

## СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

---

### ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ САМОЧУВСТВИЕ ЧЕЛОВЕКА КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА\*

©2018 г. Е.Н. Холондович\*

\*кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории истории психологии и исторической психологии, ФГБУН Институт психологии РАН; 129366, г. Москва, ул. Ярославская дом 13, корп. 1; e-mail: holelena@bk.ru

Поступила в редакцию 13 сентября 2018 г.

*Аннотация.* Представлен теоретический анализ понятий, активно используемых в современном психологическом дискурсе, таких как *социальное самочувствие* человека и группы, *психологическое благополучие личности*, *психологическое здоровье*. Приводятся основные направления их изучения как в отечественной, так и зарубежной психологии. *Социальное самочувствие* человека отражает в основном социальный контекст его взаимодействия с миром – отношение к окружающей действительности и своему месту в ней. Направления в психологии, изучающие *психологическое благополучие* и *психологическое здоровье* человека, рассматривают их как благополучие личности, ее самосовершенствование в физическом, нравственном и духовном плане. Отмечается, что в трактовке понятия «психологическое здоровье» в зарубежной и отечественной психологии есть существенные различия. Так, в последней его понимание выходит на уровень духовно-нравственных сторон жизни личности. Приводится анализ с различных методологических позиций, обосновывающий необходимость введения понятия *психологическое самочувствие* в научный дискурс. Оно является более широким, и может трактоваться как *актуальное, субъективное психологическое состояние* человека, внутреннее ощущение им себя в окружающей действительности, имеющее системный и динамический характер и

---

\* Работа выполнена по гранту РФФИ № 18-013-00815 «Динамика психологического самочувствия личности в России (психолого-историческая реконструкция 90-е г. XX в. по настоящее время)».

раскрывающееся на разных уровнях самоощущения – *индивидуальном, личностном, субъектном*. Рассматривается структура *психологического самочувствия*, факторы, влияющие на его формирование, и его функции. Предлагается изучать *психологическое самочувствие* человека в рамках различных отраслей психологии, в частности, *исторической психологии*. В качестве метода исследования предлагается использовать процедуру психолого-исторической реконструкции.

*Ключевые слова:* психологическое самочувствие, социальное самочувствие, психологическое благополучие личности, психологическое здоровье, системный подход, субъектно-деятельностный подход, субъектный подход, комплексный подход, историческая психология, процедура психолого-исторической реконструкции.

В настоящее время, когда в современной психологии все больше внимания уделяется массовым явлениям (см., например: Журавлев и др., 2017; Соснин, Журавлев, 2014; и др.), из поля научных интересов все чаще выпадает самочувствие конкретного человека. В то время как в современных реалиях он подвергается всевозможным воздействиям как со стороны общества в целом (СМИ, политические и экономические реформы и эксперименты, национальные и религиозные конфликты, различного рода катастрофы), так и отдельных групп (политических партий, трудовых коллективов и союзов). Выполняя различные социальные роли, личность выдерживает колоссальную психологическую нагрузку, которая влияет на ее самочувствие. Это естественным образом делает важным для исследования *психологическое самочувствие* человека, так как данный феномен остается практически не изученным в современной психологии.

### **Дифференциальный анализ понятий «психологическое самочувствие», «психологическое благополучие» и «социальное самочувствие»**

В современном научном дискурсе понятие «*психологическое самочувствие*» разработано явно недостаточно. Наиболее часто употребляются «*психологическое благополучие*» и «*социальное самочувствие*». Изучение его в

отечественной психологии до 90-х годов XX в. представлялось неактуальным. Включение же России в мировую экономику, построение общества на капиталистических началах, формирование новых социальных групп, выделение новых общественных ролей приводит к тому, что психологи начинают проявлять интерес к *самочувствию* человека. Появляются работы по изучению *коллективных и индивидуальных социальных представлений* (К.А. Абульханова, М.И. Воловикова, А.Н. Славская, Т.П. Емельянова), *ценностных ориентаций* представителей различных социальных групп (А.Л. Журавлев, Н.А. Журавлева, В.А. Хащенко), *оценки значимых ценностей* в разных социальных группах (В.Е. Семенов), *социально-политических ориентаций* (В.Э. Бойков), *социально-психологической динамики личности и группы* (А.Л. Журавлев и др.), исследования *ощущения счастья* у россиян и способов *совладающего поведения* в новых условиях (И.А. Джидарьян, Е.В. Антонова), типологии *субъективного экономического благополучия* (В.А. Хащенко).

В западной психологии наиболее часто употребляется понятие «*психологическое благополучие личности*» (psychological well-being of a person). *Психологическое благополучие* включает в себя *качество жизни, удовлетворенность, ощущение счастья* человеком, формирующиеся под воздействием физических, социальных и психологических факторов. Оно включает такие характеристики как *самопринятие, отношение к другим людям, удовлетворенность деятельностью, автономию, цели и смыслы жизни, личностный рост и развитие*. Прежде всего, изучается *уровень или степень психологического благополучия*, выстраиваются *модели роста* на протяжении всей жизни человека, что характерно для психологии развития (Н.М. Брандбурн, К. Рифф, Э. Динер), затем *степень удовлетворенности жизнью* в целом как индикатор *психологического благополучия* человека – этот аспект рассматривается в психологии личности с точки зрения *самоактуализации*

(А. Маслоу), *полноты функционирования человека* (К. Роджерс), через концепцию *индивидуации* (К. Юнга), *уровня зрелости* (Г. Олпорта) (Холондович, 2017).

Клиническая психология оценивает психическое и психологическое здоровье личности. В отечественной психологии наиболее часто используется понятие *психологическое здоровье* (И.В. Дубровина, Б.С. Братусь, М.И. Воловикова, Г.С. Никифоров, Е.А. Сергиенко, И.А. Джидарьян и др.), которое понимается более широко, чем психическое здоровье и психологическое благополучие (Психологическое здоровье..., 2014). Так, Джидарьян под *психологическим здоровьем* понимает потребность человека в саморазвитии, осознание «полноты самореализации в различных сферах жизни», что предполагает, прежде всего, личностный рост, и именно здоровье человека как личности и делает важным не только социальное благополучие, но и нравственное и духовное совершенствование (Джидарьян, 2014, с. 25).

В рамках социологии и социальной психологии наиболее полно представлено понятия «*социальное самочувствие*». Его подробный анализ дается в работах В.Э. Бойкова, Б.В. Дубина, Ж.Т. Тощенко, С.В. Харченко, А.А. Русалиновой, В.А. Кольцовой, Ю.Н. Олейника и др.

Так, в социологии представлено следующее определение: *социальное самочувствие* – «эмоционально-оценочная реакция на социальные изменения и свое положение в трансформирующемся обществе» (Головаха и др., 1998, с. 45).

Тощенко и Харченко включают *социальное самочувствие* в структуру социальных настроений и формируют его из «актуального знания, эмоций, чувств, исторической памяти и общественного мнения» (Тощенко, Харченко, 1996, с. 51). По сути дела, оно сводится к адаптированности человека к окружающей социальной действительности. При этом авторы выделяют несколько уровней социального настроения: внутреннее состояние человека,

внешние условия, восприятие себя в этих условиях. Тощенко и Харченко настаивают на том, что сознание и поведение людей в определенной исторической обусловленности и формирует социальные настроения. Это «синдром сознания, отражающий состояние между уровнем притязаний и степенью удовлетворения потребностей субъекта, которые представлены как когнитивные формирования» (там же, с. 51).

Социолог А.Е. Петрова отмечает наличие как *социального*, так и *психологического самочувствия* человека. Социальный аспект затрагивает объективные параметры, психологический – субъективные, которые включают эмоции, чувства и переживания. Психологический аспект представлен на эмоциональном, когнитивно-мотивационном и рефлексивном уровнях (Петрова, 2000).

В работах социальных психологов *социальное самочувствие* рассматривается как интегральная характеристика личности, детерминируемая социальными факторами. В частности, Русалинова предлагает трехуровневую структуру *социального самочувствия* (когнитивный, эмоционально-личностный, субъектный или активно-деятельностный) человека как представителя различных общественных групп (семьи, первичного коллектива, города, страны), с позиции различных социальных ролей, выполняемых личностью. Хотелось бы уточнить, что именно *психологическое самочувствие*, как составляющая *социального самочувствия*, стоит рассматривать как *личностную характеристику*, так как социальное самочувствие отражает в большей степени «настроения», «впечатления», «представления» от социальных взаимодействий определенных категорий групп (семья, «безработные», интеллигенция, молодежь, работники предприятий и различных государственных и общественных организаций и т.п.). *Социальное самочувствие* – «интегральное состояние, формирующееся на основе восприятия и оценки им (человеком) того социального мира, в котором он

живет, сложившейся социальной ситуации, своего места и роли в этой ситуации и в обществе, перспективы развития общества и своих личных» (Русалинова, 2013, с. 34). В данном *определении главенствующее место занимает восприятие и оценка социальной ситуации и перспективы развития себя и общества*. При этом, такие состояния являются оценочно-эмоциональными. Далее автор подчеркивает, что при взаимодействии общего социального самочувствия с индивидуально-психологическими характеристиками личности, личностные характеристики могут доминировать и интегрировать все внутренние реакции на внешние воздействия и влиять на формирование смысложизненных позиций и конкретных поведенческих установок (там же, с. 214). Это замечание очень важно для понимания *психологического самочувствия* и выделения его как *самостоятельного понятия*.

О.В. Коломиец дает определение *социального самочувствия* людей как актуализированного сознания, реализующегося в конкретных переживаниях людей и выражающегося в отношении к окружающей действительности и своему положению в обществе в данный конкретный момент. Оно может быть представлено на индивидуальном уровне, групповом и даже на уровне больших социальных групп, и интерпретировано как индивидуально-личностное, социально-психологическое и массовидное явление (Коломиец, 2012). Автор также подчеркивает, что *социальное самочувствие* обязательно имеет свою *психологическую составляющую*, наряду с философской и социологической. Психологическая составляющая должна быть представлена в виде *социально-психологического состояния*, вызванного объективными обстоятельствами жизнедеятельности и отношением к ним, *социологическая* рассматривается в рамках проблематики образа жизни, *философская* – в форме общественного сознания, регулирующего поведение индивида.

Кольцова и Олейник настаивают на обязательном выделении поведенческой компоненты в социальном самочувствии людей, так как оно выступает отражением переживаний человеком его отношения к различным обстоятельствам окружающей действительности (Кольцова, Олейник, 1999).

Л.В. Кашкина в своей работе вводит понятие «*психологическое самочувствие*», хотя и не разводит его с социальным самочувствием, и понимает как психологический комфорт «внутреннего состояния индивида, а также его сознания с точки зрения эмоционально-оценочного отношения к реальности» (Кашкина, 2013, с. 47).

Таким образом, близкие по значению понятия «*психологическое благополучие*» и «*психологическое здоровье*» рассматривают благополучие человека как личности и его самосовершенствование в физическом, нравственном и духовном плане, не отрицая влияния социальной компоненты. «*Социальное самочувствие*» представляет отношение человека к окружающей действительности и своему месту в ней, но при этом авторы указывают на необходимость отдельного рассмотрения *психологического самочувствия* и делают акцент на том, что оно близко по своей сути к отношениям человека и непосредственно связано с его *личностными свойствами, переживаниями, уровнем притязаний и системой ценностей*. В связи с этим представляется актуальным рассмотреть *психологическое самочувствие* человека как самостоятельный феномен, объединяющий в себе человека.

### **Теоретико-методологический анализ понятия «психологическое самочувствие»**

«Самочувствие – состояние физических и душевных сил (Толковый словарь С.И. Ожегова); чувство, испытываемое человеком в зависимости от того или иного состояния его физических и душевных сил в известный момент (Толковый словарь Д.Н. Ушакова); субъективное ощущение физиологической и

психологической комфортности внутреннего состояния»<sup>1</sup>. Если обратиться к определениям понятия «самочувствие», приведенным в толковых словарях, то на первый план выступают категории знания и переживания – оценка среды, внутренней и внешней, и эмоции, связанные с этой оценкой, а также интерпретация этих переживаний с точки зрения их значимости для конкретного человека. Самочувствие всегда субъективно и непосредственно связано с потребностями человека. В экономике самочувствие соотносится с уровнем материального благополучия, в медицине – с физиологическим состоянием организма.<sup>2</sup>

Представляется, что психологическое самочувствие может быть рассмотрено с опорой на методологию *системного подхода* (Ломов, 1999), в котором психика человека понимается как открытая система, подвергающаяся внешним воздействиям, в результате которых она принимает новые качества и свойства, и, в свою очередь, сама воздействует на окружающую действительность. Любой психологический феномен, с позиции *системного подхода*, являясь самостоятельной единицей, включен в систему более высокого порядка и подчинен ее закономерностям, поэтому он должен рассматриваться как на макроуровне, так и на микроуровне, как некая структура, имеющая свои собственные элементы. Так, *психологическое самочувствие* можно представить в виде следующих взаимосвязанных компонентов: когнитивного, аффективного и поведенческого. На *когнитивном уровне* человек получает знания и представления об окружающей действительности, о себе, о своей включенности в окружающий мир и формирует свое отношение к ним. *Аффективный уровень* представлен эмоциональными переживаниями, связанными со знаниями и представлениями,

---

<sup>1</sup> Большая психологическая энциклопедия / <https://dic.academic.ru/dic.nsf/wordhistory/518/>

<sup>2</sup> Ежемесячный мониторинг социально-экономического положения и самочувствия населения / <http://economytimes.ru/sites/default/files> (дата обращения: 12.05.2018)

степенью удовлетворенности/неудовлетворенности жизнью, переживанием счастья/несчастья. Они детерминированы как личностными свойствами, так и внешними социальными воздействиями. *Поведенческий уровень* отражается в направленности личности, степени ее активности/пассивности, которая, в свою очередь, проявляется в деятельности субъекта и в целом в стратегии его жизни. Еще раз подчеркнем, что эти компоненты находятся во взаимодействии друг с другом и детерминированы как внешними социальными влияниями, так и личностными и индивидуальными свойствами человека. Поэтому в качестве уровней их проявления следует рассматривать *индивидуальный, личностный и субъектный*.

Необходимо подчеркнуть, что *системные качества*, по мнению Ломова, являясь интегральными качествами, «недоступны прямому наблюдению и могут быть выявлены только путем анализа систем, к которым принадлежит человек, и закономерностей, которым подчиняется его жизнь. Системный подход предполагает рассмотрение изучаемого объекта в его отношениях к различным системам. А это позволяет вести исследование в разных плоскостях или планах» (Ломов, 1999, с. 6). Психологическое самочувствие необходимо рассматривать со стороны влияния различных детерминант, как внешнего, так и внутреннего характера, где они выступают не только как «причина и следствие», но и «как условие и обусловленное» (там же, с. 8), т.е. формируется под влиянием определенных факторов и выполняет определенные функции.

Можно выделить *макросоциальные факторы*, которые существенно влияют на динамику психологического самочувствия: изменения в экономической и социальной структуре общества, политической системе и духовно-нравственной сфере (социально-психологическая нестабильность в обществе, новые постулируемые установки и стереотипы поведения, общественно одобряемые ценности и ориентиры, кризис национальной идентичности, нестабильность материального положения и т.п.) (подробнее

см.: Доверие и недоверие..., 2013; Макропсихология..., 2009; Социально-психологическая динамика..., 1998; и др.).

В свою очередь, *личностный уровень* оказывает существенное влияние на психологическое самочувствие – самовосприятие, уровень притязаний, система ценностных ориентаций личности, ее идеалы и т.п., которые во многом определяют поведение личности и степень ее активности. Но при этом, так как *психологическое самочувствие*, по нашему мнению, имеет системный характер, оно также проявляется не только на уровне личности, но и на уровне субъекта.

Существенное значение для понимания сути *психологического самочувствия* оказывает субъектный уровень, т.е. степень активности и самостоятельности, саморегуляции и самодеятельности человека. С точки зрения *субъектно-деятельностного и субъектного подходов* (С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова, А.В. Брушлинский, Е.А. Сергиенко и др.), личность рассматривается как активный делатель – субъект деятельности и поведения, субъект жизни, где психика – это единство отражения и отношения, знания и переживания, соотношение в ней идеального и реального, объективного и субъективного. Сознание личности здесь выступает высшим организатором психики и регулятором деятельности и поведения субъекта. «Обращаясь к исследованию субъекта, мы открываем возможность изучать поведение, деятельность как опосредованные внутренним миром человека, его субъектными выборами и предпочтениями, активным построением им модели окружающего мира» (Сергиенко, 2012, с. 105). То есть именно субъект реализует в процессе деятельности цели и идеалы, поставленные личностью, становясь (или нет) при этом субъектом своей жизни.

В свою очередь, предложенная Рубинштейном формула, согласно которой внешние причины действуют через внутренние условия, может позволить увидеть психологическое самочувствие тем индикатором, которое формирует направленность личности и ее поведение (Рубинштейн, 2000).

С этими положениями согласуется ранее предложенный Б.Г. Ананьевым *комплексный подход* к изучению человека (Ананьев, 1968). С его позиций, человека необходимо рассматривать как *индивида, личность, субъекта деятельности и индивидуальность*. На всех этих уровнях проявляются психические процессы и по-разному взаимодействуют друг с другом. Но психический мир человека не ограничивается только биологической и социальной природой. Человек – это субъект и объект истории. Ананьев указывает на то, что личность всегда есть продукт своей эпохи, современница и участница событий истории как общества в целом, так и своей собственной биографии, своего жизненного пути. Она органично включена в историю, несет на себе отпечаток своего исторического прошлого через бессознательные компоненты своей психики (носитель определенного менталитета) и своего настоящего, испытывая социальные влияния общественной жизни. Человек существует своим прошлым и настоящим, своим поведением, настроением и т.п. выстраивает будущее как свое, личное, так и общества. Следовательно, необходимо рассматривать *историческую детерминацию* психики человека, наряду с другими (социальными, личностными и биологическими), как входящую в общую систему детерминант. С этой точки зрения могут быть интересны *темпоральные характеристики в самочувствии* человека. Представленность в его сознании *настоящего, прошлого и будущего* времени, где именно он воспринимает себя более отчетливо и чувствует себя более комфортно.

Таким образом, мы понимаем *психологическое самочувствие* как *актуальное, субъективное психологическое состояние человека, внутреннее ощущение им себя в окружающей действительности, имеющее системный и динамический характер и раскрывающееся на разных уровнях самоощущения – индивидуальном, личностном, субъектном*.

### **Дифференциальный анализ понятий «психологическое самочувствие», «настроение», «переживание» и «отношение»**

В процессе исследования мы столкнулись с трудностями дифференциации очень близких понятий: настроения, переживания и отношения. Как нам представляется, *психологическое самочувствие*, являясь по своей сути субъективным, динамическим состоянием человека, необходимым образом включает в себя *настроение, переживание, отношение*, но имеет и отличия.

*Настроение*, как индивидуальное проявление личности, относится к психологическому состоянию, отличающемуся размытостью и трудной дифференцируемостью, оно часто неосознаваемо и связано с физиологией человека. *Психологическое самочувствие* же осознаваемо, в большей степени зависит от социальной компоненты и личностных качеств человека.

*Переживания* необходимым образом включены в состав *психологического самочувствия*, являясь частью эмоционального компонента. По Рубинштейну – переживание, его осознанность, тесно связаны с понятием отношений – всегда на сознательном уровне и глубоко личностное, тесно связано с историей личности, ее духовной жизнью (Рубинштейн, 2000). Таким образом, личностное отношение имеет глубоко эмоциональный характер. Через переживание человек выражает свое отношение к событиям своей собственной жизни и окружающей действительности. Из них формируется психологическое самочувствие человека в совокупности с представлениями, знаниями и отношениями к себе и миру.

*Отношение*, в отличие от *психологического самочувствия*, в трактовке теории отношений Мясищева, в основе своей имеет биологическую природу потребностей. Социальный же вопрос не стоит на первом месте. В *психологическом самочувствии* социальный контекст жизни человека находится во взаимной зависимости с его индивидуальными, личностными

качествами и качествами субъекта. Среди компонентов отношений, кроме *познавательного* и *эмоционального*, представлен также и *волевой*, который не рассматривается в *психологическом самочувствии*. Хотя, естественно, как писал Мясищев, личность необходимо рассматривать как целостного субъекта, у которого все психические процессы взаимосвязаны и непосредственно зависят от системы отношений личности (интересов, оценок, убеждений). С позиции теории отношений, во взаимодействии находятся субъект, объект и отношение к нему. При анализе феномена *психологического самочувствия* на первом месте выступает *субъект* и в качестве *объекта* – он сам и его самочувствие с позиции его существования в мире. Мясищев включает систему отношений в структуру личности. Отношения – это одна из форм отражения действительности. Таким образом, *система отношений* оказывает важное влияние на *психологическое самочувствие* человека, но не сводится к ней (Мясищев, 2011).

*Переживания* и *отношения* человека к себе и социальной действительности невозможно отделить от самочувствия, но в то же время *психологическое самочувствие* нельзя свести только к его отдельным компонентам и проявлениям. Как уже было сказано выше, психологическое самочувствие необходимо рассматривать как системный феномен, где компоненты и уровни взаимообуславливают друг друга.

Таким образом, *психологическое самочувствие* – *актуальное, субъективное психологическое состояние человека, внутреннее ощущение им себя в окружающей действительности, имеющее системный и динамический характер и раскрывающееся на разных уровнях самоощущения – индивидуальном, личностном, субъектном, имеющее свою структуру, компонентами которой являются – когнитивный, эмоциональный и личностный уровень (активность)*. *Формируется психологическое самочувствие под воздействием личностных свойств и качеств человека, микро- и макросреды, исторического прошлого*

субъекта. Проявляется психологическое самочувствие через представления человека о его настоящем, прошлом и будущем, через его удовлетворенность/неудовлетворенность жизнью в целом, ощущением счастья/несчастья, в его активности, насколько он в своей деятельности и жизни в целом реализует себя как личность и субъект (см. рис. 1).



**Рис. 1.** Структура психологического самочувствия

Психологическое самочувствие человека как системное явление требует для своего исследования привлечения данных различных отраслей психологического знания и смежных с ним наук. Так, одни аспекты психологического самочувствия, такие как влияние личностных особенностей или проявления человека как субъекта деятельности, наиболее полно раскрываются с позиции, например, психологии личности. Социальные же

аспекты психологического самочувствия необходимо изучать с помощью методов социальной и исторической психологии (см., например: Историческая психология..., 2004; Королев и др., 2011; и др.). То же самое можно сказать о ценностях и идеалах. С этой точки зрения, *комплексный подход* в изучении *психологического самочувствия* выступает как наиболее предпочтительный и целесообразный (подробнее см.: Методология комплексного человекознания... 2008; Развитие психологии в системе..., 2012; и др.).

В дальнейших исследованиях этого феномена предполагается рассмотреть *психологическое самочувствие* как проблему *исторической психологии*, так как именно она позволит нам изучить не только различные его уровни, но и проследить динамику этого явления. Воссоздать психическую жизнь людей прошлого, а через нее спрогнозировать будущее – вот одна из задач исторической психологии, по мнению М. Блока (Блок, 1986). Особенности исторической психологии состоят в ее диалогичности, опоре на ценностное содержание и раскрытие смыслов происходящего, ориентированность на индивидуальные, своеобразные явления. Важнейшими ее особенностями выступают: ссыла на авторитеты, учет различных точек зрения, учет традиционных интерпретационных моделей исследования. «Историческая психология – это комплексная научная дисциплина, формирующаяся на стыке психологии и истории и взаимодействующая с целым рядом областей знания: культурологией, политологией, источниковедением, социологией. Интегрируя принципы гуманитарного и естественнонаучного знания, историческая психология образует специфическое межпарадигмальное научное пространство и закладывает новые тенденции в изучении как психических, так и исторических процессов» (Историческая психология..., 2004, с. 30).

В качестве метода изучения *психологического самочувствия* человека, его динамики в России Нового времени возможно использовать метод *психолого-*

*исторической реконструкции*. Основные принципы процедуры психолого-исторической реконструкции (антипрезентизм, антиархаизм, субъектный подход к изучению исторического прошлого, антиаприоризм в формулировании гипотезы и теоретической модели, их уточнение в процессе взаимодействия с прошлым, его комплексный характер и т.д.) позволяют провести системный анализ изучаемого явления, учесть все детерминанты, влияющие на него, и рассмотреть явление в динамике, что очень важно для понимания психологического самочувствия человека (Кольцова, 2008). При этом такой анализ будет направлен на выявление общего исторического, социально-культурного контекстов, связанные с ними переживания человека, его самоощущение, настроения, ценности и смыслы жизни, уровень активности/пассивности, жизненные перспективы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение можно сказать, что *психологическое самочувствие* человека – это сложный психологический феномен, имеющий определенную структуру и выполняющий ряд функций, определяющих поведение человека. Его изучение важно для понимания внутреннего психологического состояния человека, перспектив его развития в современном мире, способности им реализовывать свои возможности как личности и субъекта, быть активным строителем собственной жизни и общества в целом. Оно шире таких понятий как «*социальное самочувствие*», «*психологическое благополучие*» и «*психологическое здоровье*», так как рассматривает не только отдельно социальный или личностный аспект жизни человека, но включает и то, и другое, раскрывая человека на индивидуальном, личностном и субъектном уровнях, т.е. в различных ипостасях его жизни, и рассматривает психику человека как самостоятельную систему, включенную в различные системы детерминант. С этой точки зрения, необходимо изучать *психологическое самочувствие*

человека с позиций комплексного подхода, в рамках различных отраслей психологического знания, в том числе исторической психологии. В дальнейшем мы ставим перед собой задачу провести более детальное изучение данного феномена, а также провести *психолого-историческую реконструкцию динамики психологического самочувствия личности* в России определенного временного периода, а именно с 90-х г. XX в. по настоящее время.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Абульханова К.А.* Субъект и субъектность: проблема определения качеств // Развитие психологии в системе комплексного человекознания. Часть 1. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. С. 55-62.
- Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. Л.: Изд-во ЛГУ, 1968.
- Блок М.* Апология истории или ремесло историка. М.: Изд-во «Наука», 1986.
- Брушлинский А.В.* Избранные психологические труды. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Головаха Е.Н., Панина Н.В., Горбачик А.П.* Измерение социального самочувствия: тест ИНСС // Социология: Методология. Методы. Математическое моделирование (4 М). 1998. № 10. С. 45-71.
- Джидарьян И.А.* Психологическое здоровье: проблема науки или удвоение понятий // Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2014.
- Доверие и недоверие в условиях развития гражданского общества. М.: Изд-во НИУ ВШЭ, 2013.
- Журавлев А.Л., Соснин В.А., Китова Д.А., Нестик Т.А., Юревич А.В.* Массовое сознание и поведение: Тенденции социально-психологических исследований. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017.

Историческая психология: предмет, структура и методы. М.: Изд-во Московского гуманитарного университета, 2004.

*Кашкина Л.В.* Психологическое самочувствие населения монопрофильного города европейского Севера // Экология человека. 2013. № 2. С. 46-51.

*Кольцова В.А., Олейник Ю.Н.* Индивидуальный и групповой субъекты в изменяющемся обществе (к 110-летию со дня рождения С.Л. Рубинштейна) / Тезисы докладов к Международной научно-практической конференции. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1999. С. 88-89.

*Кольцова В.А.* История психологии: Проблемы методологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008.

*Коломиец О.В.* Социальное самочувствие как проблема социальной психологии // Современная социальная психология: теоретические подходы и прикладные исследования. М.: Изд-во «Московский психолого-социальный университет», 2012. С. 14-25.

*Королев А.А., Журавлев А.Л., Кольцова В.А.* История и психология: неумолчный диалог. Учебное пособие / Под ред. А.А. Королева. М.: Изд-во Моск. гуманит. ун-та, 2011.

*Ломов Б.Ф.* Проблемы и стратегии психологического исследования. М.: Изд-во «Наука», 1999.

Макропсихология современного российского общества. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009.

Методология комплексного человекознания и современная психология. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008.

*Мясищев В.Н.* Психология отношений. М.: Изд-во МПСИ. 2011.

*Петрова Л.Е.* Социальное самочувствие молодежи // Социологические исследования. 2000. № 12. С. 51-59.

Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества / Под ред. А.Л. Журавлева, М.И. Воловиковой, Т.В. Галкиной. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2014.

Развитие психологии в системе комплексного человекознания: Материалы Всероссийской научной конференции. Часть 1. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.

Развитие психологии в системе комплексного человекознания: Материалы Всероссийской научной конференции. Часть 2. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.

*Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер. 2000.

*Русалинова А.А.* Социальное самочувствие человека как социально-психологический феномен. СПб.: Астерион, 2013.

*Сергиенко Е.А.* Системно-субъектный подход: субъект развития, субъект деятельности, субъект жизни // Развитие психологии в системе комплексного человекознания. Часть 1. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. С. 105-110.

*Соснин В.А., Журавлев А.Л.* Психология массового поведения: истоки и современные тенденции исследования // Знание. Понимание. Умение. 2014. № 1. С. 49-61.

Социально-психологическая динамика в условиях экономических изменений. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998.

*Тощенко Ж.Т., Харченко С.В.* Социальные настроения. М. 1996.

*Хащенко В.А.* Типология субъективного экономического благополучия. Психологический журнал. 2007. Т. 28. № 1. С. 58-69.

*Холондович Е.Н.* Психологическое самочувствие личности в условиях социального кризиса // Фундаментальные и прикладные исследования

современной психологии: результаты и перспективы развития. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2017. С. 382-393.

## **PSYCHOLOGICAL STATE OF THE PERSON AS PSYCHOLOGICAL PROBLEM\*\***

**E.N. Kholondovich\***

\* Ph.D. (psychology), senior research officer, laboratory of the history of psychology and historical psychology, FSFES Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences; 13-1, Yaroslavskaya str., Moscow, 129366; e-mail: holelena@bk.ru

*Summary.* The theoretical analysis of the concepts which actively used in a modern psychological discourse such as the social well-being of the person and group, psychological well-being of the personality, mental health is submitted. The main directions of their studying as are given in domestic, and foreign psychology. The social well-being of the person reflects in the basic social context of its interactions with the world – the attitude towards surrounding reality and the place in it. The directions in the psychology studying psychological wellbeing and psychological health of the person consider them as the well-being of the personality, her self-improvement in the physical, moral and spiritual plan. Noted that in the interpretation of the concept of psychological health in foreign and domestic psychology is essential distinctions. So, in the last, his understanding comes to the level of the spiritual and moral aspect of the life of the personality. The analysis from various methodological positions proving the need of introduction of a concept psychological health in scientific discourse provided. It is more extensive and can be treated as the current, subjective psychological state of the person, internal feeling to them itself in surrounding reality having the system and dynamic character and revealing at the different levels of feeling – individual, personal, social. The structure of psychological health, factors influencing its formation, and its functions considered. It is offered to study the mental health of the person within various branches of psychology of historical psychology. The procedure of psychology-historical reconstruction as a method of research offered.

---

\*\* The study was fulfilled by RFBR, № 18-013-00815.

*Keywords:* psychological state of a person, social well-being, psychological well-being of a person, psychological health, a systematic approach, subject-active approach, subjective approach, integrated approach, historical psychology, the procedure of psycho-historical reconstruction.