

Реферат

на магістерську роботу

«Особливості розвитку психологічного благополуччя у дорослих»

магістрантки спеціальності 053 Психологія

Мироненко Тетяни Володимирівни

Обсяг роботи – 69 с. **Кількість таблиць** – 1 табл. **Кількість рисунків** – 10 рис. **Список використаних джерел** – 45 од.

Об'єкт дослідження – психологічне благополуччя людини.

Предмет дослідження – особливості розвитку психологічного благополуччя у дорослих.

Мета дослідження – визначити сутність поняття «психологічне благополуччя» та розкрити специфіку його розвитку у дорослих.

Завдання дослідження: здійснити аналіз теоретичних підходів до вивчення психологічного благополуччя; здійснити загальну характеристику психологічного благополуччя у дорослих та чинників впливу на нього; дослідити особливості розвитку психологічного благополуччя у дорослих та чинники, які впливають на нього; розробити психологічні рекомендації для розвитку психологічного благополуччя у дорослих.

Методи дослідження: теоретичні (теоретичний аналіз та синтез, систематизація, порівняння і узагальнення даних наукових джерел); емпіричні методи (спостереження, тестування, стандартизовані методики); методи обробки та інтерпретації даних (метод описової статистики, кількісні та якісні із застосуванням методів математичної статистики); вивчення та систематизація методів, засобів та прийомів психологічного навчання.

Теоретична цінність результатів дослідження полягає у: визначенні основних підходів до визначення поняття «психологічне благополуччя»; розкритті ознак передумов виникнення психологічного благополуччя; розкритті специфіки дорослого віку; визначенні з психологічного благополуччя у дорослих та чинників впливу на нього.

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що розроблені рекомендації будуть сприяти розвитку психологічного благополуччя у дорослих. Апробований у дослідженні методичний інструментарій може стати основою моніторингу рівня розвитку психологічного благополуччя у дорослих.

Висновки. Поняття «психологічне благополуччя» описує стан і особливості внутрішнього світу людини, які визначають переживання благополуччя, а також поведінка, яка продукує і проявляє ситуативне благополуччя. Психологічне благополуччя – це інтегральне утворення, яке включає настанови щодо своїх можливостей подолання труднощів, які виникають у різних аспектах нашого життя. Психологічне благополуччя є центральною ланкою особистісного потенціалу, яке дозволяє оперативного ухвалення рішення в умовах новизни, невизначеності. Психологічне благополуччя – це комплексне поняття, що складається з шести основних компонентів: прийняття себе, автономність, компетентність, позитивні стосунки, особистісне зростання та сенс у житті. На формування рівня психологічного благополуччя впливають три групи факторів. Позаособистісні фактори об'єднують у собі фактичну життєву ситуацію людини, стан кар'єри, сімейний стан, фінансовий стан людини, наявне середовище і доступні можливості. До особистісних факторів можна віднести особливості здоров'я, психічної організації людини, набуті установки та стилі поведінки і життя тощо. До міжособистісних факторів відносяться позитивні вчинки та дії, досягнуті сприятливі міжособистісні відносини та сукупність соціально значимих досягнень. Встановлено, що 21,0% респондентів мають низький рівень психологічного благополуччя, 64,5% – середній і 14,5% високий. За результатами дослідження встановлено статистично значущий зв'язок між рівнем розвитку психологічного благополуччя та такими чинниками, як особистісна зрілість та самооцінка. З метою розвитку рівня психологічного благополуччя була розроблена тренінгова програма, спрямована на розкриття та актуалізацію теми психологічного благополуччя, розкриття особистості учасників, набуття ними навичок підвищення рівня власного психологічного благополуччя.

Ключові слова та словосполучення: психологічне благополуччя, особистісна зрілість, соціальна зрілість, самооцінка.