погляду екзистенційного підходу, смерть сприймається як одне з кінцевих даностей людського буття. І від того, як людина ставиться до смерті, більшою мірою залежить її психологічний добробут: або людина бере відповідальність за своє життя і проживає його свідомо, або наслідками будуть фрустрація та психопатологія. Таким чином, одним із факторів, що зумовлюють рівень щастя, є ставлення людини до смерті, яке включає страх смерті, уникнення теми смерті, ставлення до смерті як способу позбавлення від страждань.

Актуальність цієї теми зумовлена потребою суспільства на створення умов, що сприяють розкриттю внутрішнього потенціалу людини, реалізації особистості протягом життя. Тим часом ставлення людини до самої себе та свого життя є одним із найважливіших компонентів його життєвих стратегій. Це породжує проблему виявлення, якою мірою суб'єктивне переживання щастя та психологічний добробут людини пов'язано з його ставленням до смерті.

Об'єкт дослідження – щастя, суб'єктивне благополуччя та психологічний добробут.

Предмет дослідження – зв'язок щастя, суб'єктивного та психологічного благополуччя зі ставленням людини до смерті.

Мета дослідження – визначити зв'язок щастя та психологічного благополуччя зі ставленням людини до смерті.

Відповідно до даної мети були поставлені наступні завдання:

1. Провести теоретичний аналіз літератури з проблем щастя, психологічного добробуту, ставлення до смерті;
2. Проаналізувати зв'язок показників щастя, психологічного благополуччя із показниками ставлення до смерті;

3. Провести порівняльний аналіз показників щастя, психологічного добробуту і ставлення до смерті.

Методи дослідження: теоретичний аналіз проблеми дослідження; психодіагностичний: тест-опитувальник «Оксфордський опитувальник щастя», «Шкала психологічного благополуччя» (К. Ріфф) опитувальник «Ставлення до смерті» (І. Ю. Кулагіна, Л. В. Сенкевич), опитувальник «Ставлення до смерті» (К. А. Чистопольська); та методи математичної статистики: U-критерій Манна-Уїтні; ϕ^* -кутове перетворення Фішера; коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

Дослідження проводилося добровільно із використанням Google-форм. Респонденти були ознайомлені з метою дослідження та правилом конфіденційності. У дослідженні взяли участь 67 особи віком від 20 до 60 років. З них 22 чоловіка віком від 28 до 60 років та 45 жінок віком від 20 до 55 років.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ЗВ'ЯЗКУ ЩАСТЯ, ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ З ВІДНОШЕННЯМ ДО СМЕРТІ

1.1 Підходи до поняття щастя у психології

Для того щоб найбільш повно розкрити феноменологію щастя та уявлень про нього, слід провести детальний теоретичний аналіз, що дозволяє визначити все різноманіття поглядів представників психологічних наук на проблему, що вивчається. Розгляд різних аспектів проблеми щастя дозволить виявити змістовні характеристики даного поняття.

На сьогоднішній день у психологічній науці немає єдиної, прийнятої всіма авторами теорії щастя. Немає єдиної думки про змістовну сторону щастя, не визначено обсяг даного поняття, практично відсутній методичний інструментарій для його фіксації та кількісного виміру.

Складність дослідження щастя у тому, що становить проблему позначити сам предмет дослідження. У сучасних наукових працях термін щастя визначається по-різному. В. Татаркевич, автор монографії з дослідження феномену щастя, зауважує, що серед праць, які вивчають щастя, за два тисячоліття не написано книги, в якій найповніше було б розкрито проблематику щастя в комплексі всіх його сторін. У своїй праці «Про щастя та досконалість людини» В. Татаркевич зазначає, що поняття щастя важко визначати. Серед причин він бачить такі: багатозначність поняття; щастя визначається як ідеальне, із реальним воно співвідноситься віддалено; щастя – двоїсте поняття, що містить у собі одночасно два компоненти суб'єктивний та об'єктивний [9].

Основи поглядів на щастя у науці було закладено давньогрецькими філософами, у навчанні яких позначилося два розуміння щастя. Одне з них отримало назву гедонізму, а інше евдемонізму. Трансформація філософських ідей про щастя в психологічне поняття, відбувалася досить довго і важко

знаходила відображення в різних психологічних напрямках. У результаті науці позначилися як і два підходи – гедоністичний і евдемоністичний.

В основі гедоністичного підходу, сформульованого Арістіппом, лежить необхідність задоволення біологічних потреб і задоволення, що випробовується при цьому, вищим благом і метою життя є чуттєві задоволення, прагнення до насолод. Гедоністичний підхід, розробляється переважно в контексті позитивної, когнітивної та поведінкової психології. Як найбільш загальний індикатор гедоністичного підходу розуміється «переживання щастя» або «суб'єктивне благополуччя» людини, яке визначається через досягнення задоволення та уникнення невдоволення, при цьому задоволення трактується в широкому розумінні – це не тільки тілесне задоволення, а й задоволення від досягнення значних цілей, результатів. У рамках цього підходу щастя як психологічне поняття, що характеризується задоволеністю та наявністю сенсу в житті індивіда, переважанням позитивного емоційного стану, прийняттям людиною всіх своїх сторін, доброзичливим ставленням до навколишнього світу та цілісним відчуттям часу. Щастя обумовлено об'єктивними та суб'єктивними факторами і включає в себе емоційний та когнітивно-поведінковий компоненти. У понятті щастя прихильники гедоністичного підходу виділяють три аспекти:

1. задоволеність життям – те, як людина оцінює своє життя загалом і в різних сферах: задоволеність професійною діяльністю, дозвіллям, шлюбом, собою та ін;
2. переважання позитивних емоцій;
3. відсутність негативних емоцій (стресу, тривоги, проявів депресії).

У сучасних дослідженнях як основний індикатор щастя виступає як кожен із зазначених аспектів окремо, так і їхній спільний прояв [14].

Прихильники гедоністичного підходу вважають, що психологічному благополуччю людини сприяє насамперед успішна адаптація в соціумі. Щаслива людина – це така людина, яка відповідає прийнятим у суспільстві ідеалам благополуччя, а саме досягла висот у кар'єрі, має особисті та важливі

ділові контакти, забезпечена матеріально. Особливу увагу звертається на те, що збільшення кількості позитивних емоцій – досягнення значущих у суспільстві результатів, задоволення від свого життя, можливо, насамперед завдяки здатності індивіда адаптуватися до мінливого соціального простору.

Виходячи з вищесказаного, можна зробити висновок, що сенс гедоністичного щастя полягає в досягненні максимальної кількості позитивних емоцій в даний момент часу і в нівелюванні негативних факторів, тобто передбачається якомога більше задоволення своїх бажань або потреб. Гедонізм акцентується на задоволенні та насолоді.

Багато вітчизняних та зарубіжних учених критикують гедоністичний підхід. Так, С. Л. Рубінштейн писав, що життя перетворюється на гонитву за задоволенням, що відвертає людину від вирішення її життєвих завдань, - це не життя, а її збочення, що призводить до неминучого її спустошення [3].

В. Франкл вказує на те, що потяг до щастя є саморуйнуванням, якщо в його основі лежать чуттєві насолоди. Саме такі прагнення визначають, на думку вченого, багато неврозів. На підставі безлічі емпіричних фактів він робить важливий для всього свого вчення висновок про те, що ми на цьому світі не для того, щоб насолоджуватися [15].

Найбільш суттєвим із критики є зауваження про те, що в гедоністичному підході приділяється недостатньо уваги теоретичному обґрунтуванню емпіричного матеріалу [6].

Багатозначність та розмитість поняття щастя робили його погано застосовним у конкретних наукових дослідженнях. З появою у 60-ті роки. XX століття досліджень феномена щастя, з'явилося поняття «суб'єктивного благополуччя» як порівняно чітко визначеного та вимірного аналога поняття «щастя».

Як початкова точка емпіричних досліджень щастя в психології приймається огляд У. Вілсона. У своїй статті він зробив спробу привести в систему всі думки, які існували на той час з приводу корелятивів щастя, задоволеності, позитивних емоцій за відсутності бази даних, отриманих

емпіричним шляхом. У результаті першому етапі вивчення суб'єктивного благополуччя щаслива людина описувався так: молода, здорова, добре освічена, добре оплачувана, екстравертована, оптимістична, безтурботна, релігійна, одружена людина з високою самооцінкою, бойовим духом, скромними прагненнями, будь-якої статі та рівня інтелекту. Всі гіпотези, що пояснюють різний рівень щастя, Вілсон об'єднав у дві групи: «Належне задоволення потреб породжує щастя, а постійне незадоволення потреб породжує нещастя» і «Ступінь успішності, необхідна для задоволеності, залежить від рівня адаптації чи рівня домагань, який порівнянням з іншими, особистими цінностями та іншими факторами» [9].

Тому було запропоновано говорити не про дійсний рівень благополуччя, а використовувати поняття «деклароване» або «визнане» щастя. Подібна орієнтація дослідників суб'єктивного благополуччя пов'язана з тим важливим становищем, що воно оцінюється самим індивідом з позицій його цінностей та цілей, які завжди індивідуальні та не підлягають будь-яким узагальненням. Виходячи з цього, універсальної для всіх структури благополуччя бути не може, тому увага вчених спрямована на вивчення факторів, що впливають на почуття щастя та задоволеності. У цьому контексті разом із поняттям благополуччя використовують термін якість життя, до якого входять соматичні, психологічні та соціальні чинники. Соматичний вимір включає побічні ефекти занять спортом та/або лікування. Психологічне вимірювання є мірою благополуччя людини, що визначається в термінах дискомфорту і дистресу. Психосоціальне відбиває звані психосоціальні стресори, яких ставляться як серйозні, і повсякденні стресові ситуації та події.

Теоретичною основою вивчення конструкту благополуччя з'явилися дослідження М. Бредберна. Вивчаючи взаємозв'язок між рівнем психологічного добробуту та різними соціальними чинниками, він виявив, що шкали негативного та позитивного афекту одна з одною не пов'язані, і показують незалежні кореляції зі шкалою загального благополуччя. Виходячи з цього, Бредберн зробив висновок про те, що добробут – це баланс між

позитивним та негативним афектом, який проявляється у вигляді загального відчуття задоволеності чи незадоволеності життям [4]. Згодом таке розуміння щастя набуло широкого поширення.

Послідовник М. Бредберна, Е. Дінер, запроваджує термін «суб'єктивне благополуччя» і виділяє у ньому три складових: суб'єктивна задоволеність життям, позитивний афект, негативний афект.

При цьому він говорить про те, що варто розрізняти поняття психологічного добробуту та суб'єктивного благополуччя, мається на увазі, що суб'єктивне благополуччя входить у психологічне благополуччя, як окремий компонент [7]. У своїй оглядовій статті, присвяченій конструкту суб'єктивного благополуччя, зробив важливі висновки щодо психологічних та інших корелятивів суб'єктивного благополуччя, підтверджуючи цим більшу частину ідей Вілсона. Щастя можна як рису особистості як і стан. Вчені говорять про те, що існує схильність людини відчувати певний рівень емоцій, і вона може діагностуватися незалежно від оцінки поточного стану. З безлічі змінних, які порівнювалися в дослідженнях, задоволеність життям виявилася більш стійкою і стабільною, тому Е. Дінер зробив висновок про те, що в неї існує певна особистісна основа.

М. Аргайл виділяв самі складові, зводячи їх у поняття щастя. Щастя та суб'єктивне (психологічне) благополуччя Аргайл вважав ідентичними [2].

У 1976 р. Ф. Ендрюс та С. Уїзі виділили три складові суб'єктивного благополуччя: задоволеність життям, позитивні емоції та негативні емоції [4]. Суб'єктивне благополуччя позитивно корелює з позитивними емоціями та негативно – з негативними. На відміну від суб'єктивного благополуччя, задоволеність життям, є не лише емоційною оцінкою, а й включає когнітивний компонент.

У цілому нині, суб'єктивне благополуччя, зазвичай, розглядають як одномірний, не розкладається на компоненти кількісний показник, дає сумарну, інтегральну оцінку суб'єктивного якості життя і щастя індивіда. У ході експериментів було виявлено, що задоволеність будь-якими сферами

життя визначається загальною задоволеністю, рідше – навпаки. Тут додатково слід враховувати, що оцінка індивідом свого життя загалом на 70% визначається негайним настроєм [4]. Суб'єктивне благополуччя – це цілісне психологічне переживання свого життя. Воно є досить точним операційним еквівалентом поняття щастя, що у моделі суб'єктивного переживання. Суб'єктивне благополуччя досить просто виміряти.

У вітчизняній психології розробка проблематики благополуччя людини розпочалася нещодавно.

Р. М. Шаміонов, розглядає поняття «щастя» і «суб'єктивне благополуччя» як споріднені, але не тотожні [1]. Узагальнюючи безліч досліджень, Р. М. Шаміонов дає таке визначення суб'єктивного благополуччя, це поняття, що виражає власне ставлення людини до своєї особистості, життя і процесів, що мають важливе для неї значення з точки зору засвоєних нормативних уявлень про «благополучну» зовнішню і внутрішню середу, і що характеризується переживанням задоволеності [6].

Найбільш повне визначення благополуччя дає Л. В. Куликов, який представляє даний психологічний феномен як злагодженість психічних процесів та функцій, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги, а духовне благополуччя – як відчуття причетності до духовної культури суспільства, усвідомлення можливості долучатися до багатств духовної культури (вгамовувати духовний голод), просування в розумінні сутності та призначення людини, усвідомлення та переживання сенсу свого життя [26]. Розглядаючи благополуччя як інтегративну освіту, Л. В. Куликов виділяє такі взаємопов'язані елементи суб'єктивного благополуччя:

1. соціальне благополуччя – задоволеність своїм соціальним статусом, станом суспільства, до якого належить індивід, міжособистісними зв'язками;
2. духовне благополуччя – можливість долучатися до багатств духовної культури, усвідомлення та переживання сенсу свого життя, наявність віри (у себе, Бога чи долю), свобода віросповідання;

3. фізичне (тілесне) добробут – гарне фізичне самопочуття, тілесний комфорт, відчуття здоров'я;

4. матеріальне благополуччя – задоволеність матеріальною стороною свого життя, стабільністю матеріального достатку;

5. психологічний добробут (душевний комфорт) – злагодженість психічних процесів, гармонія особистості, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги [27].

У зарубіжній літературі серед компонентів суб'єктивного благополуччя рідко, проте виділяють відсутність тривоги і депресії, соціальну успішність, задовільні сімейні відносини. Оскільки для нашого суспільства матеріальна сторона має високу значущість А. Л. Журавльов та А. В. Юревіч вводять термін суб'єктивне економічне благополуччя [18]. На нього впливають такі параметри, як задоволеність обставинами життя в соціальному та економічному плані, благополуччя значимих для людини оточуючих, відносини з найближчим колом спілкування, оцінка особистої успішності в житті та те, наскільки реалізовано таку потребу як фінансову автономність. Найчастіше об'єктивний соціальний та економічний статус людини має менший вплив на суб'єктивне економічне благополуччя, ніж суб'єктивна оцінка самої людини.

За словами В. А. Хашченко, задоволеністю життям та суб'єктивний економічний добробут надають взаємний вплив один на одного, як прямо, так і опосередковано. Їм було виділено чотири типи людей залежно від співвідношення суб'єктивного економічного добробуту із задоволеністю життям: потребують і незадоволені; забезпечені, але незадоволені; потребують, але задоволені; забезпечені та задоволені [7].

Таким чином, можна говорити про три основні нюанси підходу у термінах суб'єктивного благополуччя. По-перше, даний підхід, спирається на суб'єктивну оцінку самої людини про те, наскільки щасливою вона відчувається. По-друге, цей підхід базується на методах діагностики позитивних аспектів життя, але не відсутності негативних складових. По-

третє, це сукупна, повна оцінка всіх сторін життя, хоча існують роботи з вивчення окремих сторін життя: задоволеності у парі, у роботі, у сфері здоров'я.

У гедоністичному підході щастя зводиться до балансу позитивних та негативних емоцій.

Прогалини, властиві гедоністичному підходу, прагнуть заповнити прихильники евдемоністичного підходу (від грец. *eudaimonia* – «щастя, блаженство»), який виступає як альтернатива та доповнення до гедоністичної позиції.

Евдемонізм пов'язував щастя з володінням чеснотою. Евдемонія – вираз ідеалу, якого треба прагнути, найвище духовне благо. Відповідно до цього значення сенс щастя пов'язується не з суб'єктивними переживаннями і з емоціями радості, захоплення, задоволення, а з наближенням до ідеалу, з «ідеальними орієнтирами». Евдемоністичне щастя передбачає прагнення людини відповідати своєму призначенню, що виражає її «справжнє Я». Своє «справжнє Я» кожен знаходить шляхом розвитку всіх тих потенцій, які закладені не тільки в загальній природі людського роду, а й унікально представлені і в окремій особистості. Таким чином, евдемонія означає як загальний принцип світосприйняття, а й ідею самовдосконалення особистості, реалізацію людиною себе як духовної, розумної істоти. Ці ідеї, що відобразили важливі сторони мотивації та спрямованості людини до своєї «справжності» та «здійсненності», знайшли свій розвиток у сучасних гуманістичних теоріях. З розвитком ідей цього напрямку пов'язані теорії самоактуалізації, самоздійснення та самовираження особистості, концепції цілепокладання та ідентичності, логотерапевтична теорія В. Франкла з пошуками сенсу життя та ціннісними устремліннями. Евдемоністичне розуміння цієї проблеми будується тому постулаті, що особистісне зростання – головний і найнеобхідніший аспект благополуччя.

Автором, який зробив внесок у вивчення психологічного благополуччя, стала американська дослідниця К. Ріфф. Маючи дослідження М. Бредберна,

вона розробила власну структуру благополуччя. Ріфф протиставляє емоційному балансу ідею позитивного функціонування, що спирається на певні особистісні характеристики, що передбачають благополуччя їх власникам. Ці характеристики Ріфф називає психологічним благополуччям. Благополуччя тут визначається не як емоційне переживання, а об'єктивна наповненість необхідними психологічними особливостями, що дозволяють суб'єкту функціонувати в усіх відношеннях успішніше, ніж за їх відсутності. У структуру психологічного добробуту входять шість характеристик: позитивні відносини з іншими людьми, прийняття себе, автономія, компетентність, наявність цілей, що приносять у життя спрямованість і зміст, особистісне зростання. Це ті психологічні блага, які є маркером щасливої людини. Їхня відсутність або дефіцит призводить до відчуття незахищеності та відсутності опори при настанні складних життєвих обставин.

Нині з'являється дедалі більше праць вітчизняних психологів, з вивчення різних граней психологічного благополуччя: предиктори і детермінанти, перебіг розвитку, структура, психологічні кореляти, прояви залежно від віку. Психологічне благополуччя активно досліджується як основна детермінанта найбільш сприятливого функціонування людини в різних сферах життєдіяльності: сімейні відносини, робота, екстремальні, важкі умови життя.

Відповідно до Л. В. Куликовим, у складі психологічного благополуччя необхідно виділяти когнітивну та емоційну складові. Когнітивний компонент пов'язані з існуванням в індивіда досить несуперечливої картини світу, з усвідомленням реальностей життєвої ситуації. Емоційна складова виражається як переживання, що поєднує почуття, які викликані успішністю чи провалами індивіда у будь-яких напрямках діяльності. Л. Г. Пучкова додатково виділяє мотиваційно-поведінкову складову, яка передбачає контроль над подіями життя та існування мети у житті.

А. В. Вороніна пропонує розглядати у структурі психологічного благополуччя чотири показники, що йдуть один за одним: психосоматичне здоров'я, соціальна адаптація, психічне здоров'я та психологічне здоров'я.

Автор висловлює думку про те, що на кожному наступному з цих рівнів у особистості формується нове сприйняття себе, світу і себе в цьому світі. Завдяки цьому стають помітні нові можливості для реалізації цілей, прояви творчості, збільшується кількість ступенів свободи вибору здорової поведінки [8].

Є. Б. Весна, О. С. Ширяєва визначають психологічний добробут як систему необхідних ресурсів особистості, що забезпечують суб'єктивну та об'єктивну успішність людини у системі «суб'єкт – довкілля» [6]. Вивчивши психологічний добробут людини в екстремальних природних умовах, на основі аналізу вітчизняної та зарубіжної літератури, автори як складові психологічного благополуччя визначили п'ять компонентів: афективний метаспоживнісний, світоглядний [6].

Є. Б. Весна та О. С. Ширяєва характеризують психологічний добробут людини через процес ідентифікації із власним та зовнішнім «Я». У першому випадку першому плані виходять суб'єктивні переживання, у другому – взаємодія особистості з навколишнім світом. Показниками згоди у системі «суб'єкт – навколишній світ» виступають суб'єктивні та об'єктивні критерії благополуччя індивіда. Об'єктивними критеріями виступають соціальні норми та статистичні дані. Суб'єктивними критеріями – задоволеність життям та переважання позитивних емоцій [6].

Ще один аспект до розуміння психологічного благополуччя розроблено Т. Д. Шевеленковій та П. П. Фесенко. Автори визначають психологічний добробут як виражене у суб'єктивному відчутті щастя, задоволеності собою та своїм життям, інтегроване переживання, пов'язане з фундаментальними цінностями та потребами людини. З визначення бачимо, що психологічне добробут представлено як суб'єктивний феномен, який був із системою внутрішніх цінностей самого індивіда. Психологічне благополуччя у розумінні авторів ґрунтується на об'єктивній оцінці особистості себе та свого життя, і одночасно на аспектах позитивної життєдіяльності людини. Роблячи свої висновки на підставі концепції К. Ріфф, вони запропонували трактувати

психологічний добробут людини як складне переживання нею задоволеності своїм життям, де миттєво знаходять своє відображення актуальні та потенційні аспекти життєдіяльності особистості. Т.Д. Шевеленкова та П.П. Фесенко виділяють «актуальний психологічний добробут» та «ідеальний психологічний благополуччя» [52]. Тут важливо наголосити, що індивід оцінює своє життя з погляду його ідеальної картини світу.

Таким чином, на основі евдемонічного підходу щастя має місце, коли життя і діяльність людини не просто викликає позитивні емоції, але узгоджується з її глибинними цінностями і передбачає повне його включення та залучення. Це якийсь внутрішній ідеал досконалості, справжня сутність, з якою людина звиряє свої дії, щоб висловити і реалізувати себе, це життя, у якому людина як отримує задоволення, а й реалізує своє справжнє Я.

Поділ розуміння щастя на гедоністичне та евдемоністичне допомагає визначати найбільш загальні типологічні відмінності щасливих людей. Виділені головні базові типи щастя є основними векторами щасливого життя людини, відповідно до яких набувають свого реального змісту її суб'єктні характеристики. Один із цих векторів пов'язаний з гедоністичними установками, коли задоволення нагальних потреб існування, поточні переживання та чуттєві задоволення визначають всю ціннісну структуру.

Інший вектор, навпаки, націлений більш високі ідеали, смисложизненні мети, заради досягнення яких людина виявляється здатним переносити поневіряння, страждання і «муки буття» у реальному. Цим двом основним векторам щастя відповідають і певні типи мотивації, в яких роль особистості як суб'єкта життєдіяльності виступає різною мірою і в різних формах: мінімізованої, розпливчастої та дезінтегрованої в одних випадках і чітко вираженого, внутрішньо структурованого, співвіднесеного з масштабом цілісного життя. Тим самим є підстави говорити про те, що реальне життя різних людей, що суб'єктивно переживається ними як щасливе, може істотно відрізнятися за своїми суб'єктивними характеристиками.

Також необхідно відзначити, що у кожного з зазначених вище різновидів щастя є сильніші і слабші сторони, свої переваги і свої недоліки, тому питання про те, який з них кращий, кращий чи корисний для особистості, немає однозначної відповіді. Проте загальнолюдський досвід показує, що об'єктивно більш «мудрим» виявляється щастя набуття сенсу, життєвих цінностей, здібностей, поваги та визнання людей, що ближче до його евдемоністичного типу, пов'язаного із самореалізацією особистості.

Таким чином, у розумінні щастя можна виділити два підходи: суб'єктивістський підхід, що ідентифікує щастя із суб'єктивним відчуттям, та об'єктивістський підхід у термінах особистісних змінних, що відображають рівень психологічного та соціального благополуччя, що пов'язує щастя з рівнем реалізації особистісного потенціалу.

Як було зазначено раніше, вивчення проблеми розуміння щастя є досить складним через відсутність розроблених наукових теорій у цій сфері. Крім того, особливістю категорії щастя, при розумінні його як об'єктивного блага, і як суб'єктивного переживання виступає його абсолютний характер. Щастя не може бути стриманим, половинчастим, воно завжди розглядається як граничний стан, який не може бути більшим або меншим, кількісно вимірювати можна лише тривалість чи стійкість його прояву в житті людини [24].

Тим не менш, в результаті емпіричних досліджень можна виділити низку факторів, що детермінують стан щастя. Як правило, ці фактори диференціюють на об'єктивні та суб'єктивні.

До об'єктивних факторів відносяться: вік, стать, здоров'я, сімейний статус, наявність дітей, дохід, робота, дозвілля, освіта.

Так шлюб і задоволеність їм входять до класичного списку факторів, що детермінують рівень щастя [2]. Численні психологічні та соціологічні дослідження показують, що люди, які перебувають у шлюбі, почуваються щасливішими. Так, згідно з соціологічним дослідженням Кисельової, сім'я є найчастіше званим джерелом щастя [23].

Наявність дітей також є чинником, що зумовлює рівень щастя, хоча результати досліджень менш однозначні. Наприклад, дослідження М. Є. Пермякової та О. С. Віндекер на вибірці 1520 чоловік зрілого віку показало, що чим більше дітей у сім'ї, тим щасливішими почуваються респонденти [19]. А дослідження П. М. Козирьовий з колегами говорить про протилежне: щасливішими вважають себе респонденти, які не мають дітей [24].

До об'єктивних факторів відносять і стать людини. У більшості досліджень не виявляється значних відмінностей у рівні щастя чоловіків і жінок, проте фіксуються істотні відмінності в їх уявленнях про те, що таке щастя.

До суб'єктивних чинників ставляться індивідуально-психологічні, особистісні особливості людини.

Першим фактором є позитивний емоційний настрій, фізіологічно викликаний нейротрансмітерами. На оцінку задоволеності життям впливає і домінуючий емоційний стан, оскільки він розглядається як безпосередній індикатор суб'єктивного благополуччя. Оптимістичний погляд на світ також впливає на відчуття щастя. Професор Гарвардського університету Д. Вейлант називає оптимізм зрілим способом захисту [10].

Наступним чинником вирізняється емоційний інтелект. Розробники його моделі Дж. Майер і П. Селовеї визначають емоційний інтелект як уміння людини усвідомлювати емоції та почуття свої та інших людей, диференціювати їх та здійснювати дії відповідно до отриманих даних [16].

У своїх дослідженнях Д. Гоулман, автор однієї з моделей соціального інтелекту, стверджує, що життєвий успіх індивіда залежить не так від його коефіцієнта розумового розвитку (чий внесок оцінюється лише в 20%), як від коефіцієнта емоційного розвитку [11].

На думку Д. В. Люсіна володіючи досить високим рівнем соціального інтелекту, люди черпають позитивні емоції з навколишньої соціальної реальності, навчившись змінювати її на краще. Такі люди менше схильні до депресій і схильні оцінювати навколишню дійсність більш позитивно, що у

свою чергу провокує добрі вчинки, прояв кращих рис характеру допомоги іншим людям і турботі про близьких.

Важливим психологічним фактором сприйняття себе як щасливої людини, на думку М. Селігмана, є задоволеність власним минулим. Позитивні почуття бувають пов'язані з минулим, сьогоднішнім та майбутнім. До розряду останніх ставляться оптимізм, як на благополучний розвиток подій. З цим пов'язані радість, захоплення, спокій, ентузіазм, збудження, задоволення і, саме головне, любов до життя. Позитивні почуття, пов'язані з минулим – задоволеність, почуття виконаного обов'язку, гордість, спокій.

На думку М. Аргайла, здатність почуватися щасливим є вродженою рисою людини. Можливо, що ця схильність до щастя визначається характерною структурою особистості, яка має певне співвідношення якостей. Сюди входять екстраверсія - інтроверсія, нейротизм, ставлення до себе, також впливають контроль і наявність мети в житті. Досить сильно щастя взаємопов'язане з екстраверсією. Екстраверсія визначається як спрямованість людини на навколишній світ, світ зовнішніх об'єктів. Екстравертам притаманні такі якості – ініціативність, гнучкість поведінки, комунікабельність, гарна адаптація у суспільстві. Екстравертованість пов'язана з вираженим переживанням щастя. Вважається, що щастя екстравертів пояснюється перевагою, яку вони надають несучим позитивний заряд соціальним ситуаціям. Можна сказати, вважає Аргайл, що екстраверсія – причина щастя. Д. Ларсен і Т. Кетелаар встановили, що екстраверти сильніше за інтроверти реагують на позитивні стимули – поєднання екстраверсії з приємними ситуаціями викликає значні позитивні емоції [28].

У ході лонгітюдного дослідження М. Аргайл з'ясував, що екстраверсія прогнозує наявність щастя на п'ять місяців вперед, проте цей зв'язок опосередкований іншою властивістю – асертивністю, тобто вмінням впливати на інших людей, залишаючись при цьому з ними в доброзичливі відносини.

Як було зазначено раніше, ще одним фактором, що визначає здатність людини почуватися щасливим, є нейротизм. Нейротизм, під яким розуміється

нестійкість нервової системи, неврівноваженість, швидка мінливість емоційних процесів, тривожність формують несприятливу життєву перспективу. Нейротизм впливає як на емоційне тло, що відкладає відбиток на події, що відбуваються в житті, так і на когнітивні процеси, пов'язані зі сприйняттям і переробкою даних подій, з їх інтерпретацією і наданням їм сенсу. Нейротизм має значно негативну кореляційну зв'язком із рівнем щастя. З усіх складових благополуччя, відповідно до досліджень П. Коста та Р. Мак-Кре, нейротизм найбільше позитивно корелює з негативними емоціями [22]. Протилежністю нейротизму є стабільність, врівноваженість, узгодженість психічних процесів, здатність керувати власними емоціями. Однією з важливих складових щастя чи суб'єктивного благополуччя є відсутність таких негативних емоційних станів, як тривога та депресія, що у свою чергу визначає високу якість життя.

Значним чинником, що має зв'язок із відчуттям щастя є самооцінка. Так, Р. Кемпбелл говорить про те, що задоволеність людини собою пов'язана із задоволеністю життя сильніше, ніж будь-який інший аспект особистості. Люди в пригніченому, депресивному стані схильні оцінювати результати власних дій негативніше, вони також схильні недооцінювати якість своїх дій [3].

Стійка і висока самооцінка - маркер психологічного благополуччя людини, рівня її задоволеності собою та власним життям. Людина з адекватною самооцінкою, у будь-яких ситуаціях зберігає повагу себе, має більшої стійкістю у періоди невдач, ніж людина із заниженою самооцінкою. Висока самооцінка та повага до себе – це невичерпне джерело творчої активності.

Важливим фактором, що сприятиме переживанню щастя, є внутрішній контроль. Е. Дайнер та деякі інші дослідники стверджують, що є певна категорія людей, для яких властиве почуття внутрішнього контролю. Такі люди вважають, що вони, а не збіг обставин чи інші люди, визначають напрямок їхнього життя. Людям із високими балами за шкалою «внутрішній

контроль» найбільшою мірою характерне відчуття суб'єктивного благополуччя. До цієї категорії можна віднести людей, які вважають, що в їхньому житті досить багато варіантів для вибору дій у певних обставинах. А. Наркес показав, що у людей, яким властиво почуття внутрішнього контролю складні життєві обставини надають менше впливу, оскільки вони вміють знаходити надієвіші способи подолання проблем. Такі люди докладають зусиль для того, щоб змінити негативні обставини та якимось вплинути на ситуацію, а не змиритися з нею. Почуття внутрішнього контролю дозволяє бути гнучкішим і вибирати ефективні способи розв'язання проблем.

Тісно взаємопов'язані із відчуттям щастя і такий фактор, як наявність мети у житті. Життя людини набуває сенсу в тому випадку, якщо у нього є далекосяжні плани та цілі.

Отже, можна дійти невтішного висновку у тому, що важливою умовою щастя є показники і властивості самої особистості. Важлива роль тут відводиться гармонійності організації психіки та її адаптивним можливостям, адекватність суб'єктивного сприйняття відображуваним явищам та обставинам, відповідність психічних реакцій інтенсивності зовнішніх подразників, упорядкованість та причинну обумовленість психічних явищ, критичну самооцінку та оцінку навколишніх обставин, здатність навколишнього оточення та його організації відповідно до прийнятих морально-етичних норм, почуття прихильності та відповідальності по відношенню до близьких людей, здатність складати та здійснювати свій життєвий план.

1.2 Уявлення про ставлення до смерті у психології

Ставлення до смерті – найважливіша складова сприйняття світу людиною. Ставлення до смерті робить істотний внесок у формування світогляду. У різні епохи ставлення до неї відрізнялося. На думку А. Я. Гуревича, проживання смерті близьких, спосіб життя після смерті, ритуали,

пов'язані зі смертю, ставлення до померлих, символізм, що відповідає смерті, є невід'ємною частиною будь-якої культури. Страх смерті існує з появи людини, це спонукає суспільство шукати способи впоратися з нею. Гуревич вважає, що вивчення установок щодо смерті може допомогти у розумінні ставлення людей до життя та її основних цінностей у різні епохи [13].

Ф. Ар'єс у своїй праці «Людина перед смертю» показує взаємозв'язок між ставленням до смерті, властивим суспільству певному етапі розвитку, і найчастіше що у цьому суспільстві типом особистості. Так, на першому етапі «приручена смерть» людина сприймала себе як частину природи і розглядала смерть як факт життя. Смерть не розглядається як удар долі, цвинтарі розташовувалися в межах населених пунктів, похоронні обряди були спрямовані на зближення членів сім'ї покійного, вважалося, що після смерті людина засинає вічним сном до пришествя Христа. Починаючи з другого етапу, що зветься «смерть своя» і бере початок у XI–XIII ст. у зв'язку з проголошенням ідеї Страшного Суду, на людей чекає вже не загальний суд наприкінці часів, а особистий на межі власної смерті. Ар'єс вважає, що такі погляди пов'язані з розвитком самосвідомості. Взаємодіючи з темою смерті людина усвідомлює особисту унікальність, закінчення життя стає завершенням індивідуальної історії. Близькість розташування цвинтарів, вид трупів стає неприйнятним. Одночасно смерть знаходить своє вираження у мистецтві. Третій етап бере початок у Європі епохи Просвітництва і називається «смерть далека і близька». Люди тієї епохи сповнені життєвих сил, прагнуть насолоди, людина робить спроби протиставити себе природі і, як наслідок, відмирають психологічні захисти, що працювали до цього, смерть розглядається як щось невгамовне, некероване. Епоха романтизму окреслила четвертий етап «смерть твоя». У цей час смерть розглядається як щось прекрасне.

Внаслідок важливості люблячих відносин та інституту шлюбу, смерть коханої людини, стала непоправною втратою, трагічною подією, ніж власна смерть. Страх перед судом Бога нівелювався, смерть часто хотіли, щоб

зустрітися зі своєю другою половиною. П'ятий, заключний етап, що бере початок у ХХ ст., Ф. Арьєс назвав «смерть перевернута». Існуючі раніше заборони на сексуальні теми були перенесені на тему смерті і все, зробивши навіть згадку про неї непристойною. Люди в сучасному світі живуть так, ніби смерті не існує, смерть людини та пов'язані з нею турботи тепер стосуються лише близьких членів сім'ї та офіційних організацій. Культура, зосереджена на задоволеннях та насолоді, ігнорує смерть, оскільки смерть може підірвати її принципи.

Особливості суспільства, що характеризують «перевернуту смерть», описуються низкою вчених. Е. Кюблер-Росс вказує на те, що процес вмирання став механізованим процесом, людина знаходиться в ньому віч-на-віч із собою. Медична система влаштована таким чином, що для хворої людини виключається право на самостійне ухвалення рішень щодо тієї допомоги, яку вона отримує, на смерть в оточенні рідних у знайомій обстановці. Смерть близької людини спричиняє почуття агресії і образи на померлого, у суспільстві ці почуття придушуються. Дітей усувають від процесу похорону, не розмовляють із ними про смерть, у результаті в дітей віком не формується сприйняття смерті, як природного процесу завершення життя. Все це призводить до того, що страх смерті наростає, рівень стресу збільшується, з'являється потреба допомоги перед смертю і вмирання [11].

Е. Фромм вказував на таке протиріччя. З одного боку, сучасне суспільство націлене на некрофілію, виявляє інтерес до застиглого, штучного, механізованого, поширюється культ деспотизму. З іншого, смерть як явище виключається із культурного поля.

Відчуження життя від смерті призводить до «омертвіння» життя, знелюднення [26].

Таким чином, у сучасному світі ми спостерігаємо відсутність індивідуального сенсу існування, і як наслідок людині в нашому суспільстві властиве таке ставлення до смерті, як страх смерті та уникнення теми смерті, насамперед це стосується себе та близьких людей.

У психології вивчення теми смерті розпочалося у ХХ ст. У психоаналізі проблематика смерті була глибоко опрацьована. З. Фрейд говорив про те, що смерть не представлена в несвідомому, тому що людина не має такого досвіду [23]. Але пізніше тема смерті з'явилася в праці «По той бік принципу задоволення», в якій об'єднувалися положення потягу до смерті, які розробляли А. Адлер, С. Шпільрейн, В. Штекель, К. Г. Юнг. Відповідно до другої теорії потягів, у людині діють протидіючі сили: «інстинкт життя» Ерос і «інстинкт смерті» Танатос [24]. Смерть, що розцінювалася раніше, як щось, що знаходиться зовні людини, тепер стає внутрішньоособистісним явищем. Це є серйозним поворотом у розвитку науки.

М. Кляйн висловлює незгоду з ідеєю Фрейда у тому, що страх кастрації первинний стосовно страху смерті. Вона вважає, що страх смерті посилює страх кастрації, але не тотожний йому. Також, на відміну З. Фрейда, Кляйн вважає, що страх смерті представлений у несвідомому людини. Вона погоджується з думкою Фрейда про наявність у несвідомому інстинкту смерті, але вважає, що несвідомий страх смерті протистоїть йому.

Більшою мірою розгорнуто тему смерті представлено в екзистенційній традиції. І. Ялом говорить про те, що смерть одна з чотирьох екзистенційних даностей поряд зі свободою, ізоляцією та безглуздістю. Ці даності осмислюються через рефлексію та переживання «прикордонних ситуацій». Конфронтація людини з екзистенційними даностями викликає конфлікт. Зіткнення індивіда з темою смерті та її свідомість провокує тривогу, а тривога запускає захисні механізми.

І. Ялом виклав такі твердження щодо місця уявлень про смерть у психіці людини:

1. Страх смерті безперервно присутній у психіці індивіда і значно впливає з його поведінка.
2. З темою смерті людина зустрічається вже в ранньому періоді розвитку, подолання страху смерті стає ключовим завданням зростання.
3. Психопатології формуються, коли психологічні захисту виявляються

неефективними проти страху смерті.

4. Свідомість власної кінцівки може бути психотерапевтичним механізмом.

Поняття «страх смерті» та «тривога смерті» І. Ялом пропонує вважати тотожними. Разом про те С. Кьєркегор розводив ці поняття. Він говорив про те, що страх спрямований на щось конкретне, тобто має свій предмет, а тривога пов'язана з перспективою індивіда самому стати нічим, тобто спрямована в нікуди. Для того, щоб подолати тривогу смерті І. Ялом пропонує зміщення її від ніщо до чогось, тобто з його точки зору необхідно опрацювати страх смерті, оскільки саме він є причиною тривоги.

На додаток до прийнятих у психоаналізі психологічних захистів від страху смерті (заперечення та витіснення), І. Ялом пропонує розглядати ще дві:

1. Віра у свою винятковість. Цьому захисту властива несвідома впевненість людини, яка не піддається логіці, в тому, що вона не така, як інші, і смерть, хвороби і трагедії її не торкнутися.

2. Віра у рятівника. Переконавання людини у тому, що є якась всемогутня сила, яка завжди захищає [12].

В. Франк стверджує, що кінцівка людського життя не позбавляє життя сенсу, а навпаки, вкладає в неї сенс. Розуміючи, що життя має кінець, людина має максимально повно використовувати даний час і реалізовувати наявні можливості [15].

Д. Діггорі та Д. Ротман, вивчаючи переживання людей з приводу особистої смерті, склали наступний перелік страхів:

1. Коли я помру, моїм близьким буде дуже боляче.
2. Моїм цілям та починанням настане кінець.
3. Я боюся вмирати у муках.
4. Я перестану щось відчувати.
5. Я не зможу піклуватися про тих, хто залежить від мене.
6. Я побоююся наслідків, якщо виявиться, що після смерті життя існує.

7. Мене лякає те, що буде з моїм тілом після того, як я помру [2].

На заперечення смерті витрачається більшість життєвої енергії, впорання зі страхом смерті – важлива складова психіки окремої людини (психологічні захисту) і суспільства загалом (релігія, цвинтарі, віра у розвиток). Серед методів символічного досягнення вічного життя Р.Д. Ліфтон виділяє такі: біологічний, теологічний, творчий, шлях нескінченності природи, шлях трансцендування его [5].

Г. Фейфель виділяє три шари феномена смерті: свідомий, фантазійний, підпорогове свідомість. Занепокоєння, пов'язане зі смертю цих рівнях істотно відрізняється, збільшуючись від першого до третього [21].

Таким чином, ставлення до смерті пов'язане, з одного боку, з культурним полем країни, з іншого, з індивідуальною системою цінностей особистості. Воно може характеризуватись страхом смерті, уникненням теми смерті, ставленням до смерті як способу позбавлення від мук життя.

1.3 Дослідження зв'язку рівня щастя та психологічного благополуччя із ставленням до смерті

Л. В. Восковська, А. К. Прима, дослідивши ставлення до смерті в осіб із різним психологічним віком, виявили, що відчуття насиченості власного життя впливає на ставлення особистості до своєї ймовірної смерті, що, своєю чергою, сприяє різним формам поведінки. Так, незважаючи на те, що для випробуваних, незалежно від віку, характерне розуміння смерті як переходу з одного стану в інший, їх емоційні та поведінкові компоненти ставлення до смерті є різними. Особи, психологічний вік яких вищий за хронологічний, в основному характеризуються наявністю позитивних уявлень про смерть. Вони займають рефлексивну позицію щодо усвідомлення обмеженості життя смертю. Рівень тривоги щодо факту своєї кінцівки у представників цієї підгрупи є середнім. Найпоширеніші емоції щодо смерті – почуття провини.

У осіб, психологічний вік яких дорівнює хронологічному, також

переважають позитивні уявлення щодо смерті. Вони так само, як і представники першої підгрупи мають середній рівень страху смерті, не прагнуть досягнення тілесного безсмертя, але на відміну від попередньої групи не може уявити свою смерть.

Особи, у яких психологічний вік нижче за хронологічний мають високий рівень страху смерті, ставлення до смерті більш негативне, ніж позитивне, проте вони демонструють альтруїстичні поведінкові стратегії – готові допомагати вмираючим і важко хворим, а прагнення до досягнення безсмертя тут нижче [9].

У своєму дослідженні, яке мало на меті виявити наявність або відсутність зв'язку між страхом смерті та рівнем свідомості та задоволеності життям і, за її наявності, визначити тип ставлення до смерті, що відповідає вищому рівню свідомості та задоволеності життям, П. Р. Дмитрієва з'ясувала, що ставлення до смерті безпосередньо пов'язане із задоволеністю та свідомістю життя. А саме, згідно з отриманими даними, низький рівень страху смерті відповідає більшій життєвій включеності, цілеспрямованості, задоволеності процесом та результатом, впевненості у можливості керувати своїм життям. У разі провідним типом ставлення до смерті є нейтральне сприйняття як прийняття людиною факту кінцівки свого життя.

Високий рівень страху смерті, навпаки, відповідає меншій задоволеності життям, меншій включеності та свідомості зі зниженим рівнем занепокоєння про майбутнє, що можна трактувати як відсутність сенсу і, як наслідок, тривожних переживань щодо його реалізації. Ці дані узгоджуються з результатами дослідження Volt, де було виявлено зворотну кореляцію між танатичною тривогою та прагненням до свідомості життя. Подібні дані ми зустрічаємо у Вонга, який свідчить, що наявність суб'єктивного сенсу життя знижує рівень страху смерті. Провідним типом ставлення до смерті у цій групі людей, крім страху, є наближення прийняття як віра життя після смерті. Цей факт підтверджує думку Г. Фейфела про те, що віра в потойбічне життя сприяє невротизації, і, навпаки, заперечує позицію Корнева і Смирнова про те, що

одним із найсильніших методів боротьби зі страхом смерті є віра у продовження життя після смерті. Результати проведеного П. Р. Дмитрієвої дослідження показують, що віра в потойбічне життя не сприяє подоланню страху та підвищенню рівня задоволеності та свідомості життя [15].

У дослідженні І. В. Сакоренка та колег «Пацієнти геронтологічного центру «Переделкіно»: ставлення до старіння, смерті, задоволеність життям та оптимізм», яке було проведено серед людей похилого віку, було виявлено, що оптимісти легше приймають старіння, більше задоволені своїм життям та менш схильні думати про смерть. Песимістам більш властива екзистенційна тривога, а оптимісти прагнуть проживати щодня усвідомлено, повноцінно. Оптимізм і песимізм не просто умонастрій особистості, це різноспрямована орієнтація у світі, песимізм і оптимізм, до того ж впливають і на думки про смерть. Як показало дослідження, нав'язливі думки про смерть та песимізм сприяють виключенню відчуття задоволеності життям [12].

Досліджуючи ставлення до смерті молоді з різним рівнем суб'єктивного благополуччя, Е. П. Процукович виявив, що більш проблемне ставлення до смерті, зокрема до своєї власної, зазначено у групі суб'єктивно неблагополучних респондентів. Показники ставлення до смерті і смерті взагалі ідентичні групи благополучних, що може вказувати на здатність даних респондентів керувати своїм життям більшою мірою [24].

Таким чином, ми бачимо, що рівень свідомості життя та задоволеності життям, рівень відчуття насиченості власного життя, оптимізм пов'язані зі ставленням до смерті.

Отже, категорія щастя є предметом дискусій та досліджень вже багато століть, і при цьому не втрачає актуальності й нині. Єдиної думки про суть щастя так і не сформувалося. У психології виділяють два основні підходи до поняття щастя: гедоністичний та евдемоністичний, кожен з яких оперує своїми поняттями та використовує свій діагностичний інструментарій. У гедоністичному підході основними поняттями в теоретичних та емпіричних дослідженнях є поняття щастя та його психологічний синонім – суб'єктивне

благополуччя. Щастя є суб'єктивним відчуттям і розглядається як поняття, що складається з когнітивного (задоволеність життям) та афективного (баланс позитивних та негативних емоцій) компонентів. Щастя відчувається зараз життя. В евдемоністичному підході до щастя, основним поняттям є поняття психологічне благополуччя, яке включає як суб'єктивну, так і об'єктивну складові і пов'язується з самореалізацією особистості, з її ресурсами і позитивними якостями, з особистісним зростанням. Психологічне благополуччя характеризує міру зрілості та оптимальності особистісних механізмів саморегуляції життєдіяльності. Ці поняття включають в себе об'єктивні і суб'єктивні компоненти, що надають взаємний вплив один на одного, і в сукупності більш повно описують щастя людини. Одним із факторів, що зумовлюють рівень щастя, є ставлення людини до смерті, яке включає страх смерті, уникнення теми смерті, ставлення до смерті як способу позбавлення від страждань.

З погляду екзистенційного підходу, смерть сприймається як одне з кінцевих даностей людського існування. Страх смерті є основним елементом будь-якого страху у житті кожного індивіда. І від того, як людина ставиться до смерті, більшою мірою залежить її психологічний добробут: або людина бере відповідальність за своє життя і проживає її усвідомлено, або наслідками будуть фрустрація та психопатологія. Незважаючи на теоретичну розробленість проблеми зв'язку щастя, суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя з ставленням до смерті у практичній психології, у наукових емпіричних дослідженнях не знайдено робіт із цієї проблеми.

РОЗДІЛ 2. ПРОЦЕДУРА ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Характеристика вибірки

Дослідження проводилося добровільно із використанням Google-форм. Респонденти були ознайомлені з метою дослідження та правилом конфіденційності. У дослідженні взяли участь 67 осіб, віком від 20 до 60 років. З них 22 чоловіка віком від 28 до 60 років та 45 жінок віком від 20 до 55 років.

2.2 Характеристика методів дослідження

Для вирішення завдань, було обрано такі діагностичні методики:

Тест-опитувальник «Оновлений Оксфордський опитувальник щастя» Oxford Happiness Inventory;

Створена визначення рівня щастя. Зазнала доопрацювання у 1995 році колективом авторів (М. Аргайл, Л. Лу, М. Мартін). Методика використовувалася у більшості досліджень Оксфордського університету. Опитувальник має більшу ретестову надійність.

Методика містить у собі 29 питань, до складу кожного з яких входять по 4 твердження. Випробуваним дається інструкція: «Перед вами групи тверджень щодо особистого щастя. Подивіться, будь ласка, по чотири твердження в кожній із груп і потім вкажіть, яке з них найкраще описує ваші відчуття останнім часом, у тому числі сьогодні. Обведіть до гуртка одну з літер (а, б, в або г), ту, яка відповідає обраному вами твердженню».

Обробка результатів проводиться за таким алгоритмом: складаються всі бали від 0 до 3, (а - 0 балів, б - 1 бал, в - 2 бали, г - 3 бали. Після цього, загальна кількість балів ділиться на 87 (максимальна кількість балів в у разі вибору самого ствердого варіанта (варіанту г) у кожному пункті з 29. Результат, що вийшов, множиться на 100. Отримане число визначає рівень щастя у

відсотковому співвідношенні від передбачуваної максимальної кількості балів.

При обробці результатів має на меті визначити індивідуальний показник у цілих числах від 0 до 100.

Рівень прояву відчуття щастя: 0 – 20 балів – низький, 21 – 40 балів – знижений рівень, 41 – 60 балів – середній рівень, 61 – 80 балів – підвищений рівень, 81 – 100 балів – високий рівень [1].

«Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф, в адаптації Л. В. Жуковський, Є. Г. Трошихін

Надає можливість діагностувати актуальний рівень психологічного добробуту особистості. Випробуваням пропонують висловити рівень своєї згоди від «цілком згоден» до «категорично не згоден» щодо 54 тверджень. Методика містить у собі сім шкал: автономність, компетентність, особистісне зростання, позитивні відносини, життєві цілі, самоприйняття, загальний показник психологічного добробуту [17].

Опитувальник «Ставлення до смерті» І. Ю. Кулагіна, Л. В. Сенкевич;

Дозволяє досліджувати песимістичність та оптимістичність ставлення людини до смерті. Респондентам пропонується обрати відповіді до 10 питань. У восьми пунктах передбачається одна відповідь, у двох пунктах респондент може вибрати 2 чи 3 твердження. 19 відповідей говорять про оптимістичне ставлення до життя та смерті, 19 відповідей повідомляють про песимістичне ставлення респондента до життя. Респондент може дати щонайбільше 13 відповідей [25].

Опитувальник «Ставлення до смерті» К. А. Чистопольська;

Позволяє досліджувати те, яке значення людина приписує смерті: його взгляды на это явление: боится он ее, принимает или избегает. Испытуемому предлагается дать оценку согласия от «полностью согласен» до «абсолютно не согласен» относительно 18 утверждений. Методика состоит из 5 шкал.

Методи математико-статистичної обробки даних: U-критерій Манна-Уїтні; φ^* -кутове перетворення Фішера; коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ РІВНЯ ЩАСТЯ, ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЗІСТАВЛЕННЯМ ДО СМЕРТІ

3.1 Загальний аналіз результатів дослідження

Дані про кількість респондентів з різними рівнями суб'єктивного відчуття щастя за методикою Оновлений оксфордський опитувальник щастя (Oxford Happiness Inventory) представлені в табл. 3.1

Таблиця 3.1

Кількість респондентів із різними рівнями суб'єктивного відчуття
щастя % (абсол.)

Параметри вибірки	Кількість респондентів із різними рівнями суб'єктивного відчуття щастя (абсол. (%))			
	Знижений	Середній	Підвищений	Високий
За вибіркою в цілому	27%	54%	17%	2%
Чоловіки	40%	38%	22%	0%
Жінки	20%	62%	15%	3%
Одружені	7%	76%	14%	3%
Не перебувають у шлюбі	41%	37%	21%	1%
Мають дітей	14%	67%	16%	3%
Не мають дітей	46%	31%	21%	2%



Рис. 3.1 Кількість респондентів із різними рівнями щастя за вибіркою
загалом (n=67)

Більшість респондентів (73%) почуваються тією чи іншою мірою щасливими. З них 73% оцінили свій рівень щастя як середній, тобто вони відчують себе щасливими, але для повноти цього відчуття їм чогось не вистачає.

Підвищений рівень щастя притаманний 23% респондентам. Для них притаманний високий рівень задоволеності своїм життям, наявність сенсу, домінування позитивних емоцій над негативними, інтерес до людей та простору навколо, віра у свої можливості контролювати своє життя та впливати на події у потрібному напрямку.

Високий рівень щастя притаманний найменшій кількості (3%) респондентів.

Згідно з дослідженням Е. Дінера оптимальним рівнем щастя, якщо вимірювати його за 10-бальною шкалою, буде рівень 8 балів, що відповідає підвищеному рівню щастя в нашому дослідженні.

Люди з таким рівнем щастя чудово почуваються в житті, у них вищий зарібок, вони краще вчаться, сумлінніші, ніж ті, хто вважає себе абсолютно щасливими. Причина в тому, що цим людям є куди прагнути, вони мають більше перспектив.

Знижений рівень відчуття щастя спостерігається у кожного четвертого респондента. Дослідження не виявило серед респондентів абсолютно нещасливих.

Отримані результати загалом збігаються з результатами моніторингу рівня щастя. Згідно з отриманими даними, почуваються в цілому тією чи іншою мірою щасливими 81% українців.

При цьому 31% висловлюють повну впевненість у цьому. У дослідженні таких 27 % респондентів. Як основні причини відчуття щастя називаються наявність сім'ї, її добробут, хороше здоров'я, хороша робота, наявність дітей.



Рис. 3.2 Кількість чоловіків із різними рівнями щастя



Рис. 3.3 Кількість жінок із різними рівнями щастя

Порівняльний аналіз за ϕ^* -кутовим перетворенням Фішера показав, що серед чоловіків достовірно більшу кількість оцінюють свій рівень щастя як знижений ($\phi^*_{емп} = 2,389$, при $p < 0,01$). І жоден чоловік, на відміну від жінок, не відчувається абсолютно щасливим.

Порівняльний аналіз середніх значень показників щастя в підвиборках за U-критерієм Манна Вітні також показав, що жінки відчувають себе щасливішими, ніж чоловіки ($U_{емп} = 1517,50$; $p = 0,02$), вони більшою мірою задоволені своїм життям, виявляють більше інтересу до людей та навколишнього світу.



Рис. 3.4 Кількість респондентів, які перебувають у шлюбі, з різними рівнями щастя



Рис. 3.5 Кількість респондентів, які не одружені, з різними рівнями щастя

Порівняльний аналіз з ϕ^* -кутового перетворення Фішера показав, що достовірно більше респондентів зі зниженим рівнем щастя серед тих, хто не одружений ($\phi^*_{емп} = 4,832$, при $p < 0,01$).

Порівняльний аналіз середніх значень показників щастя за U-критерієм Манна Уїтні підтвердив, що щасливішими вважають себе люди, які перебувають у шлюбі ($U_{емп} = 1747,50$; $p=0,03$), їм властиво відчувати більший рівень суб'єктивної задоволеності життям в цілому, їхнього життя переважають позитивні емоції над негативними.

Дані нашого дослідження схожі на результати проведених раніше досліджень. Так, результати дослідження Л. Вейт показали, що тривалість

життя і здоров'я людей, які перебувають у шлюбі вище, ніж у тих, хто перебуває в розлученні або ніколи не одружувався. Результати проведеного в Німеччині дослідження, в якому оцінювалася задоволеність життям людей до укладення шлюбу і після, вказують на те, що задоволеність життям збільшується, коли пара починає жити разом, досягає піку в момент укладання шлюбу, триває 1-2 роки, і після періоду адаптації знову знижується рівня задоволеності під час спільного проживання. До початкового рівня, коли пара жила окремо, задоволеність життям не повертається. Лонгітюдне дослідження, проведене в Швейцарії, що тривало 17 років, що вивчало задоволеність життям до і після одруження, також, виявило, що задоволеність життям починаючи з моменту укладення шлюбу істотно підвищується і триває 1-2 роки, однак, після п'яти років шлюбу рівень задоволеності життям знижувався до початкового рівня, що відповідає рівню, коли стосунків ще не було. У той самий час динаміка рівня задоволеності життям розлучених, респондентів відрізняється. Відповідно до отриманих результатів, дана група респондентів, загалом були меншою мірою задоволені своїм життям до шлюбу, а пік задоволеності був настільки яскраво виражений, як в не розлучених респондентів. Виходячи з отриманих результатів, можна сформулювати, що спочатку більш задоволені життям люди схильні до вступу в більш довгий і щасливий шлюб, а менш задоволені життям люди, мають схильність до розлучення.

У цьому дослідженні П.М. Козирьової, А.Е. Низамова, А.І. Смирнова було виявлено, що чим ближче до пенсійного віку, тим більше подружжя втрачає відчуття задоволеності життям. Було виявлено, що в літньому віці серед респондентів, які перебувають у шлюбі і ніколи не вступали в шлюбні відносини практично рівну кількість задоволених життям.



Рис. 3.6 Кількість респондентів, що мають дітей, з різними рівнями щастя



Рис. 3.7 Кількість респондентів, що не мають дітей, з різними рівнями щастя

Порівняльний аналіз з ϕ^* -кутового перетворення Фішера показав, що достовірно більше респондентів зі зниженим рівнем щастя серед тих, хто не має дітей ($\phi^*_{емп} = 4,046$, при $p < 0,01$).

Порівняльний аналіз середніх значень показників щастя за U-критерієм Манна Вітні показав, що більш високий рівень щастя характерний для респондентів, які мають дітей ($U_{емп} = 1622,50$; $p=0,01$). Вони більшою мірою переживають задоволеність життям та повноту буття.

У дослідженні П.М. Козирьової, А.Е. Низамова, А.І. Смирнова, навпаки, виявлено, що здебільшого респонденти, мають дітей, менше почуваються

щасливими, ніж, хто дітей немає [24]. Автори вважають, що це пов'язано з тим, що економічні труднощі, пов'язані зі змістом дітей, не дозволяють оцінювати себе у категоріях щастя.

А дослідження М.Є. Пермякової та О.С. Віндекер показало, що з відчуття щастя пов'язане не тільки з наявністю дітей, але і з їх кількістю: чим більше дітей у сім'ї, тим вища оцінка рівня щастя. Такі параметри, як дохід у сім'ї, кількість дітей, також позитивно пов'язані з відчуттям щастя: чим більше дітей у сім'ї та більший дохід, тим вища оцінка рівня щастя.

Дані про кількість респондентів із різними рівнями психологічного добробуту за методикою К. Ріфф представлені в табл. 3.2

Таблиця 3.2

Кількість респондентів із різними рівнями психологічного благополуччя % (абсол.).

Параметри вибірки	Кількість респондентів із різними рівнями психологічного благополуччя (абсол. (%))		
	Низький	Середній	Високий
За вибіркою в цілому	12%	64%	24%
Чоловіки	20%	64%	16%
Жінки	8%	64%	28%
Одружені	2%	71%	27%
Не перебувають у шлюбі	22%	57%	21%
Мають дітей	6%	65%	29%
Не мають дітей	19%	63%	18%

Результати дослідження за шкалою «Загальний показник психологічного благополуччя» показали, більшість респондентів (88%) оцінює свій рівень психологічного добробуту як середній і високий, тобто у тому чи іншій мірою позитивно.

Психологічне благополуччя пов'язується з внутрішньою цілісністю людини, високим рівнем самоприйняття, причому у житті переважають позитивні емоції, присутні довірчі взаємовідносини, існує усвідомлення життєвих смислів, високий рівень самореалізації і позитивна мотивація.

Порівняльний аналіз з ϕ^* -кутового перетворення Фішера показав, що

кількість жінок з високим рівнем психологічного благополуччя достовірно більша ($\varphi^*_{емп} = 1,667$, при $p < 0,05$), а з низьким рівнем достовірно менше ($\varphi^*_{емп} = 1,952$, при $p < 0,05$).

Порівняльний аналіз середніх значень показників психологічного благополуччя за U-критерієм Манна Вітні показав, що жінки достовірно вище оцінюють свій психологічний добробут загалом, ніж чоловіки ($U_{емп} = 1523,50$; $p = 0,02$).

Оскільки психологічний добробут є складним конструктом, було розглянуто розбіжності у показниках його складових. Дані про кількість респондентів з різними рівнями показників за шкалами психологічного благополуччя К. Ріффа за вибіркою в цілому представлені в табл. 3.3

Таблиця 3.3

Кількість респондентів за вибіркою загалом із різними рівнями складових психологічного благополуччя %

Складники психологічного благополуччя	Кількість респондентів із різними рівнями психологічного Благополуччя (абсол. (%))		
	Низький	Середній	Високий
Автономність	7%	69%	24%
Компетентність	15%	64%	21%
Особистісний ріст	0%	65%	35%
Позитивні відносини	23%	63%	14%
Життєві цілі	18%	66%	16%
Самоприйняття	12%	66%	22%
Загальний показник	12%	64%	24%

Аналіз результатів за шкалою «Автономність» виявив середні значення в більшості респондентів (69 %), що вказує на достатній рівень незалежності від суспільної думки, наявність здатності самостійно регулювати свою поведінку. Майже чверть респондентів вибірки (24%) оцінили свій рівень автономності як високий. Це говорить про їхню здатність витримувати тиск соціуму, мати свої погляди на устрій життя, діяти виходячи з особистих переконань, складати думку про себе орієнтуючись на особисті цінності. З іншого боку, це може несприятливо позначитися на соціальному житті, а саме

перешкоджати дотриманню соціальних правил та вимог.

При цьому є і невеликий відсоток респондентів (7%) з низьким рівнем за цією шкалою, що вказує на їхню залежність від суджень та оцінки інших людей, відсутність уміння чинити опір тиску соціального середовища.

За шкалою «Компетентність» для 64% респондентів притаманні середні значення. Це говорить про те, що респонденти цієї групи вважають себе компетентними у вирішенні повсякденних питань, здатними впливати протягом свого життя та контролювати події.

При цьому кожен п'ятий респондент має високі показники за шкалою, що говорить про те, що ці випробувані мають почуття майстерності та компетентності в оволодінні середовищем, здійснює різноманітні види діяльності, здатні робити вибір та створювати відповідні умови для реалізації особистих потреб та цінностей.

Респонденти (15 %) з низькими показниками за цією шкалою не мають здібностей ефективно організовувати свою діяльність, відчувають безсилля щодо зміни умов свого життя, песимістично налаштовані.

Аналіз результатів за шкалою «Особистісне зростання» показав, що більша частина респондентів, а саме 65 %, оцінюють рівень реалізації свого потенціалу як середній, що вказує на те, що піддослідні бачать себе досить відкритими новому досвіду, у міру можливостей, що розвиваються та вдосконалюються.

Для третини вибірки (35%) характерний високий рівень самореалізації. Це вказує на те, що дана група людей відчувають себе ефективними, які перебувають у постійному розвитку, готовими до експериментів. При цьому низькі показники за шкалою відсутні.

За шкалою «Позитивні відносини» у 63% респондентів переважають середні значення, це вказує на те, що вони відчувають себе компетентними у сфері побудови відносин із людьми. Вони схильні до співчуття, до піклування про інших людей, до взаємних поступок у спілкуванні. Респонденти з низькими значеннями за цією шкалою (23%) відчувають труднощі у

спілкуванні з людьми, їм складно бути в контакті з іншими людьми, розкривати себе у спілкуванні, йти на взаємні поступки.

При цьому кожен сьомий респондент оцінює свій рівень відносин як високий, це означає, що ці респонденти задоволені наявністю довірчих, близьких відносин з іншими людьми, мають здатність до співпереживання, усвідомлюють важливість взаємних компромісів у відносинах з іншими людьми.

За шкалою «Життєві цілі» у більшості респондентів (66 %) зафіксовано середні показники, що говорить про наявність у них намірів та цілей у житті. При цьому 18% респондентів мають низький бал за даною шкалою, що говорить про відсутність сенсу в житті, обмеженість цілей. А 16%, навпаки, вважають, що у них є всі підстави і причини для того, щоб жити, мають мету та почуття спрямованості.

Аналіз результатів за шкалою «Самоприйняття» виявив також більший відсоток респондентів (66%), що мають середні показники. Це свідчить про достатній рівень прийняття себе респондентами. При цьому всього 12% респондентів мають низькі показники за цією шкалою, що говорить про критичне ставлення до себе, незадоволеність собою. 22% респондентів позитивно ставляться до себе та свого минулого, усвідомлюють та приймають свої різні сторони, як позитивні, так і негативні.

Як було зазначено вище, рівень психологічного добробуту в жінок вище. Додаток Б Відмінності забезпечуються за рахунок шкал «Особистісне зростання» – у жінок показники достовірно вищі ($U_{\text{емп}}=1518,50$; $p=0,02$) та «Позитивні відносини» – у жінок показники так само достовірно вищі ($U_{\text{емп}}=1537,00$; $p=0,03$).

Отримані дані говорять про те, що жінки більше зацікавлені в особистісному розвитку, вдосконаленні себе та реалізації свого потенціалу, так само у жінок відносини з іншими людьми більш емоційні, перейняті більшою турботою та довірою.

Порівняльний аналіз груп респондентів, які перебувають у шлюбі і не

одружені, показав, що «Загальний показник психологічного благополуччя» респондентів, які перебувають у шлюбі, достовірно вище ($U_{\text{емп}}=1572,50$; $p=0,00$). Додаток В.

Відмінності за даним параметром забезпечуються за рахунок чотирьох шкал, за якими показники респондентів, які перебувають у шлюбі достовірно вищі: «Компетентність» ($U_{\text{емп}}=1687,00$; $p=0,01$), «Позитивні відносини» ($U_{\text{емп}}=1623,50$; $p = 0,01$). «Життєві цілі» ($U_{\text{емп}} = 1616,50$; $p = 0,01$) і «Самоприйняття» ($U_{\text{емп}} = 174950$; $p = 0,03$).

Тобто респонденти, які перебувають у шлюбі, вважають, що мають здібності впоратися з життєвими проблемами, вміють створювати умови для реалізації бажань у життя, мають переконання, що надають меті життя, бачать сенс життя, ставляться до себе і свого минулого позитивно, при цьому усвідомлюють і приймають свої сильні та слабкі якості.

Результати порівняльного аналізу показників психологічного благополуччя у груп за ознакою наявності дітей виявили, що «Загальний показник психологічного благополуччя» у респондентів, які мають дітей достовірно вище ($U_{\text{емп}} = 1550,00$; $p = 0,00$). Додаток Д.

Відмінності зафіксовані за трьома шкалами, показники за якими достовірно вищі у тих, у кого є діти: «Компетентність» ($U_{\text{емп}}=1701,00$; $p=0,03$), «Позитивне відношення» ($U_{\text{емп}}=1513,00$; $p=0,00$), «Життєві цілі» ($U_{\text{емп}} = 1619,00$; $p = 0,01$).

Дані вказують на те, що для нашої вибірки випробувані, які мають дітей, більш компетентні в управлінні власним життям, здатні контролювати ситуацію та впливати на неї, для них характерна більш висока свідомість поведінки, планування дій та прогнозування їх наслідків.

Також респонденти з дітьми вміє встановлювати теплі, довірчі стосунки та піклується про благополуччя інших. Їх психологічний добробут пов'язані з наявністю ясних цілей і почуття спрямованості життя.

Дані про кількість респондентів із різними рівнями ставлення до смерті за методикою К.А. Чистопільської та співавторів за вибіркою загалом

представлені у табл. 3.4

Таблиця 3.4

Кількість респондентів з різними рівнями ставлення до смерті за методикою К.А. Чистопільської та співавторів (абсол./%)

Шкала	Категорія респондентів	Кількість респондентів із різними рівнями Ставлення до смерті (абсол. (%))		
		Низький	Середній	Високий
Прийняття-наближення смерті	За вибіркою в цілому	40%	52%	8%
	Чоловіки	62%	33%	5%
Прийняття-наближення смерті	Жінки	29%	61%	10%
	Одружені	35%	58%	7%
	Не перебувають у шлюбі	45%	46%	9%
	Мають дітей	30%	64%	6%
	Не мають дітей	54%	35%	11%
Уникнення теми смерті	За вибіркою в цілому	30%	48%	22%
	Чоловіки	31%	47%	22%
	Жінки	29%	50%	21%
	Одружені	23%	56%	21%
	Не перебувають у Шлюбі	37%	41%	22%
	Мають дітей	25%	50%	25%
	Не мають дітей	37%	46%	17%
Страх смерті	За вибіркою в Цілому	34%	50%	16%
	Чоловіки	38%	49%	13%
	Жінки	33%	50%	17%
	Одружені	36%	53%	11%
	Не перебувають у шлюбі	32%	47%	21%
	Мають дітей	41%	47%	12%
	Не мають дітей	25%	53%	22%
Прийняття смерті Як втечі	За вибіркою в цілому	58%	32%	10%
	Чоловіки	60%	27%	13%
	Жінки	57%	35%	8%

Шкала	Категорія респондентів	Кількість респондентів із різними рівнями Ставлення до смерті (абсол. (%))		
		Низький	Середній	Високий
Прийняття смерті Як втечі	Одружені	64%	30%	6%
	Не перебувають у шлюбі	53%	34%	13%
	Мають дітей	66%	29%	5%
	Не мають дітей	47%	38%	15%
Нейтральне прийняття смерті	За вибіркою в цілому	2%	17%	81%
	Чоловіки	5%	13%	82%
	Жінки	1%	20%	79%
	Одружені	0%	20%	80%
	Не перебувають у шлюбі	4%	15%	81%
	Мають дітей	0%	22%	78%
	Не мають дітей	5%	11%	84%

Шкала «Прийняття наближення до смерті» вимірює релігійний погляд на смерть. Аналіз результатів показує, що за цією шкалою 40% респондентів мають низькі показники, що може говорити про те, що представники цієї групи не вірять у життя після смерті або вважають себе не гідними потрапити після смерті до раю. Серед респондентів у 8% відзначені високі значення за цією шкалою, що можна пояснити вірою в життя після смерті та сильним страхом смерті, який є однією з причин їхнього звернення до релігії.

За шкалою «Уникнення теми смерті» майже у половини респондентів (48%) зафіксовані середні бали, що говорить про те, що дана група респондентів справиться зі страхом смерті за допомогою огороження себе та близьких від негативної інформації. Високі бали відзначені у кожного п'ятого респондента, тобто це ті, хто досить турбується за себе та інших і не боїться забуття. Кожен третій респондент (30%) показав низькі бали за цією шкалою, вони, навпаки, активно цікавляться темами, пов'язаними зі смертю, їхня тривожність щодо смерті перебуває на високому рівні.

Аналіз результатів за шкалою «Страх смерті» показує, що половина

респондентів, а саме 50%, показали середній бал за шкалою, що може говорити про їхнє нейтральне ставлення до смерті. Високі бали за шкалою зазначено у 16% респондентів, що, можливо, говорить про їхній сильний страх невідомості, непередбачуваності та незрозумілості смерті, а також страх забуття. Майже третина вибірки (34%) показала низькі бали за шкалою. Це може говорити про те, що їм притаманне почуття безсмертя (яке може досягатися через продовження роду, творчість, релігійну віру в життя після смерті, розчинення в природі) або про те, що респонденти цієї групи задоволені своїм життям настільки, що не бояться померти .

«Прийняття смерті як втечі». За цією шкалою понад половина респондентів (58%) показали низькі бали. Можна припустити, що вони або задоволені своїм життям, або їм властиво не вірити у життя після смерті. Високий бал за шкалою відзначений у 10% респондентів, тобто вони розглядають смерть як можливість втечі від тяганини повсякденного, непомірного для них життя, і, можливо, мають суїцидальний радикал. Респонденти із середніми показниками (32 %) сприймають смерть як природну неминучість.

«Нейтральне прийняття смерті». У більшій кількості респондентів цієї вибірки (81%) відзначено високі бали за шкалою. І ще 17% респондентів мають середні показники. Це, можливо, свідчить про зрілість цієї категорії респондентів. Низькі показники за цією шкалою у 2% піддослідних, що може свідчити про їхній сильний страх смерті.

Порівняльний аналіз кількості респондентів з різними рівнями показників ставлення до смерті за ϕ^* -кутовим перетворенням Фішера показав, що чоловіків із низькими показниками за шкалою «прийняття-наближення смерті» достовірно більше, ніж жінок ($\phi^*_{емп} = 3,866$, при $p < 0,01$).

Порівняння кількості респондентів, які перебувають і не одружені, виявило більш високі показники «страху смерті» ($\phi^*_{емп} = 2,204$, при $p < 0,05$) та «прийняття смерті як втечі» ($\phi^*_{емп} = 2,049$, при $p < 0,05$) у респондентів, які не одружені.

Найбільші відмінності були отримані на підвиборках респондентів, які мають дітей. Для більшої кількості респондентів, які не мають дітей, відзначено низький показник за шкалою «прийняття-наближення смерті» ($\varphi^*_{емп} = 2,873$, при $p < 0,01$). Достовірно більше респондентів, які мають дітей, для яких характерні низькі показники страху смерті ($\varphi^*_{емп} = 2,764$, при $p < 0,01$) та «прийняття смерті як втечі» ($\varphi^*_{емп} = 2,186$, при $p < 0,05$).

Порівняльний аналіз середніх значень показників за шкалами ставлення до смерті за U-критерієм Манна Вітні у підвиборках чоловіків і жінок показав, що загалом за шкалою «Прийняття-наближення смерті» у жінок показник достовірно вищий ($U_{емп} = 1130,50$; $p = 0,00$). Можливо, жінки схильні вірити в життя після смерті.

В результаті проведення порівняльного аналізу середніх значень показників ставлення до смерті у груп респондентів, які мають та не мають дітей, виявлено такі відмінності. За параметром «Прийняття-наближення до смерті» достовірно вище значення показників у респондентів, які мають дітей ($U_{емп} = 1641,00$; $p = 0,01$). Це вказує на те, що респонденти з дітьми схильні вірити в життя після смерті, наприклад, для збереження можливості дбати про своїх дітей з іншого світу.

Також у респондентів з дітьми достовірно вище значення показників за шкалою «Уникнення теми смерті» ($U_{емп} = 1726,00$; $p = 0,04$), що свідчить про те, що даної категорії піддослідних властиво уникати тим, що так чи інакше наштовхують на думки про смерті.

У респондентів, які не мають дітей, середні значення показників достовірно вище за шкалами «Страх смерті» ($U_{емп} = 1628,00$; $p = 0,01$) і «Прийняття смерті як втечі» ($U_{емп} = 1739,50$; $p = 0,04$). То невідомість, непередбачуваність смерті викликає у них велику тривогу, і вони розглядають смерть як втечу.

Дані про кількість респондентів із різним ставленням до смерті за методикою «Ставлення до смерті» І. Ю. Кулагіною та Л.В. Сенкевич представлено у таблиці 3.5

Кількість респондентів з різним ставленням до смерті за методикою «Ставлення до смерті» І. Ю. Кулагіної та Л.В. Сенкевич (абсол./%)

Категорія респондентів	Кількість респондентів з різним ставленням до смерті (абсол.%)		
	Песимістичний	Амбівалентне	Оптимістична
За вибіркою в цілому	20%	46%	34%
Чоловіки	29%	44%	27%
Жінки	16%	47%	37%
	$\varphi^*_{емп} = 1,749$, при $p < 0,05$	-	-
Одружені	11%	53%	36%
Не перебувають у шлюбі	29%	40%	31%
	$\varphi^*_{емп} = 2,795$, при $p < 0,01$	-	-
Мають дітей	12%	52%	36%
Не мають дітей	31%	39%	30%
	$\varphi^*_{емп} = 2,839$, при $p < 0,01$	-	-

■ Песимістичний ■ Амбівалентне ■ Оптимістична

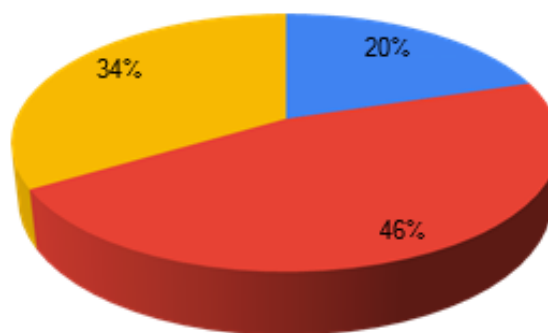


Рис. 3.8 Кількість респондентів з різним ставленням до смерті за вибіркою в цілому (за опитувальником «Ставлення до смерті» І. Ю. Кулагіною та Л. В. Сенкевичем).

Близько половини респондентів (46%) амбівалентно ставляться до смерті. П'ята частина респондентів (20 %) має песимістичний настрій стосовно власної смерті, тобто визначають дане явище як негативне, негативне та небажане.

Кожен третій респондент (34 %) має оптимістичне ставлення до смерті,

тобто сприймає смерть, відповідно до положень екзистенційно-гуманістичного напрямку психології, як природне завершення життя за умови, що воно наповнене змістом і є повноцінним.



Рис. 3.9 Кількість чоловіків з різним ставленням до смерті

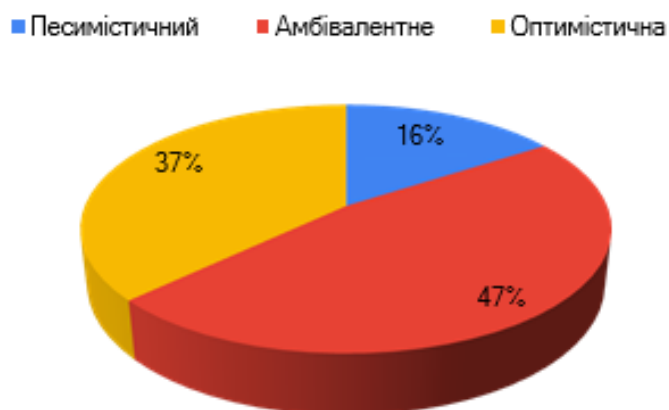


Рис. 3.10 Кількість жінок із різним ставленням до смерті

Порівняльний аналіз кількості чоловіків та жінок з різними рівнями показників ставлення до смерті за ϕ^* -кутовим перетворенням Фішера показав, що достовірно більша кількість чоловіків відноситься до смерті песимістично ($\phi^*_{емп} = 1,749$, при $p < 0,05$).

Кількість чоловіків та жінок з амбівалентним та оптимістичним ставленням до смерті достовірно не відрізняється. Проте порівняльний аналіз середніх значень показника «відносини до смерті» за U-критерієм Манна-Уїтні виявив оптимістичніше ставлення у жінок ($U_{емп} = 1567,00$; $p = 0,04$).

Таким чином жінки спокійніше дивляться на можливість власної смерті. Це може бути пов'язано з тим, що жінки вважають своє життя більш

благополучним та щасливим, або вони менше думають про смерть.

■ Песимістичний ■ Амбівалентне ■ Оптимістична

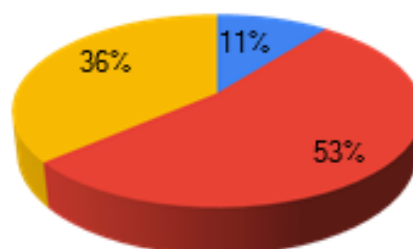


Рис. 3.11 Кількість одружених з різним ставленням до смерті

■ Песимістичний ■ Амбівалентне ■ Оптимістична

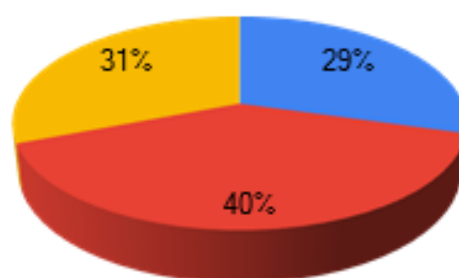


Рис. 3.12 Кількість респондентів, які не перебувають у шлюбі, з різним ставленням до смерті

За даними порівняльного аналізу з ϕ^* -кутового перетворення Фішера серед респондентів, одружених, рідше зустрічається песимістичний ставлення до смерті ($\phi^*_{emp} = 2,795$, при $p < 0,01$).

Можна припустити, що це пов'язано з більшою задоволеністю життям респондентів у шлюбних відносинах. При цьому порівняння середніх значень показників ставлення до смерті за U-критерієм Манна-Уїтні не виявило їх достовірних відмінностей.

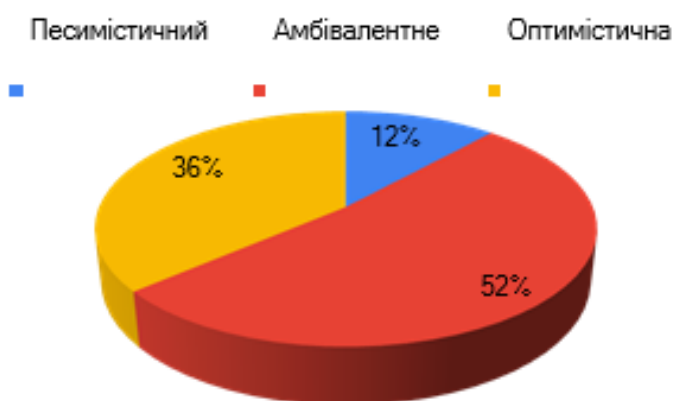


Рис. 3.13 Кількість респондентів, що мають дітей, з різним ставленням до смерті



Рис. 3.14 Кількість респондентів, що не мають дітей, з різним ставленням до смерті

Порівняльний аналіз з ϕ^* -кутового перетворення Фішера кількості респондентів з різними рівнями показників відношення до смерті, які мають і не мають дітей, виявив більшу кількість серед останніх людей з песимістичним ставленням до смерті ($\phi^*_{\text{емп}} = 2,839$, при $p < 0,01$).

Порівняння середніх значень показників ставлення до смерті за U-критерієм Манна-Уїтні підтвердило оптимістичніше ставлення до смерті у респондентів з дітьми. Можливо, знання про продовження себе у своїх дітях, віра в життя після смерті дають можливість спокійніше ставитися до власної смерті. Причиною може бути і постійна турбота про дітей, постійні думки про них, і, як наслідок, менша рефлексія власних думок.

3.2 Результати дослідження зв'язку рівня щастя та психологічного благополуччя із ставленням до смерті

Для виявлення зв'язку показників щастя та психологічного благополуччя з показниками ставлення до смерті у респондентів досліджуваної вибірки застосовувався коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу за вибіркою загалом представлені в табл. 3.6

Таблиця 3.6

Значення коефіцієнтів кореляції (R_s) показників щастя, психологічного благополуччя з показниками ставлення до смерті за вибіркою в цілому

Досліджувані показники	Прийняття наближення я смерті	Уникнення теми смерті	Страх смерті	Прийняття смерті як втечі	Нейтральне прийняття смерті	Ставлення до смерті
Щастя	0,035	0,031	-0,229**	-0,375***	0,073	0,419***
Автономність	-0,164	-0,136	-0,279**	-0,206 *	0,192 *	0,125
Компетентність	-0,154	-0,013	-0,270**	-0,324***	0,133	0,248**
Особистісний зріст	0,122	-0,021	-0,149	-0,211 *	0,248**	0,213*
Позитивні відносини	0,072	-0,015	-0,147	-0,248**	-0,033	0,190*
Життєві цілі	-0,008	0,042	-0,152	-0,407***	0,132	0,284***
Самоприйняття	-0,085	0,016	-0,268**	-0,429***	0,183 *	0,278**
Загальний показник ПБ	-0,004	-0,031	-0,289***	-0,418***	0,171 *	0,341***

Кореляційний аналіз виявив достовірно значущий негативний зв'язок між показником «щастя» та показником «страху смерті» ($r_{сп} = -0,229$). Таким чином, виходить, що чим вищий рівень щастя, тим людина менше боїться смерті. Це становище підтверджується також достовірним позитивним зв'язком «щастя» з показником «відносини смерті» ($r_{сп} = 0,419$). Цей зв'язок говорить про те, що чим щасливішим відчувається людина, тим його відношення смерті оптимістичніше. Такий зв'язок, можливо, пояснюється тим, що якщо людина задоволена своїм життям, вона не поглинута думками про смерть, але якщо й розмірковує про смерть, то достатньо спокійно. Водночас

тут необхідно звернути увагу на крайні ступені прояву рівня щастя та страху смерті. З погляду психопатологів, феномен щастя, за певної інтенсивності його виразності, може бути причиною дезадаптивного стану та непсихотичних розладів [32]. Відповідно, якщо щастя виражено вкрай високою мірою, то страх смерті, відповідно до даних нашого дослідження, матиме занижені показники і вказуватиме на безстрашність до смерті, що є ознакою психологічного неблагополуччя та одним із факторів, що полегшують вчинення самогубства.

В результаті аналізу даних простежується значний негативний зв'язок між показником «щастя» та «прийняттям смерті як втечі» ($r_{\text{емп}} = -0,375$). Це, можливо, пояснюється тим, що якщо людина відчувається щасливою, їй немає необхідності втікати від життя.

Не виявлено зв'язок між рівнем відчуття щастя та показниками «прийняття-наближення смерті» та «уникнення теми смерті». Тобто віра чи невіра в життя після смерті, до раю, необхідність уникати інформації на тему смерті ніяк не пов'язані з відчуттям щастя.

Аналіз зв'язку психологічного благополуччя із ставленням людини до смерті показує аналогічну картину.

Показник психологічного благополуччя має сильний зворотний зв'язок із показником «прийняття смерті як втечі» ($r_{\text{емп}} = -0,418$). Внесок у цей зв'язок формують усі елементи психологічного благополуччя: «автономність» ($r_{\text{емп}} = -0,206$), «компетентність» ($r_{\text{емп}} = -0,324$), «особистісне зростання» ($r_{\text{емп}} = -0,211$), «позитивні відносини» ($r_{\text{емп}} = -0,248$), «життєві цілі» ($r_{\text{емп}} = -0,407$), «самоприйняття» ($r_{\text{емп}} = -0,429$). Цей зв'язок свідчить про те, що чим вищий рівень психологічного благополуччя, тим людина більше задоволена своїм життям, справляється з життєвими ситуаціями і не сприймає смерть як втечу від складнощів повсякденного життя.

Психологічне благополуччя достовірно позитивно корелює з показником «ставлення до смерті Кулагін» ($r_{\text{емп}} = 0,341$). Пряма кореляція забезпечується з допомогою багатьох показників психологічного

благополуччя. Виняток становить показник «автономність». Корелюють із ставленням до смерті «компетентність» ($r_{\text{емп}}=0,248$), «особистісне зростання» ($r_{\text{емп}}=0,213$), «позитивні відносини» ($r_{\text{емп}}=0,190$), «життєві цілі» ($r_{\text{емп}}=0,284$) і «самоприйняття» ($r_{\text{емп}}=0,278$).

Показник психологічного благополуччя має негативну кореляцію зі «страхом смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,289$). Це забезпечується рахунок зворотної кореляції таких параметрів психологічного благополуччя як «автономність» ($r_{\text{емп}}=-0,279$), «компетентність» ($r_{\text{емп}}=-0,270$) і «самоприйняття» ($r_{\text{емп}}=-0,268$). Таким чином, можна зробити висновок про те, що якщо людина має незалежність, здатна протистояти соціальному тиску, оцінює себе, виходячи з особистих стандартів, знає і приймає свої різні сторони, здатна робити вибір і реалізовувати особисті потреби та цінності, то її невротичний страх смерті має низькі показники.

Протилежну картину бачимо між психологічним добробутом і «нейтральним прийняттям смерті» ($r_{\text{емп}}=0,171$). Пряма кореляція забезпечується з допомогою кореляції «автономності» ($r_{\text{емп}}=0,192$), «особистісного зростання» ($r_{\text{емп}}=0,248$) і «самоприйняття» ($r_{\text{емп}}=0,183$). Тобто самостійний, здатний протистояти громадській думці, відкритий новому досвіду, самореалізується, позитивно ставиться себе людина нейтрально, без негативних емоцій, ставиться до питання своєї смерті, він сприймає смерть як природне неминуче явище.

Таким чином, отримані у проведеному дослідженні дані про зв'язок щастя та психологічного благополуччя з ставленням людини до смерті вказують на те, що людина, яка відчувається щасливою та психологічно благополучною, спокійно приймає фінал життя. У такої людини відсутній значний страх смерті та процесу вмирання, є внутрішня впевненість у власній стійкості перед смертю.

Таким чином, незважаючи на те, що категорії щастя та психологічного благополуччя відрізняються за своєю сутністю (щастя – це суб'єктивне відчуття задоволеності своїм життям, превалювання позитивних емоцій над

негативними, психологічне ж добробут слабо пов'язане з цими категоріями, а більшою мірою пов'язане зі здатністю бути незалежним від громадської думки, вирішувати завдання, які ставить перед людиною життя, з прийняттям себе, своїх як позитивних, так і негативних сторін), отримані у проведеному дослідженні дані про зв'язок щастя та психологічного благополуччя із ставленням людини до смерті мають ідентичний характер.

Результати кореляційного аналізу показників щастя, психологічного благополуччя з показниками ставлення до смерті чоловіки представлені в табл. 3.7

Таблиця 3.7

Значення коефіцієнтів кореляції (R_s) показників щастя, психологічного добробуту з показниками ставлення до смерті у чоловіків

Досліджувані параметри	Прийняття наближення смерті	Уникнення теми смерті	Страх смерті	Прийняття смерті як втечі	Нейтральне прийняття смерті	Відношення до смерті
Щастя	0,062	0,504***	-0,004	-0,500***	0,095	0,482***
Автономність	-0,127	0,025	-0,009	-0,265	0,294	0,035
Компетентність	-0,177	0,298*	-0,214	-0,474***	0,203	0,345*
Особистісний зріст	0,080	0,187	-0,126	-0,311 *	0,379 *	0,232
Позитивні відносини	-0,255	0,172	0,006	-0,358 *	-0,002	0,085
Життєві цілі	-0,019	0,436**	-0,004	-0,624***	0,110	0,493***
Самоприйняття	-0,073	0,401**	-0,146	-0,451***	0,260	0,417**
Загальний показник ПБ	-0,110	0,364*	-0,118	-0,591***	0,281	0,420**

У ході аналізу було виявлено зв'язок щастя з такими характеристиками ставлення до смерті, як уникнення теми смерті, прийняття смерті як втечі, ставлення до смерті Кулагін. Зв'язок є достовірно позитивним у разі уникнення теми смерті ($r_{емп}=0,504$) і ставлення до смерті Кулагіної ($r_{емп}=0,482$) і негативним у разі прийняття смерті як втечі ($r_{емп}=-0,500$). Можливо, це свідчить про те, що чим щасливішим відчувається чоловік, тим він більше турбується за себе і близьких і уникає думок про смерть, що в цілому є здоровим способом подолання думок про смерть, на можливість смерті він

дивиться при цьому досить спокійно і не сприймає смерть, як спосіб уникнення проблем та тяжкості життя.

Така картина спостерігається у кореляції психологічного добробуту та показниками ставлення до смерті. Так, психологічне благополуччя прямо корелює з уникненням теми смерті ($r_{\text{емп}} = 0,364$), з ставленням до смерті Кулагін ($r_{\text{емп}} = 0,420$). І має зворотну кореляцію з показником прийняття смерті як втечі ($r_{\text{емп}} = 0,591$). Кореляція психологічного благополуччя з уникненням теми смерті забезпечується за рахунок прямої кореляції показників компетентності, життєвих цілей та самоприйняття. З прийняттям смерті як втечі мають зворотну кореляцію майже всі показники психологічного благополуччя, виняток становить автономність. Кореляція психологічного благополуччя із ставленням до смерті Кулагіної забезпечується за рахунок прямої кореляції таких показників психологічного благополуччя, як компетентність, життєві цілі, самоприйняття.

З нейтральним прийняттям смерті корелює лише показник психологічного благополуччя – особистісний зростання, у своїй зв'язок пряма ($r_{\text{емп}}=0,379$). Проте, значуща зв'язок загального показника психологічного добробуту з нейтральним прийняттям смерті відсутня.

Отримані результати вказують на те, що чоловік, який займається діяльністю, яка приносить йому задоволення, впевнений у цінності своєї діяльності, що має цілі в житті, приймає себе цілком, у тому числі свої позитивні та негативні сторони, уникає думок про смерть, відноситься до можливості смерті спокійно і не розглядає смерть як спосіб звільнення від фізичного чи психологічного болю та страждань. Чоловік, який має почуття реалізації свого потенціалу, спостерігає своє зростання з часом, відкритий новому досвіду, сприймає смерть, як частину життя і намагається найкраще використати кінцеве життя.

Результати кореляційного аналізу показників щастя, психологічного благополуччя із показниками ставлення до смерті у жінок представлені у табл.

Значення коефіцієнтів кореляції (R_s) показників щастя, психологічного добробуту з показниками ставлення до смерті у жінок

Досліджувані параметри	Прийняття наближення смерті	Уникнення теми смерті	Страх смерті	Прийняття смерті як втечі	Нейтральне прийняття смерті	Відношення до смерті
Щастя	-0,144	-0,275**	-0,385**	-0,350***	0,162	0,316**
Автономність	-0,223 *	-0,222 *	-0,410**	-0,171	0,151	0,161
Компетентність	-0,190	-0,174	-0,309**	-0,237 *	0,121	0,196
Особистісний зріст	0,076	-0,163	-0,209 *	-0,165	0,195	0,139
Позитивні відносини	0,120	-0,110	-0,232 *	-0,203	0,010	0,178
Життєві цілі	-0,063	-0,195	-0,233 *	-0,242 *	0,149	0,121
Самоприйняття	-0,178	-0,203	-0,348**	-0,426***	0,160	0,188
Загальний показник ПБ	-0,077	-0,253 *	-0,415**	-0,342***	0,167	0,254*

Виявлено достовірну негативну кореляцію показників щастя та «страху смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,385$), а також усіх складових психологічного благополуччя та «страху смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,415$).

Можливо, якщо жінка відчувається щасливою, задоволеною своїм життям, то страх смерті зменшується. Також жінка, що володіє індивідуальністю, усвідомлює свою цінність як особистості, відчуває, що їй вдається реалізувати свій потенціал, що знаходиться в близьких і глибоких відносинах з іншими менш схильна до страху смерті. Навпаки, розчарування та глибока незадоволеність життям, постійне відкладення того, що хочеш на потім, посилює страх смерті.

Показники щастя негативно корелюють з показниками «уникнення теми смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,275$) та «прийняттям смерті як втечі» ($r_{\text{емп}}=-0,350$), а позитивно пов'язані з «відношенням до смерті» ($r_{\text{емп}}=0,316$). Тобто жінка, яка відчувається щасливою, не обмежує себе від інформації, пов'язаної з темою

смерті, не розглядає смерть як вихід із труднощів життя, і дивиться на ймовірність смерті досить спокійно.

Психологічне благополуччя негативно корелює зі «страхом смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,415$), причому у формування цього зв'язку вносять внесок усі показники психологічного благополуччя, а також з показником «уникнення теми смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,253$), в основному за рахунок показника «автономність» ($r_{\text{емп}} = -0,222$). Негативно пов'язаний психологічний добробут і з показниками «прийняття смерті як втечі» ($r_{\text{емп}}=-0,342$). Вклад у формування зв'язку обумовлений зворотної кореляцією параметрів: «компетентність» ($r_{\text{емп}}=-0,237$), «життєві цілі» ($r_{\text{емп}}=-0,242$), «самоприйняття» ($r_{\text{емп}}=-0,426$). З параметром «прийняття-наближення смерті» негативно корелює лише одне параметр психологічного благополуччя – «автономність» ($r_{\text{емп}}=-0,223$), у своїй загальний показник психологічного благополуччя немає значної зв'язку з показником «прийняттям-наближенням смерті».

Позитивна кореляція психологічного благополуччя відзначено з показником «ставлення до смерті» (за Кулагін) ($r_{\text{емп}} = 0,254$).

Можливо, жінка, яка має самоідентифікацію, не відгороджується від інформації про смерть, і вірить у смерть, як у перехід у краще життя. Жінка, здатна вирішувати життєві завдання, що постають перед нею, приймати усвідомлені рішення, робити вибори, що має цілі в житті, що має самоприйняття, не думає про смерть, як про спосіб втекти від проблем життя. Також відчуття жінкою свого благополуччя знімає страх смерті.

Таким чином, ми бачимо, що чоловіки та жінки нашої вибірки демонструють різні взаємозв'язки щастя та психологічного благополуччя із ставленням до смерті. Цікаво, що у чоловіків щастя та психологічний добробут перебувають у позитивному зв'язку з уникненням теми смерті, а у жінок зв'язок негативний. Також у жінок спостерігається яскраво виражений негативний зв'язок між показниками щастя та психологічного благополуччя із ставленням до смерті, а у чоловіків значущий зв'язок даних показників відсутній.

Результати кореляційного аналізу показників щастя, психологічного благополуччя з показниками ставлення до смерті у респондентів, одружених, представлені в табл. 3.9

Таблиця 3.9

Значення коефіцієнтів кореляції (R_s) показників щастя, психологічного добробуту з показниками ставлення до смерті у респондентів, які перебувають у шлюбі

Досліджувані параметри	Прийняття наближення смерті	Уникнення теми смерті	Страх смерті	Прийняття смерті як втечі	Нейтральне прийняття смерті	Ставлення до смерті
Щастя	0,129	-0,069	-0,136	-0,128	0,001	0,404***
Автономність	-0,121	-0,222	-0,271 *	-0,113	0,228	0,182
Компетентність	-0,273 *	-0,205	-0,193	-0,253 *	0,173	0,148
Особистісний зріст	0,263*	-0,053	-0,158	-0,167	0,242*	0,138
Позитивні відносини	0,211	-0,030	-0,015	0,084	0,080	0,021
Життєві цілі	0,037	-0,012	-0,150	-0,283 *	0,074	0,221
Самоприйняття	-0,056	-0,018	-0,231	-0,249 *	0,241	0,178
Загальний показник ПБ	0,071	-0,155	-0,224	-0,198	0,170	0,234

Як видно з таблиці 3.9, щастя позитивно пов'язане ($r_{\text{емп}}=0,404$) з показниками «відносини до смерті» (за опитувальником Кулагін). Можливо, це вказує на те, що люди, які перебувають у шлюбі, спокійніше дивляться на можливість смерті, якщо почуваються щасливішими.

Загальний показник психологічного благополуччя немає значних зв'язків із показником «відносини до смерті». При цьому щодо окремих складових психологічного благополуччя такий зв'язок спостерігається. Так, «автономність» негативно корелює зі страхом смерті ($r_{\text{емп}}=-0,271$). Тобто можна припустити, що незалежна від громадської думки позиція сприяє зменшенню страху кінцівки життя.

«Компетентність» має зворотну кореляцію з параметрами «прийняття-наближення смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,273$) і «прийняття смерті як втечі» ($r_{\text{емп}}=-0,253$). Можливо, це вказує на те, що людина, здатна робити усвідомлений життєвий

вибір, не сподівається на смерть, як на можливість кращого життя і не розглядає смерть як спосіб позбавлення страждань.

«Особистісне зростання» має прямий зв'язок з «прийняттям-наближення смерті» ($r_{\text{емп}} = 0,263$) і з параметром «нейтральне прийняття смерті» ($r_{\text{емп}} = 0,242$). Людина, яка перебуває у шлюбі, що спостерігає вдосконалення себе та особистісне зростання з часом вірить у життя після смерті і можливо, ця віра є одним із стимулів для розвитку – чим я буду досконалішим, тим моє життя після смерті буде кращим. І, можливо, ця віра допомагає людині дивитися на смерть нейтрально, як частину життя.

Негативно корелюють з показником «прийняття смерті як втечі» параметри «життєві цілі» ($r_{\text{емп}} = -0,283$) та «самоприйняття» ($r_{\text{емп}} = -0,249$). Виходячи з цього, можна припустити, що якщо в людини є мета в житті і вона має самоприйняття всіх своїх сторін, то їй немає необхідності розглядати смерть, як можливість уникнути проблем. Результати кореляційного аналізу показників щастя, психологічного благополуччя з показниками ставлення до смерті у респондентів, які не одружені представлені в табл. 3.10.

Таблиця 3.10

Значення коефіцієнтів кореляції (R_s) показників щастя, психологічного добробуту з показниками ставлення до смерті у респондентів, які не одружені

Досліджувані параметри	Прийняття наближення смерті	Уникнення теми смерті	Страх смерті	Прийняття смерті як втечі	Нейтральне прийняття смерті	Ставлення до смерті
Щастя	-0,060	0,0480	-0,2181	-0,470***	0,1167	0,427***
Автономність	-0,254 *	-0,0632	-0,280 *	-0,243 *	0,1606	0,0858
Компетентність	-0,1027	0,1181	-0,289 *	-0,360 **	0,0786	0,352**
Особистісний зріст	0,0125	-0,0392	-0,1210	-0,1963	0,2349	0,250*
Позитивні відносини	-0,0902	-0,0606	-0,1873	-0,442***	-0,1491	0,280*
Життєві цілі	-0,1075	0,0320	-0,1029	-0,439***	0,1722	0,304 *
Самоприйняття	-0,1561	0,0228	-0,252 *	-0,495***	0,1123	0,363**
Загальний показник ПБ	-0,1109	0,0221	-0,271 *	-0,491***	0,1512	0,393***

Як видно з таблиці 3.10, показник щастя має достовірний негативний зв'язок з параметром «прийняття смерті як втечі» ($r_{\text{емп}} = -0,470$) і позитивний зв'язок ($r_{\text{емп}} = 0,427$) з параметром «ставлення до смерті» (за опитувальником Кулагіною). Можливо, це вказує на те, що люди, які не одружені, відчують себе щасливо, спокійніше дивляться на можливість смерті і не розглядають смерть, як можливість позбутися страждань.

Зафіксовано негативний зв'язок показника психологічного благополуччя з показниками «страх смерті» ($r_{\text{емп}} = -0,271$) та «прийняття смерті як втечі» ($r_{\text{емп}} = -0,491$). Зв'язок із показником «страх смерті» обумовлений зворотним зв'язком з такими складовими психологічного благополуччя, як «самоприйняття» ($r_{\text{емп}} = -0,252$), «автономність» ($r_{\text{емп}} = -0,280$), «компетентність» ($r_{\text{емп}} = -0,289$). Негативний зв'язок загального показника психологічного благополуччя з «прийняттям смерті як втечі» забезпечується за рахунок зв'язку показників «автономність» ($r_{\text{емп}} = -0,243$), «компетентність» ($r_{\text{емп}} = -0,360$), «позитивні відносини» ($r_{\text{емп}} = -0,442$), «життєві цілі» ($r_{\text{емп}} = -0,439$), «самоприйняття» ($r_{\text{емп}} = -0,495$). Можливо, це вказує на те, що якщо людина, яка не перебуває у шлюбі, відчуває себе достатньо незалежною від суспільної думки, якщо вона може вирішувати життєві завдання, має цілі в житті, то вона не розглядає смерть, як спосіб втекти від неприємностей життя.

Спостерігається значний ($r_{\text{емп}} = 0,393$) позитивний зв'язок психологічного благополуччя з «відношенням до смерті» (за опитувальником Кулагін). Цей зв'язок зумовлений зв'язком з «відношенням до смерті» наступних параметрів психологічного благополуччя: «компетентність» ($r_{\text{емп}} = 0,352$), «особистісне зростання» ($r_{\text{емп}} = 0,250$), «позитивні відносини» ($r_{\text{емп}} = 0,280$), «життєві цілі» ($r_{\text{емп}} = 0,304$), «самоприйняття» ($r_{\text{емп}} = 0,363$). Ми вважаємо, що отримані дані вказують на те, що людина, яка не перебуває у шлюбі, дивиться на свою смерть спокійніше, якщо вона має життєві цілі, відчуває себе здатною реалізовувати свої потреби та цілі, спостерігає своє вдосконалення та розвиток, має близькі довірчі відносини з іншими людьми, має самоприйняття.

Параметр «автономність» має негативний зв'язок з параметром «прийняття-наближення смерті» ($r_{emp}=0,254$). При цьому між загальним показником психологічного благополуччя та параметром «прийняття-наближення смерті» зв'язку немає.

Таким чином, в результаті дослідження ми виявили відмінності у зв'язку щастя та психологічного благополуччя з ставленням до смерті у людей, які перебувають і не одружені. Так, у респондентів, які перебувають у шлюбі щастя позитивно корелює лише зі шкалою «ставлення до смерті», тоді як у респондентів, які не одружені, щастя позитивно корелює з «ставленням до смерті» і негативно з «прийняттям смерті» як втечі». Тобто рівень щастя у людей, які не перебувають у шлюбі, на відміну від тих, хто у шлюбі перебуває, пов'язаний не тільки з «відношенням до смерті» (песимістичний, амбівалентний, оптимістичний), але й залишає можливість розглядати смерть, як спосіб втекти від життєвих проблем. Можливо, це пояснюється відсутністю підтримки близьких людей у період проблем у не одружених респондентів, тоді як у одружених людей більше можливостей її отримати.

Проаналізувавши дані, ми побачили також, що загальний показник психологічного благополуччя немає значних кореляцій з «відношенням до смерті» у респондентів, які перебувають у шлюбі. У респондентів, які не одружені, психологічне благополуччя негативно корелює з такими параметрами «відносини до смерті», як «страх смерті», «прийняття смерті як втечі», і позитивно - з «ставленням до смерті» (за опитувальником Кулагіною). Це, можливо, пояснюється тим, що респонденти, які не перебувають у шлюбі, змушені спиратися лише на себе та свої досягнення, на відміну від респондентів, які перебувають у шлюбі, і мають можливість отримати підтримку та допомогу від чоловіка чи дружини.

Результати кореляційного аналізу показників щастя, психологічного благополуччя з показниками ставлення до смерті респондентів, які мають дітей, представлені в табл. 3.11

Таблиця 3.11

Значення коефіцієнтів кореляції (R_s) показників щастя, психологічного благополуччя з показниками ставлення до смерті у респондентів, які мають дітей

Досліджувані параметри	Прийняття наближення смерті	Уникнення теми смерті	Страх смерті	Прийняття смерті як втечі	Нейтральне прийняття смерті	Відношення до смерті
Щастя	0,047	-0,247 *	-0,251 *	-0,134	0,186	0,405***
Автономність	-0,181	-0,336**	-0,371**	-0,173	0,235**	0,161
Компетентність	-0,318**	-0,316**	-0,330	-0,266 *	0,319**	0,246*
Особистісний зріст	0,153	-0,112	-0,172	-0,195	0,201	0,191
Позитивні відносини	0,068	-0,032	0,012	0,004	0,073	0,098
Життєві цілі	-0,037	-0,139	-0,206	-0,274 *	0,161	0,251*
Самоприйняття	-0,237 *	-0,118	-0,275 *	-0,358**	0,271 *	0,294**
Загальний показник ПБ	-0,066	-0,263 *	-0,291**	-0,247 *	0,268 *	0,352**

Кореляційний аналіз показників щастя та психологічного благополуччя з показниками «відносини до смерті» виявив негативний зв'язок щастя з показниками «уникнення теми смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,247$) та «страх смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,251$). Щастя позитивно корелює ($r_{\text{емп}}=0,405$) з показником «ставлення до смерті» (за опитувальником Кулагін).

Такий зв'язок, можливо, вказує на те, що, почувавшись щасливими, люди, які мають дітей, намагаються уникнути інформації та думок про смерть, що, у свою чергу, зменшує і сам страх смерті. Ставлення до смерті, причому, стає спокійніше.

Загальний показник психологічного благополуччя має зворотну кореляцію з показниками «уникнення теми смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,263$), «страх смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,291$), «прийняття смерті як втечі» ($r_{\text{емп}}=-0,247$). Найбільшу роль негативного зв'язку психологічного благополуччя з параметром «уникнення теми смерті» грають такі складові психологічного благополуччя, як «автономність» ($r_{\text{емп}}=-0,336$) і «компетентність» ($r_{\text{емп}}=-0,316$). На

негативному зв'язку з параметром «страх смерті» – «автономність» ($r_{\text{емп}} = -0,371$), «компетентність» ($r_{\text{емп}} = -0,330$), «самоприйняття» ($r_{\text{емп}} = -0,275$).

Негативна кореляція психологічного благополуччя з «прийняттям смерті як втечі» забезпечується зворотним зв'язком із цим параметром наступних складових психологічного благополуччя: «компетентність» ($r_{\text{емп}} = -0,266$), «життєві цілі» ($r_{\text{емп}} = -0,274$), «самоприйняття» ($r_{\text{емп}} = -0,358$).

Загальний показник психологічного благополуччя позитивно корелює з параметром «нейтральне прийняття смерті» ($r_{\text{емп}} = 0,268$), причому основний внесок вносять зв'язки з цим параметром таких складових, як «автономність» ($r_{\text{емп}} = 0,235$), «компетентність» ($r_{\text{емп}} = 0,319$), «самоприйняття» ($r_{\text{емп}} = 0,271$). Позитивно пов'язане психологічне благополуччя (переважно за рахунок складових «життєві цілі» ($r_{\text{емп}} = 0,251$) і «самоприйняття» ($r_{\text{емп}} = 0,294$)) і з «відношенням до смерті» (за опитувальником Кулагін) ($r_{\text{емп}} = 0,352$).

Ми вважаємо, що ці зв'язки вказують на те, що якщо людина оцінює себе відповідно до особистих критеріїв, відчуває, що контролює своє життя, вона намагається уникати інформації про смерть. Страх смерті зменшується, якщо людина на додаток до вище сказаного, має самоприйняття всіх своїх якостей. При цьому також ставлення до смерті стає нейтральнішим, тобто смерть сприймається як природна даність, ставлення до смерті стає спокійнішим.

Смерті перестає розглядатися, як можливість втекти від проблем, коли людина приймає себе з усіма своїми недоліками, відчуває цінність своєї діяльності та в її житті є цілі. Цікаво відзначити, що глибокі відносини із значними людьми не впливають на ставлення до смерті у респондентів, які мають дітей.

Результати кореляційного аналізу показників щастя, психологічного благополуччя з показниками ставлення до смерті у респондентів, які не мають дітей, наведено в табл. 3.12

Значення коефіцієнтів кореляції (R_s) показників щастя, психологічного благополуччя з показниками ставлення до смерті у респондентів, які не мають дітей

Досліджувані параметри	Прийняття наближенн я смерті	Уникненн я теми смерті	Страх смерті	Прийняття смерті як втечі	Нейтральне прийняття смерті	Ставлення до смерті
Щастя	-0,052	0,190	-0,134	-0,471***	0,000	0,355**
Автономність	-0,186	0,119	-0,194	-0,215	0,087	0,104
Компетентність	-0,047	0,308*	-0,150	-0,336**	-0,153	0,193
Особистісний зріст	0,020	0,009	-0,041	-0,155	0,320*	0,182
Позитивні відносини	-0,067	-0,161	-0,263 *	-0,413**	-0,135	0,195
Життєві цілі	-0,103	0,140	0,002	-0,455***	0,117	0,232
Самоприйняття	-0,002	0,078	-0,261	-0,448***	0,068	0,257
Загальний показник ПБ	-0,042	0,139	-0,201	-0,471***	0,073	0,270*

У ході кореляційного аналізу виявлено достовірний позитивний зв'язок ($r_{\text{емп}}=0,355$) щастя з «відношенням до смерті» (за опитувальником Кулагіною), тобто чим вищий рівень щастя людини, тим спокійніше він ставиться до смерті. А негативний зв'язок із параметром «прийняття смерті як втечі» ($r_{\text{емп}}=-0,471$), підтверджує ці результати.

Загальний показник психологічного благополуччя достовірно негативно корелює із «прийняттям смерті як втечі» ($r_{\text{емп}}=-0,471$). Зворотний зв'язок забезпечується зв'язком «прийняття смерті як втечі» з такими параметрами психологічного благополуччя, як «компетентність» ($r_{\text{емп}}=-0,336$), «позитивні відносини» ($r_{\text{емп}}=-0,413$), «життєві цілі» ($r_{\text{емп}}=-0,455$), «самоприйняття» ($r_{\text{емп}}=-0,448$).

Параметр «компетентність» позитивно корелює з параметром «уникнення теми смерті» ($r_{\text{емп}} = 0,308$). Параметр «особистісне зростання» має позитивний зв'язок із параметром «нейтральне прийняття смерті» ($r_{\text{емп}}=-0,320$). Параметр «позитивні відносини» негативно корелює з параметром «страх смерті» ($r_{\text{емп}} = -0,263$). При цьому у всіх трьох випадках зв'язку

загального показника психологічного благополуччя з відповідними параметрами ставлення до смерті не виявлено.

Відзначається також позитивний зв'язок ($r_{emp}=0,270$) загального показника психологічного благополуччя з параметром «ставлення до смерті» (за опитувальником Кулагін).

Отримані дані можуть свідчити, що чим більше людина, яка не має дітей, відчувається щасливою, тим вона спокійніше ставиться до можливості смерті і не розглядає смерть як втечу від життєвих труднощів. Подібний зв'язок ми спостерігаємо між ставленням до смерті та психологічним благополуччям. Ставлення людини до смерті стає спокійнішим, якщо він відчувається психологічно благополучним. Людина менш схильна розглядати смерть як втечу, якщо в його житті присутні глибокі відносини зі значущими для нього людьми, відчуває, що в силі впливати на життєві обставини, має самоприйняття. Наявність близьких відносин зменшує також страх смерті у респондентів, які не мають дітей.

Таким чином, ми бачимо деякі відмінності у зв'язках щастя та психологічного благополуччя із ставленням до смерті у респондентів, які мають дітей та бездітних. Так, у респондентів без дітей виявлено сильний негативний зв'язок рівня щастя та психологічного благополуччя з «уникненням теми смерті». У респондентів із дітьми значного зв'язку зазначених параметрів не виявлено. Але є зворотний зв'язок між показниками щастя та психологічного благополуччя зі «страхом смерті» і «уникненням теми смерті». Можливо, це пояснюється тим, що зниження загального рівня щастя та психологічного благополуччя посилюють тривогу за своє життя та життя своїх дітей.

У респондентів без дітей, на відміну від респондентів, які мають дітей, виявлено значний негативний зв'язок рівня щастя та таким ставленням до смерті, як «прийняття смерті як втечі». Можливо, це можна пояснити тим, що турбота про дітей, інстинкт збереження потомства у респондентів, які мають дітей, відводить їх від думок втечі з життя у разі виникнення життєвих

проблем. Цікаво відзначити, що на бездітній вибірці виявлено зворотний зв'язок між наявністю близьких відносин з іншими людьми та такими параметрами ставлення до смерті, як «страх смерті» та «прийняття смерті як втечі». На вибірці респондентів, які мають дітей, такий зв'язок не спостерігається.

ВИСНОВКИ

1. Категорія щастя є предметом дискусій та досліджень вже багато століть, і при цьому не втрачає актуальності й нині. Єдиної думки про суть щастя так і не сформувалося. У психології виділяють два основні підходи до поняття щастя: гедоністичний та евдемоністичний, кожен з яких оперує своїми поняттями та використовує свій діагностичний інструментарій. У гедоністичному підході основними поняттями в теоретичних та емпіричних дослідженнях є поняття щастя та його психологічний синонім – суб'єктивне благополуччя. Щастя є суб'єктивним відчуттям і розглядається як поняття, що складається з когнітивного (задоволеність життям) та афективного (баланс позитивних та негативних емоцій) компонентів. Щастя відчувається зараз життя. В евдемоністичному підході до щастя, основним поняттям є поняття психологічне благополуччя, яке включає як суб'єктивну, так і об'єктивну складові і пов'язується з самореалізацією особистості, з її ресурсами і позитивними якостями, з особистісним зростанням. Психологічне благополуччя характеризує міру зрілості та оптимальності особистісних механізмів саморегуляції життєдіяльності. Ці поняття включають в себе об'єктивні і суб'єктивні компоненти, що надають взаємний вплив один на одного, і в сукупності більш повно описують щастя людини. Одним із факторів, що зумовлюють рівень щастя, є ставлення людини до смерті, яке включає страх смерті, уникнення теми смерті, ставлення до смерті як способу позбавлення від страждань. З погляду екзистенційного підходу, смерть сприймається як одне з кінцевих даностей людського існування. Страх смерті є основним елементом будь-якого страху у житті кожного індивіда. І від того, як людина ставиться до смерті, більшою мірою залежить її психологічний добробут: або людина бере відповідальність за своє життя і проживає її усвідомлено, або наслідками будуть фрустрація та психопатологія. Незважаючи на теоретичну розробленість проблеми зв'язку щастя, суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя з ставленням до

смерті у практичній психології, у наукових емпіричних дослідженнях не знайдено робіт із цієї проблеми.

2. Отже, відчуваються щасливими тією чи іншою мірою 73% респондентів. При цьому не виявлено жодної абсолютно нещасливої людини. Абсолютно щасливими порахували себе лише 3 жінки. Більшість респондентів (88%) позитивно оцінили свій рівень психологічного благополуччя. Серед його складових найбільш високо респонденти оцінили рівень своєї «автономності» та своє «особистісне зростання», тобто є пріоритетними для них. При цьому з них майже кожен четвертий має проблеми у спілкуванні з оточуючими, невміння чи не готовність піклуватися про інших, йти на компроміс. Дослідження ставлення до смерті показали, що майже половина респондентів (46%) амбівалентно ставляться до смерті, а кожен третій (34%) ставиться до неї «оптимістично», тобто сприймає смерть як природне завершення життя за умови, що вона наповнена змістом і є повноцінним. При цьому 40% респондентів не вірять у життя після смерті. Для половини респондентів характерний середній рівень страху смерті, сильний страх притаманний лише 16%. Найпоширеніший спосіб боротьби зі страхом смерті у досліджуваній вибірці – уникнення теми смерті. А 10% респондентів розглядають смерть як можливість втечі від життєвих проблем.

3. Порівняльний аналіз показників щастя, психологічного благополуччя та ставлення до смерті у чоловіків та жінок підтвердив про їх відмінності. Жінки достовірно вище оцінюють свій рівень щастя, а також психологічного благополуччя за рахунок більшого прагнення до особистісного зростання та більш позитивних відносин з оточуючими. Вони оптимістичніше ставляться до смерті і більшою мірою схильні вірити в життя після смерті. Про відмінності показників щастя, психологічного добробуту та ставлення до смерті у респондентів, які перебувають і не одружені, підтвердилася частково. Респонденти, які перебувають у шлюбі, достовірно відчуваються більш щасливими та психологічно благополучними. Це благополуччя зумовлено вищими показниками компетентності, самоприйняття, наявності життєвих

цілей та позитивних відносин з оточуючими. Відмінностей щодо смерті у цих підгруп не виявлено. Респонденти з дітьми відчують себе щасливішими, у них вищий загальний показник психологічного благополуччя за рахунок більшої компетентності, позитивного стосунку з оточуючими та наявності життєвих цілей. Респонденти, які не мають дітей, більш песимістично ставляться до смерті, більше бояться її та меншою мірою вірять у життя після смерті. Кореляційний аналіз підтвердив зв'язок щастя та психологічного благополуччя з ставленням до смерті, а саме, чим вищий рівень щастя людини, та її психологічного благополуччя, тим його ставлення до смерті більш оптимістичні, нижчий рівень страху смерті і вони меншою мірою розглядають смерть як можливість втечі від життєвих проблем.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Абульханова, К. А. Психология и сознание личности / К. А. Абульханова. - М.: Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2019. - 286 с.
2. Айзенк, Г. Ю. Природа интеллекта – битва за разум / Г. Айзенк, Л. Кэмин, А. Озерова. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2002. – 352 с.
3. Барановська, Л. В. Педагогіка та психологія вищої школи / Л. В. Барановська. – Київ: НАУ, 2015. - 240 с.
4. Бейли, А. Проблема смерти / А. Бейли.– М.: Амрита, – 2004. – 563с.
5. Бондаровська, В. М. Духовність та моральні цінності сучасної української молоді деякі соціально-психологічні аспекти / В. М. Бондаровська. - К.: Науково-дослідний інститут «Проблеми людини», 2019. – 244 с.
6. Булах, І. С. Консультативна психологія / І. С. Булах. - К.: Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова, 2012. – 458 с.
7. Бурлачук, Л. Ф. Психотерапія / Л. Ф. Бурлачук, А. С. Кочарян, М. Е. Жидко. – СПб. : Питер, 2012. – 496 с.
8. Васянович, Г. П. Основи психології / Г. П. Васянович. - К.: Педагогічна думка, 2012. – 114 с.
9. Воляннюк, Н. Ю. Соціальна психологія / Н. Ю. Воляннюк. - К.: КПІ ім. І. Сікорського, 2019. – 254 с.
10. Галузинский, В. М. Основи педагогіки та психології вищої школи / В. М. Галузинский. - Київ, 1995. – 279 с.
11. Галян, І. М. Психодіагностика / І. М. Галян. - К. : Академвидав, 2011. – 464 с.
12. Галян, О. І. Експериментальна психологія / О. І. Галян. - К.: Академвидав, 2012. – 400 с.
13. Громова, Н. В. Роль человеческой жизни/ Н. В. Громова. - Современная конкуренция, 2014. - 256 с.
14. Гуревич, П.С. О жизни и смерти. Жизнь земная и последующая / П.С. Гуревич – М.: Сова, 1991. – 143 с.

15. Долженко, Р. А. Удовлетворенность к жизни / Р. А. Долженко. - Вестник Алтайского государственного аграрного университета, 2014. - 364 с.
16. Доминяк, В. И. Смерть / В. И. Доминяк. - СПб, СПбГУ, 2016. - 256 с.
17. Егорова, А. Вовлеченность персонала: 7 шагов к пониманию / А. Егорова. - М.: Инфра, 2014. - 325 с.
18. Ерзин, А. И. Проактивность / А. И. Ерзин. - Актуальные проблемы психологического знания, 2014. - 110 с.
19. Калайтан, Н. Л. Структурні особливості соціального та емоційного інтелекту студентів першого курсу вищого технічного навчального закладу / Н. Л. Калайтан. - Вісн. Харків нац. ун-ту ім. В. Н. Каразіна. Сер. Психологія, 2012. – 204 с.
20. Кюблер-Росс, Э. О смерти и умирании / Э. Кюблер-Росс. – М.: София, 2001. – 645 с.
21. Лепехин, Н. Н. Диспозиционные предикторы / Н. Н. Лепехин. - Петербургский психологический журнал, 2020. - 595 с.
22. Методи соціальної психології / В. Б. Шапар, В. О. Копилов, Ю. І. Кисіль та ін. – Харків : ХАІ, 2002. – 76 с.
23. Настроение : психол. словарь-справочник / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. – Минск : Харвест, 2004. – С. 214.
24. Научитель, О. Д. Соціально-психологічний тренінг / О. Д. Научитель, Ю. І. Гулий / Активне соціально-психологічне навчання – Харків : ХАІ, 2011. – 41 с.
25. Смирнов, Б. А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б. А. Смирнов, Е. В. Долгополова. – Харків : Гуманитарный центр, 2007. – 276 с.
26. Современная психология : справ. руководство / под. ред. В. Н. Дружинина. – М. : ИНФРАМ, 1999. – 688 с.
27. Тиньков, О. М. Інженерна психологія / О. М. Тиньков. – Харків : ХАІ, 2011. – 72 с.
28. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. - М.: Прогресс, 2020. - 254 с.

29. Ashford, S. J. Proactivity during organizational entry: The role of desire for control / S. J. Ashford. - Journal of Applied psychology, 2016. - 199 p.
30. Axtell, C. M. Shopfloor innovation: Facilitating the suggestion and implementation of ideas / C. M. Axtell. - Journal of occupational and organizational psychology, 2020. - 285 p.
31. Bakker, A. B. The job demands-resources model: State of the art / A. B. Bakker. - Journal of managerial psychology, 2007. - 354 p.
32. Bakker, A. Dual processes at work in a call centre: An application of the job demands–resources model / A. Bakker. - European Journal of work and organizational psychology, 2013. - 417 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Дані середнього та стандартного відхилення

Шкала	Середня	Стандартне відхилення	Асиметрія	Екссес
Щастя	48,83	13,40	0,16	-0,20
Автономність	31,86	4,98	0,06	-0,20
Компетентність	30,19	5,55	-0,30	0,03
Особистісний ріст	36,66	4,16	-0,11	-0,68
Позитивне ставлення	32,44	5,63	-0,36 *	-0,06
Життєві цілі	33,57	5,65	-0,58 **	0,07
Самоприйняття	33,13	5,60	-0,77 **	0,85**
Підсумок	197,84	23,14	-0,15	0,25
Прийняття-наближення смерті	12,46	6,14	0,22	-0,72
Уникнення теми смерті	15,30	6,68	0,12	-0,91 **
Страх смерті	14,25	6,40	0,32	-0,70
Прийняття смерті як втечі	8,05	4,78	0,79**	-0,29
Нейтральне прийняття смерті	17,63	3,30	-1,45 **	3,06**
Ставлення до смерті за Кулагіною	1,99	3,11	-0,32	-0,05

Значні відмінності за досліджуваними параметрами між чоловіками та
жінками

Методика	Шкала	Чоловіки	Жінки	Uemp	p
«Оновлений Оксфордський опитувальник щастя»	Щастя	44,88	50,83	1517,50	0,02
«Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф» в адаптації Л. В. Жуковської, Є. Г. Трошихіної	Особистісний ріст	35,56	37,21	1518,50	0,02
	Позитивне ставлення	31,16	33,09	1537,00	0,03
	Загальний показник	191,67	200,97	1523,50	0,02
«Ставлення до смерті» К.А. Чистопільська, О.В. Мітіна, С.М. Єніколопов, О.Л. Миколаїв, Г.І. Семікін, С.М. Озоль, С.А. Чубіна	Прийняття-наближення смерті	9,47	13,97	1130,50	0,00
«Ставлення до смерті» І.Ю. Кулагіна Л.В. Сенкевич	Ставлення до смерті	1,07	2,46	1567,00	0,04

Значні відмінності за досліджуваними параметрами між випробуваними,
які перебувають у шлюбі і не одружені

Методика	Шкала	Не в шлюбі	У шлюбі	Uemp	p
Оновлений Оксфордський опитувальник щастя (Oxford Happiness Inventory)	Щастя	46,16	51,58	1747,50	0,03
Шкала психологічного благополуччя До. Ріфф в адаптації Л. В. Жуковської, Є. Г. Трошихіної	Компетентність	28,87	31,56	1687,00	0,01
	Позитивні відносини	31,06	33,86	1623,50	0,01
	Життєві цілі	32,07	35,11	1616,50	0,01
	Самоприйняття	31,78	34,52	1749,50	0,03
	Загальний показник	191,53	204,35	1572,50	0,00

Значні відмінності за досліджуваними параметрами між респондентами,
які мають дітей та не мають дітей

Методика	Шкала	Без дітей	З дітьми	Uemp	p
Оновлений Оксфордський опитувальник щастя (Oxford Happiness Inventory)	Щастя	45,43	51,35	1622,50	0,01
Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф в адаптації Л. В. Жуковської, Є. Г. Трошихіної	Компетентність	28,82	31,21	1701,00	0,03
	Позитивне ставлення	30,70	33,73	1513,00	0,00
	Життєві цілі	32,02	34,71	1619,00	0,01
	Загальний показник	191,18	202,78	1550,00	0,00
Ставлення до смерті К.А. Чистопільська, О.В. Мітіна, С.М. Єніколопов, О.Л. Миколаїв, Г.І. Семікін, С.М. Озоль, С.А. Чубіна	Прийняття-наближення смерті	11,16	13,42	1641,00	0,01
	Уникнення теми смерті	13,84	16,38	1726,00	0,04
	Страх смерті	15,96	12,97	1628,00	0,01
	Прийняття смерті як втечі	9,32	7,12	1739,50	0,04
Ставлення до смерті І.Ю. Кулагіна	Ставлення до смерті	1,33	2,48	1741,50	0,04