

УДК 159.9

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2024.1\(19\).6](https://doi.org/10.17721/BPSY.2024.1(19).6)

Ніна ЛИТОВЧЕНКО, канд. психол. наук, доц.

ORCID ID: 0000-0002-7358-070X

e-mail: nina.lytovchenko@gmail.com

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя, Ніжин, Україна

ПРОФЕСІЙНА УСПІШНІСТЬ ЯК СКЛАДНИК ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Вступ. Актуальність дослідження проблем психологічного благополуччя особистості зумовлена екстремальними обставинами в розвитку людського суспільства, якими є, наприклад, пандемія COVID, локальні війни, а також достатньо високі вимоги до професійних досягнень особистості в суспільстві, що впливають на сучасні тенденції змін соціальної взаємодії. Мета дослідження полягає у вивченні особистісних предикторів досягнення професійного успіху як складника психологічного благополуччя.

Методи. У дослідженні використано теоретичні методи (аналіз, порівняння, узагальнення, систематизація, емпіричні, а саме: 1) *The scales of psychological well-being K. Ріффа*. 2) *Шкала оптимізму й активності (AOS) Н. Водоп'янова, М. Штерн*; 3) *Опитувальник САМОАЛ (А. В. Лазукин, адаптація Н. Ф. Каліної)*, а також статистичні: кореляційний аналіз за К. Пірсоном (r), статистичний критерій значущості відмінності (U-критерій Манна – Уїтні).

Результати. Виявлено, що професійно успішні досліджувані відрізняються високою активністю у поєднанні з адаптивністю до нових ситуацій, інтернальністю локусу контролю і високою комунікабельністю. Позитивне світосприймання – важливий атрибут психологічного здоров'я і благополуччя – властиве професійно успішним людям. Оптимізм як позитивна життєва установка в поєднанні з активністю (енергійністю) – це психологічний ресурс стійкості особистості до професійних і життєвих стресів. Визначено достовірно значущі відмінності між групами професійно успішних досліджуваних та контрольною вибіркою за шкалою "орієнтованість у часі" та "спонтанність".

Висновки. Обґрунтовано, що професійно успішні досліджувані відчуття суб'єктивного благополуччя пов'язують із надійними соціальними зв'язками, хорошим здоров'ям та задоволеністю тією діяльністю, яку вони здійснюють. Доведено, що для досліджуваних контрольної вибірки суб'єктивне відчуття благополуччя пов'язується передусім із відсутністю напруженості в житті, а самоактуалізація є важливим аспектом життєтворення для професійно успішних людей. Аргументовано, що професійно успішні досліджувані задоволені повсякденною діяльністю, розуміють важливість жити тут і зараз, відкриті для нових ідей, можливостей та вражень.

Ключові слова: психологічне благополуччя, професійна успішність, суб'єктивне благополуччя, оптимізм, самоактуалізація особистості.

Вступ

Актуальність і мета дослідження. Професійна успішність впливає на самооцінку, відчуття задоволення від життя, соціальну взаємодію і загальний стан психічного здоров'я. Відчуття радості та задоволення від досягнень позитивно впливає на емоційний стан людини. Успішна кар'єра може збільшувати впевненість у собі та почуття власної цінності, що, у свою чергу, сприяє загальному психологічному благополуччю (Deci, & Ryan, 1985). Успішність у професійній сфері часто веде також і до збільшення матеріального благополуччя, яке забезпечує більшу стабільність і можливості для розвитку. Людина, яка досягла успіху в своїй професійній діяльності, часто має більшу змогу взаємодіяти з навколишніми, розвивати соціальні зв'язки та відчувати себе частиною спільноти (Maddi et al., 2006; Яворська, & Філоненко, 2014). Це зумовить покращення якості міжособистісних відносин і забезпечить більшу підтримку в складних життєвих ситуаціях. Однак важливо зазначити, що поняття "професійна успішність" може бути різним для кожної людини. Для одних це може означати високу посаду в управлінні, для інших – відчуття задоволення від власної роботи, можливість розвиватися у своєму напрямку чи забезпечення стабільного доходу. Деякі люди можуть відчувати психологічний дискомфорт або невдачу, якщо їхня кар'єра не відповідає загальноновизнаним стандартам успішності, і це може негативно впливати на їхнє психологічне благополуччя. Такі відчуття можуть призвести до стресу, тривоги або низької самооцінки. Таким чином, успіх – це індивідуальна концепція, і кожна людина має власні цілі та цінності, які слід враховувати під час оцінювання своєї професійної успішності. Отже, переживання професійної успішності має різні прояви, і особистості важливо зосереджуватися на власних цілях і цінностях, а не на загальноновживаних стандартах,

шукати гармонію між своїми особистими цілями і вимогами суспільства, щоб досягнути психологічного благополуччя через професійну діяльність.

Поняття психологічного благополуччя увійшло в науковий обіг в останні десятиріччя і розглядається у переважній більшості досліджень як складова частина загального здоров'я людини, як наукова категорія. Поняття "психологічне благополуччя особистості" за смисловим наповненням близьке до понять "психологічне здоров'я", "суб'єктивне благополуччя", "життєстійкість", але не тотожне їм. Проведені дослідження доводять, що в основі психологічного благополуччя особистості лежить суб'єктивна емоційна оцінка людиною себе і власного життя, процес самоактуалізації та особистісного зростання, а за своїм змістом психологічне благополуччя співвідноситься передусім з екзистенціальним переживанням людиною ставлення до власного життя (Віговська, 2013, с. 161–166; Капустіна, 2019, с. 123–125). Один із компонентів поняття життєстійкості – взаємодія, або включеність (*commitment*): чим більш активно людина взаємодіє з навколишнім світом, тим більше вона отримує шансів знайти щось насправді значуще, важливе для себе, наповнити своє життя сенсом, реалізувати себе (Maddi et al., 2002; Водоп'янов, б.д.). Н. В. Каргіна стверджує, що "психологічне благополуччя особистості – це складне функціонально-динамічне утворення, розуміння якого включає розгляд особистості на психофізіологічному, індивідуально-психологічному та ціннісно-значеннєвому рівнях" (Каргіна, 2015, с. 52).

Відчуття психологічного благополуччя тісно пов'язано з досягненням та переживанням ситуації успіху (Deci, & Ryan, 2006). Одним зі складників досягнення відчуття успіху є уміння людей зважено обрати справу, або професію, що повною мірою відповідає індивідуальним особливостям цієї особистості, допомагає розкрити її

природні здібності, стати особистістю у повному обсязі та в результаті стати реалізованою і водночас щасливою людиною. Переживання успіху завжди пов'язане з реалізацією певної активності людини. Саме діяльність дозволяє людині проявити та реалізувати себе, і переживання успіху супроводжує оцінку результатів цієї діяльності. У процесі становлення професіонала неначе збільшується масштаб особистості. Суб'єкт дедалі більше виступає власним основним фактором свого розвитку, змін, перетворення об'єктивних обставин відповідно до своїх особистих цілей та завдань.

Н. В. Каргіна доводить, що особистісними предикторами психологічного благополуччя є висока самооцінка, впевненість у собі, самодостатність, оптимізм (Каргіна, 2015).

Мета – дослідження полягає у вивченні особистісних предикторів досягнення професійного успіху як складників психологічного благополуччя.

Методи

У дослідженні використано різні методи: *теоретичні* (аналіз, порівняння, узагальнення, систематизація наукової літератури щодо вивчення проблеми психологічного благополуччя та професійного успіху); *емпіричні*: 1) шкала психологічного благополуччя (*The scales of psychological well-being* – https://www.eztests.xyz/tests/personality_ryff/) – призначена для вимірювання вираженості основних складників психологічного благополуччя (Керол Ріфф) і вимірює емоційний компонент суб'єктивного благополуччя. При цьому визначення суб'єктивного благополуччя включає три ознаки-критерії: а) благополуччя визначається за зовнішнім, або нормативним, критерієм. Відповідно до нього людина відчуває благополуччя, якщо володіє деякими соціально бажаними якостями. Критерієм благополуччя є система цінностей, узвичаєна в певній культурі; 2) шкала оптимізму й активності (АОС) Н. Водоп'янова, М. Штерн, яка дозволяє оцінити ступінь вираженості двох змінних – оптимізму й

активності (енергійності) особистості, а також визначити психологічні типи за віссю оптимізм – песимізм. У вітчизняній психології на сьогодні не існує чіткого визначення поняття оптимізму. Це пов'язано з тим, що оптимізм як психологічна категорія – поняття дуже ємне і багатозначне. У результаті аналізу та узагальнення наукової літератури оптимізм можна визначити як стійку особистісну позицію впевненості людини в подоланні життєвих труднощів або негараздів, впевненості в їх тимчасовому характері, що заснована на вірі в силу людської природи і у власні ресурси. Ця методика є адаптованим варіантом шкали активності і оптимізму Шуллер і Комуніані (АОС); 3) опитувальник САМОАЛ (А. В. Лазукін, адаптація Н. Ф. Каліної) – для з'ясування загального рівня реалізації особистістю її потенційних можливостей та рівня самоактуалізації за окремими її виявами; *статистичні*: методи математичної статистики – кореляційний аналіз за К. Пірсоном (r), статистичний критерій значущості відмінності отриманих емпіричних даних між двома частинами вибірки (U-критерій Манна – Уїтні).

У пілотному дослідженні взяли участь 27 осіб різних професій. З них 9 утворили вибірку, умовно названу "професійно успішні" (за критеріями: високий соціальний статус, керівна посада, власники бізнесу), 18 осіб – представники різних професій, але є звичайними працівниками. Ці досліджувані становили контрольну групу. Дослідження проводилося упродовж 2020–2021 рр.

Результати

Проведене пілотне емпіричне дослідження показало, що за шкалою психологічного благополуччя (*The scales of psychological well-being*) досліджувані розподілилися за основними складниками психологічного благополуччя таким чином, що професійно успішні досліджувані відчуття суб'єктивного благополуччя пов'язують із надійними соціальними зв'язками, хорошим здоров'ям та задоволеністю тією діяльністю, яку вони здійснюють (рис. 1).

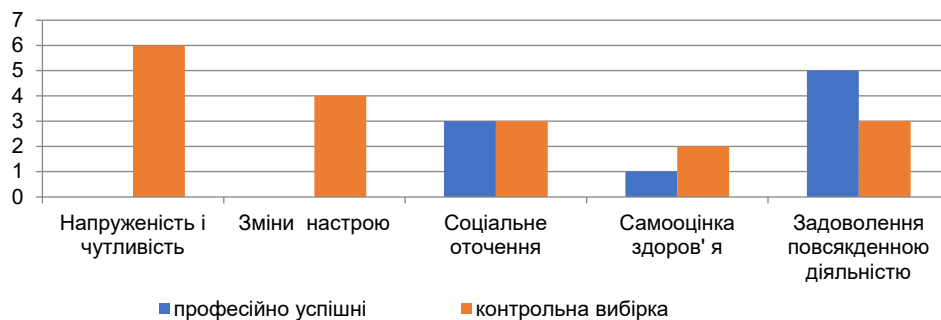


Рис. 1. Результати методики *The scales of psychological well-being* (К. Ріфф)

Для досліджуваних контрольної вибірки, як бачимо з рис. 1, суб'єктивне відчуття благополуччя пов'язується передусім із відсутністю напруженості в житті, велике значення вони також надають змінам настрою як показнику суб'єктивного благополуччя. Задоволеність повсякденною діяльністю (як один із показників переживання психологічного благополуччя) у досліджуваних

контрольної вибірки нижча, ніж у професійно-успішних досліджуваних, однак статистична значущість цієї відмінності не виявлена.

За співвідношенням шкал ОПТИМІЗМ / АКТИВНІСТЬ досліджувані у двох частинах вибірки розділилися дуже ілюстративно.

Таблиця 1

Результати методики АОС (у відсотках)		
ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТИП	ОПТИМІЗМ / АКТИВНІСТЬ	
	ПРОФЕСІЙНО УСПІШНІ	КОНТРОЛЬНА ВИБІРКА
РЕАЛІСТИ	–	56
АКТИВНІ ОПТИМІСТИ	100	–
АКТИВНІ ПЕСИМІСТИ	–	28
ПАСИВНІ ОПТИМІСТИ	–	16
ПАСИВНІ ПЕСИМІСТИ	–	–

З таблиці видно, що 100 % вибірки професійно успішних людей потрапили в групу "Активний оптиміст", адже вони відрізняються високою активністю у поєднанні з адаптивністю до нових ситуацій, інтернальністю локусу контролю і високою комунікабельністю. Професійно успішні люди у складних життєвих ситуаціях частіше використовують конструктивні, проблемно орієнтовані копінг-стратегії (за даними М. В. Кісліциної). У науковій психології накопичено достатньо емпіричних фактів про те, що оптимізм сприяє соціальній адаптації, професійній успішності. Зокрема, було виявлено, що: оптимізм є чинником (копінг-фактором) подолання стресу (D. Baldwin, J. Haines, M. Iwanaga); існує взаємозв'язок оптимізму та здоров'я (Carver, & Scheier, 2002; Горецька, 2020, с. 33–40); оптимізм є професійно важливою якністю (D. Markham). Дослідження А. М. Боднар, Ю. Є. Перунова показали зв'язок оптимізму та успішності в роботі.

М. В. Кісліцина у своєму дослідженні встановила, що у групі респондентів із низькими інтегральними показниками професійного вигорання частіше зустрічаються активні оптимісти, у групі з високим інтегральним показником професійного вигорання частіше зустрічаються реалісти та пасивні песимісти (Кісліцина, 2006, с. 121–136).

Жоден досліджуваний із контрольної групи не потрапив у категорію "Активні оптимісти". Майже третина (28 %) респондентів контрольної групи виявилися "Активними песимістами" (негативістами). У своїй більшості активні песимісти більш агресивні, гірше адаптуються до змін у діяльності чи ситуації, що склалася, вони схильні звинувачувати у своїх невдачах долю або інших людей, наприклад, колег чи підлеглих. У стресових ситуаціях песимісти часто використовують деструктивні моделі поведінки і характеризуються більш низькою стресостійкістю та більшою схильністю до професійного вигорання (Кісліцина, 2006).

Половина досліджуваних у контрольній вибірці (56 %) виявилися "Реалістами". Реалісти адекватно оцінюють поточну ситуацію відповідно до своїх сил та можливостей

чи здібностей і уникають ставити перед собою завдання, під час виконання яких важко досягнути успіху або він сумнівний. Дослідження показують, що реалісти стійкі щодо впливу стресогенних умов, не схильні ризикувати та уникають складних проблемних ситуацій. Саме тому життєві чи професійні успіхи "Реалістів" значно обмежені.

Невелика частина контрольної вибірки (16 %) потрапила у групу "Пасивний оптиміст". Згідно з інтерпретацією цієї шкали в методичці AOS – це люди з оптимістичним настроєм, але бездієвими, неспроможні докладати особистих зусиль та не мають достатніх мотивів до праці. Виконують роботу за необхідністю та при нагоді намагаються її уникнути. Автор концепції вивченої безпорадності М. Селігмен вважає, що характерною особливістю песимістів є їхнє переконання у даремності будь-яких зусиль, упевненість у тому, що складну проблему вони не в змозі розв'язати, тому вони схильні уникає складних завдань. Водночас оптимістів неуспіх не зупиняє, складні обставини вони сприймають як виклик і з подвоєною енергією долають їх (Peterson, Seligman, & Vaillant, 1988).

Проведений кореляційний аналіз за К. Пірсоном (r) показав статистично значущий зв'язок між даними за шкалою "Активний оптиміст" методички AOS та задоволеністю повсякденною діяльністю (за методикою *The scales of psychological well-being* (К. Ріфф) у вибірці професійно успішних ($r = 0,58$).

Самоактуалізація є важливим аспектом життєтворення для професійно успішних людей. Цей процес передбачає постійний розвиток і вдосконалення як особистості, так і професійних навичок, що є критично важливим у сучасному світі. Самоактуалізація допомагає людям досягти свого повного потенціалу і відчувати задоволення від своїх досягнень (Чудакова, 2015). Результати методики САМОАЛ показали статистично значущу відмінність за шкалою "Загальний показник рівня прагнення до самоактуалізації особистості" між досліджуваними контрольної вибірки та професійно успішними ($U_{\text{емп}} = 38$, достовірність відмінностей на рівні $p = 0,05$).

Таблиця 2

Достовірність значущості відмінностей між двома частинами вибірки за методикою САМОАЛ

ШКАЛИ МЕТОДИКИ САМОАЛ	U _{емп}	ДОСТОВІРНІСТЬ ВІДМІННОСТЕЙ
Автономність	U _{емп} =55	достовірність відмінностей не значима
Креативність	U _{емп} = 43	достовірність відмінностей не значуща
Контактність	U _{емп} = 47	достовірність відмінностей не значуща
Спонтанність *	U _{емп} = 26	достовірність відмінностей значуща на рівні $p = 0,01$
Саморозуміння	U _{емп} = 64	достовірність відмінностей не значуща
Орієнтація у часі *	U _{емп} = 22	достовірність відмінностей значуща на рівні $p = 0,05$
Прагнення до пізнання	U _{емп} = 58	достовірність відмінностей не значуща
Цінності	U _{емп} = 46	достовірність відмінностей не значуща
Аутосимпатія	U _{емп} = 52	достовірність відмінностей не значуща
Гнучкість в комунікації	U _{емп} = 49	достовірність відмінностей не значуща

Як бачимо з табл. 2, у пілотному емпіричному дослідженні отримані достовірно значущі відмінності між групами професійно успішних досліджуваних та контрольною вибіркою – за шкалою "орієнтованість в часі". Автори методики САМОАЛ вважають, що високий результат за цією шкалою властивий для людей, які добре розуміють екзистенційну цінність життя "тут і зараз". Професійно успішні люди розуміють, що життя відбувається зараз, у цьому самому моменті, що вони не можуть повністю контролювати своє життя, а втім, можуть контролювати свої дії та реакції на події. Для професійно успішних людей минуле вже минуло, а майбутнє ще не настало, таким чином, важливо жити тут і зараз, бути присутнім у

поточний момент і робити активні кроки для досягнення своїх цілей. Показники за шкалою "орієнтація у часі" є нижчими в контрольній вибірці порівняно з професійно успішними людьми. Як вважають автори методички, це характеризує людей, які невротично занурені в минулі переживання, мають завищені прагнення до досягнення, але тривожні, помисливі та невпевнені в собі.

Достовірна значущість відмінностей між вибіркою професійно успішних людей та контрольною вибіркою виявилась також за шкалою "спонтанність" (табл. 2). Автори методички стверджують, що високий показник за шкалою спонтанності свідчить про те, що самоактуалізація стала для людини способом життя, співвідноситься

із такими цінностями, як свобода, природність, легкість без зусиль та креативність. Для контрольної вибірки низькі показники за шкалою спонтанності свідчать про ригідність особистості, про нездатність її адекватно та творчо реагувати на виклики життя, прагнення розв'язувати проблемні ситуації за усталеними шаблонами, страх та недовіра до нового, уникання спроб творчого підходу до прийняття рішень.

Дискусія і висновки

Результати проведеного пілотного емпіричного дослідження продемонстрували істотні відмінності між групою професійно успішних людей та контрольною вибіркою. Виявилось, що відчуття психологічного благополуччя тісно пов'язано з досягненням та переживанням ситуації успіху. За даними проведеного пілотного дослідження професійно успішні досліджувані відчуття суб'єктивного благополуччя пов'язують із надійними соціальними зв'язками, хорошим здоров'ям та задоволеністю тією діяльністю, яку вони здійснюють. Для досліджуваних контрольної вибірки суб'єктивне відчуття благополуччя пов'язується передусім із відсутністю напруженості в житті. Задоволеність повсякденною діяльністю (як один із показників переживання психологічного благополуччя) у досліджуваних контрольної вибірки нижча, ніж у професійно-успішних досліджуваних, хоча статистична значущість цієї відмінності не виявлена.

Професійно успішні досліджувані показали високі результати за шкалою "Активний оптиміст" – вони відрізняються високою активністю у поєднанні з адаптивністю до нових ситуацій, інтернальність локусу контролю і високою комунікабельністю. Позитивне світосприйняття – важливий атрибут психологічного здоров'я і благополуччя – властиве професійно успішним людям. Оптимізм як позитивна життєва установка в поєднанні з активністю (енергійністю) – це психологічний ресурс стійкості особистості до професійних і життєвих стресів. Як показують результати досліджень (Carver, & Scheier, 2002; Peterson, Seligman, & Vaillant, 1988), професійно успішні люди у складних життєвих ситуаціях частіше використовують конструктивні, проблемно орієнтовані копінг-стратегії. З позицій наукової психології оптимізм розглядається як потенціал конструктивного розвитку, який розкривається у відповідних умовах. Одним зі складників досягнення відчуття успіху є уміння людей зважено обрати справу, або професію, яка повною мірою відповідає індивідуальним особливостям особистості, допомагає розкрити її природні здібності, розвинути як особистість у повному обсязі та в результаті стати реалізованою. Самоактуалізація є важливим аспектом життєтворення для професійно успішних людей. Цей процес передбачає постійний розвиток і вдосконалення як особистості, так і професійних умінь, що є критично важливим у сучасному світі. Результати методики САМОАЛ показали статистично значущу відмінність за шкалою "Загальний показник рівня прагнення до самоактуалізації особистості" між досліджуваними контрольної вибірки та професійно успішними ($U_{\text{емп}} = 38$, достовірність відмінностей на рівні $p = 0,05$). У цьому пілотному емпіричному дослідженні отримано достовірно значущі відмінності між групами професійно успішних досліджуваних та контрольною вибіркою – за шкалою "орієнтованість у часі" та "спонтанність". Професійно успішні досліджувані розуміють ціннісний характер часу життя, визнають незворотність часу, тобто, по суті, факт смерті, що блискуче розкрито у філософії М. Гайдеггера та у працях інших представників екзистенціалізму. Але головна ціннісна характеристика часу життя пов'язана з потребою особистості в самовираженні, самореалізації, самовиз-

наченні у формах життя. Ш. Бюлер вважала, що здатність до організації часу, його використання як цінності для саморозвитку, самовдосконалення суб'єкта – найважливіша життєва здатність особистості (Кузікова, 2020). Професійно успішні досліджувані розуміють важливість жити тут і зараз, відкриті для нових ідей, можливостей та вражень. Важливість жити тут і зараз полягає у тому, щоб бути відкритим для нових можливостей, навчатися на своїх помилках і рухатися вперед навіть у важкі часи.

Список використаних джерел

- Віговська, О. (2013). Якість життя особистості: теоретико-емпіричні дослідження сучасної психології. *Освіта регіону. Політологія. Психологія. Комунікації*, 2, 161–166.
- Водопр'янов, Н. (б. д.). *Життєстійкість як важлива якість спортсмена*. StudFiles. <https://studfile.net/preview/5376476/page:3/>
- Горецька, О. В. (2020). Психологічні особливості прояву оптимізму в людей похилого віку. *Науковий вісник ХДУ. Серія Психологічні науки. Секція 2: Педагогічна та вікова психологія*, 4, 33–40. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-4-5>
- Капустіна, О. О. (2019). Фактори психологічного благополуччя особистості періоду ранньої дорослості. *Інсайт: Психологічні виміри суспільства*, 1(16), 123–125. [https://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/Інсайт_1\(16\)_compressed\(1\).pdf?id=3fc8d7cb-32a0-45e6-9869-0e7246ad2dfe](https://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/Інсайт_1(16)_compressed(1).pdf?id=3fc8d7cb-32a0-45e6-9869-0e7246ad2dfe)
- Каргіна, Н. В. (2015). Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект. *Наука і освіта*, 3, 48–55.
- Кіслицька, М. В. (2015). Оптимізм як критерій професійного вигорання педагогічних працівників загальноосвітніх навчальних закладів для розумово відсталих учнів. *Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки)*, 1(5), 121–136. <https://aqce.com.ua/download/publications/194/248.pdf/>
- Кузікова, С. Б. (2020). *Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці*. Вид-во СумДПУ.
- Чудакова В. П. (2015). Особливості особистості на шляху самоактуалізації – критерію сформованості психологічної готовності до інноваційної діяльності та конкурентоздатності особистості. *Освіта і розвиток обдарованої особистості*, 1(32), 38–50.
- Яворська, Л. М., & Філоненко, Г. С. (2014). Фактори становлення психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*, 12, 216–220.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). *Optimism. Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press, 231–243.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Springer Science & Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of Personality*, 74(2), 575–597. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00385.x>
- Peterson, C., Seligman, M. E. P., & Vaillant, G. E. (1988). Pessimistic explanatory style is a risk factor for physical illness: A thirty-five-year longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 23–27.

References

- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). *Optimism. Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press, 231–243.
- Chudakova V. P. (2015). Peculiarities of the individual on the way to self-actualization – a criterion for the formation of psychological readiness for innovative activity and competitiveness of the individual. *Education and development of a gifted personality*, 1(32), 38–50 [in Ukrainian].
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Springer Science & Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Horetska, O. V. (2020). Psychological peculiarities of demonstration the optimism in elderly persons. Scientific bulletin of Kherson State University. Series Psychological sciences, 4, 33–40 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-4-5>
- Iavorska L. M., & Filonenko H. S. (2014). Factors of formation of psychological well-being of the individual. *Science and Education*, 12, 216–220 [in Ukrainian].
- Kapustina, O. O. (2019). Factors of psychological well-being of the individual in the period of early adulthood. *Insight: Psychological Dimensions of Society*, 1(16), 123–125 [in Ukrainian]. [https://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/Інсайт_1\(16\)_compressed\(1\).pdf?id=3fc8d7cb-32a0-45e6-9869-0e7246ad2dfe](https://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/Інсайт_1(16)_compressed(1).pdf?id=3fc8d7cb-32a0-45e6-9869-0e7246ad2dfe)
- Kargina, N. V. (2015). Basic approaches to the study of psychological well-being of the individual: theoretical aspect. *Science and education*, 3, 48–55 [in Ukrainian].
- Kuzikova, S. B. (2020). *Psychological foundations of becoming a subject of self-development in youth*. SumDPU Publishing House [in Ukrainian].
- Kislitsyna, M. V. (2015). Optimism as a criterion of burnout of teachers and educators of secondary schools for pupils with intellectual disabilities. *Actual problems of the correctional education (pedagogical sciences)*, 1(5), 121–136 [in Ukrainian]. <https://aqce.com.ua/download/publications/194/248.pdf>

Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of Personality*, 74(2), 575–597. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00385.x>.

Peterson, C., Seligman, M. E. P., & Vaillant, G. E. (1988). Pessimistic explanatory style is a risk factor for physical illness: A thirty-five-year longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 23–27.

Vigovska, O. (2013). Quality of life of an individual: theoretical and empirical developments of modern psychology. *Education of the region. Polityology. Psychology. Communications*, 2, 161–166 [in Ukrainian].

Vodopyanov, N. (b. d.). *Vitality as an important quality of athletes*. StudFiles [in Ukrainian]. <https://studfile.net/preview/5376476/page:3/>

Отримано редакцією журналу / Received: 04.02.24

Прорецензовано / Revised: 28.04.24

Схвалено до друку / Accepted: 15.05.24

Nina LYTOVCHENKO, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.

ORCID ID: 0000-0002-7358-070X

e-mail: nina.lytovchenko@gmail.com

Nizhyn State University named after Mykola Gogol, Nizhyn, Ukraine

PROFESSIONAL SUCCESS AS A COMPONENT OF PERSONAL PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Background. The relevance of the study of the problems of psychological well-being of the individual is due to extreme circumstances in the development of human society, which are, for example, the COVID pandemic, local wars, as well as sufficiently high requirements for the professional achievements of the individual in society, which affect the current trends of changes in social interaction. The purpose of the study is to study personal predictors of achieving professional success as a component of psychological well-being.

Methods. The research used theoretical methods (analysis, comparison, generalization, systematization, empirical, namely: 1) The scales of psychological well-being by K. Riff. 2) Optimism and Activity Scale (AOS) by N. Vodopyanova, M. Shtern; 3) SAMOAL questionnaire (A. V. Lazukin, adaptation by N. F. Kalinaya), as well as statistical: correlation analysis according to K. Pearson (*r*), statistical criterion of significance of difference (Mann – Whitney U-criterion).

Results. It was found that professionally successful subjects are highly active in combination with adaptability to new situations, internal locus of control and high sociability. A positive worldview is an important attribute of psychological health and well-being, characteristic of professionally successful people. Optimism as a positive life attitude combined with activity (energy) is a psychological resource of individual resistance to professional and life stresses. Reliably significant differences between the groups of professionally successful subjects and the control sample were determined on the scale "orientation in time" and "spontaneity".

Conclusions. It is substantiated that the professionally successful researched feelings of subjective well-being are associated with reliable social ties, good health and satisfaction with the activities they perform. It is proved that for the subjects of the control sample, the subjective feeling of well-being is primarily associated with the absence of tension in life, and self-actualization is an important aspect of life creation for professionally successful people. It is argued that professionally successful subjects are satisfied with everyday activities, understand the importance of living here and now, are open to new ideas, opportunities and impressions.

Keywords: psychological well-being, professional success, subjective well-being, optimism, self-actualization of the individual.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.