

Ірина ГУЗАР

здобувачка вищої освіти,
Хмельницький національний університет
<https://orcid.org/0009-0004-2282-8826>

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ: ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ, СТРУКТУРА ТА ДЕТЕРМІНАНТИ

У статті проаналізовано та узагальнено сучасні наукові концепції психологічного благополуччя особистості. З'ясовано, що психологічне благополуччя є багатовимірним феноменом, що визначає здатність особистості адаптуватися до стресових та кризових умов, підтримувати емоційну стабільність, ефективно взаємодіяти із соціальним середовищем і реалізовувати життєві цілі.

Виявлено структурні компоненти психологічного благополуччя, включаючи внутрішні ресурси особистості (життєстійкість, самоприйняття, компетентність, емоційну стабільність) та зовнішні фактори середовища (соціальна підтримка, сімейні та професійні стосунки, економічні умови). Окреслено основні підходи до дослідження психологічного благополуччя, серед яких інтегративні моделі зарубіжних і українських науковців, гедонічні та евдемонічні концепції, теорія самодетермінації та підходи до психометричного оцінювання. Доведено, що рівень психологічного благополуччя залежить від взаємодії особистісних ресурсів та соціального середовища, а його розвиток сприяє підвищенню адаптивності, стійкості та життєвої ефективності особистості. Запропоновано подальші напрямки досліджень, зокрема розробку контекстуально чутливих моделей психологічного благополуччя для різних соціальних груп та удосконалення методів його комплексного оцінювання.

Ключові слова: психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, адаптація, стресостійкість, внутрішні ресурси, соціальне середовище, інтегративні моделі, психометричні інструменти, життєва ефективність, самодетермінація, самореалізація.

Iryna HUZAR

Khmelnyskyi National University

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PERSONALITY: THEORETICAL APPROACHES, STRUCTURE AND DETERMINANTS

The article analyzes and summarizes modern scientific concepts of the psychological well-being of the individual. It was found that psychological well-being is a multidimensional phenomenon that determines an individual's ability to adapt to stressful and crisis conditions, maintain emotional stability, interact effectively with the social environment, and realize life goals.

Structural components of psychological well-being including internal resources of the individual (sustainability, self-acceptance, competence, emotional stability) and external factors of the environment (social support, family and professional relationships, economic conditions) have been identified. It is shown that the specified components of psychological well-

being are in dynamic interaction and can be actualized in different ways depending on life circumstances and social context.

The main approaches to the study of psychological well-being are outlined, including integrative models of foreign and Ukrainian scientists, hedonic and eudemonic concepts, the theory of self-determination, and approaches to psychometric evaluation. It has been proven that the level of psychological well-being depends on the interaction of personal resources and the social environment, and its development contributes to increasing the adaptability, stability and life efficiency of the individual. Emphasis is placed on the practical significance of the results of the research on psychological well-being for the socio-psychological support of the individual in the conditions of social transformations and increased stress loads. Further directions of research are proposed, in particular, the development of contextually sensitive models of psychological well-being for various social groups and the improvement of methods of its comprehensive assessment.

Key words: psychological well-being, subjective well-being, adaptation, stress resistance, internal resources, social environment, integrative models, psychometric tools, life effectiveness, self-determination, self-realization.

Стаття надійшла до редакції / Received 04.10.2025

Прийнята до друку / Accepted 11.12.2025

*«Щоб бути щасливим, не треба мати все ідеально,
а треба вміти радіти тому, що маєш.»*

Будда

Постановка проблеми у загальному вигляді

та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

У глобальному соціокультурному просторі, де нестабільність стала майже звичною характеристикою повсякдення, феномен психологічного благополуччя постає не лише як показник внутрішнього стану особистості, а як індикатор її здатності гармонійно функціонувати, протистояти зовнішнім викликам та вибудовувати цілісний життєвий шлях. Саме тому увага дослідників дедалі частіше зосереджується на глибинних механізмах благополуччя, його структурі, детермінантах і можливостях цілеспрямованого розвитку. Сучасні дослідження акцентують на тому, що благополуччя формується на перетині індивідуальних ресурсів та умов середовища, які можуть як підтримувати, так і руйнувати внутрішню рівновагу людини. Особливої ваги ця проблема набуває у періоди масових соціальних стресорів, коли зростає потреба у психологічних механізмах відновлення й стійкості, що дозволяють людині зберігати цілісність і продуктивність навіть у контексті довготривалих криз.

Аналіз досліджень та публікацій

Проблематика психологічного благополуччя привертає увагу дослідників до комплексного функціонування особистості, її

емоційного, когнітивного, соціального та смислового аспектів, здатності адаптуватися до стресових умов, підтримувати психічне здоров'я та ефективно взаємодіяти в соціальному середовищі. Проблема психологічного благополуччя широко представлена в наукових працях зарубіжних дослідників, зокрема: М. Ягода, К. Ріфф, Б. Г. Зінгер, Е. Дінер, Р. Лукас, Р. Раян, Е. Десі, Р. Каммінс.

Різні аспекти психологічного благополуччя розкриті також у працях українських психологів-науковців: Л. Сердюк аналізувала ціннісно-смилову регуляцію благополуччя; Н. Волинець розробила багатовимірну модель психологічного благополуччя для персоналу Державної прикордонної служби України, інтегруючи професійні, особистісні та організаційні компоненти; Є. Савіцина та С. Бабатіна розглядали благополуччя як функціональну систему когнітивного, емоційного, вольового та духовно-смилового аспектів; інші українські дослідники зосереджувалися на психометричних інструментах оцінювання благополуччя, таких як Ворвік-Единбургська та Сінгапурська шкали.

Таким чином, науковий інтерес до психологічного благополуччя об'єднує дослідження його структури, детермінант та можливостей розвитку, поєднуючи зарубіжні та українські підходи, що дозволяє формувати комплексне розуміння цього багатовимірного феномену та його значущості для адаптивності, стійкості і життєвої ефективності особистості.

Формулювання цілей статті

Метою статті є систематизація та узагальнення сучасних наукових концепцій структури психологічного благополуччя, аналіз їхніх ключових детермінант, а також виокремлення спільних і відмінних теоретичних положень, що дозволяють глибше зрозуміти механізми формування психологічного благополуччя особистості у різних контекстах життєдіяльності.

Виклад основного матеріалу

Психологічне благополуччя є надзвичайно складним і багатовимірним конструктом, який охоплює різноманітні аспекти людського існування, включаючи емоційні, когнітивні, соціальні, ціннісні та поведінкові складові. У зв'язку з цим, системне вивчення чинників, що впливають на психологічне благополуччя, потребує не лише визначення окремих його компонентів, але й ретельного аналізу їхньої взаємодії, динаміки та функціональної інтеграції в межах цілісної психологічної системи. Психологічне благополуччя не може

розглядатися як статичний стан або простий набір характеристик, адже його елементи перебувають у постійному взаємозв'язку, формуючи складну саморегульовану систему, де кожний компонент виконує одночасно дві функції: є частиною цілого та чинником впливу на інші елементи системи. Такий підхід дозволяє перейти від поверхневого переліку характеристик до глибокого розуміння внутрішніх механізмів функціонування психологічного благополуччя, а також прогнозувати його стійкість у стресових або кризових умовах.

У науковій літературі існують різні концептуальні підходи до визначення структури психологічного благополуччя, кожен із яких висвітлює специфіку його компонентів та їхній взаємозв'язок. Одну з перших інтегративних моделей запропонував М. Ягода, який виділив такі ключові складові: позитивне ставлення до себе, що включає самоприйняття та високу самооцінку; постійний особистісний розвиток; інтегрованість, тобто здатність ефективно долати стресові ситуації; автономність, що передбачає незалежність та самостійність у прийнятті рішень; адекватність сприйняття реальності без її викривлення; а також майстерність у взаємодії із середовищем, що визначається здатністю адаптуватися до життєвих вимог та справлятися з різними ситуаціями [17]. Ця модель стала важливою основою для подальшого розвитку теорій психологічного благополуччя.

У 1989 році К. Ріфф запропонував власну теоретичну модель, яка виділяє шість компонентів позитивного функціонування особистості: самоприйняття, автономність, безперервний особистісний розвиток, здатність ефективно управляти середовищем, орієнтацію на життєву мету та формування якісних міжособистісних взаємин [20]. На думку авторів, справжнє психологічне благополуччя досягається через активні зусилля та самореалізацію особистісного потенціалу, життя відповідно до власних цінностей, усвідомлення життєвих цілей та подолання викликів, які сприяють розвитку й зростанню. Пізніші дослідження К. Ріфф та Б. Зінгера показали, що високий рівень психологічного благополуччя корелює з позитивними біологічними показниками, такими як низький рівень кортизолу та прозапальних цитокинів, а також покращеним станом серцево-судинної системи. Автори підкреслили вплив соціально-економічного статусу, віку, статі та культурних особливостей на рівень благополуччя, тим самим розширюючи традиційний гедонічний підхід, який акцентувався на задоволенні, і підсилюючи значущість евдемонічних аспектів, таких як самореалізація та наповнене змістом життя [21].

Цікавою є адаптація шестифакторної моделі Ріффа в роботі Н. Шишко, яка перегрупувала структурні елементи в три узагальнені

вектори: ставлення до себе (інтрапсихічні аспекти), ставлення до інших (міжособистісні аспекти) та ставлення до діяльності (аспекти самореалізації та сенсу життя) [10, с. 5]. Такий підхід підкреслює, що психологічне благополуччя формується не лише через внутрішні особистісні характеристики, а й через взаємодію особистості із соціальним та професійним середовищем.

Теорія самодетермінації Р. Раяна та Е. Десі виділяє три фундаментальні психологічні потреби, задоволення яких є ключовим для благополуччя та оптимального функціонування людини: автономія, компетентність та відчуття приналежності [19]. Якщо людина здатна задовольняти ці потреби, вона не лише функціонує ефективно, але й відчуває психологічне благополуччя. Ігнорування цих потреб або обмеження їх реалізації може призвести до зниження мотивації, погіршення загального стану благополуччя та дезадаптації.

Гедонічна модель психологічного благополуччя, запропонована Е. Дінером, акцентує увагу на позитивному афекті, тобто на переважанні позитивних емоцій над негативними, що мотивує людину до пошуку нових цілей і діяльностей, які підвищують загальну задоволеність життям. Науковець підкреслює, що психологічне благополуччя визначається складною взаємодією внутрішніх особистісних та генетично детермінованих чинників і зовнішніх соціальних та ситуативних обставин [15; 16]. Дослідження Е. Дінера і Р. Лукаса показують, що індивідуальні риси, такі як темперамент, екстраверсія та нейротизм, впливають на генетично обумовлений базовий рівень щастя, до якого людина зазвичай повертається після життєвих подій [14; 18].

Р. Каммінс запропонував концепцію гомеостатичного регулювання психологічного благополуччя, де центральним елементом є стійкий позитивний настрій, що функціонує як точка рівноваги, навколо якої коливається рівень благополуччя. Психологічні буфери, такі як самооцінка, оптимізм та відчуття контролю, сприяють відновленню гомеостазу після негативних подій, а депресія розглядається як наслідок порушення цієї системи [13].

У наукових підходах до психометричного дослідження психологічного благополуччя акцент робиться на вимірюванні конкретних структурних елементів, таких як компетентність, самоприйняття, позитивний афект, емоційна стабільність та соціальна інтеграція. Ворвік-Единбургська та Сінгапурська шкали психічного благополуччя дозволяють оцінювати як загальний рівень благополуччя, так і його багатовимірні компоненти, враховуючи культурні та соціальні особливості [12; 22].

Науковці, такі як Н. Волинець, Л. Сердюк, Є. Савіцина, С. Бабатіна та В. Омелянська, пропонують інтегративні системні моделі психологічного благополуччя, де виділяються когнітивні, емоційні, вольові та духовно-сміслові компоненти, що перебувають у постійній динамічній взаємодії та забезпечують стійкість і функціональність особистості.

Л. Сердюк підкреслює, що психологічне благополуччя оцінюється через призму індивідуальних цінностей і життєвих цілей [8], а Н. Волинець пропонує інтегративну модель для персоналу Державної прикордонної служби України, де психологічне благополуччя розглядається через особистісний, професійний та організаційний фокуси [1, с. 91-92].

Є. Савіцина та С. Бабатіна пропонують функціональну модель психологічного благополуччя як динамічної системи з когнітивним, емоційним, вольовим і духовно-смісловим компонентами [7], тоді як В. Омелянська підкреслює взаємозв'язок аспектів координації, функціонування, зв'язків і організації, де центральним є самовизначення [5, с. 24-25].

Л. Яворовська та Г. Хазімова виділяють суб'єктивне благополуччя, метапотреби, трансцендентний, особистісний та міжособистісний аспекти [11, с. 49], а А. Харитинський зазначає, що суб'єктивне благополуччя формується через інтеграцію особистісних, соціальних та індивідуально-психологічних характеристик [9].

Існує також значна кількість досліджень, які розглядають вплив зовнішніх факторів на психологічне благополуччя, включаючи соціальне середовище, сімейні та подружні стосунки, економічну стабільність, професійну діяльність та соціальну інтеграцію. Так, роботи Н. Каргіної, У. Нікітчука, В. Федуна, Т. Розової та інших науковців показують, що психологічне благополуччя формується завдяки взаємодії внутрішніх ресурсів особистості з умовами навколишнього середовища, а розвиток особистісних ресурсів забезпечує адаптивність і стійкість до стресових факторів [3; 4; 6].

Н. Каргіна виділяє внутрішні (життєстійкість, зрілість, адекватна самооцінка, особистісні властивості) та зовнішні (соціальна підтримка, соціально-економічний статус, демографічні чинники) [2; 3].

У. Нікітчук і В. Федун зазначають інституційне середовище як зовнішній фактор та психологічні/соціально-психологічні детермінанти як внутрішні [4]. Т. Розова акцентує увагу на фізичному здоров'ї, психологічній безпеці, самоприйнятті, стресостійкості, цінностях, економічних аспектах і саморозвитку [6, с. 85-86].

Дослідження соціального благополуччя показують його складну багатовимірну природу, включаючи компоненти соціальної інтеграції, взаємодії, внеску та прийняття, а також вплив сімейних, дружніх і романтичних стосунків на відчуття щастя та задоволеності життям. Гендерні та вікові аспекти психологічного благополуччя також мають значення, оскільки оцінка особистістю свого стану залежить від культурних ролей, соціальних очікувань та стадії життєвого циклу.

Таким чином, можна зробити висновок, що психологічне благополуччя є багатовимірним, динамічним і системно інтегрованим явищем, яке визначається як внутрішніми психологічними ресурсами особистості, так і зовнішніми соціальними, економічними та культурними факторами. Внутрішні ресурси включають життєстійкість, зрілість, самоприйняття, емоційну стабільність, компетентність та здатність до саморегуляції, тоді як зовнішні чинники охоплюють соціальну підтримку, економічні умови, сімейні та професійні відносини, а також ширше соціальне та культурне середовище. Розуміння цих взаємозв'язків є ключовим для розробки ефективних інтервенцій та програм, спрямованих на підтримку та розвиток психологічного благополуччя в різних життєвих доменах.

Висновки з даного дослідження

і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Узагальнення наукових підходів дозволяє стверджувати, що психологічне благополуччя є складною самоорганізованою системою, де відмінність між підходами полягає у різному структурному наповненні та теоретичних акцентах. Проте всі дослідники сходяться на тому, що благополуччя зумовлює здатність особистості інтегрувати власні ресурси, реалізовувати життєві цілі та підтримувати гармонійні взаємини із соціальним середовищем.

Перспективи наших подальших наукових розвідок вбачаємо у розробці контекстуально чутливих моделей психологічного благополуччя (зокрема для військових, медичних працівників, студентської молоді); вивченні механізмів стійкості та відновлення психологічного благополуччя під час криз і тривалих стресових впливів; удосконаленні психометричних інструментів для комплексного оцінювання благополуччя в різних соціальних групах.

Література

1. Волинець Н. В. Психологія особистісного благополуччя персоналу Державної прикордонної служби України: дис. ... д-ра

психол. наук: 19.00.01 ; Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2020. 543 с.

2. Каргіна Н. В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект. *Наука і освіта*. 2015. № 3. С. 48-55. URL: : http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2015_3_10

3. Каргіна Н. В. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості: дис. ... канд. психол. наук ; Держ. закл. «Південноукраїнський нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського». Одеса, 2018.

4. Нікітчук У. І., Федун В. П. Операціоналізація поняття «психоемоційне благополуччя особистості». *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія : Психологія. 2022. № 3. С. 20-25. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.3.4>

5. Омелянська В. І. Концептуальний аналіз психологічного благополуччя. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія : Психологія. 2021. № 1. С. 22-26.

6. Розова Т. Психологічного благополуччя як фактор підвищення якості життя: інтегративний підхід. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. Серія 12. Психологічні науки. 2025. Вип. 26 (71). С. 85-86. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2025.26\(71\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2025.26(71).07)

7. Савіцина Є. В., Бабатіна С. І. Психологічне благополуччя особистості: опис функціональної моделі. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості* : зб. наук. праць за матеріалами V Міжнародної науково-практичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів (м. Херсон, 14 травня 2020 р.) / ред. колегія: А. М. Яцюк, Н. О. Олейник, В. В. Мойсеєнко та ін. Херсон : ФОП Вишемирський В.С., 2020. С. 316-319.

8. Сердюк Л. З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості. *Актуальні проблеми психології*. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Київ, 2017. Вип. 17. С. 124-133.

9. Харитинський А. А. Теоретична модель суб'єктивного благополуччя особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 6 (70). С. 190-197.

10. Шевченко Є. В. Взаємозв'язок життєстійкості та психологічного благополуччя особистості. *Когнітивні та емоційно-поведінкові фактори повноцінного функціонування людини: культурно-*

історичний підхід : матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф. (Харків, 23-24 жовт. 2015 р.). Харків : Діса Плюс, 2015. 348 с.

11. Яворовська Л. М., Хазімова Г. С. Теоретичні підходи до визначення психологічного благополуччя особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія*. 2011. № 985, Вип. 48. С. 46-49.

12. Chan M. F., Isa I., Chu C. W., Ling C., Ling S. Y. [et al.]. Development and Validation of a Mental Wellbeing Scale in Singapore. *Psychology*. 2013. Vol. 4, iss. 7. P. 592-606. <https://doi.org/10.4236/psych.2013.47085>

13. Cummins R. Subjective wellbeing, homeostatically protected mood and depression: A Synthesis. *Journal of Happiness Studies*. 2010. Vol. 11. P. 1-17. <http://doi.org/10.1007/s10902-009-9167-0>

14. Diener E., Lucas R. E., Scollon C. N. Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being.1 *American Psychologist*. 2006. Vol. 61, iss. 4. P. 305-314.

15. Diener E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*. 2000. 55(1). P. 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>

16. Diener E. The science of well-being: the collected works. London; New York : Springer Science + Business Media, 2009. 284 p. (Social Indicators Research Series; 37). P. 4-6.

17. Jahoda M. Current concepts of positive mental health. Basic Books/Hachette Book Group, 1958. DOI:10.1037/11258-000.

18. Lucas R. E., Diener E. Personality and subjective well-being. *Handbook of personality: Theory and research*. 3rd ed. New York : The Guilford Press, 2008. P. 797-814.

19. Ryan R. M., Deci E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, № 1. P. 68-78.

20. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69, № 4. P. 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

21. Ryff C. D., Singer B. H. Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*. 2008. Vol. 9. P. 13-39.

22. Tennant R., Hiller L., Fishwick R., [et al.]. The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): development and UK validation. Health and Quality of Life Outcomes. 2007. Vol. 5, iss. 1. P. 63. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>

References

1. Volynets N. V. Psykholohiia osobystisnoho blahopoluchchia personalu Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy: dys. ... d-ra psychol. nauk: 19.00.01 / Volynets N. V.; In-t psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Kyiv, 2020. 543 s.
2. Karhina N. V. Osnovni pidkhody do vyvchennia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti: teoretychnyi aspekt. Nauka i osvita. 2015. № 3. S. 48-55. URL: : http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2015_3_10
3. Karhina N. V. Resursy ta chynnyky psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti: dys. ... kand. psychol. nauk / Karhina N. V.; Derzh. zakl. «Pivdennoukraiynskyi nats. ped. un-t im. K. D. Ushynskoho». Odesa, 2018.
4. Nikitchuk U. I., Fedun V. P. Operatsionalizatsiia poniattia «psykhoemotsiine blahopoluchchia osobystosti». Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriia: Psykholohiia. 2022. № 3. S. 20-25. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.3.4>
5. Omelianska V. I. Kontseptualnyi analiz psykholohichnoho blahopoluchchia. Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriia: Psykholohiia. 2021. № 1. S. 22-26.
6. Rozova T. Psykholohichnoho blahopoluchchia yak faktor pidvyshchennia yakosti zhyttia: intehratyvnyi pidkhid. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 12. Psykholohichni nauky. 2025. Vyp. 26 (71). S. 85-86. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2025.26\(71\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2025.26(71).07)
7. Savitsyna Ye. V., Babatina S. I. Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti: opys funktsionalnoi modeli. Sotsialno-psykholohichni tekhnologii rozvytku osobystosti: zb. nauk. prats za materialamy V Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii molodykh vchenykh, aspirantiv ta studentiv (m. Kherson, 14 travnia 2020 r.) / red. kolehiia: A. M. Yatsiuk, N. O. Oleinyk, V. V. Moiseienko ta in. Kherson: FOP Vyshemyskyi V.S., 2020. S. 316-319.
8. Serdiuk L. Z. Struktura ta funktsiia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti. Aktualni problemy psykholohii. Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Tom V: Psykhofiziologii. Psykholohiia pratsi. Eksperymentalna psykholohiia. Kyiv, 2017. Vyp. 17. S. 124-133.
9. Kharytynskyi A. A. Teoretychna model subiektyvnoho blahopoluchchia osobystosti. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy. 2022. № 6 (70). S. 190-197.
10. Shevchenko Ye. V. Vzaimozv'iazok zhyttiistykosti ta psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti. Kohnytnyvi ta emotsiino-povedinkovi faktory povnotsinnoho funktsionuvannia liudyny: kulturno-istorychnyi pidkhid: materialy II Mizhnar. nauk.-prakt. konf. (Kharkiv, 23–24 zhovt. 2015 r.). Kharkiv: Disa Plus, 2015. 348 s.
11. Iavorovska L. M., Khazimova H. S. Teoretychni pidkhody do vyznachennia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti. Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina. Seriia: Psykholohiia. 2011. № 985, Vyp. 48. S. 46-49.
12. Chan M. F., Isa I., Chu C. W., Ling C., Ling S. Y. [et al.]. Development and Validation of a Mental Wellbeing Scale in Singapore. Psychology. 2013. Vol. 4, iss. 7. P. 592-606. <https://doi.org/10.4236/psych.2013.47085>
13. Cummins R. Subjective wellbeing, homeostatically protected mood and depression: A Synthesis. Journal of Happiness Studies. 2010. Vol. 11. P. 1-17. <http://doi.org/10.1007/s10902-009-9167-0>
14. Diener E., Lucas R. E., Scollon C. N. Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. American Psychologist. 2006. Vol. 61, iss. 4. P. 305-314.
15. Diener E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. American Psychologist. 2000. 55(1). P. 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>

16. Diener E. The science of well-being: the collected works. London; New York: Springer Science + Business Media, 2009. 284 p. (Social Indicators Research Series; 37). P. 4-6.
17. Jahoda M. Current concepts of positive mental health. Basic Books/Hachette Book Group, 1958. <https://doi.org/10.1037/11258-000>
18. Lucas R. E., Diener E. Personality and subjective well-being. Handbook of personality: Theory and research. 3rd ed. New York: The Guilford Press, 2008. P. 797-814.
19. Ryan R. M., Deci E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, № 1. P. 68-78.
20. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69, № 4. P. 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
21. Ryff C. D., Singer B. H. Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*. 2008. Vol. 9. P. 13-39.
22. Tennant R., Hiller L., Fishwick R., [et al.]. The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*. 2007. Vol. 5, iss. 1. P. 63. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>