

СТРУКТУРА НОРМАТИВНОЙ МОДЕЛИ СУБЪЕКТИВНОГО КАЧЕСТВА ЖИЗНИ*

Рябов В.Б., Институт психологии РАН, Москва, контактный адрес:
adm3@psychol.ras.ru

Аннотация. В статье приводится анализ разработок субъективного качества жизни. На основе концепции качества трудовой жизни методов и моделей субъективного качества трудовой жизни предлагается структура нормативной модели субъективного качества жизни. В основе модели оценки человеком качества своей жизни положены критерии рациональной и эмоциональной удовлетворенности жизнью. Субъективное качество жизни включает в качестве основных компонент качество условий жизни и качество процесса жизни.

Summary. The results of the analysis of subjective life quality researches are presented in the article. It is proposed a subjective life quality model structure based on the work life quality conception which we produce. Criteria of life quality estimation by subject are rational satisfaction and emotional satisfaction. Subjective life quality consists as its main components life quality conditions and life quality process.

Ключевые слова: качество жизни, субъективное качество жизни, качество трудовой жизни, самореализация, стратегия жизни, мотивирующие условия труда, гигиенические условия труда, удовлетворённость, благополучие, человеческий потенциал.

Key words: life quality, subjective life quality, work life quality, self-realization, strategy of work life, motivating conditions, hygienic conditions, satisfaction, well-being, human potential.

Введение

В последние десятилетия проблема *качества жизни* вызывает всё больший интерес как исследователей, так и практиков [1, 2, 3]. Разные исследователи по-разному определяют качество жизни и разрабатывают разные модели для его изучения. Как правило, в структуру этих моделей входят такие *компоненты*, как здоровье, образование, трудовая занятость, жилищные условия и др. При этом качество жизни изучают, главным образом, социологи и социальные демографы, используя социологические модели и методы исследования. Достаточно полный обзор моделей качества жизни, применяемых для исследования и сравнительного анализа

жизни людей в разных странах, регионах и т. д., приводит Г.М. Зараковский в своей известной монографии, посвященной этой проблеме [4]. Проводя такой анализ, Зараковский утверждает, что «без психологической модели субъективного качества жизни невозможно изучать качество жизни» [4, с. 6].

Логика разработки проблемы, как её определил Зараковский, «вытекает из основополагающего понимания качества жизни как оценочной категории жизни человека... Поэтому необходимо прежде всего раскрыть эти аспекты и проявления, выделив в них психологические составляющие» [там же]. Целью нашего исследования является разработка подхода к построению *нормативной модели субъективного качества жизни*, основанного на логике исследования, предложенной Зараковским.

Предлагаемый подход основан на наших разработках, выполненных в ходе исследований качества трудовой жизни (КТЖ) [5–14]. Поскольку КТЖ представляет собой одну из сфер жизни человека, мы предполагаем, что структурно модели субъективного качества жизни и субъективного качества трудовой жизни должны быть *подобны*. Предварительно и кратко рассмотрим основные понятия и подходы, лежащие в основе исследований качества жизни.

Как уже говорилось выше, в настоящее время существуют разные определения понятия «качество жизни» и разные модели его описания. При этом важно, что разные исследователи, во-первых, разделяют понятия *субъективного и объективного* качества жизни и, во-вторых, признают основными интегральными критериями субъективного качества жизни уровень переживания человеком состояния «счастья», т. е. *аффективный* критерий субъективного качества жизни, и «удовлетворенность жизнью», т. е. *когнитивный* критерий субъективного качества жизни (подробнее см.: [15, 16]).

По мнению Зараковского, понятие качества жизни неразрывно связано с понятием человеческого потенциала. *Человеческий потенциал* — это уровень развития личностных, физических, профессиональных и других качеств человека, значимых для общества в целом, обеспечивающих в конечном счете общую тенденцию выживаемости и развития человечества. Повышение уровня качества жизни, как объективного, так и субъективного, должно быть согласованным с повышением человеческого потенциала, т. е. должно отвечать задаче выживания и развития человека как вида. Иными словами, индивидуальный потенциал человека выступает характеристикой внешнего контроля субъективного качества жизни и не должен снижаться в процессе стремления человека повысить свой уровень удовлетворенности жизнью и счастья.

Наряду с понятием потенциала, существует рядоположное понятие *человеческого ресурса*. В отличие от человеческого потенциала, ресурс представляет собой конкретные возможности для реализации определенной деятельности, решения каких-то задач, стоящих перед человеком. Соотношение этих феноменов рассматривается и в других работах [17–20].

Следует признать, что на сегодняшний день не существует общепринятого понимания качества жизни. Поэтому мы согласны с общим мнением группы авторов, которые считают, что не следует концентрироваться на доведении понятия «качество жизни», а нужно принять в качестве руководства к действию *систему требований*, позволяющих перейти непосредственно к разработке проблемы качества жизни [21, с. 5]:

- качество жизни должно содержать отдельно две категории: «качество жизни» и «качество условий жизни»;
- в качестве исходных категорий должны быть приняты «потребности» и «ценности», поскольку человеческую жизнь можно рассматривать как процесс реализации потребностей и ценностей, что, в сущности означает самореализацию человека;
- качество жизни должно учитывать деятельность составляющую, так как качество жизни обретается самими людьми в процессе преобразования среды и самих себя;
- качество жизни следует рассматривать как некоторую меру, в пределах которой человек самореализуется;
- качество жизни должно объединять объективные и субъективные показатели жизнедеятельности людей.

Целесообразно, по нашему мнению, проанализировать эти требования и дать им свою интерпретацию.

Анализ требований к нормативной модели субъективного качества жизни

В общем случае субъективная оценка человеком качества некоторого объекта определяется способностью последнего удовлетворять потребности человека. Поэтому в основе анализа субъективной оценки качества жизни человека лежит понятие *потребности*. При разработке проблемы КТЖ мы использовали, главным образом, представления А. Маслоу о потребностях, известные как «пирамида потребностей». При оценке качества жизни человеком особую роль играют потребности верхнего уровня пирамиды Маслоу, на котором располагаются *потребности самореализации* [9].

Критерием качества обычно выступает удовлетворенность. Многие исследователи считают, что критерий общей удовлетворенности должен использоваться наряду с критерием ощущения состояния счастья. Причем утверждается, что два этих критерия представляют собой независимые, несвязанные оценки («богатые тоже плачут»). Тем не менее, мы считаем, что *общая удовлетворенность жизнью* может рассматриваться как *интегральная оценка* качества жизни. Сам же критерий общей удовлетворенности включает в себя две независимые оценки: рациональную и эмоциональную удовлетворенность.

Как уже было сказано выше, следует различать качество *условий* жизни и качество самого *процесса* жизни. Наличие таких различий тонко подметил писатель-сатирик М. Жванецкий, который сказал, что «раньше жизнь была хуже, но жить было лучше». Смысл этого утверждения состоит в том, что условия жизни (прежде всего, материальные) раньше были хуже, но процесс жизни был интереснее, эмоционально насыщеннее и т. д. Исследователи объективного качества жизни, которые, в основном, используют методы социологического и статистического анализа, обычно изучают условия жизни. Иногда также исследования направлены на оценку «уровня счастья» населения, но при этом они не касаются изучения причин и факторов, определяющих тот или иной уровень счастья. Их анализ должен быть основан на *психологических моделях* формирования оценок качества жизни человеком. По нашему мнению, основа эмоциональной удовлетворенности жизнью состоит в оценке человеком именно процесса жизни.

Важную роль в оценке качества жизни играет фактор *осмысленности жизни*, который проявляется в форме, аналогичной понятию миссии, разработанному в теории управления (менеджмента). Это понятие также может быть аналогичным осознанию человеком своего предназначения, пониманию того, для чего он живет, что он должен делать, чтобы его жизнь имела смысл, была небесполезна ни ему самому, ни окружающим его значимым для него людям. Само по себе наличие *смысла жизни*, с одной стороны представляет собой важнейшую потребность человека. С другой стороны, наличие такого смысла определяет направленность активности человека, содержание самореализации, формирует его жизненную стратегию. Ценностный и потребностный компонент качества жизни проявляются именно в самореализации человека в процессе его жизни, которая предстает в виде *жизненной стратегии*.

Условия жизни, в конечном счете, представляют собой ресурсы, обеспечивающие жизнь как процесс. Для анализа мы выделяем

внутренние и внешние ресурсы обеспечения жизнедеятельности человека. К *внутренним* ресурсам человека относятся здоровье человека, его возраст, личностные и профессиональные качества, жизненный опыт, знания и др. К *внешним* ресурсам относятся жилищные условия, возможности получения образования, квалифицированной медицинской помощи, социальные связи, финансовые и материальные условия жизни в целом.

Следует разделять объективное и субъективное качество. Объективное качество характеризует объект с позиции достаточно большой группы людей. Для оценки качества их жизни используется *метод массового опроса* населения. В то же время у каждого конкретного человека существует своя индивидуальная система оценки качества своей жизни. Обобщение индивидуальных систем оценки на большой выборке порождает модель оценки объективного качества жизни. Наша же задача состоит в построении и изучении модели оценки своего качества жизни конкретным человеком — модель оценки субъективного качества жизни. Изучение индивидуальной модели качества жизни с использованием индивидуальных характеристик образа своей *реальной* жизни и образа *идеальной* жизни нередко выполняется с помощью метода репертуарных решеток Дж.Келли [11].

Нормативная модель субъективного качества трудовой жизни

Жизнь человека включает несколько сфер: личная жизнь, трудовая, семейная жизнь, общение с друзьями, отдых, хобби и др. Модели качества разных сфер жизни человека имеют сходную структуру. При этом анализ каждой отдельной сферы жизни позволяет по-новому посмотреть на *нормативную модель* качества жизни, скорректировать и обогатить её новыми аспектами рассмотрения. Начиная с 2006 г. [5], мы разрабатываем концепцию качества трудовой жизни (КТЖ), методов и моделей ее изучения. В данной статье делается первая попытка применения некоторых разработок для построения модели субъективного качества жизни. Вначале кратко опишем нормативную модель оценки человеком КТЖ [9, 11].

Основными критериями оценки КТЖ в этой модели выступают рациональная и эмоциональная *удовлетворенность* человека трудовой жизнью, а также рациональная и эмоциональная *неудовлетворенность* трудовой жизнью. Оценка человеком КТЖ определяется условиями труда, которые в соответствии с двухфакторной

концепцией Ф. Герцберга подразделяются на мотивирующие и гигиенические условия [5]. Улучшение мотивирующих условий труда вызывает повышение удовлетворенности человека трудом. Снижение уровня гигиенических условий труда ниже некоторого уровня вызывает появление и дальнейшее повышение уровня неудовлетворенности. Кроме того, в группе мотивирующих условий на основе модели иерархии потребностей Маслоу была выделена подгруппа условий самореализации, которые в соответствии с моделью Эрика Берна при успешном завершении сценарного цикла вызывают положительные эмоции, а при неудаче — отрицательные [9].

Особое место в модели КТЖ занимает возможность самореализации человека в трудовой жизни, поскольку именно успешная самореализация приводит к повышенному уровню положительных эмоций и чувств, связанных с трудовой жизнью, а в предельном случае — к переживанию состояния счастья. Зараковский считал, что самореализацию следует рассматривать как *осознанную деятельность*, осуществляемую человеком в соответствии со своими способностями и с помощью выбранной им жизненной стратегии. Он дает следующее определение: *самореализация* — это осуществление индивидом такой деятельности, которая принята им как стратегическая цель жизни или отдельного ее этапа [4, с.239]. Опираясь на данное определение, мы ввели в качестве характеристики самореализации человека в трудовой жизни понятие *стратегии трудовой жизни*. При этом на основе теоретико-эмпирического анализа был определен перечень типовых стратегий трудовой жизни [13].

В результате наших исследований было выяснено, что как среди гигиенических, так и среди мотивирующих условий труда имеются критически значимые для человека условия, которые называются *ценностными* [11]. В случае мотивирующих условий труда они, как правило, соответствуют стратегиям самореализации человека в трудовой жизни, а в случае гигиенических — играют роль критических ограничений на работу, несоблюдение которых делает для него конкретную работу неприемлемой. Соответственно, ценностные мотивирующие условия в процессе успешной самореализации человека приводят к положительной эмоциональной реакции, а ценностные гигиенические условия труда при их недостаточно высоком уровне — к сильной негативной эмоциональной реакции. Гигиенические условия, не относящиеся к категории ценностных, при их невысоком уровне вызывают негативную, но рациональную реакцию на них, а мотивирующие условия, не относящиеся к ценностным — рациональную удовлетворенность. Можно также пред-

положить, что ценностные условия труда каким-то образом связаны с ценностными ориентациями работников — представителями различных социальных групп российского общества [22], однако, данное предположение требует специально организованных исследований.

Нормативная модель субъективного качества жизни

Представленный выше анализ позволяет перейти к построению структуры нормативной модели субъективного качества жизни (рис. 1).



Рис. 1. Структура нормативной модели субъективного качества жизни

Потребности человека, которые лежат в основе оценки им качества своей жизни, могут быть разделены на потребности *сохранения* и потребности *достижения*. Потребности сохранения ориентированы на поддержание ресурсов жизнедеятельности человека на существующем в настоящее время уровне благополучия, а потребности достижения — на развитие человека и повышение качества его жизни.

Удовлетворение потребностей сохранения предполагает контроль состояния ресурсов человека и проведение определенных профилактических жизненных регламентов. Условия жизни, которые связаны с удовлетворением потребностей сохранения, аналогичны гигиеническим условиям труда в двухфакторной модели удовлетворенности трудом Герцберга. В модели субъективного качества жизни мы назвали их обеспечивающими условиями жизни. Улучшение таких условий не приводит к увеличению уровня удовлетворенности жизнью, но их снижение до ниже допустимого уровня приводит к увеличению неудовлетворенности жизнью.

Другая сторона жизнедеятельности человека определяется удовлетворением потребностей достижения и связана с развитием человека, которое предполагает задействование определенных внутренних и внешних ресурсов. К внутренним ресурсам развития можно отнести профессиональные, личностные качества человека, его физическое и психическое здоровье, возраст и т. д. К внешним ресурсам развития относятся материальные и финансовые возможности, социальные связи, возможности образования, наличие средств информации и др. Ресурсы развития определяют совокупность его условий, которые аналогичны мотивирующим условиям в двухфакторной модели удовлетворенности Герцберга. Наряду с жизненной миссией человека, его предназначением, которое он может осознавать, или не осознавать, а также с учетом конкретных жизненных обстоятельств и субъективной оценки человеком своих ресурсов развития, формируются его жизненные стратегии.

Сам процесс жизни, сопровождаемый успешной реализацией соответствующих стратегий, представляет собой процесс самореализации, является источником положительных чувств и эмоций, а в предельном случае — переживанием состояния счастья. Если речь идет, например, о работе, то положительные эмоции и чувства человек связывает с ней, так как работа ему интересна, она ему нравится и он на такой работе самореализуется. При этом другие факторы, например, материального характера нередко отступают на второй план. Однако, это не говорит о том, что самореализующийся человек не оценивает условия своей жизни, непосредственно не связанные с самореализацией. Он оценивает и условия развития, и условия обеспечения, но на рациональном уровне, и такая рациональная удовлетворенность условиями жизни, наряду с эмоциональной удовлетворенностью жизнью, представляет собой другой компонент комплексной оценки человеком качества своей жизни. Эмоциональная составляющая оценки че-

ловеком качества жизни относится к критерию счастья, а рациональная оценка — к критерию благополучия.

Нередко исследователи ставят знак равенства между понятиями качества жизни и благополучия. Однако, тогда трудно объяснить, почему люди, которых можно назвать вполне благополучными и которые сами себя считают такими, не могут назвать себя достаточно счастливыми? Можно ли считать высоким качество их жизни? По нашему мнению, эти феномены следует разделять, понимая под *благополучием* уровень рациональной удовлетворенности жизнью и её условиями, а под *качеством жизни* — более общую оценку удовлетворенности жизнью, включающей, наряду с оценкой рациональной удовлетворенности, оценку эмоциональной удовлетворенности жизнью.

Так же, как и в модели КТЖ, в нормативной модели субъективного качества жизни, в группе стимулирующих условий жизни выделены *ценностные стимулирующие условия жизни*, а в группе гигиенических условий — *ценностные обеспечивающие условия жизни*. Ценностные стимулирующие условия связаны с жизненными стратегиями. Примером ценностных обеспечивающих условий может служить *фактор культуры*, который специально изучается в связи с анализом деловой, трудовой и других сфер жизни [23, 24, 25]. Именно чужая человеку культура может стать причиной того, что люди, эмигрировавшие в другую страну и в более благополучные условия, чувствуют себя при этом дискомфортно и не могут вписаться в новую жизнь.

Оценка субъективного качества жизни человека должна быть включена в контекст изучения объективного качества его жизни и развития общества в целом. Поэтому для целей объективизации субъективного качества жизни считаем необходимым ввести в нормативную модель *блок оценки динамики человеческого потенциала*. Нельзя считать высоким уровень субъективного качества жизни, если человеческий потенциал находится на низком уровне или снижается в процессе жизнедеятельности. Человеческий потенциал непосредственно связан со смыслом жизни человека, его предназначением.

Заключение

Таким образом, на основе анализа разработок, выполненных разными исследователями и, прежде всего, Зараковским, а также развиваемой нами концепции качества трудовой жизни, предложена структура нормативной модели субъективного качества жизни.

Отметим, что разрабатываемый нами подход к изучению качества жизни позволяет использовать понятие субъективного качества жизни в анализе других фундаментальных понятий психологии, связанных с изучением жизни человека. В частности, этим понятиям может быть дана новая интерпретация, позволяющая их конструктивно анализировать и развивать. Некоторые из таких понятий (субъективное благополучие, счастье) рассмотрены выше. Возможны определения и других известных понятий, связанных с проблемой изучения жизни человека, например:

жизнедеятельность — деятельность человека в направлении поддержания и улучшения качества своей жизни;

жизнеспособность — способность человека поддерживать и повышать уровень качества своей жизни;

жизнестойкость — способность человека сохранять и восстанавливать качество своей жизни в процессе и после неблагоприятных изменений жизненных условий.

Представленная здесь работа является проблемно-постановочной. Дальнейшие исследования предполагают эмпирическую проверку предложенной нормативной модели субъективного качества жизни, её уточнение и последующую коррекцию. Одновременно предложенный подход может быть использован при разработке моделей субъективного качества других сфер человеческой жизни — семейной, личной, социальной и др. Такие разработки будут иметь самостоятельную ценность. Не менее важно, что они будут способствовать взаимному обогащению и развитию моделей и методов исследования качества жизни как в каждой отдельной сфере, так и качества жизни в целом.

Литература

1. *Позняков В.П., Журавлев А.Л.* Экономическая психология: теоретические проблемы и направления эмпирических исследований // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2004. Т. 1. № 3. С. 46–64.
2. Проблемы экономической психологии. Том 1. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
3. Проблемы экономической психологии. Том 2. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005.
4. *Зараковский Г.М.* Качество жизни населения современной России: Психологические составляющие. М.: Смысл, 2009.
5. *Рябов В.Б.* Качество трудовой жизни в структуре качества жизни // Материалы итоговой научной конференции Института психологии РАН (1–2 февраля 2006 г.). М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. С. 189–200.

6. *Рябов В.Б.* Корпоративная культура как гигиеническое условие качества трудовой жизни // Культура и поведение в организации: российский опыт. М.–Набережные Челны: ИП РАН; Изд-во Института управления; РЭА им. Г.В. Плеханова, 2008. С. 141–148.
7. *Рябов В.Б.* Качество трудовой жизни и его восприятие человеком // Материалы итоговой научной конференции Института психологии РАН (12–13 февраля 2009 г). М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. С. 151–166.
8. *Рябов В.Б.* Качество трудовой жизни как конструкт согласования интересов работников и интересов организации// Социальная психология труда: Теория и практика. Том 2. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. С. 214–231.
9. *Рябов В.Б.* Гуманитарная технология организационного проектирования и развития. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011. 224 с.
10. *Рябов В.Б.* Команда как организация с высоким уровнем качества трудовой жизни // Прикладная юридическая психология. 2011. №4. С. 107–113.
11. *Рябов В.Б.* Модели качества трудовой жизни // Психологические исследования проблем современного российского общества. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 382–398.
12. *Рябов В.Б.* Мотивирующие условия самореализации в трудовой деятельности // Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики. Выпуск 5. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 214–232.
13. *Рябов В.Б.* Стратегия трудовой жизни как характеристика самореализации человека в труде // Прикладная юридическая психология 2013. №4. С. 113–118.
14. *Рябов В.Б.* Объективное и субъективное качество трудовой жизни // Человек, субъект, личность в современной психологии. Материалы Международной конференции. Том 3. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 489–493.
15. *Юревич А.В., Журавлев А.Л.* Коллективные смыслы как предпосылка личного счастья // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 1. С. 5–15.
16. *Юревич А.В., Журавлев А.Л.* Счастье как научная категория // Вестник Российской академии наук. 2014. Т. 84. № 8. С. 715.
17. *Журавлев А.Л.* Психология совместной деятельности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005.
18. Служба социального развития предприятия: практическое пособие. М.: Наука, 1989.
19. Социально-психологические методы практической работы в коллективе: диагностика и воздействие. М.: Институт психологии АН СССР, 1990.
20. Социально-психологические резервы повышения эффективности деятельности трудового коллектива. М.: Институт психологии АН СССР, 1989.
21. *Алфёрова М.Н., Бобинцев В.П., Белов А.А. и др.* О возможном подходе к разработке региональной концепции и программы улучшения качества жизни населения // Качество жизни: критерии, оценки, отечественный и зарубежный опыт: Тезисы Международного научного семинара, г. Москва, 24–25 октября 2002 г.: М.: ВНИИТЭ, 2002. С.5–6.
22. *Журавлева Н.А.* Динамика ценностных ориентаций личности в условиях социально-экономических изменений: дис ... канд. психол. наук. М.: Институт психологии РАН, 2002.
23. Культура и поведение в организации: российский опыт. М.–Набережные Челны, 2008.

24. Купрейченко А.Б., Журавлев А.Л. Об актуальности исследований в области экономической психологии в России // Проблемы экономической психологии. Том 2. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. С. 3–14.
25. Национальная программа «Российская деловая культура». М., 1997.

Сведения об авторе:

Рябов Владимир Борисович

Место работы: Институт психологии РАН, лаборатория познавательных процессов и математической психологии

Должность: старший научный сотрудник

Ученая степень: кандидат технических наук

Ученое звание: старший научный сотрудник (специальность инженерная психология, психология труда)

Электронный адрес: v.ryabov@aog.ru

Ryabov Vladimir Borisovich

Psychology Institute of RAS, cognitive processes and mathematical psychology laboratory

Senior Research Officer

Candidate of Technical Sciences

Senior Research Officer

E-mail: v.ryabov@aog.ru