
Философско-методологические проблемы

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ В НАУКАХ О ЧЕЛОВЕКЕ

А.А. ЛЕБЕДЕВА



Лебедева Анна Александровна — научный сотрудник Института интегративного (инклюзивного) образования Московского городского психолого-педагогического университета, научный сотрудник лаборатории позитивной психологии и качества жизни НИУ ВШЭ.

Сфера научных интересов — психология личности, позитивная психология, субъективное благополучие, качество жизни.

Контакты: anna.alex.lebedeva@gmail.com

Резюме

В статье дан анализ различных взглядов на понимание качества жизни как предмета полидисциплинарных исследований. Результатом теоретического обзора стала проблематизация содержания понятия «качество жизни» в науках о человеке. Качество жизни связано с такими объективными факторами, как физическое здоровье, экономическое благополучие, различные внешние обстоятельства и условия и т.п. Однако исследователями признается, что качество жизни как субъективная оценка зависит от восприятия личностью своей жизни и отношения к ней. В связи с этим в современной психологической науке происходит смещение акцента исследования на субъективные параметры жизни, а обобщающей категорией для описания субъективных условий формирования психологического благополучия становится понятие субъективного качества жизни. Такой подход к качеству жизни обладает большим исследовательским потенциалом, но нуждается в дальнейшей проработке.

Ключевые слова: *качество жизни, субъективное благополучие, позитивная психология.*

Введение

В условиях нарастающего влияния факторов невротизации общества — экономического кризиса, риска природных и техногенных катастроф, высокого темпа жизни, переизбытка информации и т.п. — вопросы о качестве жизни становятся актуальными для разных областей научного знания. Сформировавшийся в конце XX в. запрос на исследование качества жизни со стороны органов государственной власти разных стран обнаружил неоднозначность подходов к содержанию понятия «качество жизни» в современной науке, а также недостаток научного обоснования критериев его оценки.

Параллельно с этим в психологии начала активно разрабатываться проблематика, связанная с изучением личностных ресурсов человека как условий позитивного развития. В ситуации массовизации современных идеалов и культурных ценностей произошла деформация представлений о счастье, свободе и смысле жизни. Эти объективные предпосылки выступили катализаторами начавшихся исследований субъективных аспектов качества жизни в контексте психологической науки.

Существующие подходы, рассматриваемые в данной статье, свидетельствуют о том, что понимание качества жизни характеризуется либо узостью, одномерностью и односторонностью, либо чрезмерной обширностью входящих в него параметров, в результате чего выхолащиваются его реальный смысл и содержание. В связи с этим назрела необходимость в систематизации имеющихся сведений о содержании

подходов к качеству жизни, а также о способах его эмпирического изучения с целью нахождения наиболее актуального пути для развития теории качества жизни и ее объясняющей способности.

Науками о человеке признается необходимость включения в эмпирические модели ряда субъективных параметров качества жизни. При этом в нашей стране главным недостатком изучения психологических составляющих качества жизни является дефицит теоретических разработок, принимающих во внимание субъективный аспект рассматриваемой категории, в первую очередь, личностные особенности и их влияние на качество жизни.

Категория «качество жизни» (*англ.* quality of life; *нем.* Lebensqualität) является междисциплинарной. Наиболее активно она разрабатывается с середины XX в. в социологии, экономике, медицине, психологии и других науках о человеке.

Акцент на осмыслении жизни в истории философии был сделан в конце XIX — начале XX в. в русле направления «философия жизни». Тогда наряду с остальными исходными понятиями философии была выдвинута категория «жизнь» как интуитивно постигаемая целостная действительность, не тождественная ни духу, ни материи (Некрасова и др., 2008).

Н.А. Бердяев рассматривает вопрос о «качестве бытия». В постижении подлинного бытия он отводит важнейшую роль личности, которая это бытие создает, творит. Интересным образом он разрешает извечную проблему отношений между субъектом и объектом, говоря о том,

что это есть «в корне ложная постановка вопроса <...>. В действительности духовные состояния ничему не соответствуют, они и есть первореальность, они более экзистенциальны, чем все, что отражает объективный мир. <...> Личность есть прежде всего смысловая категория, она есть обнаружение смысла существования» (Бердяев, 1994, с. 298).

В истории научных взглядов на проблему качества жизни наблюдалось длительное противостояние на уровне философского осмысления данной категории. Среди ученых вопрос о содержании и структуре понятия «качество жизни» по сей день остается дискуссионным. Отечественная наука по идеологическим соображениям долгое время игнорировала западный лозунг о повышении качества жизни населения, выдвигая в противовес категорию образа жизни (Философский энциклопедический словарь, 1983). Критика подхода к качеству жизни касалась, в первую очередь, осуждения западного стремления к хорошей жизни, такой мотив не вписывался в идеологическую доктрину, господствовавшую в нашей стране.

Важно также отметить, что само слово «качество» в разных индоевропейских языках происходит от одного и того же корня «qualitas» и имеет одинаковое значение. Согласно толковому словарю С.И. Ожегова (Ожегов, Шведова, 1999), качество — 1) совокупность существенных признаков, свойств, особенностей, отличающих предмет или явление от других и придающих ему определенность; 2) то или иное свойство, признак, определяющий достоинство чего-нибудь. Другими словами,

зачастую неясно, на чем необходимо делать акцент, изучая качество жизни: на отдельных ее атрибутах (признаках или свойствах) или на характере протекания жизни (эффективности, достоинстве).

Итак, на уровне конкретной методологии исследования, посвященные качеству жизни, как правило, связаны со следующими контекстами: здоровьем, социально-экономическими индикаторами, психологическими показателями.

Качество жизни, связанное со здоровьем

Специалисты медицинского профиля большое внимание уделяют показателям состояния физического и психического здоровья. Субъективными критериями оценки качества жизни здесь выступают такие показатели, как воспринимаемое здоровье, удовлетворенность здоровьем и т.п., а объективированными — уровень физических ограничений, тяжесть течения того или иного заболевания.

Интерес к теме качества жизни в медицине нарастал из года в год. В конце 1940-х гг. американские исследователи предложили шкалу определения статуса здоровья Karnofsky Performance Scale Index (KPS) для измерения индекса физического состояния пациентов с целью классифицировать их функциональное нарушение (The Clinical Evaluation..., 1949). В 60-е гг. была создана методика, которая позволила более точно оценить важность физических функциональных параметров для клинической оценки состояния пациентов, — Instrumental Activities of Daily

Living Scale (шкала повседневной активности) (Lawton, Brody, 1969). К 1990 г. медиками было создано уже более 300 методик, как универсальных, так и специализированных, для определения качества жизни (Барер и др., 2006).

Современные исследователи выдвигают категорию качества жизни в качестве интегральной характеристики физического, психологического, эмоционального и социального функционирования, основанной на субъективном восприятии. При этом указывается, что качество жизни изменяется во времени в зависимости от состояния пациента, обусловленного рядом эндогенных и экзогенных факторов (Новик, Ионова, 2002).

Теоретический анализ медицинских исследований не показал наличия явной методологической неопределенности в подходах к качеству жизни. Возможно, что это связано с тем, что в начале XXI в. это понятие было конкретизировано медиками как «качество жизни, связанное со здоровьем» (Health Related Quality of Life, HRQL). ВОЗ выработала основополагающие критерии HRQL: физические (сила, энергия, усталость, боль, дискомфорт, сон, отдых); психологические (положительные эмоции, мышление, изучение, концентрация, самооценка, внешний вид, переживания); уровень независимости (повседневная активность, работоспособность, зависимость от лекарств и лечения); общественная жизнь (личные взаимоотношения,

общественная ценность субъекта, сексуальная активность); окружающая среда (быт, благополучие, безопасность, доступность и качество медицинской и социальной помощи, обеспеченность, экология, возможность обучения, доступность информации); духовность (религия, личные убеждения) (Ткаченко, 2008).

Самым популярным методом диагностики качества жизни пациента считается опросник The MOS 36 Item Short Form Health Survey (SF-36) (McHorney et al., 1994) и его русская версия¹ (Хамитов и др., 2004). Он содержит 36 вопросов, сгруппированных в 9 сфер: «Физическая активность», «Роль физических проблем в ограничении жизнедеятельности», «Боль», «Общее восприятие здоровья», «Жизнеспособность», «Социальная активность», «Роль эмоциональных проблем в ограничении жизнедеятельности», «Психическое здоровье», «Сравнение самочувствия в настоящее время и в предыдущем году». SF-36 позволяет получить количественную характеристику качества жизни по указанным критериям. Показатели могут колебаться от 0 до 100 баллов (чем выше значение, тем лучше качество жизни). Опросник предполагает дифференцированный подход к оценке составляющих качества жизни в зависимости от пола и возраста (Антонычев, Мохорт, 2003). Однако важной проблемой остается методологическая неопределенность нормативных показателей состояния здоровья.

¹ Подробнее см. инструкцию по обработке данных, полученных с помощью опросника SF-36: Институт клиничко-фармакологических исследований [Электронный ресурс]. URL: http://www.preference-pro.com/files/sf-36_guidelines.pdf.

Разработанные общие методики оценки качества жизни, определяемого состоянием здоровья, адекватно отражают качество жизни пациентов, независимо от характера изучаемой популяции, вида заболевания и особенностей применяемых методов лечения. Общие опросники наиболее пригодны для популяционных исследований, однако не могут служить инструментом для детальной оценки конкретной категории качества жизни.

Специальные опросники отражают проблемы, наиболее важные для конкретной нозологической формы, учитывая динамику заболевания, используются для оценки качества жизни пациентов, страдающих определенными заболеваниями, и включают вопросы, относящиеся к данным конкретным заболеваниям (Барер и др., 2006).

Таким образом, в контексте медицинских исследований системообразующим фактором качества жизни является здоровье, показатель которого диагностируется в контексте нозологической формы на основе объективной выраженности симптоматики и тяжести протекания болезни, а также на основе субъективных ощущений пациента.

Качество жизни, измеряемое социально-экономическими показателями

В экономической социологии наблюдается изобилие различных концептуальных толкований качества жизни. Под качеством жизни предлагается понимать «сущность развития личности, социальных групп и всего общества страны в

увязке со степенью удовлетворения ими своих потребностей» (Бобков, 2007, с. 163).

Появление в 1960-е гг. категории «качество жизни» в социологической науке было вызвано признанием недостаточности количественного измерения «уровня жизни» экономистами. Считается, что впервые этот термин упоминается в книге Дж. Гэлбрейта «Общество изобилия», где под качеством жизни подразумевались все блага, которые могут быть предоставлены потребителю «развитым индустриальным обществом», «обществом менеджеров» (Попов, 1977, с. 143).

Э. Тоффлер говорит о качестве жизни в контексте анализа жизненного стиля. Ускорение темпа жизнедеятельности людей будущего приводит общество к качественным изменениям психического уклада (Тоффлер, 2008). Одна из характерных черт теории Э. Тоффлера — выдвижение психологических критериев для определения содержания качества жизни. Он пишет, что при потреблении товаров и услуг люди делают акцент не на их функциональном назначении, а «на психологическом характере удовлетворения ими». «Мы переходим от экономики „количественной“ к экономике „психологической“, потому что обладаем уже количественным содержанием, способным нас удовлетворить» (Бестужев-Лада, 1978а, с. 95).

И.В. Бестужев-Лада поднимает вопросы о значимости важнейших жизненных ценностей: «Как живет человек, как удовлетворяются его потребности высших порядков, во имя чего он живет, каков смысл его жизни, удовлетворен ли он своей

жизнью» (Бестужев-Лада, 1978б, с. 21). Ученый рассматривает категорию «качество жизни» с такого ракурса, при котором она не поддается прямому количественному измерению, а требует сложных приемов косвенной квалификации по различным шкалам.

Американский социолог С. Макколл (McCall, 1975) также пытается связать понятие «качество жизни» с ценностными категориями. Качество жизни, по мнению С. Макколла, состоит в удовлетворении необходимых условий для общего счастья. Он ставит вопрос об измерении этих «условий счастья», задаваемых обществом, без которых человек не может быть счастливым.

А.И. Субетто дополняет этот подход, включая в понятие не только материальный уровень жизни, но и духовно-нравственное, социальное качество жизни, определяющее раскрытие духовного, нравственного потенциала личности, реализацию творчества личности, обеспечение полноты реализации творческих способностей, осознанное исполнение духовно-нравственного, служебного, профессионального долга и т.д. (Субетто, 2004). По его мнению, качество жизни — категория, сопряженная с качеством человека, оказывается неотделимой от содержания качества человека.

Идею разделения качества жизни на высокое и низкое развивает В.Н. Бобков. Так, при низком качестве жизни наблюдается преобладание у населения забот о выживании на фоне слабо функционирующих общественных институтов и авторитарных форм государственности. При высоком качестве жизни заботы

населения касаются вопросов самореализации, а также собственного культурного и духовного развития (Бобков, 2007).

По мере развития личности или общества изменяется главный критерий оценки качества жизни. Пока люди заняты вопросами сохранения жизни, критерий «выжить» остается доминирующим в оценке качества жизни (либо вопрос о качестве не ставится вовсе). По мере удовлетворения различных уровней потребностей (в классической иерархии А. Маслоу) фактором, определяющим удовлетворенность своим качеством жизни, становится постановка таких задач, как «прокормиться», «трудиться», «обогатиться», «развиваться» (личностно, профессионально), «расти» (духовно).

Основной смысл социально-экономического подхода к изучению качества жизни населения заключается в том, что данный показатель позволяет осуществить оценку эффективности управления страной. Основная масса эффективной социальной работы по улучшению качества жизни ведется в высокоразвитых странах.

Политолог Ю.В. Крупнов отмечает, что государственная работа по определению и реализации заданного качества жизни ведется через законодательное введение стандартов (индексов) качества жизни, которые обычно включают три блока комплексных индикаторов (Крупнов, 2005): 1) здоровье населения и демографическое благополучие, которые оцениваются по уровням рождаемости, продолжительности жизни, естественного воспроизводства; 2) удовлетворенность населения

индивидуальными условиями жизни, а также социальная удовлетворенность положением дел в государстве; 3) духовное состояние общества. Уровень духовности определяется по характеру, спектру и числу творческих инициатив, инновационных проектов, а также по частоте нарушений общечеловеческих нравственных заповедей. В качестве единиц измерения используются данные официальной статистики о социальных аномалиях: убийствах грабежах, тяжких телесных повреждениях, брошенных пожилых родителях и детях, алкогольных психозах.

Качество жизни, по мнению Ю.В. Крупнова, характеризует субъектность населения, т.е. фактическую дееспособность различных общностей и каждой отдельной личности. Исследователь не сводит качество жизни к потребностям и социально-экономическим благам, так как дееспособность — это не следствие благ, а их причина или даже основание. Качество жизни характеризуется реализацией заданных общественных эталонов — устойчивых элементов самостоятельного населения. Оно определяется рефлексивными практиками и знаниями, принципиально строящимися на основе анализа субъектом средств организации своего мышления и деятельности. Рефлексивность как направленность сознания на себя является фундаментальным свойством работы по определению и организации необходимого качества жизни. Другим свойством является непрерывная сопоставимость качеств жизни различных личностей или общностей между собой (бенчмаркинг) как способ определения

реальности собственного качества жизни (Крупнов, 2003).

В конце XX в. для характеристики социальных условий жизни населения стал широко использоваться индекс развития человеческого потенциала (ИРЧП). «Главными его составляющими является средняя ожидаемая продолжительность жизни при рождении, уровень образования населения и реальный среднедушевой валовой внутренний продукт, рассчитанный с учетом паритета покупательной способности национальной валюты. ИРЧП определяется в соответствии с требованиями квалиметрии, дисциплины, изучающей методологию и проблематику количественного оценивания качества объектов любой природы». «Однако для его определения выбраны лишь три объекта анализа, поэтому этот перечень далеко не полностью характеризует свойства компонентов качества жизни, да и сами включенные компоненты охарактеризованы недостаточно» (Бобков, 2007, с. 177, 187).

Специалисты социально-экономического профиля, изучая качество жизни населения, признают, что не все его характеристики поддаются количественному измерению (Васильев, 2007). Так, наряду с экономическими и социальными параметрами жизни среди основных показателей качества жизни исследователи выделяют эмоциональное восприятие личностью собственного существования. Главным мерилом здесь выступает субъект, который и определяет степень удовлетворенности своей жизнью.

Большинство исследований, ориентированных на поиск индексов

качества жизни, основаны на генерировании многочисленных объективных или субъективных параметров жизни с целью организации их в единую теоретическую модель. Однако многоаспектность и многоплановость жизни не укладываются в систему оценок, выдвигаемых исследователями, число рассматриваемых параметров постоянно растет и меняется от исследования к исследованию. Эклектичность подходов к качеству жизни и отсутствие единой методологии препятствуют прогрессу научной теории и объективной надежности измерений в данной области.

Качество жизни в психологических исследованиях

Долгое время исследователи стремились вычленить параметры «хорошей жизни», связывая ее с материальными показателями, продолжительностью жизни, уровнями рождаемости, смертности и т.п. Однако все эти признаки так или иначе сводятся к «количеству» жизни, а не к ее «качеству».

В противовес этому подходу в психологических исследованиях категория «качество жизни» приобрела иную трактовку, объединив исследователей в поисках, касающихся нематериальных аспектов человеческой жизни — счастья, субъективного благополучия личности в тех или иных объективных условиях.

Исследователи стремятся найти объективный по отношению к какой-либо конкретной жизненной философии, религии или морали подход: качество жизни должно быть определено как продукт взаимодей-

ствия между личностными особенностями и непрерывными эпизодами жизненных событий. Взаимоотношения между счастьем и качеством жизни являются уникальными. Улучшение объективных показателей жизни является только средством, а не целью самой по себе. Конечной целью улучшения качества жизни является поддержание и расширение охвата, глубины и интенсивности благополучия человека. Какие-либо всеобъемлющие оценки качества жизни должны полагаться на измерения нематериальных переменных переживания счастья (Hajiran, 2006).

В книге, посвященной обзору и анализу исследований качества жизни, М. Сёрджи (Sirgy, 2010) акцентирует внимание на том, что социальная психология и психология личности занимаются субъективными аспектами качества жизни, такими как счастье, удовлетворенность жизнью, субъективное благополучие и воспринимаемое качество жизни. Последние 10–15 лет эта область активно разрабатывается в рамках позитивной психологии. Ее предметом стали такие категории, как удовлетворенность, положительный опыт, ценности, достоинства, таланты, а также то, как они способствуют благополучной жизни (Peterson, 2006).

На протяжении XX в. наиболее животрепещущей темой для исследователей выступал вопрос об устойчивости счастья и зависимости его от тех или иных внутренних (личностных) и внешних факторов (условий жизни). Основными выводами являлось то, что «жизненные обстоятельства вносят лишь небольшой вклад в дисперсию счастья по сравнению с

вкладом самой личности» (Kahneman, Tversky, 2000, p. 685). О том же свидетельствуют исследования С. Любомирски (Lyubomirski, 2007), результаты которых показывают, что внешними условиями объясняется лишь 10% дисперсии счастья. Иными словами, субъективное благополучие считается устойчивой переменной, относительно независимой от объективных условий жизни. Эта особенность была названа парадоксом субъективного благополучия (Staudinger, Fleeson, 1999).

С. Любомирски с соавт. (Lyubomirsky et al., 2005) построили модель устойчивого счастья. Согласно этой модели, счастье является результатом: 1) генетической предрасположенности; 2) обстоятельств жизни; 3) преднамеренной деятельности. Они утверждают, что важным элементом роста счастья является выполнение какой-либо деятельности, требующей волевых усилий (например, регулярное обучение чему-либо).

Итак, внешние обстоятельства, которые не связаны с преднамеренной активностью, не оказывают длительного влияния на субъективное благополучие, в то время как целенаправленная деятельность, связанная с посильными затруднениями и волевыми решениями, дает основу пролонгированному изменению уровня благополучия.

Стоит отметить, что исследователи, как правило, выделяют три основных компонента субъективного благополучия: положительные эмоции, негативный аффект и когнитивную оценку удовлетворенности своей жизнью целом (Diener et al., 1999). В качестве факторов благопо-

лучия выделяются такие параметры, как культура, социальные отношения, самоотношение, цели, черты личности, психологические потребности (Sheldon, Hoon, 2007).

Однако концепции, построенные на оценочном подходе, зачастую не способны объяснить целый ряд феноменов, выявляемых исследователями процессуальной стороны счастья. Одним из первых, кто занялся исследованием не количества, а качества счастья, стал М. Чиксентмихайи (Csikszentmihalyi, 1999). В своей теории потока он утверждает, что качество жизни — это не то, что существует объективно, не то, как сложилась жизнь, а то, как мы ее сами построили. Для него одним из главных способов такого самостоятельного формирования жизни является переживание состояния потока. Поток выступает для ученого «целью, заключенной самой в себе», «оптимальным переживанием» и характеризуется высокой степенью вовлеченности, глубокой концентрации и внутренней мотивации, когда вызов воспринимается как соответствующий умениям и силам личности.

Тем не менее его дальнейшие исследования также показывают, что люди, которые имеют тенденцию делать дело ради него самого, не являются более счастливыми, чем люди без такой тенденции. Это привело исследователей (Vitterso, 2003) к тому, что счастье как оценка результата жизни или деятельности и счастье, обретаемое в процессе деятельности (в потоке), *отражают разные аспекты субъективного качества жизни*, которые могут вступать между собой в противоречия. Для

того чтобы оценить жизнь с точки зрения удовлетворенности, необходимо абстрагироваться от нее самой, занять по отношению к ней внешнюю позицию наблюдателя. В то же время полное погружение в жизнь, ее проживание, требует от личности отказать от оценочной позиции.

Все эти данные свидетельствуют в пользу того, что внешние события и условия жизни (объективные «количества» жизни) не приносят как такового счастья или несчастья в широком понимании. Качество жизни, измеряемое исследователями, как правило, является суммой количественных переменных, входящих в исследовательскую модель, будь то уровень развития человеческого потенциала в стране или уровень удовлетворенности жизнью отдельной личности. В рамках гегелевского диалектического закона перехода количества в качество, переход одного качества в другое осуществляется на основе количественных изменений (Ильин, 1985). Это объясняет исчезновение зависимости благополучия от материальной обеспеченности при высоком уровне дохода. Действительно, содержание жизни меняет ее качество. Согласно Д.А. Леонтьеву, проблема качества жизни есть проблема возможностей: на уровнях низкого экономического благосостояния, когда вопрос касается не качества жизни, а выживания, люди живут в основном в режиме необходимости и меньше всего задумываются о том, какие открываются возможности в тех или иных сферах. По мере того как люди переходят на более высокие уровни удовлетворения своих базовых мотивационных тенденций, они все больше и больше

задумываются не столько о том, что необходимо, а сколько о том, что возможно (Леонтьев, 2008).

Народная мудрость гласит: «Не было бы счастья, да несчастье помогло». Другими словами, внешние обстоятельства (объективное качество жизни) могут выступать для личности ресурсом, активирующим человека на преобразование объективных условий жизни в субъективные возможности для реализации своего потенциала. Принцип активности человека по отношению к среде — это принцип живого существа. «Активность снижает меру зависимости благополучия живого организма от условий окружающей среды, делая возможным поиск относительно более благоприятных условий. <...> Активное отношение к собственной жизни на основе сознания превращает жизнь в творческий процесс, и наоборот, изгнание из жизни элементов творчества и непредсказуемости омертвляет ее» (Леонтьев, 2009а, с. 142). Согласно определению, данному в словаре В. Даля, качество есть свойство, сущность того или иного явления, в данном случае — человеческого бытия. В таком случае вопрос о качестве жизни человека звучит как вопрос о реализации личностью своего потенциала и своих возможностей, о том, в каких отношениях он находится с жизнью, насколько он осознает свою субъектность, иными словами, «живет ли он жизнь» или «жизнь его живет» (Леонтьев, 2009б).

Западные исследователи различают подходы к качеству жизни (Naess, 1999). В субъективном подходе в качестве критерия для определения качества жизни берется восприятие

человеком своего личного жизненного опыта. Опыт и его восприятие не могут быть прямо наблюдаемыми, поэтому изучаются самоотчеты испытуемых. Они касаются удовлетворенности жизнью, счастья, а также чувства силы, азартности и энергичности, любви, чувства собственного достоинства и т.д. (Diener, 1994). В объективном подходе в качестве меры качества жизни используются доступные человеку ресурсы, а также условия жизни. Такие внешние ресурсы, как доход, навыки, физическая устойчивость и т.п., могут быть использованы в поле характеристик социально-экономической среды, в которой живет человек (Ringen, 1995; Veenhoven, 1984). Третий подход включает субъективные и объективные элементы анализа. Он используется в медицинских исследованиях. Сюда входят следующие сферы: физическое состояние и способности, социальные взаимодействия, экономическое положение и его факторы, а также психологическое благополучие (Spilker, 1990). Общим для всех трех подходов является то, что они учитывают и позитивные, и негативные аспекты жизни людей.

Идея измерения качества жизни, связанная с соотношением его с неким стандартом жизни, развивается и в отечественной науке. Г.М. Зараковский предлагает определять качество жизни как «оценочную категорию жизни человека, обобщенно характеризующую параметры всех составляющих его жизни: жизненного потенциала, жизнедеятельности и условий жизнедеятельности (инструментов, ресурсов и среды) по отношению к некоторому эталону»

(Зараковский, 2009, с. 62). Он подразделяет психологические составляющие качества жизни на два класса: субъективно-оценочные и объективные. Первые он называет субъективным качеством жизни и относит к нему эмоционально-когнитивные оценки человеком (или множеством людей) собственной жизни и ее элементов, такие как эмоциональные (чувство радости, ощущение счастья) и когнитивные (оценка удовлетворенности жизнью). Ко вторым, называемым автором объективными психологическими составляющими качества жизни, относятся оценки психологических элементов жизни по отношению к объективным эталонам (критериям). Под последними подразумеваются установленные стандарты и нормативные значения элементов психологического потенциала и ряда психологических характеристик (там же, с. 63).

Ученые из Института психологии РАН Т.Н. Савченко и Г.М. Головина определяют качество жизни как «интегральный показатель жизнедеятельности людей, который включает в себя как объективные (уровень жизнедеятельности конкретного человека), так и субъективные компоненты (степень удовлетворения его потребностей и ценностных структур разного уровня)» (Савченко, Головина, 2006, с. 61). Под субъективным качеством жизни они понимают степень соответствия реальных ценностных структур различного уровня идеальным в представлении респондентов. Таким образом, особый акцент делается авторами на ценностных эталонах отдельно взятой личности (субъекта).

Вопрос о ценностном аспекте качества жизни поднимается и в западной науке. Так, М. Сёрджи (Sirgy, 2010), анализируя взгляды Милтона Рокича, делает вывод о том, что субъективное качество жизни является терминальной ценностью, которая описывается житейским языком словами «счастливая, осмысленная и комфортная жизнь». В этом смысле качество жизни является, по его словам, конечной целью человечества, поэтому общественные институты стремятся улучшить его в разнообразных аспектах.

По его мнению, одной из главных переменных качества жизни является субъективное благополучие. Основной идеей, которой придерживается М. Сёрджи, является то, что люди используют стратегии компенсации для оптимизации уровня их общего благополучия, если испытывают неудовлетворенность в той или иной сфере жизни (например, личная жизнь, работа, досуг). По-разному расставляя жизненные приоритеты, человек компенсирует недостаток благополучия в одной сфере жизни, повышая ценность другой (там же). Автор вводит понятие сбалансированной жизни, под которым подразумевается состояние удовлетворенности и реализации в ряде важных жизненных сфер без негативного влияния на другие. Он говорит о том, что баланс между разными областями жизни вносит значительный вклад в субъективное благополучие, поскольку человек должен быть вовлечен в несколько форм самореализации, чтобы удовлетворить весь спектр своих потребностей в совершенствовании (Sirgy, Wu, 2009).

Итак, исследования субъективного благополучия, основанные на оценочном подходе, описывают только одну из сторон субъективного качества жизни. Их результатом является субъективная оценка (удовлетворенности, счастья и т.п.) по сравнению с некоторым эталоном. Такая оценка фиксирует лишь некоторый момент, некоторое сегодняшнее отношение к жизни. Инструментальные ценности, задействованные в этой оценке, являются относительно стабильными у людей на протяжении долгого времени, поэтому, с точки зрения саморегуляции, такая оценка характеризуется статичностью и ее основной целью является сохранение психологического баланса. Однако главной идеей счастья выступает стремление к совершенству, добродетели, а значит, к личностному, моральному, духовному развитию. Таким образом, процессуальность счастья не охватывается исследованиями оценочных составляющих субъективного благополучия. Вслед за М. Чиксентмихайи можно рассматривать «поток» как творческую самодеятельность, в процессе которой человек испытывает, переживает счастье. Оценить можно только результат, поэтому в его исследованиях было обнаружено, что оценка благополучия может быть ниже у тех людей, кто часто пребывает в потоковой деятельности. Автор объясняет это тем, что такие люди сложнее организованы, имеют более высокие идеалы и эталоны совершенства (Чиксентмихайи, 2011). Другими словами, в процессе деятельности личность встречается с затруднениями, от нее требуются волевые усилия, активные действия (даже если

они разворачиваются во внутреннем плане), а следовательно, в таких условиях она развивается, растет.

Как замечает Г.М. Иванченко, ощущение счастья не должно становиться целью (Иванченко, 2008). Оно необходимо в качестве средства, плацдарма для того, чтобы сделать следующий шаг в своем личностном и духовном совершенствовании.

В этом смысле стоит различать удовлетворенность жизнью как когнитивный компонент субъективного благополучия и удовлетворение, переживаемое личностью в процессе течения жизни. Необходимо понимать, что оценка результата деятельности не тождественна состоянию человека, глубоко включенного в процесс выполнения лично значимой и осмысленной деятельности. В первом случае удовлетворенность выступает как отношение, закрепившееся в опыте личности. Во втором случае это переживание, характеризующееся неким слиянием личности с самой деятельностью или с течением жизни. Иными словами, классическое понимание субъективного благополучия описывает его как результат, в то время как исследования состояния потока вносят большой вклад в изучение счастья как процесса, требующего определенных усилий и «инвестиций» со стороны человека. Таким образом, оценка субъективного благополучия есть результат, который имеет перед собой задачу закреплять стратегию жизни, в то время как погружение в значимую деятельность и позитивные переживания, связанные с этим, есть процесс, в результате которого изменяется траектория развития личности, открывающая выход к

новым уровням самосовершенствования.

Итак, основной тенденцией современных научных исследований является рассмотрение объективного качества жизни с точки зрения анализа интегральных характеристик условий жизнедеятельности: экономических, экологических, социальных, связанных со здоровьем и физическим функционированием и т.п. Нет целостного взгляда, который мог бы собрать «мозаику» исследуемых переменных в единое целое.

В противовес этому в современной психологической науке происходит смещение акцента на субъективные параметры жизни человека, а также обосновывается необходимость изучения психологических условий, которые использует человек для реализации своих жизненных задач. В спектр понятий, характеризующих субъективное качество жизни, включается категория субъективного благополучия как обобщенная оценка жизни (когнитивная и эмоциональная). Эта оценка относительно независима от внешних условий существования. Таким образом, главной идеей данного направления исследований является увеличение роли самой личности в определении направленности и качества собственной жизни. При таком подходе медиатором взаимоотношений между внешними причинами и внутренними условиями выступают личностные особенности и смысловые факторы.

Заключение

Каждая дисциплина имеет склонность переоценивать значимость

своей предметной области. Как видно, это проявляется и при изучении качества жизни. Тем не менее на качество жизни отдельного человека в той или иной степени влияют разные факторы (например, социальная защищенность, экономическая стабильность, собственно здоровье, духовность, психологическое состояние и мн. др.), поэтому при оценке качества жизни общества или страны применяется многомерный подход.

С точки зрения цели исследований качества жизни, можно выделить следующие аспекты: 1) *прикладной аспект*, используемый для получения обратной связи от изучаемого объекта (будь то население страны или локальная социальная общность), а также оценки эффективности тех или иных мероприятий (социально-политических, реабилитационных); 2) *теоретический аспект*, применяемый для изучения самой категории «качество жизни», ее внутреннего содержания и направленный на интегрирование множества параметров в единую модель.

Многочисленные исследования качества жизни подвергаются критике, которая в основном касается того, что параметры качества жизни слишком обширны, разрознены, с трудом поддаются структурированию, так как не имеют единого основания для классификации. Особенно остро эта проблема стоит перед междисципли-

нарными исследованиями. Лонгитюдные исследования показывают, что взаимосвязи между параметрами качества жизни зачастую имеют нелинейный характер, поэтому ученым не всегда удается проследить и объяснить устойчивые закономерности и причинно-следственные связи. Другими словами, они могут существовать на определенном этапе исследования, но качественно изменяться на следующем.

Таким образом, существует немало прикладных концепций качества жизни, однако построить единую модель, удовлетворяющую междисциплинарным запросам, пока не представляется возможным.

Основной методологической проблемой является то, что качество жизни — это интегральное понятие, противоречивое по своей сути. В связи с этим необходимо четко определять тот методологический контекст, в котором оно используется представителями разных направлений. Для психологии это должен быть, в первую очередь, субъективный аспект. От психологии требуется разработка методов изучения личностных особенностей, преломляющих влияние объективных факторов на состояние общего качества жизни, а также глубокая методологическая проработка сущностного наполнения понятия субъективного благополучия человека в обычных и затрудненных условиях.

Литература

Антонычев С.Ю., Мохорт Т.В. Исследование качества жизни больных сахарным диабетом 1-го типа // Медицинская панорама. 2003. № 3. [Элект-

ронный ресурс]. URL: [http:// www.happydoctor.ru/diabetes/quality-of-life](http://www.happydoctor.ru/diabetes/quality-of-life).

Барер Г.М., Гуревич К.Г., Смирнягина В.В., Фабрикант Е.Г. Использование

стоматологических измерений качества жизни // *Стоматология для всех*. 2006. № 2. С. 4–7.

Бердяев Н. *Философия свободного духа*. М.: Республика, 1994.

Бестужев-Лада И.В. *Современные концепции уровня, качества и образа жизни*. М., 1978а.

Бестужев-Лада И.В. *Методологические проблемы исследования качества, уровня и образа жизни*. М.: Ин-т социолог. исслед. АН СССР, 1978б.

Бобков В.Н. *Качество и уровень жизни населения в новой России (1991–2005 гг.)*. М.: ВЦУЖ, 2007.

Васильев А.Л. *Экономический анализ качества жизни // Стандарты и качество*. 2007. № 4. С. 80–84.

Зараковский Г.М. *Качество жизни населения России: психологические составляющие*. М.: Смысл, 2009.

Иванченко Г.В. *Концепт счастья в (пост)гуманистической перспективе // Гуманистические основы взаимодействия цивилизаций: Доклады и выступления Международной конференции 26–27 октября 2007 г.* / Сост. и общ. ред. У. Новотного, С. Андреевой. М.: РУДН, 2008. С. 145–148.

Ильин В.В. *Мера // Диалектика материального мира. Онтологическая функция материалистической диалектики*. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1985. С. 140–141.

Крупнов Ю.В. *Качество жизни*. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.kgourpov.ru/pubs/2005/01/09/10178>.

Крупнов Ю.В. *Рефлексивные практики, инфраструктуры и государственность — основа реконструкции России // Рефлексивные процессы и управление: Тезисы IV Международного симпозиума, 7–9 октября 2003 г.*, г. Москва. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003. С. 64–67.

Леонтьев Д.А. *Доклад на секции «Качество жизни населения России:*

показатели и критерии» // Всероссийский социологический конгресс «Социология и общество: пути взаимодействия». 21–24 октября 2008 г., г. Москва, Высшая школа экономики.

Леонтьев Д.А. *Жизнь: опыт междисциплинарного определения // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия*. 2009а. № 2 (15). С. 142–145.

Леонтьев Д.А. *Стереометрия жизни // Человек — наука — гуманизм: К 80-летию со дня рождения академика И.Т. Фролова / Отв. ред. А.А. Гусейнов*. М.: Наука, 2009б. С. 668–676.

Некрасова Н.А., Некрасов С.И., Садикова О.Г. *Тематический философский словарь: Учебное пособие*. М.: МГУ ПС (МИИТ), 2008.

Новик А.А., Ионова Т.И. *Руководство по использованию качества жизни в медицине*. СПб.: Издательский дом «Нева», 2002.

Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. *Толковый словарь русского языка*. М.: Азбуковник, 1999.

Плахова Е.Н. *Качество жизни: концепция и практика // Научно-теоретический и общественно-политический альманах «Грани»*. 2003. № 4. С. 115–119.

Попов С.И. *Проблема качества жизни в современной идеологической борьбе*. М.: Политиздат, 1977.

Савченко Т.Н., Головина Г.М. *Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования*. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.

Субетто А.И. *Государственная политика качества высшего образования: концепция, механизмы, перспективы*. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова; СПб.: Смольный университет РАО; Изд-во «Астерион», 2004. Ч. 1.

Ткаченко Т.Б. *Влияние стоматологического статуса на качество жизни пациентов*

старших возрастных групп. // Успехи геронтологии. 2008. Т. 21. № 2. С. 327–329.

Тоффлер Э. Шок будущего (Future Shock, 1970). М.: Изд-во «АСТ», 2008.

Философский энциклопедический словарь / Под ред. Л.Ф. Ильичева, П.Н. Федосеева, С.М. Ковалева, В.Г. Панова. М.: Советская энциклопедия, 1983.

Хамитов Р.Ф., Пальмова Л.Ю., Новоженев В.Г. Оценка качества жизни при хронической бронхолегочной патологии (обзор литературы) // Российские медицинские вести. 2004. № 3. С. 13–19.

Чиксентмихайи М. Поток: психология оптимального переживания. М.: Смысл; Альпина нон-фикшн, 2011.

The clinical evaluation of chemotherapeutic agents in cancer / D.A. Karnofsky, J. Burchenal (eds). N.Y.: Columbia University Press, 1949.

Csikszentmihalyi M. If we are so rich, why aren't we happy? // American Psychologist. 1999. 54. 821–827.

Diener E. Assessing subjective well-being: Progress and opportunities // Social Indicators Research. 1994. 31. 2. 103–157.

Diener E., Suh E.M., Lucas R.E., Smith H.L. Subjective well-being: Three decades of progress // Psychological Bulletin. 1999. 125. 2. 276–302.

Hajiran H. Toward a quality of life theory: net domestic product of happiness // Social Indicators Research. 2006. 75. 31–43.

Kahneman D., Tversky A. Choices, values and frames. N.Y.: Cambridge University Press, 2000.

Lawton M.P., Brody E.M. Assessment of older people: Self-maintaining and instrumental activities of daily living // The Gerontologist. 1969. 9. 3. 179–186.

Lyubomirski S. The HOW of happiness: A practical approach to getting the life you want. London: Sphere, 2007.

Lyubomirsky S., Sheldon K.M., Schkade D. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change // Review of General Psychology. 2005. 9. 111–131.

McCall S. Quality of life // Social Indicators Research. 1975. 2. 229–248.

McHorney C.A., Ware J.E., Lu J.F., Sherbourne C.D. The MOS 36-item short-form health survey: III tests of data quality, scaling assumptions, and reliability across diverse patient groups // Med. Care. 1994. 32. 40–66.

Naess S. Subjective approach to quality of life // Feminist Economics. 1999. 5. 2. 115–118.

Peterson C. A primer in positive psychology. N.Y.: Oxford University Press, 2006.

Ringen S. Well-being, measurement, and preferences // Acta Sociologica. 1995. 38. 2. 3–15.

Sheldon K.M., Hoon T.H. The multiple determination of well-being: Independent effects of positive traits, needs, goals, selves, social supports, and cultural contexts // Journal of Happiness Studies. 2007. 8. 4. 565–592.

Sirgy M.J. The psychology of quality of life. Dordrecht; Boston; London: Kluwer Academic Publishers, 2010.

Sirgy M.J., Wu J. The pleasant life, the engaged life, and the meaningful life: What about the balanced life? // Journal of Happiness Studies. 2009. 10. 183–196.

Spilker B. Quality of life assessments in clinical trials. N.Y.: Raven Press, 1990.

Staudinger U.M., Fleeson W. Predictors of subjective physical health and global well-being: Similarities and differences between the United States and Germany // Journal of Personality and Social Psychology. 1999. 76. 2. 305–319.

Veenhoven R. Conditions of happiness. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic, 1984.

Vitterso, J. Flow versus life satisfaction: a projective use of cartoons to illustrate the difference between the evaluation approach

and the intrinsic motivation approach to subjective quality of life // *Journal of Happiness Studies*. 2003. 4. 141–167.