

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ПОНЯТТЯ «ЯКІСТЬ ЖИТТЯ»

І. О. Черезова

кандидат психологічних наук, доцент

Бердянський державний педагогічний університет,

м. Бердянськ

Сучасні умови української дійсності актуалізують проблему якості життя як концептуальну основу соціальних програм загальнодержавного розвитку. Враховуючи перехід сучасної цивілізації у «цивілізацію якості», проблема якості життя стає не тільки соціологічно-економічною, а й психологічною.

Якість життя характеризує ступінь комфорту у задоволенні людських потреб. У спеціальній літературі термін «якість життя» з'явився у 80-х роках минулого століття і трактується як доволі широке поняття, що охоплює всі аспекти життєдіяльності людини. До них можна віднести умови життя, задоволення навчанням або професією, сімейні стосунки, соціальне оточення, політичну та економічну ситуацію в країні. Суб'єктивні аспекти якості життя знаходять своє відображення у наступних факторах : рівень стресостійкості особистості, здатність адекватно вирішувати проблеми, здатність до самореалізації, можливість знаходитися у психічній та фізичній рівновазі з оточуючим середовищем (природним і соціальним) та самим собою.

Складний, багаторівневий характер досліджуваного соціального феномену обумовлює синтез соціально-філософських підходів і парадигм, актуальних для макро- та мікрорівневого осмислення даної цінності. Так, представники об'єктивізму акцентують увагу на дослідженні реальних обставин існування людини, вивченні умов її життя: суспільно-економічних, природно-географічних, індивідуально-

мотиваційних. Взаємообумовлююча, інтегративна взаємодія перерахованих факторів викликає синергетичний ефект впливу. Представники суб'єктивізму, аналізуючи якість життя, звертаються до стану внутрішнього світу суб'єкта, ступеня задоволення індивідуальних потреб, суб'єктивних оцінок життя і окремих сторін особистого буття.

При психологічному аналізі якості життя на особливу увагу заслуговує теорія А. Маслоу, який виділяє вітальні, екзистенціальні, соціальні, престижні і духовні потреби. Задоволення перерахованих потреб дозволяє говорити про високу якість життя.

Д. Алардт вважає, що якість життя досягається за рахунок задоволення трьох базових потреб : «мати», «кохати» і «бути». До перших, «споживацьких» потреб, відносяться матеріальні умови: економічні ресурси, умови проживання, зайнятість, умови праці, здоров'я, освіта. Любов охоплює потреби спілкуватися з іншими людьми та утворює соціальні ідентичності: контакти у локальній громаді, дружні відносини, соціалізація в групах, стосунки з колегами. Потреби у бутті : інтеграція в суспільстві і життя в гармонії з природою, політична активність, дозвілля тощо. Кожна із вказаних груп потреб має свій реальний потенціал, і чим більше розвинуті потреби особистості, соціальної групи і суспільства в цілому, тим більш високі вимоги ставляться до свого життя.

Результати багатьох емпіричних досліджень підтверджують наявність залежностей між екологічною ситуацією та якістю життя. Вплив негативних наслідків людської діяльності реально усвідомлюється соціальними групами, як правило, тільки після досить довгого визрівання соціально-екологічних проблем, тобто у вигляді об'єктивних різноманітних загроз рівню та якості життя.

Одним із показників якості життя людини і суспільства є відсутність соціально-екологічної напруги. Соціально-екологічна напруга існує при наявності в суспільній свідомості стійких та розповсюдже-

них оцінок, що пов'язують антропогенну екологічну ситуацію із загрозою або фактичним обмеженням важливих соціальних і духовних потреб конкретної спільноти.

Рівні соціально-екологічної напруги, що впливають на якість життя:

- *рівень відсутності напруги*, що характеризується збалансованістю умов та вимог, що породжуються екологічною ситуацією, а також намірів та очікувань соціального суб'єкта. Цей стан виражається в позитивній або нейтральній оцінках впливу екологічної ситуації на життєдіяльність суб'єкта. Це так званий нульовий рівень соціально-екологічної напруги. При цьому екологічні проблеми можуть бути наявні, але знаходитися у латентній фазі;
- *початковий рівень*, якому властивий стан суспільної свідомості, що характеризується оцінкою екологічної ситуації як потенційно загрозової для інтересів та потреб людей. На цьому рівні різко збільшується занепокоєність населення екологічною ситуацією, розповсюджується тривога, недовіра владі і т.п.;
- *рівень явної соціально-екологічної напруги*, для якого характерне усвідомлення екологічної ситуації, що реально загрожує інтересам соціального суб'єкта, поява ознак готовності протистояти небажаним змінам, формування образу «ворога»;
- *рівень соціально-екологічного конфлікту*, на якому завершується усвідомлення соціальним суб'єктом невідповідності екологічної ситуації його цінностям та інтересам, виявляється готовність зняти дану невідповідність шляхом соціального зіштовхування, відбуваються цілеспрямовані конфліктні дії.

Зрілість особистості передбачає свідоме прийняття нею певного стилю або способу життя. Спосіб життя відображає актуальні характеристики особистості, а її психологічні потенціали розкриваються лише в тому, в якій мірі даній особистості вдається їх реалізувати, «опредметити».

Існує два основних види способу життя. Перший характеризується високим ступенем узгодженості як різних за узагальненням рівнів диспозицій особистості, так і високою узгодженістю суб'єктивних диспозицій, а також реальної дійсності та поведінки особистості. Тут вся життєдіяльність виступає як самовираження особистості, її суб'єктивні устремління успішно реалізуються в житті та діяльності. Другий спосіб характеризується тим, що людина не усвідомлює своє життя як цілісність, а спосіб життя, взаємопов'язаність в ньому різних видів життєдіяльності виступають як результат зовнішніх життєвих обставин. Людина ніби «пливе за течією життя», що говорить про псевдовідповідність природі.

Таким чином, якість життя є соціально-психологічною категорією, що охоплює всі сфери особистості та включає в себе особливості життя людини на різних рівнях її існування.

Список використаних джерел

1. Никифоров Г.С. Психология здоровья : учебн. пособ. / Г.С. Никифоров. – СПб. : Речь, 2002.
2. Сосунова И.А. Социально-экологическая напряженность: методология и методика оценки / И.А. Сосунова // Социол. исслед. – 2005. – №7.
3. Тихонов А.В. Социология управления / А.В. Тихонов. – СПб. : Изд-во С. –Пегербургского ун-та, 2000.
4. Холл К.С. Теории личности / Холл К.С., Линдсей Г. – М. : ЕКСМО-Пресс, 1999.