

Сведения о выполненных работах в 2018 году  
по проекту «**Субъективные индикаторы и психологические предикторы качества жизни**», поддержанному Российским научным фондом

Соглашение № 18-18-00480

Руководитель д-р психол. наук Галажинский Эдуард Владимирович

Целью проекта является разработка, операционализация и эмпирическая апробация междисциплинарной модели структуры качества жизни на основе, с одной стороны, теоретического синтеза и, с другой стороны, сопоставительного анализа (теоретического и эмпирического) психологических мер качества жизни и благополучия как комплексных зависимых переменных, характеризующих интегральную оценку жизни, а также выявление его личностных предикторов. Научная значимость определяется важностью выявления психологических факторов и механизмов процесса оценки человеком своей жизни в объективных условиях, анализе их роли в трансформации внешних условий (в том числе, оцениваемых традиционными социальными и экономическими методами) в субъективное благополучие и качество жизни конкретного человека.

#### 1. Результаты теоретического анализа

Качество жизни – это сложное междисциплинарное понятие, объединяющее попытки теоретического и эмпирического изучения существенных особенностей человеческой жизни с точки зрения их благоприятности.

На сегодняшний день отмечается появление целого ряда профессиональных организаций, которые поддерживают концептуальное и эмпирическое развитие качества жизни, а также распространение и популяризацию концепции качества жизни в различных сферах общества. Исследователи во всём мире констатируют наступление новой эры построения составных или обобщенных социальных индикаторов, а также признают ключевую роль объединения социальных показателей с изучением показателей субъективного благополучия, поскольку такие исследования развиваются последние 50 лет и показали свою значимость.

Качество жизни можно рассматривать с точки зрения структуры (доменов) и содержания (удовлетворенности). Одновременно с этим важно констатировать существование проблем, связанных с мерой субъективного благополучия. В первую очередь это касается компонента удовлетворенности жизнью, поскольку (1) для того, чтобы оценить жизнь в целом, человек должен обладать достаточно хорошо развитой рефлексией, чтобы оценить свою жизнь; а также потому что (2) мы недооцениваем факт, что далеко не каждый человек может адекватно реально выполнить это задание, т.е. окинуть своим взглядом жизнь как целое и оценить её как целое.

Другой проблемой является терминологическая путаница. Слово «счастье» чаще употребляется, когда нужно сделать акцент на аффективной оценке жизни. Понятие

«субъективное благополучие» используется в более широких значениях, чем счастье. Иногда вместо него используют термин психологическое благополучие. Ряд авторов предпочитают использовать понятие счастья скорее в качестве синонима субъективного благополучия, т.е. как субъективное наслаждение жизнью в целом и понимает под ним хорошее психическое функционирование, высокую жизнеспособность.

Мы полагаем, что если объединить основные выделяемые авторами субъективные «параметры» жизни – ценность жизни, возможности жизни/среды, результативность жизни/удовлетворенность жизнью – на едином теоретическом фундаменте, то дальнейшие измерения качества жизни обретает многомерность. Тогда субъективные индикаторы качества жизни могут включать в себя (1) субъективную оценку условий жизнедеятельности (экономических, социальных, политических и др.); (2) субъективную оценку своего состояния (физического и психологического здоровья), своих достижений и исполненности (самореализация); (3) удовлетворенность отдельными сферами жизни (доменами) и жизнью в целом (счастье, благополучие) и (4) субъективно воспринимаемые возможности повышения своего благополучия. При этом целью повышения качества жизни должно становиться увеличение (5) ценности жизни.

Другим важным положением для исследования и диагностики выступает различие трех критериев качества, а именно (1) эмоциональной оценки жизни; (2) осмысленности жизни и (3) меры контроля над ходом собственной жизни.

## 2. Разработка методического инструментария

Было проведено исследование, посвященное апробации русскоязычной версии скрининговой шкалы позитивных и негативных переживаний Э. Динера.

Более подробно результаты данного исследования отражены в статье Е.И. Рассказовой и А.А. Лебедевой «Скрининговая шкала позитивных и негативных переживаний Э. Динера: апробация русскоязычной версии», которая в настоящий момент находится на рецензировании в журнале «Психология. Журнал Высшей школы экономики».

В исследовании, посвященном апробации русскоязычной версии методики исследования качества жизни М. Фриша, было доказано, что:

Во-первых, надежность-согласованность методики составила 0,72 у студентов и 0,95 у взрослых, а общий показатель был связан с удовлетворенностью жизни, субъективным счастьем, позитивными и низким уровнем негативных эмоций, вовлеченностью, осмысленностью жизни, ориентацией на будущее, удовлетворением базовых потребностей, в том числе в учебе, а также внутренней, идентифицированной и позитивной интроецированной учебной мотивацией.

Во-вторых, согласно полученным результатам, в разных выборках (студентов и взрослых) разные жизненные сферы выходят на первый план, детерминируя общую

удовлетворенность, а «коррекция» показателя с учетом субъективной важности сфер способствует лучшему предсказанию удовлетворенности эмоциональным состоянием и общением, ориентации на будущее, отказа от фатализма, вовлеченности, а у студентов – внутренней учебной мотивации.

### 3. Анализ результатов эмпирических исследований

Результаты эмпирического исследования субъективных индикаторов качества жизни в структуре личностного потенциала ( $n = 140$ ) свидетельствуют о том, что при доминировании определенных дефицитов и деформаций личностного потенциала, затрудняющих процессы саморегуляции и самореализации, в том числе деформации субъективного качества жизни, возникают специфические особенности жизнедеятельности субъекта, приводящие к формированию синдрома алкогольной зависимости. Более подробное описание результатов приводится в статье Бохан Т.Г., Галажинский Э.В., Ульянич А.Л., Терехина О.В., Боженкова К.А. «Субъективное качество жизни в структуре личностного потенциала у представителей молодёжи Севера Сибири» (журнал Вестник Кемеровского университета, декабрь 2018 г.).

Анализ результатов эмпирических исследований позволил констатировать исключительную важность периода обучения в вузе для выбора типа будущей профессиональной траектории и варианта профессионального развития, определяемого с учётом субъективных характеристик качества жизни. Использование современных образовательных технологий направленно на оптимизацию образовательной траектории студента с целью формирования взаимозависимости между процессом и результатом обучения в вузе и последующей профессиональной траекторией. В результате возникает порождающий эффект образовательной среды – возникновение принципиально новой модели специалиста. Более подробное описание результатов приводится в статье В.Н. Петровой и А.В. Ларионовой «Индивидуализация образования в смешанном обучении» (журнал Открытое и дистанционное образование, декабрь 2018 г.)

Результаты теоретического анализа и собственных эмпирических исследований ( $n = 194$ ) позволяют нам говорить о существовании принципиально разных способов профессионального развития современного специалиста: ориентированного на реализацию традиционного типа вертикальной карьеры и ориентированного на жизнеосуществление и саморазвитие. Выбор типа профессионального развития не зависит от объективных социальных характеристик (пол, возраст, образование, занимаемая должность и проч.), а в большей степени определяется индивидуальными ценностями и критериями качества жизни, карьерными ориентациями, отношением к собственному прошлому и будущему, ориентацией на профессиональную мобильность/стабильность. Более подробное описание результатов приводится в статье В.Н. Петровой и Н.В. Козловой «Профессиональное развитие в меняющемся мире: стратегия жизнеосуществления» (Сибирский психологический журнал, декабрь 2018 г.).

Приведённые результаты теоретического анализа и анализа результатов эмпирических исследований являются основой для построения развёрнутых эмпирических гипотез в планируемых на 2019 г. исследованиях. Они также нашли своё отражение в текстах докладов на следующих научных конференциях:

- 9th European Conference on Positive Psychology, June 27–30, 2018, in Budapest, Hungary (<https://ecpp2018.akcongress.com/index.php/conference>), Valeria Petrova «Employee satisfaction in the Siberia region»;
- International Symposium “Happiness beyond well-being” Moscow, Russia, June 1–2, 2018 (<https://positivelab.hse.ru/ru/symposium2018/program>), Dmitry Leontiev (HSE, Russia) «Happiness beyond well-being: toward a multidimensional model»;
- Международная конференция по новым образовательным технологиям #EdCrunch Томск, 2018 (<https://edcrunch.tsu.ru/>), Валерия Петрова «Индивидуализация образования в смешанном обучении как предиктор качества жизни будущего специалиста».
- Международный научно-исследовательский семинар «Качество жизни в условиях глобальной трансформации человечества» Актру, Республика Алтай, 4–14 июня 2018 г. ([http://quality-of-life.tsu.ru/?page\\_id=51](http://quality-of-life.tsu.ru/?page_id=51)). Дмитрий Леонтьев «Антропологические предпосылки субъективного благополучия: образ человека и его благополучие с позиции позитивной психологии», Валерия Петрова «Качество жизни и профессиональное развитие».