

ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

УДК 159.9: [35:614.8]

Doi: 10.26456/vtspyped/2022.4.005

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Е.А. Евстифеева, С.И. Филиппченкова, Е.В. Балакшина

ФГБОУ ВО «Тверской государственной технической университет», г. Тверь

Анализируется проблема качества жизни студенческой молодежи. Приводится краткое содержание подходов отечественных и зарубежных исследователей по заданной теме. Указываются индикаторы уровня качества жизни человека в зависимости от значимости объективных и субъективных характеристик человеческой жизни. Описывается специфика диагностики эксплицитности качества жизни. Перечисляются результаты психодиагностического обследования обучающихся вуза на предмет основных компонентов рассматриваемого нами явления (факторы субъективного контроля, смысловые ориентации, особенности принятия решений, параметры качества жизни).

Ключевые слова: *качество жизни, личностные качества, персональный опыт, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью.*

В настоящее время проблеме качества жизни уделяется особое внимание. Как правило, описание особенностей его структуры происходит по критериям, которые раскрывают реальное состояние общества в контексте культурного, экологического, социально-экономического, политического аспектов, субъективного отношения людей к разным сторонам жизнедеятельности.

В научной литературе представлено много способов оценивания качества жизни. Традиционно они делятся на следующие типы: объективные, субъективные, интегральные [12]. Первая категория включает общий уровень жизни определенной социальной группы, а вторая – степень удовлетворенности субъекта ее качеством. Консолидация перечисленных показателей, их совокупность характеризуют выраженность интегрального типа [14].

Конечно, получение полной информации о качестве жизни субъекта возможно только при учете комплекса факторов внешней и внутренней среды. При этом, согласно мнению исследователей, у каждого человека есть собственные ориентиры субъективного благополучия, являющиеся опорой для принятия конкретной жизненной ситуации в позитивных или негативных оттенках [5]. Именно они оказывают влияние на восприятие отдельных элементов окружающей среды, их значимость для личности. Факт того, что переживание качества

жизни зависит от понимания человеком своего актуального состояния (физического, психологического и др.), выраженности ощущения субъективного благополучия, а также специфики осмысленности жизненных событий, дает основание изучать его в психологическом контексте [15].

Следует отметить, что наличие большого количества предикторов качества жизни в научных источниках, а также их многополярная направленность способствовали формированию трех основных подходов к дифференциации его факторов: по состоянию здоровья; по социально-экономическим показателям; по психологическим показателям [7]. Наиболее популярным методом диагностики первой группы является опросник SF-36 (верифицирующий интегральные характеристики физического и психологического здоровья), который довольно часто включают в психологические исследования. Во второй группе учеными проводится изучение влияния экономических благ на стиль жизни человека и социума в целом, опираясь на совокупность объективных данных (доходы, расходы и др.) [11]. Однако нас интересует психологическая сторона вопроса.

Решение проблем по определению признаков качества жизни на уровне ощущения человеческого счастья или благополучия – сложная многоплановая задача. Так, в рамках психологической науки отмечается тесная связь социально-психологических параметров индивида и качества жизни [13]. Поэтому последнее часто рассматривается как результат взаимовлияния различных жизненных событий и специфики личностного реагирования. Персональный опыт такого взаимодействия делает исследуемое нами явление уникальным с точки зрения личного жизненного опыта и переживания счастья как одного из его проявлений [1].

Акцентируя внимание на уровне ощущения счастья как показателе качества жизни, отмечаем значимость таких субъективных аспектов, как субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью, личностный потенциал. Поэтому анализ внутренних и внешних детерминант счастья особо важен. Согласно С. Любомирски, от условий жизни (внешних обстоятельств) зависит лишь 10 % ощущения счастья, а внутренние условия относительно устойчивы и независимы от первых [10]. Автором была сгенерирована трехуровневая модель устойчивого счастья: биологическая основа или генетическая предрасположенность; жизненный опыт (негативный, позитивный); общая направленность деятельности, ее преднамеренность. Доминирующим элементом счастья в данном подходе выступает реализация конкретного вида деятельности, обусловленная приложением волевых усилий (возможность обучаться). Именно целенаправленная деятельность, вложенные усилия и получаемые результаты влияют на динамику уровня выраженности благополучия.

В русле отечественной психологии Д.А. Леонтьевым также предлагается трехкомпонентная структура качества жизни на базисе уровней социально-экономического благополучия. Чем ниже уровень, тем меньше идет речь о качестве жизни, а перед человеком стоит проблема выживания. Высокий уровень знаменуется удовлетворением возможностей, а не необходимостей [8].

Следующий подход, рассматриваемый нами, разработан отечественным ученым Г.М. Зариковским. Автор определяет два типа психологических показателей качества жизни: эмоционально-когнитивные оценки (радость, счастье) и когнитивное оценивание (удовлетворенность жизнью). Перечисленные индикаторы – это необходимые составляющие жизненного потенциала и жизнедеятельности [4].

Сторонники акмеологического подхода (К.А. Абульханова-Славская, В.Г. Авсеев, И.Т. Левыкин) параметрами качества жизни определяют гуманистические ценности как платформу для саморазвития человека (активная жизненная позиция, ее стратегии, способы достижения целей, творческая активность личности) [1]. Так, например, С.Л. Рубинштейном в психолого-педагогической теории указывается важность движения «вверх», стимулирующая человека на жизненном пути.

В зарубежной психологии авторы указывают на значимость системы ценностей человека и ее взаимосвязь с удовлетворенностью жизнью (Р. Инглхарт). Соответствующий набор ценностей может свидетельствовать о жизненной позиции, личностном смысле, мотивах деятельности и векторе поведения [9]. Определение ценностной направленности человека может продемонстрировать специфику субъективных представлений о качестве жизни, искомом человеком уровне жизни. А. Маслоу на передний план ставит критерий «выжить» и считает его доминирующим в контексте оценки качества жизни, что отражается в пирамиде потребностей автора [3].

В научных источниках, посвященных проблеме качества жизни и его уровня, на примере различных возрастных групп прослеживается интересная закономерность, наибольшее количество работ по заданной проблематике преимущественно посвящено пожилому возрасту. Тенденция связана с развитием социальной геронтологии и действующей социальной политикой в отношении пенсионеров (активная поддержка) [6]. Трудов, посвященных раскрытию данного качества на примере студенческой группы (представителей молодежной группы), недостаточно или очень мало. При этом указанная возрастная категория находится в особой социальной ситуации развития личности, которая выражается в поиске своего места в обществе, тревогах о получении профессии, мыслях о стабильном доходе и независимости.

Степень ощущаемого в этот период качества жизни обусловлена выраженностью социальной адаптированности, уверенностью за выбор жизненного пути, удовлетворенностью различными ее сферами, самоотношением, наличием долгосрочных целей [2]. Поэтому возможность контроля над психологическими сторонами качества жизни обучающихся позволяет определить их предпочтения, актуальные потребности, способность к самоконтролю и структуру приоритетных задач.

В нашем исследовании потенциал качества жизни студентов был представлен тремя блоками: когнитивный (осмысленность жизни, специфика принятия решения); физический функционал (показатели здоровья); субъективное отношение к различным типам жизненных ситуаций.

Программа и исследования

База исследования: прикладная часть работы была выполнена на базе Тверского государственного технического университета. В качестве студенческого контингента выступили студенты технических специальностей в количестве 100 человек в возрасте от 18 до 21 года.

Психодиагностический инструментарий:

1. Методика диагностики субъективного контроля Дж. Роттера. Автором предлагается пять шкал, раскрывающих особенности универсального отношения человека к разным типам жизненных ситуаций (общая интернальность, интернальность в области достижений, интернальность в области неудач, интернальность в области семейных отношений, интернальность в области производственных отношений, интернальность в области межличностных отношений, интернальность в области здоровья).

2. Тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева. Применение инструментария позволяет выявить «степень» осмысленности жизни респондентов по следующим параметрам: цель в жизни, процесс жизни, результат жизни, локус контроля – Я, локус контроля – жизнь, общий показатель осмысленности жизни.

3. Методика личностных факторов принятия решения Т.В. Корнилова (ЛФР-25). Согласно ключу опросника, устанавливается закономерность – насколько выражены два личностных свойства: готовность к риску и субъективная рациональность, регулирующие выбор при принятии личностью решений.

4. Методика SF-36 (оценка качества жизни) позволяет определить особенности физического функционирования опрашиваемых разных возрастных категорий, пола, групп.

Применение дескриптивной статистики для получения сведений об общем уровне выраженности *шкал блока 1 (когнитивного)* позволило установить следующие закономерности: цели в жизни (32,0 балла),

процесс жизни (28,9 балла), результат жизни (26,2 балла), локус контроля – Я (21,8 балла), локус контроля – жизнь (28,78 балла), общий уровень (136,7 балла). Согласно установленным нормам, в ключе методики все диагностируемые критерии у респондентов развиты на хорошем уровне. Студенты ставят перед собой адекватные цели, отличаются целеустремленностью, отношение к жизненным событиям подкрепляется позитивными эмоциями, ощущением наполненности смыслом. В контексте проявления рациональности в процессе принятия решений как способности управлять целями для достижения ранее запланированного и приближения себя к успеху (к лучшим условиям существования) нами были проанализированы два параметра: готовность к риску (1,5 балла), субъективная рациональность (5,3 балла). Как видно, второе качество явно преобладает над первым, а это значит, что студенты склонны обдумывать свои поступки и поведение в критических ситуациях. Указанное качество способствует работать на результат и адекватно оценивать собственные способности.

Данные блока 3 (*физический функционал – показатели здоровья*) наиболее значимые для психологов из-за тесной привязки к первичным разработкам проблемы качества жизни на биологической основе. Оценивание происходит по восьми критериям (рис. 1).

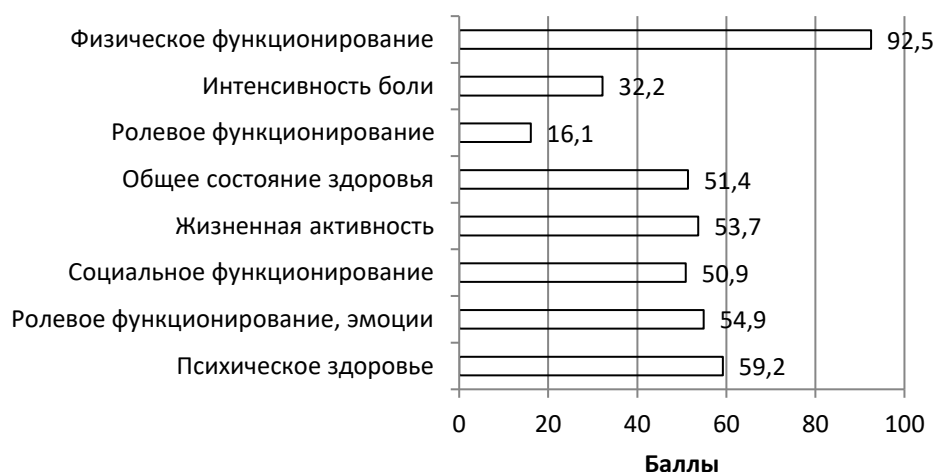


Рис. 1. Уровень выраженности параметров благополучия жизни по здоровью у студентов

Как видно из полученных результатов, наибольшее удовлетворение от жизни студенты получают при физической активности, большинство иных факторов ощущается в пределах 50–60 %. Примечательно, что рольная активность (статус студента) оценивается на низком уровне, то есть не приносит им полного удовлетворения, что свидетельствует о желании профессионального роста. Положительным моментом может выступать низкий уровень выраженности боли у

испытуемых, что можно считать позитивным индикатором состояния здоровья.

На следующем этапе были рассмотрены данные статистического анализа блока 3 (*субъективное отношение к различным типам ситуаций*). Структура особенностей субъективного отношения (или особенности реагирования) представлена следующими признаками: общая интернальность (25,7 балла), интернальность в области достижений (7,4 балла), интернальность в области неудач (7,3 балла), интернальность в области семейных отношений (5,0 балла), интернальность в области производственных отношений (5,0 балла), интернальность в области межличностных отношений (2,6 балла), интернальность в области здоровья (2,6 балла).

Анализ полученных данных наглядно демонстрирует «точки напряженности», или наиболее актуальные и значимые сферы жизни для молодежи университета. Следует отметить типичность выявленных закономерностей для исследуемой возрастной группы, а именно – направленность на высокие результаты, страх потери достигнутых результатов, забота о построении личного счастья (переживание любви, отношений) и вхождении в профессию.

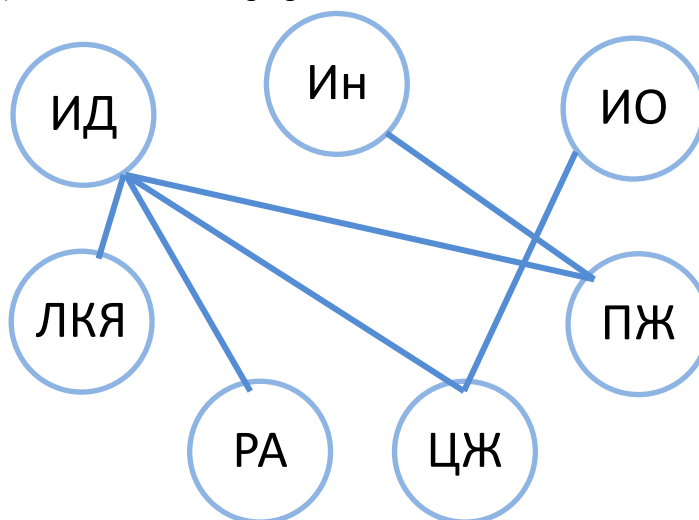


Рис. 2. Схема корреляционных плеяд в структуре субъективных показателей качества жизни студентов: ИД – интернальность в области достижений; ИН – интернальность в области избегания неудач; ИО – общий уровень интернальности; ПЖ – процесс жизни; ЦЖ – цели в жизни; РА – рациональность; ЛКЯ – локус Я. При этом на направленность достижений приходится четыре корреляционные взаимосвязи: 1) процесс жизни $r = ,295$, $p = ,003$; 2) цели в жизни $r = ,338$, $p = ,001$; 3) ЛКЯ – локус Я $r = ,227$, $p = ,027$; 4) рациональность $r = ,305$, $p = ,002$. На избегание неудач следующая: $r = ,281$, $p = ,005$, а также шкала общий уровень интернальности $r = ,253$, $p = ,011$.

На завершающем этапе предпринята попытка определить структуру субъективной оценки качества жизни студентов. Для этого был применен корреляционный анализ по критерию Пирсона. Ревизия данных корреляционной матрицы показала, что наиболее значимым фактором для субъективного благополучия студентов является направленность на достижения успеха и избегание неудач (рис. 2).

Заключение

Поиск индикаторов качества жизни в ходе проведенного исследования показал, что в социально-экономической и психологической литературе представлено их огромное количество. Соответственно специфика данных параметров определяется такими составляющими, как образование, здоровье, материальные условия, факторы безопасности, удовлетворенность жизнью, характером социальных связей и прочее. Переживание данного состояния отдельным субъектом строго индивидуально и зависит от жизненного опыта, особенностей адекватной оценки происходящих событий. Получение информации о реальном состоянии качества жизни субъекта помогает получить представление о состоянии комфорта или дискомфорта в контексте общей удовлетворенности и осмысленности жизни.

Резюмируя вышеизложенное, следует отметить, что период студенчества является особым этапом жизни человека, который характеризуется повышенной познавательной и коммуникативной активностью личности в отношении решения профессионально-ориентированных задач. Признаками гармоничного протекания этого процесса, а также отсутствия дисбаланса в системе «условия среды – социопсихогенный потенциал» выступают следующие факторы: наличие интересов, четкой структуры целей и установок. В этом смысле качество жизни студенческой группы будет выражено в особенностях личностного реагирования и оценивания происходящих ситуаций, способности преодолевать трудности как основы жизненного опыта (положительного, отрицательного) и отношения к нему, а также внутреннего переживания благополучия. Указанные тенденции дают основания к дальнейшей разработке проблемного поля.

Список литературы

1. Абульханова-Славская К.А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности / Психология формирования и развития личности. М.: Наука, 1981. С. 19–44.
2. Донцов Д.А., Донцова М.Е. Психологические особенности юношеского (студенческого) возраста // Теория образования и обучения. 2013. № 2. С. 34–42.
3. Ефимов В.Ф. Гуманистические аспекты дифференциации потребностей человека как условие личностной ориентированности образования //

- Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2010. № 1. С. 43–50.
4. Зариковский Г.М. Качество жизни населения России (психологические составляющие). М.: Смысл, 2009. 319 с.
 5. Кислицина О.А. Подходы к измерению прогресса и качества жизни (благополучия) // Экономический анализ: теория и практика. 2016. № 10. С. 28–38.
 6. Кулагина Н.В. Качество жизни населения: возрастные особенности восприятия и удовлетворенности // ARSADMINISTRANDI. 2016. № 1 (31). С. 90–97.
 7. Кулик А.А. Взаимосвязь субъективного качества жизни и социоэкономических условий жизнедеятельности // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. 2014. № 1 (23). С. 74–84.
 8. Леонтьев Д.А. Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты // Психологический журнал. 2020. № 6. Т. 41. С. 86–95.
 9. Магун В.С., Руднев М.Г. Ценностная гетерогенность населения европейских стран: типология по показателям Р. Инглхарта // Вестник общественного мнения. Данные. Анализ. Дискуссии. 2012. № 3–4 (113). С. 12–24.
 10. Неяскина Ю.Ю. Взаимосвязь личностных ресурсов и субъективной оценки качества жизни (на примере осмысленности жизни и жизнестойкости) // Вестник Кемеровского государственного университета. 2014. № 3 (59). С. 135–142.
 11. Нехода Е.В., Рощина И.В., Пак В.Д. Качество жизни: проблемы измерения // Вестник Томского государственного университета. Экономика. 2018. № 43. С. 107–125.
 12. Павлов А.П. Потребности и качество жизни: исходные теоретические положения // Вестник Евразийской науки. 2012. № 1. С. 3–23.
 13. Россошанский А.И., Чекмарева Е.А. Современное состояние и развитие теории и методологии исследования качества жизни населения // Проблемы развития территории. 2016. № 1 (81). С. 145–159.
 14. Савченко, Т.Н. Методология исследования субъективного качества жизни. // Прикладная юридическая психология. 2010. № 4. С. 23–35.
 15. Ряхова Е.В. Психологический анализ качества жизни // Вестник магистратуры. 2015. № 2 (41). Т. 11. С. 49–51.

Об авторах:

ЕВСТИФЕЕВА Елена Александровна – доктор философских наук, профессор, профессор кафедры психологии, истории и философии ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет» (170100, Тверь, ул. А. Никитина, 22); e-mail: pif1997@mail.ru

ФИЛИППЧЕНКОВА Светлана Игоревна – доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии, истории и философии ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет» (170100, Тверь, ул. А. Никитина, 22); e-mail: sfilippchenkova@mail.ru

БАЛАКШИНА Елена Владимировна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии, истории и философии ФГБОУ ВО «Тверской государственной технической университет» (170100, Тверь, ул. А. Никитина, 22); e-mail: balakshina79@mail.ru

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF QUALITY OF LIFE OF UNIVERSITY STUDENTS

E.A. Evstifeeva, S.I. Filippchenkova, E.V. Balakshina

Tver State Technical University, Tver

The article analyzes the problem of the quality of life of student youth. A summary of the approaches of domestic and foreign researchers on a given topic is given. Indicators of human quality of life are given depending on the significance of objective and subjective characteristics of human life. The specifics of the diagnosis of the explicability of the quality of life are described. The results of a psychodiagnostic examination of university students are presented for the main components of the phenomenon we are considering (subjective control factors, meaningful orientations, decision-making features, quality of life parameters).

Keywords: *quality of life, personality qualities, life satisfaction, personal experience, subjective well-being.*