



Электронное научное издание
«Ученые заметки ТОГУ»
2014, Том 5, № 3, С. 108 – 115

Свидетельство
Эл № ФС 77-39676 от 05.05.2010
[http://pnu.edu.ru/ru/ejournal/about/
ejournal@pnu.edu.ru](http://pnu.edu.ru/ru/ejournal/about/ejournal@pnu.edu.ru)

УДК.316:6; 614.2

© 2014 г. Е. Ю. Рубанова, канд. психол. наук

(Тихоокеанский государственный университет, Хабаровск)

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ

Категория качество жизни отражает условия человеческого существования, а также уровень развития и степень удовлетворения комплекса высокоразвитых потребностей и интересов людей. Качество жизни включает объективный и субъективный компоненты, значимость последнего существенно в последнее время возросла. Субъективное благополучие личности и ее психологическое здоровье являются жизненно важным ресурсом.

Ключевые слова: психическое здоровье, качество жизни, личность, социализация, представления, здоровье, система ценностей, образ жизни, система представлений, психологическое здоровье.

E. J. Rubanova

THEORETICAL ASPECTS OF QUALITY OF LIFE IN THE CONTEXT OF HEALTH PSYCHOLOGY

In today's world the main resource development became a man of his education and professional competence. A study of education in different socio-cultural contexts, in different historical periods, defines the tasks and installing cultural and social reform of the various systems of society, and especially education.

Keywords: education, education, awareness, training, presentation, modern culture, public value system, cognition, educational process, the image of the world, the system views.

В нормативно правовых документах РФ закреплены права человека на качество жизни. Общепринятым в международной практике, высокоэффективным, чувственным методом оценки социального благополучия является такое понятие, как «качество жизни», представляющую собой комплексную характеристику факторов и условий существования личности в социуме, а также оценку этих факторов самой личностью.

QOL (Quality of Life) – в англоязычной литературе международная аббревиатура понятия качества жизни [12]. Проблемы качества жизни обсуждают специалисты самых разных научных областей. Качество жизни становится целью развития отдельной личности, государства, мирового сообщества в целом. Многие отрасли науки исследуют качество жизни человека. В медицине – особое внимание уделено физическому здоровью, в экономике – уровню благосостояния и обеспеченности, в экологии – состоянию окружающей среды, психология исследует потребности личности, поиск человеком смысла жизни, его стремление к счастью.

Изучение проблем качества жизни началось с середины 60-х годов, когда в высокоразвитых странах Запада стал осуществляться переход к постиндустриальной стадии развития общества, что обусловило интерес человечества к гуманитарному содержанию экономического прогресса [12].

Впервые понятие «качество жизни» в научный оборот было введено Джоном Гэлбертом и Форрестером в 60-х годах XX столетия в связи с попыткой моделирования траектории промышленной динамики.

До настоящего времени нет единодушия в понимании, какие явления обозначать термином качество жизни и вопрос остается дискуссионным.

С одной стороны, встречаются расширенные объяснения этой категории, включающие все процессы жизнедеятельности человека и общества. С другой стороны, в показатели качества жизни вводят только узкую часть процессов жизнеобеспечения людей. Очень часто используется близкая терминология, отождествляясь с категорией качество жизни: уровень жизни, уклад жизни, стандарт жизни, стиль жизни и т.д. Иногда происходит отождествление данных категорий, что и затрудняет понимание содержания качества жизни [11].

Ученые-исследователи расходятся во мнениях, при определении данного понятия. Б.М. Генкин, обобщив опыт многих исследователей в этой области пришел к выводу, что под качеством жизни обычно понимают условия человеческого существования: обеспеченность материальными благами, пища, одежда, жилье, безопасность, доступность медицинской помощи, возможности для получения образования и развития способностей, состояние природной среды, социальные отношения в обществе, включая свободы выражения мнений и влияние граждан на политические решения.

Качество жизни, по мнению В.Н. Бобкова, следует трактовать, как уровень развития и степень удовлетворения комплекса высокоразвитых потребностей и интересов людей. Такое лаконичное определение, по его мнению, несколько не противоречит многочисленным концепциям, имеющимся в литературе, ибо счастье, свобода, равенство, возможности, способности людей и т.д. - все это является потребностями и интересами людей [6] Он рассматривает качество жизни как социально-экономическую категорию и отмечает ее следующие особенности. Во-первых, качество жизни чрезвычайно широкое, многоаспектное, многогранное понятие, несравненно более широкое, чем «уровень жизни». Во-вторых, качество жизни имеет две стороны: объективную и субъективную. Объективные составляющие качества жизни таковы: уровень жизни, уровень занятости, развитие сферы услуг, социальное обеспечение и гарантии; субъективные – отражают эмоциональное отношение личности, степень удовлетворенности к разным сферам своей жизни: удовлетворенность работой, условиями жизни, ощущение комфортности,

стабильности и уверенности в завтрашнем дне. В узком смысле категория качества жизни отражает только качественные характеристики (в противовес уровню жизни).

Качество жизни включает все аспекты человеческого существования. Отечественный ученый А.И. Суббето определяет качество жизни как систему духовных, материальных, социокультурных, экологических и демографических компонентов жизни. В этой системе выявляются уровень родовых сил человека, творческий смысл его жизни. А.И. Суббето говорит о тех родах качества: предметно – вещественном; функциональном; системно-социальном, в соответствии с которыми, раскрываются и индивидуальное и общественное (системно-социальное) качества жизни, разнообразие потребностей человека, потенциал его всестороннего, гармонического, творческого развития [10].

Три рода качества жизни – это как бы несколько ее срезов: предметно-вещественный, который позволяет рассматривать биолого-физический и материальный аспекты качества жизни; функциональный, с его помощью можно оценить жизнь с точки зрения потребностей и способностей человека во взаимодействии с социально-экономическим, культурным и экологическим «пространствами»; системно-социальный, раскрывает качество самих «пространств» (экономического, духовного и социального) (Суббето А.И., 1994)

Известные исследователи в области качества жизни Б.В. Бойцов, Ю.В. Крянев, М.А. Кузнецов предлагают следующую структуру качества жизни, разработанную в парадигме системного подхода. Данный подход рассматривает проблему качества жизни в четырех взаимосвязанных плоскостях: здоровье популяции; качество образования; качество природной среды; духовность [11].

Так, категория качества жизни является центральной качественной характеристикой жизни людей, раскрывающей не только жизнедеятельность, жизнеобеспечение, но и жизнеспособность общества как целостного социального организма. Американский экономист Д. Фостер, считает, что качество жизни зависит от уровня стрессовых ситуаций (и вообще «трудностей жизни»), при увеличении количества стрессовых ситуаций снижается качество жизни. Схожую точку зрения высказывает Д. Маркович, определяющий качество жизни «...как удовлетворение потребностей людей в определенных социальных условиях, дополняемое чувством удовлетворения, что при этом удалось сократить и не поставить под угрозу физическую и психическую целостность человека, его свободу и творчество...».

Самой распространенной трактовкой, относительно качества жизни, является ее определение как социологической категории. «Качество жизни» - как социологическая категория выражает качество удовлетворения материальных и культурных потребностей людей (качество питания, одежды, комфорт жилища, качество здравоохранения, образования, сферы обслуживания, окружающей среды, досуга, степень удовлетворения в содержательном общении, знаниях, творческом труде, уровень стрессовых состояний, структура расселения и др.). Однако такое понимание категории «качества жизни» не может быть признано достаточным. Качество представляет собой расчлененную целостность, является структурным образованием, поэтому качество жизни необходимо рассматривать в интегральном единстве материальных, природных, социальных и *духовных* факторов жизни человека [5].

Возникнув в США в середине 60-х годов, категория «качество жизни» как важный показатель человеческого существования сразу стала предметом научных споров между учеными марксистско-ленинской ориентации (А.П. Бутенко, И.В. Бестужев-Лада, И.В. Толстых и др.). В бывших странах социалистического лагеря, как и в СССР, проблемы качества жизни исследовались в аспекте соотношения общественных и личных потребностей и интересов.

За рубежом (прежде всего в США и странах Западной Европы) за последние три десятилетия исследованию качества жизни было посвящено огромное количество работ, как теоретического, так и прикладного характера. Однако исчерпывающего определения этого понятия с выделением четких границ сферы его применения нет до сих пор. Очень распространена трактовка качества жизни – как концептуального понятия, втягивающего в свою орбиту широкий круг представлений о благополучии, благосостоянии, свободе современного человека, его взаимодействии с окружающим миром [12].

В 70-х годах Дж. Тэлбрейт и его последователи придали концепции качества жизни трактовку, связанную с избавлением общества от некоторых эксцессов потребления, проистекающих из-за ориентации общества на исключительно количественный рост материальных благ, ведущей к деформации потребностей. Согласно их взглядам в современных условиях рост производительности не связан напрямую с повышением жизненного уровня людей. На первый план выходит необходимость «придать жизни человека человечески достойное качество». Жизнь, по их мнению, ставит общество перед необходимостью выбора: или количество – повышение уровня зарплаты, рост производства товаров; или качество – образование, здравоохранение, культура, экология и т.п. [7].

Для человека существенное значение имеет не только определенный уровень благосостояния, но и духовно ориентированная жизнь. Если рост материального благополучия достигается ценой потери физического и психического здоровья отдельно взятой личности, ее духовно-нравственной деформации, то такая ориентированность на развитие общества противоречит качеству жизни (Суббето А.И., 1994).

У зарубежных исследователей, так же нет единогласия. Обычно в их определения включаются в большей степени субъективные переменные, характеризующие самочувствительность личности, удовлетворенность свободами, правами человека, безопасностью существования. Например, Дж. Ван Гиг понимает качество жизни населения предельно широко, рассматривая его как составляющую благополучия, причем, связывая эту категорию с целями, определяющими государственную политику, направленную на удовлетворение социальных, экономических и иных потребностей, повышение общего уровня благосостояния населения, поддержку таких условий, в которых человек и природа могли бы вести гармоничное существование. В данном случае, это *междисциплинарный подход* к проблеме качества жизни, предметом исследования в котором является комплекс условий, обеспечивающий существование человека, в том числе и взаимоотношения человека с природой.

Так, под качеством жизни в современных концепциях качества за рубежом понимают комплексную характеристику социально-экономических, политических, культурно-идеологических, экологических факторов и условий существования личности, положения человека в обществе. Категория качества становится символом прогресса и выживаемости цивилизации. При этом происходит преодоление традиционных представлений о качестве, широко используемых в системах управления качеством. Появляются понятия качества человека, качества жизни, качество общественного интеллекта, качества управления, качества систем «человек-техника», качества информации.

Анализ различных интерпретаций категории «качество жизни» можно было бы продолжить и дальше. В целом же следует отметить, что большинство исследователей, в конечном счете, в том или ином контексте, под качеством жизни понимают некую комплексную характеристику, определяющую социально-экономическое положение и совокупность условий, обеспечивающих жизнедеятельность человека. Важно понять, что речь должна идти не только об экономическом благополучии.

Для человека существенное значение имеет не только определенный уровень бла-

госостояния, но и духовно ориентированная жизнь. Если рост материального благополучия достигается ценой ухудшения экологических условий и потерей здоровья населения, то такая ориентированность на развитие общества противоречит качеству жизни (Суббето А.И.). Таким образом, можно говорить о том, что качество жизни выступает некой глобальной системой, включающей в себя качество культуры, качество экологии, качество образования, качество социальной, экономической и политической организации общества, качество человека. Качество жизни рассматривается как интегральный показатель, всесторонне характеризующий степень развития и полноту удовлетворения всего комплекса потребностей и интересов людей.

Исторически сложилось так, что измерение качества жизни производилось двумя способами: измерением объективных условий жизни и измерением субъективных оценок жизни.

Потребности и интересы людей индивидуальны и степень их удовлетворения могут оценить только сами субъекты. Они не фиксируются какими-либо статистическими величинами и практически существуют лишь в сознании людей, и соответственно, в их личных мнениях и оценках. Таким образом, оценка качества жизни выступает в двух формах: степень удовлетворения объективных потребностей и интересов; Субъективная удовлетворенность качеством жизни самой личности. Очевидным является то, что человек может физически и социально адекватно функционировать, но при этом ощущать себя несчастным, и, наоборот. Кейджиро Суруга определяет область, которая изучает качество жизни – философская антропология. Джордж Моррис Пирсол, Фланаган, Коттке, Тарлов, Джонсен с соавторами, Мюррей Фрид, Цвирлайн определяют качество жизни как субъективное удовлетворение, выражаемое или испытываемое индивидуумом в физических, ментальных и социальных ситуациях, даже при наличии каких-то дефицитов.

При этом не исключаются объективные достижения и умения, которые высоко ценятся в обществе: интеллект, физические возможности, характерологическая стабильности, а также способность формировать социальные отношения и получать от этого удовольствие. Низкое качество жизни, следовательно, имеет место при тяжелом дефиците умственного, физического здоровья, патохарактерологических отклонениях и нарушении социальных отношений. Коттке подчеркивает - каждый человек заботится не только о продолжительности жизни, но и о ее наполненности и смысле; последнее, он ассоциирует с качеством жизни. Джордж Моррис Пирсол определяет качество жизни скорее, как удовлетворение потребностей и оптимальное функционирование, а не эфемерная удовлетворенность жизнью и чувство благополучия.

Понятие субъективного благополучия очень неоднозначно, Е. Динер выделил следующие признаки субъективного благополучия [3]:

1. Субъективное благополучие существует только внутри индивидуального опыта.

2. Позитивность измерения. Субъективное благополучие – это не просто отсутствие негативных факторов, что характерно для большинства определений психического здоровья. Необходимо наличие определенных позитивных показателей.

3. Глобальность измерения. Субъективное благополучие обычно включает глобальную оценку всех аспектов жизни личности в период от нескольких недель до десятков лет. [8].

Психологическим индикатором качества жизни является степень удовлетворенности разными сферами жизни и положительная согласованность с психической адекватностью личности. Качество жизни – это интегральная характеристика физического, психологического и социального функционирования человека, основанная на его субъ-

ективном восприятии. Важным показателем качества жизни являются индивидуальные переживания человека относительно социальной обстановки вокруг него. Ощущает ли он себя здоровым, способным свободно, без затруднений пользоваться различными социальными и техническими достижениями, испытывает ли он положительные или отрицательные эмоции в жизненных ситуациях, все это является показателем субъективного отношения к качеству собственной жизни.

Естественно связывать субъективное удовлетворение качеством своей жизни с субъективным благополучием. Определение субъективного благополучия, содержащееся в работах различных авторов можно сгруппировать в три категории:

1. Нормативное определение. Человек ощущает благополучие, если он обладает некоторыми социально желательными качествами; критериями благополучия является система ценностей, принятая в данной культуре.

2. Определение, где благополучие является глобальной оценкой качества жизни человека в соответствии с его собственными критериями. Это определение подразумевает, что благополучие – гармоничное удовлетворение желаний и стремлений человека.

3. Значение понятия субъективного благополучия, связанное с обыденным пониманием счастья, как превосходства положительных эмоций над отрицательными. Это определение подчеркивает приятные эмоциональные переживания, которые либо объективно преобладают в жизни человека, либо субъективно человек склонен к ним.[10]/

Учитывая, что потребности людей находятся в постоянном изменении и развитии, оценить качественную и количественную сторону качества жизни весьма сложно. К тому же некоторые характеристики качества жизни, такие как здоровье, удовлетворение духовных благ, безопасность можно оценить лишь условно. Поэтому найти относительную меру качества жизни на определенный момент возможно только с помощью системы ориентирующих психологических индикаторов. Анализ научной литературы по проблеме качества жизни показывает, что многообразие определений основывается на двух противопоставлениях: объективные условия существования и субъективные оценки условий существования, [9].

Существует семь типов определений качества жизни:

первый тип – объективные условия существования на уровне общества в целом; второй тип – субъективные оценки условий существования на уровне общества в целом; третий тип – объективные условия существования индивида; четвертый тип – субъективные оценки условий существования индивида; пятый тип – объективные условия существования и их оценка на уровне общества; шестой тип – объективные условия существования и их оценка на уровне индивида; седьмой тип – объективные условия существования и их оценка на уровне общества и индивида [5]. Использование различных типов определений качества жизни показывает, что их эволюция происходила от уровня общества к индивиду и от объективных условий существования к субъективным оценкам условий существования.

Гипотеза о том, что люди в лучших условиях жизни более удовлетворены, кажется очевидной, однако существует слабая взаимосвязь между условиями жизни и субъективным самоощущением. Это обуславливается следующими обстоятельствами: большинство людей психологически предрасположено сравнивать собственные условия жизни с условиями жизни людей, имеющих более высокий уровень существования (бессознательное стремление к улучшению условий существования); большинство индивидов под воздействием социального окружения склонно к подавлению ощущения неудовлетворенности; ожидание и цели обычно значительно корректируются обстоятельствами жизни; выражение неудовлетворенности до определенной степени не зависит от жизненного опыта; жизнь в предпочтительных условиях располагает к

формированию новых оценочных стандартов и более благоприятна для выражения неудовлетворенности.

Все эти факторы уменьшают взаимовлияния между условиями жизни и их оценкой. Сочетание этих факторов может привести к парадоксальной ситуации, когда хорошие условия совмещаются с негативной субъективной оценкой качества жизни и, наоборот, плохие условия – с позитивной оценкой.

Субъективные индикаторы качества жизни подразделяют: на когнитивную компоненту (рациональную) и аффективную (эмоциональную). Когнитивная компонента состоит из оценки общей удовлетворенности различными сферами жизни. Оценка общей удовлетворенности жизнью и оценка удовлетворенности различными сферами жизни представляют собой две относительно независимые психологические реальности, поскольку они формируются различными механизмами переработки информации человеком. Аффективная компонента представляет собой баланс позитивного и негативного аффектов. Под балансом понимается соотношение величин негативного и позитивного аффектов. К позитивным аффектам относятся ощущения: счастья, социальной поддержки, личной компетентности. Негативный аффект выражается в ощущениях депрессии, тревожности и стресса.

Существует множество исследований негативного влияния стресса на качество жизни (Каплан 1983, Хольмс и Райх 1967, Перлин, Менахан, Либерман и Милан 1981, Селье 1956,1980) [5] Возникновение стрессовых ситуаций под воздействием таких жизненных событий, как утрата любви или смерть близкого человека, а также влияние хронических стрессов, например, длительный конфликт на работе или в семье исследования довольно тщательно. Люди, имеющие большое количество стрессов в повседневной жизни, более впечатлительны, более подвержены депрессии, тревожности и имеют высокую неудовлетворенность жизнью.

Измерение аффективных компонент качества жизни обычно дополняется измерением счастья. Ощущение счастья – несчастья в этом случае рассматривается как баланс между положительными и отрицательными эмоциями. Среди многочисленных определений счастья одно их самых лаконичных предлагает толковый словарь В. Даля. Счастье определяется как «желанная насущная жизнь». В определении «желанный» отражено личностно привлекательное, субъективно значимое и высоко оцениваемое качество индивидуальной жизни. В соответствии с этим общим смыслом, желанная жизнь может быть определена как жизнь достойная, должная, совершенная, которая приносит удовлетворение.

Стремление к счастью как значимой для личности реальности, востребованная в процессе взаимодействия человека с миром, в психологическом плане выступает, прежде всего, в виде конкретных жизненных целей и идеалов, иницирующих и направляющих активность субъекта. Возможность реализовать свои идеалы, цели, личные желания и тем самым привести в соответствие желаемое и насущное, лежит в основе счастливой жизни [3]. В свою очередь, человек счастлив в той мере и постольку, поскольку воспринимает собственную насущную жизнь как желанную, отвечающую требованиям и стандартам своего ценностного сознания.

Таким образом, исследуя качество жизни как интегративную характеристику объективных и субъективных показателей условий жизни человека, выявляется особая значимость для психического здоровья именно субъективной оценки качества жизни, проявляющаяся в восприятии и отношении личности к коллизиям и изменениям в жизни, определяющая душевное и моральное удовлетворение собственной жизнью, даже в том случае, когда объективные характеристики говорят об обратном. Различные интерпретаций понятия качества жизни выявляют склонность большинства исследова-

телей, в разных контекстах, понимать под качеством жизни некую комплексную характеристику, интегральный показатель, всесторонне характеризующий степень развития и полноту удовлетворения всего комплекса потребностей и интересов личности. В связи с этим в нашем исследовании выбран ракурс рассмотрения понятия качества жизни в ключе психологии здоровья, в качестве психологической категории, т.е. каким образом личность субъективно ощущает, воспринимает, оценивает качество своей жизни, и насколько создаваемое качество жизни способствует укреплению психического здоровья личности.

Список литературы

- [1] Аллахвердов, В.М. Методологическое путешествие по океану бессознательного к таинственному острову сознания. – СПб.: Речь, 2003. – 368 с.
- [2] Андреева Г.М. Психология социального познания. – М: Аспект –Пресс, 2005. – 288с.
- [3] Ананьев, Б.Г. Психология и проблемы человекознания / Под ред. А.А. Бодалева. – М: Институт практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 1996. – 384 с.
- [4] Выготский, Л.С. Психика, сознание, бессознательное. // Выготский Л.С. Психология. – М: ЭКСМО-Пресс, 2000. – С.216 – 232.
- [5] Зинченко В.П. Человек развивающийся: очерки российской психологии / В.П. Зинченко, И.Б. Моргунов – М: Тривола, 1994. – 304с.
- [6] Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М: Смысл, 2003. – 487 с.
- [7] Леонтьев Д.А. Современные проблемы обучения и психического развития // Психология в вузе. – 2003. - №1 – 2. – С. 242 - 251.
- [8] Московичи, С. Социальное представление: исторический взгляд //Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. - №1, №2.
- [9] Обухов, А. Исторически обусловленные модификации образа мира // Развитие личности. – 2003. - №4. – С. 51-68.
- [10] Слободчиков, В.И. Психология развития человека / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – М: Школа-Пресс, 2000. – 416с.
- [11] Субетто, А.И. Управление качеством и выживаемость человека // Стандарты и качество. - 2011. - № 1,2,3. – С. 39-48.
- [12] Тищенко, П.Д. Геномика, здоровье и биотехнологический антропогенез //Мир психологии. – 2010. - № 1 (21), Москва-Воронеж, С. 31-54.
- [13] Тодоров А.С. Качество жизни: критический анализ буржуазных концепций. – М.: Прогресс, 1995. – 164с.

E-mail:

Рубанова Е.Ю. – blizru@mail.ru