

7. Schachter S. Birth order, eminence and higher education // American Sociological Review. 1963. Vol. 28, N 5. P. 757–768.
8. Sulloway E.Л. Born to Rebel: Birth Order, Family Dynamics and Creative Lives. — N.Y.: Pantheon, 1996. — 653 p.

*В статье рассмотрены ранние и современные теоретические аспекты и наиболее интересные исследования теории порядка рождения. Являются ли утверждения А. Адлера относительно зависимости жизненной позиции от порядка рождения аксиомой или это возможность понять причины поведения личности и использование сильных сторон первенцев, единственных, средних и младших по порядку рождения.*

*The article highlights the early and modern theoretical aspects and the most interesting researches of the birth order theory. Whether the A. Adler's statements concerning the dependence life position on birth order is an axiom or is it an opportunity to understand the causes of person's behavior and using the strong suits of the first-born, single, medium and the youngest according to birth order of the people.*

Статтю подано до друку 12.06.2014.

©2014 р.

Д. В. Анпілова (м. Луганськ)

### **ПСИХОЛОГІЧНІ СКЛАДОВІ ЯКОСТІ ЖИТТЯ: ПРОБЛЕМНЕ ПОЛЕ ДОСЛІДЖЕННЯ**

Дослідження якості життя здійснюється на перетині таких сфер науки і практики, як економіка, філософія, соціологія, демографія, охорона здоров'я та праці. У всіх цих напрямках дослідження означеного феномену підкреслюється провідна роль такого критерію, як «задоволеність потреб». Саме цей критерій визначає індекс якості життя (середній бал за встановленими показниками). Результати проведених досліджень в вищезначених областях доводять, що високий індекс якості життя визначається через суб'єктивну задоволеність: станом здоров'я, умовами навколишнього середовища, харчуванням, побутовим комфортом, соціальним оточенням (стосунками в родині, колективі, тощо), культурних і духовних потреб та ін. [8, с. 310]. Також важливими показниками високого рівня якості життя є його тривалість та матеріальна забезпеченість людини (зокрема, гарантований доступ до матеріальних благ).

Таким чином критерії, які визначають якість життя в економіці, соціології та ін. сферах є чітко визначеними та сталими, що полегшує вимірювання даного показника в цих областях.

**Актуальність.** В цей же час в психології донині не існує єдиного погляду на визначення, структуру та кваліметрію життя особистості. Під впливом міждисциплінарних досліджень в психології якість життя так само визначається через рівень задоволеності потреб, а його вивчення базується переважно на діяльнісній, системній та детермінаційній парадигмах. На нашу думку, це призводить до «функціоналізації» даного поняття, зміщенню акцентів на сфери, можливості і засоби досягнення стану задоволення потреб, які визначають якість життя. В цей же час досить мало робіт, в яких дослідження проблеми якості життя здійснюється на феноменологічних засадах, тому не вистачає даних про індивідуальні особливості переживання якості життя і смислові складові даного поняття (осмислення, цінність, значення). В тих роботах, в яких є спроби виявити особливості переживання, приватних смислів, суб'єктної активності в структурі якості життя особистості автори вимірюють відчуття щастя, задоволеність життям і соціально значущі ціннісні орієнтації особистості [1; 3; 4; 10]. Ми вважаємо, що це не може в повному обсязі забезпечити вирішення проблем, які пов'язані з феноменологією якості життя,

бо виділені параметри (зокрема, відчуття щастя та задоволеність життям) в сучасній психології так само є ще недостатньо дослідженими та науково обґрунтованими.

**Мета:** дослідити уявлення сучасних молодих людей про якість життя як соціально-психологічний феномен та засоби його поліпшення.

Проаналізуємо визначення якості життя, його структурні компоненти і параметри кваліметрії, які є в сучасній психології.

Г.М. Зараковський визначає якість життя як інтегральну властивість життєдіяльності людей – рівень відповідності характеристик життєвих процесів та їх поточних результатів позитивним потребам індивідів або їх соціумів [4, с. 31]. Тобто якість життя визначається через відповідність параметрів життя потребам людей. Для побудови структури якості життя Зараковський Г.М. виділяє чотири компоненти в складі його інтегрального показника: економіко-психологічні потреби (на думку автора, задає весь спектр критеріїв якості життя), популяційний анатомо-фізіологічний статус і здоров'я, духовно-діяльнісний потенціал (активність щодо формування якості життя) і психічні стани (функціональні стани, які визначають ситуаційну дієздатність людини) [там само, с. 56 – 62]. Критеріями (індикаторами) якості життя автор вважає суб'єктивну (задоволеність / незадоволеність життям самою людиною) та об'єктивну (експертну оцінку зазначених вище компонентів) оцінки.

Дещо ширше визначення пропонує А.І. Субетто (2004), який визначає якість життя як систему якостей духовних, матеріальних, соціокультурних, екологічних і демографічних компонентів життя. У цій системі виявляються рівень реалізації родових сил людини, творчий сенс її життя. За концепцією автора існують три роди якості, які визначають якість життя людини: єдність психологічного та фізичного (психосоматичного) представленого в нормі психічним і фізичним здоров'ям; професійна якість, тобто якість спеціаліста; системно-соціальна якість, яка проявляється в розвитку духовності, моралі, світоглядних позицій, сформованості картини Миру [11, с. 56]. Особливу роль в цій структурі, як зазначає А.І. Субетто відводиться інтелекту, він має функцію передбачення творчої активності в напрямку проектування і реалізації духовно-моральної, пізнавальної й професійної самореалізації.

Як відзначає Хащенко В.О. якість життя являє собою відрефлексоване у свідомості психологічне ставлення до наявних матеріальних, соціальних, соціально-психологічних, особистісних умов життя індивіда і за своєю природою є соціально-психологічним феноменом, в якому інтегруються результати рефлексії особливостей соціально-економічного, соціально-психологічного та особистісного середовища життєдіяльності людини [12, с. 60 – 61]. Тобто якість життя це інтегральна єдність соціальних, природних, психологічних і духовних чинників життя індивіда, опосередкованих характеристиками його особистості.

Баранова А.В. підкреслює, що традиційне зведення психологічного змісту якості життя до когнітивних та / або емоційних компонентів обмежує розгляд цього феномена, виключає вивчення одного з важливих його аспектів – суб'єктного, а саме, ролі активності людини у формуванні та досягненні цілей власної життєдіяльності [2, с. 3]. Таким чином авторка, наполягає на необхідності введення конативного компоненту до структури якості життя.

Шатрова А.О. якість життя розглядає через ступінь задоволення матеріальних, соціальних і культурних потреб, пов'язаних зі сприйняттям людьми свого положення в залежності від системи цінностей і соціальних стандартів, існуючих в суспільстві [13]. Шатрова А.О. виділяє п'ять типів потреб, задоволення яких впливає на якість життя. Базовими для існування є фізичні потреби, що включають в себе потреби в їжі, чистоті, одязі, сні та ін. Другий елемент оцінки якості життя – «середні» потреби, що включають потребу в зручному, комфортному довіллі, в розвиненій інфраструктурі суспільства як громадянського інституту. Третій рівень – асоціально-психологічні потреби, які авторка визначає як індивідуальні потреби

людини у відчутті незалежності від суспільства як соціального і цивільного інституту та соціально-психологічні потреби – потреби людини у всебічній взаємодії з суспільством (успішні міжособистісні взаємини, можливість осмислення, концентрацію, соціальну оцінку, соціальні переживання). П'ята група потреб – духовна. Релігія і особисті переконання є невід'ємними елементами психологічного стану здорової і щасливої людини. Далі, вслід за А. Маслоу, авторка висловлює думку, що людина не може замислюватися про задоволення вищих потреб без належного рівня комфорту, досягнутого на першому рівнях, де вирішальними або такими, що істотно впливають є матеріальні активи, що є у людини.

У роботах зарубіжних дослідників якість життя представлено як феномен життєвого благополуччя, психологічний зміст якого визначається когнітивним змістом через оцінювання свого життя (задоволеність життям, окремими його аспектами на основі аналізу внутрішніх і зовнішніх умов буття) і емоційним змістом якості життя (переважання в людини позитивних емоцій – радості і щастя). Оцінка ступеня благополуччя і успішності життя можлива на основі оцінки п'яти універсальних елементів благополуччя: професійного, соціального, фінансового, фізичного і благополуччя середовища проживання [9, с. 11]. Серед найважливіших предикатів, що визначають задоволеність людини, виступає її соціальне благополуччя, яке являє собою кількісні і якісні характеристики спілкування. Серед психологічних факторів, що сприяють підвищенню індексу якості життя в зарубіжній психології відзначають наявність: екстраверсії, інтернального локус-контролю, високої самооцінки, самоповаги, самоприйняття, оптимізму, життєрадісності, вміння планувати і продуктивно використовувати час (M. Argyle, E. Diener, A. Campbell, T. Lischetzke, R. Lucas, R. Veenhoven та ін)

На нашу думку, одним з найбільш вдалих зразків структури якості життя в психології є структура представлена в концепції «Well-being» Е. Десі і Р. Райана. Вони сформулювали й описали три фактори, які необхідно повинні бути присутніми для того, щоб людина могла відчувати себе включеною в повноцінне, осмислене, творче і щасливе життя, відчувала благополуччя [14, р. 69]:

1. Відчуття компетентності – відчуття всієї повноти своїх можливостей, відчуття «я знаю, я можу». Це відчуття себе професіоналом у своїй сфері.

2. Самодетермінація – це усвідомлення себе і тільки себе причиною своїх дій. Якщо людині це вдається, то з'являється задоволення від діяльності, виникає почуття самостійності, впевненість у майбутньому.

3. Включеність в систему значущих відносин. Потреба бути включеним в значимі відносини з іншими людьми в процесі діяльності, переживання спів-буття.

Однак ми вважаємо доцільним додати до цих факторів фактор тілесності в аспекті ставлення до свого тіла. Тілесність – це представленість соматичного у свідомості, джерело, засіб і результат управління процесами взаємодії зі світом за допомогою тіла [6, с. 32]. Ставлення людини до свого тіла, як складової тілесності, є невід'ємною частиною самоставлення і акумулює в собі його сутність. Іншими словами, те, як ставиться людина до свого тіла, впливає на її ставлення до самої себе як до особистості. Врахування даного фактору є важливим для розуміння феноменології якості життя в психологічній площині.

Таким чином, ми вважаємо перспективним дослідження проблеми якості життя людини на феноменологічних засадах. Оскільки основною наших наукових поглядів є ідея про те, що є якість життя залежить переважно від смислового переживання наявних внутрішніх та зовнішніх ресурсів. На нашу думку, це надасть можливість пояснити, чому при недостатніх з точки зору зовнішнього спостерігача об'єктивних показниках рівня якості життя, людина може почуватись більш щасливою, переживати благополуччя, задоволення, радість і навпаки, маючи більше матеріальних ресурсів, можливостей та засобів досягання цілей індекс якості життя може бути

низьким. Під якістю життя ми будемо розуміти інтегральну сукупність факторів, які забезпечують суб'єктивну задоволеність особистості взаємодією в системі «суб'єкт-середовище». В якості структурних компонентів якості життя ми визначаємо смислове переживання: компетентності в обраній сфері діяльності; самоздійснення; своєї значущості в системі соціальних стосунків; тілесної сутності.

**Результати дослідження.** За для досягнення мети, поставленої в дослідженні, ми провели опитування серед 60 осіб – 48 жінок та 12 чоловіків, віком від 18 до 21 року, які є студентами вишу соціально-політичного напрямку підготовки.

Першим завданням було визначення того, що розуміють під якістю життя наші респонденти. Ми виявили, що молоді люди вкладають в це поняття:

1. Задоволеність потреб і своїми можливостями, життям в цілому – 35%. Таке розуміння якості життя засвідчує, що молоді люди усвідомлюють свою активну роль в досягненні стану задоволення потреб і що саме від повноти реалізації їх можливостей залежить те, наскільки вони будуть задоволені своїм життям.

2. Задоволеність умовами проживання та соціальним статусом – 16%. Такий показник відображає соціально-економічну складову якості життя, значення статусу та умов життя для відчуття суб'єктивного задоволення.

3. Можливість розвитку, досягнення цілей, активність позиції, самореалізація – 11%. Відповідь такого зразку відображає цінність в уявленнях молодих людей високого темпу життя, досить насиченого планами та перспективами і, знову ж таки, власну активну позицію.

4. Успішність і повнота життя, його позитивна оцінка; відповідність життя власному або суспільному ідеалу/стандарту – 11%. Виходячи з даної відповіді, можемо зробити висновок, що при оцінці власного життя важливим маркером його якості молоді люди вважають думку оточуючих та, в свою чергу, мають особисті уявлення з приводу того, що таке висока якість життя, на що і орієнтуються.

Серед інших відповідей на поставлене питання нам зустрілись: рівень матеріальної забезпеченості (6%); стиль, образ життя (5%); гідне життя, відсутність жалю через свої вчинки (3%); свідомий вибір життєвого шляху (3%). 6% наших респондентів не змогли відповісти на питання «Що таке якість життя в вашому розумінні?».

Таким чином, наші респонденти засвідчують, що якість життя напряду пов'язана з задоволення потреб, високою оцінкою своїх можливостей в цьому процесі, саме це, на їх думку, забезпечує суб'єктивне відчуття благополуччя і, відповідно, високу якість життя. Варто підкреслити, що про які саме потреби у відповідях йде мова не зазначається, і також те, що всі ці відповіді є досить стереотипними. Тим же часом, смислове наповнення, розуміння якості життя через переживання у відповідях опитаних відсутнє взагалі.

Для того, щоб відповісти на питання «Чого Вам більше всього не вистачає для поліпшення якості Вашого життя?», респондентам був запропонований список з 30 факторів, який необхідно було проранжувати – від найбільш значущого (який вкрай важливий для підтримання високого рівня життя) до найменш значущого (зовсім не важливий). Відповіді розподілились наступним чином: на першому місці – «любовні стосунки з представником протилежної статі»; на другому – «гроші»; на третьому – «можливість подорожувати»; на нижчих позиціях розташувались – «здоров'я», «можливість працювати та отримувати високу заробітну платню», «матеріальна незалежність», «спілкування з родиною», «підтримка близьких», «свобода вибору», «нові яскраві враження». Таким чином, можна зробити висновок, що сучасні молоді люди вважають, що досягти високого рівня життя можна досягти переважно через зовнішні чинники: матеріальний статок, інших людей, зміну місця знаходження. Це вказує на екстернальність ставлення до власного життя, залежність від факторів, які є мінливими.

Звідси виникає загроза того, що коли не буде вистачати грошей, стосунки з коханою людиною припиняться, а місце перебування набридне і не буде змоги його змінити особистість опиниться в стані психологічної кризи: незадоволеності, внутрішньої порожнечі, втрати смислових орієнтирів, відсутності бажання змінюватись, адаптуватись до нових умов.

Найменш значущими для поліпшення якості життя виявились – «слава та визнання оточуючих», «зовнішня привабливість», «красивий, дорогий одяг, взуття, аксесуари», «можливість допомагати іншим». На наш погляд, перші три перелічені позиції були знехтувані нашими респондентами через їх яскравий оціночний зміст. Ми вважаємо, що така позиція вказує на головування в пріоритетах сучасних молодих людей самореалізації за рахунок досягнень в обраній сфері, особистих достоїнств та чеснот, спілкування зі значущими іншими та ін., що, безумовно можна розцінювати позитивно. Чого не можна сказати про те, що молоді люди не вважають важливим для підвищення якості свого життя допомогу іншим. Таким чином, втрачається цінність взаємодопомоги, підтримки, співпраці, сприяння один одному в побуті та справах.

Кореляційний аналіз зв'язку між потребами, задоволення яких може сприяти поліпшенню якості життя, засвідчив існування наступних тенденцій.

Чим більшою є потреба в духовному розвитку, тим менше людина бажає слави та визнання від оточуючих ( $r=-0,4$ ;  $p\leq 0,01$ ) і, навпаки, можливість духовного розвитку позитивно пов'язана з творчою самореалізацією ( $r=0,5$ ;  $p\leq 0,01$ ). Що ще раз підтверджує прагнення до переорієнтації сучасних молодих людей з зовнішніх показників якості життя на внутрішні, змістовні. Творча самореалізація, в свою чергу, позитивно пов'язана з потребою в нових яскравих враженнях ( $r=0,5$ ;  $p\leq 0,01$ ). Тобто розвиток особистісного потенціалу за допомогою створення чогось нового наші опитані напругу пов'язують з тими зовнішніми явищами, які можуть вразити, здивувати, зацікавити. В цей же час, чим більше прагнення до творчої самореалізації, тим менша потреба бути привабливим зовнішньо ( $r=-0,5$ ;  $p\leq 0,01$ ).

Відзначимо також, що чим більше людина бажає мати цікаве хобі, тим менше вона зацікавлена в дружньому спілкуванні ( $r=-0,4$ ;  $p\leq 0,01$ ). Тим же часом була виявлена ще одна тенденція: якщо потреба спілкуватись з друзями високо проявлена, тим менше прагнення мати роботу та високу заробітну платню ( $r=-0,3$ ;  $p\leq 0,05$ ). Також молода людина не прагне мати сміливість кинути зобов'язання, якщо має достатньо дружнього спілкування ( $r=-0,4$ ;  $p\leq 0,01$ ). Можна зробити висновок, що для респондентів віком від 18 до 22 років, які були представниками нашої вибірки, притаманні дві протилежні тенденції: заглиблення в цікаве для себе заняття настільки, що виникає вірогідність відмови від спілкування з найближчими людьми, з одного боку і домінування над бажанням працювати, заробляти гроші, кинути існуючі зобов'язання спілкування з друзями – з іншого. Такі дані є віковою нормою, оскільки в юнацькому віці дружба продовжує займати одне з пріоритетних місць на ряду з заснуванням стосунків з представником протилежної статі.

Також ми виявили, що чим більше задоволена потреба в спілкуванні з родиною, тим менше потреба подорожувати ( $r=-0,4$ ;  $p\leq 0,01$ ). Ця тенденція також є нормативною для цього віку, оскільки подорожування – це один з засобів отримувати нові враження, встановлювати контакти, розширювати світогляд, однак зв'язок даного бажання зі стосунками в родині може вказувати на те, що подорож певним чином виступає в якості засобу втечі від негараздів у відносинах з рідними, що є проявом інфантилізму, невміння вирішувати наявні проблеми в області комунікації.

Останнім завданням, яке ми запропонували нашим респондентам, було визначення знань з якої галузі їм не вистачає найбільше, щоб почати поліпшувати якість життя вже зараз, запропонувавши обрати з наступного списку: психологія, медицина, етика, економіка, політика,

юриспруденція, езотерика, філософія. Так, ми виявили, що сучасна молодь виявляє найбільший брак знань в області медицини та психології (по 38%), за їх власними спостереженнями не більше знань у них і в юриспруденції та економіці (35% та 33% відповідно). Неважливими для поліпшення якості життя дівчата та хлопці вважають знання в області етики та філософії (по 5%).

Кореляційний аналіз факторів, яких не вистачає для поліпшення якості життя з браком знань в вищезазначених областях, показав, що чим більше людині не вистачає розуміння з боку оточуючих, тим більше вона потребує знань в області юриспруденції ( $r=0,4$ ;  $p\leq 0,01$ ). Тобто, не маючи змоги знайти відгук на свої потреби, переживання, думки, поведінку від свого середовища, особистість вважає, що відповідь на те, як виправити ситуацію криється в юридичній науці та практиці. Таким чином, замість того, щоб шукати відповіді на запитання, як зрозуміти інших і дати їм зрозуміти себе в психології та етиці, особистість прагне дізнатись, як врегулювати стосунки в правовому полі. На наш погляд, така позиція є завідома програшною, оскільки категорія «розуміння», окрім когнітивного змісту, має значне емоційне забарвлення, припускає певну міру близькості, в той час як регулювання стосунків нормами, правилами, законами, навпаки, позбавляє безпосереднього емоційного контакту. На підтвердження цього, ми отримали дані, що чим краще в особистості задовольняються потреби в спілкуванні з родиною та в підтримці з боку близьких людей, тим менше вона потребує знань з етики ( $r=-0,3$ ;  $p\leq 0,05$ ), вочевидь тому, що і так спирається на моральні аспекти взаємодії з ними. Також нами був отриманий зворотній кореляційний зв'язок між задоволенням потреби в оздоровчих процедурах (масаж, фізичні вправи, водні процедури, тощо) та бажанням більше дізнатись з області психології ( $r=-0,4$ ;  $p\leq 0,01$ ), це вказує на те, що зважений, дбайливий підхід до своєї тілесної сутності, адекватне та своєчасне реагування на потреби тіла дозволяє уникнути виникнення внутрішніх психологічних конфліктів, сприяє стресостійкості та зміцнює відчуття психологічного комфорту. Таким чином, ми підтвердили своє припущення з приводу того, що фактор тілесності є важливим для розуміння якості життя та шляхів її поліпшення.

**Висновки.** Теоретико-методологічний аналіз проблеми якості життя дозволив нам визначити, що в психології вивчення даного феномену розпочато нещодавно. Основний акцент в дослідженнях робиться на особливостях мотиваційно-потребової сфери особистості, а в найбільшій мірі – рівня задоволеності основних потреб виділених А. Маслоу. В цей же час мало досліджень, які стосуються смислового переживання факторів, які забезпечують задоволення цих потреб.

В процесі емпіричного дослідження ми встановили, що сучасна молода людина пов'язує якість життя здебільшого з задоволенням матеріальних потреб, статусними показниками, успішністю, позитивною оцінкою власною та оточуючих. Серед факторів, які можуть поліпшити якість їх життя, молоді люди особливо виділяють любов, гроші, можливість подорожувати, а серед найменш важливих для високої якості життя називають славу та визнання, одяг та аксесуари, зовнішню привабливість. Молоді люди з одного боку залежні від близьких стосунків, прагнуть до зростання матеріального благополуччя, бажають подорожувати та отримувати нові яскраві враження, не схильні фіксуватись на зовнішніх атрибутах успішності, і в той же час не прагнуть допомагати іншим, спілкуванню з друзями воліють займатись інтересним хобі. Найбільш важливими для підвищення якості життя юнаки та дівчата вважають знання з психології та медицини.

Таким чином, результати нашого дослідження підтверджують, що якість життя як соціально-психологічний феномен складається з чотирьох складових: самодетермінації або самоздійснення (суб'єктної активності, усвідомлення своєї відповідальності за процеси життя, розуміння себе причиною результату свого вибору); включення в систему задовольняючих

міжособистісних стосунків; позитивного (дбайливого) ставлення до свого тілесного начала. Однак, досить мало інформації ми отримали, щодо значення професійної компетентності в даній структурі. Ми пов'язуємо такі результати з тим, що для представників нашої вибірки – юнаків та дівчат, які ще навчаються в виші – ця складова якості життя ще не актуалізована.

Отже, в **перспективі** наших подальших досліджень є вивчення залежності індексу якості життя від смислового переживання описаних факторів на вибірці дорослих людей.

### Література

1. Алмакаева А. М. Субъективное качество жизни: основные проблемы исследования // Вестник Самарского государственного университета. – 2006. – № 5. – С. 41—47.
2. Баранова А.В. Экономико-психологические детерминанты субъективного качества жизни : автореф. дис. на соиск. науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.05 / А.В. Баранова. – М., 2005 – 20 с. – с. 3
3. Головина Г. М. Структура показателей общей удовлетворенности жизнью // Качество жизни: критерии, оценки : тез. семинара. – М., 2002. – С. 17-18.
4. Джидарьян И. А. Удовлетворенность жизнью и выбор стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях // Психологическое обозрение. –1997. – № 2. – С. 37—41.
5. Зараковский Г.М. Качество жизни населения: психологические составляющие. – М.: Смысл, 2009. – 320 с. – 31 с.; 56–62 с.
6. Зинченко В.П., Леви Т.С. Психология телесности. Между душой и телом. – М.: АСТ МОСКВА, 2011. – 736 с. – с. 32
7. Кулайкин В.И. Социально-психологические параметры качества жизни в различных социальных группах : дис. .. канд. психол.наук : 19.00.05 / Кулайкин Владимир Ильич. – Кострома: ГОУ ВПО «Костромской государственный университет имени Н. А. Некрасова», 2006. – 299 с.
8. Новая философская энциклопедия: в 4 т. / [под ред. В.С. Стёпина]. – М. : Мысль, 2001. – Т. 2. – с. 310
9. Рат Т. Пять элементов благополучия : Инструменты повышения качества жизни. / Рат Т., Хартер Дж. – М. : Альпина Паблишерз , 2011. – 146 с. – 11 с.
10. Савченко Т. Н. Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. / Савченко Т. Н., Головина Г. М. – М. : Ин-т психол. РАН, 2006. – 168 с.
11. Субетто А.И. Качество жизни: грани проблемы / Субетто Александр Иванович. – Кострома: КГУ им. Н.А.Некрасова, 2004. – 170 с. – с.56
12. Хащенко В.А. Социально-психологический подход к исследованию качества жизни / Хащенко В.А., Хащенко Н.Н. // Качество жизни: критерии и оценки. Отечественный и зарубежный опыт. – М. : Изд-во ВНИИТЭ., 2002. – № 2. – с. 60-61.
13. Шатрова А. О. О материальной составляющей в структуре показателя качества жизни населения. [Электронный ресурс] / А. О. Шатрова // Общероссийский студенческий научный форум (15-20 фев. 2011) : тезисы докл. – Режим доступа: <http://www.rae.ru/forum2011/14/572>
14. Ryan R. M. and Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. // American psychologist, 2000. – vol. 55. – № 1. – p. 68-78. – p.69

В статье рассмотрены основные методологические проблемы исследования качества жизни личности в психологии. Представлены определения, структура и критерии

оценки качества жизни. Исследованы представления современных молодых людей о качестве жизни и средствах ее улучшения.

*In the article reviews the main methodological aspects of the research quality of life of personalities in psychology. Submitted by definition, structure and criteria for assessing the quality of life. Studied notions of modern young people about the quality of life and means of improvement.*

Статтю подано до друку 12.06.2014.

© 2014 р.

О. І. Баришева (м. Луганськ)

## **ОПТИМІСТИЧНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ РОЗУМІННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ЛЮДИНИ**

**Постановка проблеми.** Дослідження взаємозв'язку людини і навколишнього світу в психологічній науці розглядається в різноманітних ракурсах. Один із можливих напрямків конкретизації основоположного питання «Людина – Світ» ми бачимо у розробці проблеми життєвого простору особистості, його психологічної екологічності та у разі його руйнації специфіки надання особистості необхідної психологічної допомоги у спробі гармонізації життя людини. Ця проблема порівняно недавно у вітчизняній науці позначилася як окремий предмет досліджень (Л.А.Александрова, 2004; В.В.Бодров, 2004; Дорфман, 1993; Л.Г.Костюченко, 2005; К.В.Килимник, 2005; Ц.П.Короленко, Н.Н.Пуховський, 2000; О.В.Матвієнко, 2005; С.К.Нартова-Бочавер, 2003; Ю.М.Швалб, 2005; І.П.Шкуратова, 2007 та ін.).

Ставлення людини до оточуючого світу містить в собі низку складових, які обов'язково пов'язані з її психологічним полем (К.Левін): це цінності особистості, її світогляд, переконання, родинна історія, культура й традиції етносу, особистісні смисли людини, сформовані на основі досвіду життєдіяльності й самореалізації, особливості емоційного реагування та багато іншого. І те, яким чином особистість оцінює і сприймає події й ситуації, який оцінний вектор надає ситуації – позитивний чи негативний – виявляється в таких особистісних рисах як оптимістичність чи песимістичність особистості. З численних досліджень останніх десятиліть стало зрозуміло, що оптимізм і песимізм є важливими психологічними конструктами тісно пов'язаними із змістовними характеристиками життєвого простору особистості, з такими психічними явищами як стресс та копінга поведінка, депресивні переживання, мотивація людини та її спрямованість, цілепокладаюча поведінка, надія та локус контролю особистості та ін. Оптимізм і песимізм досить яскраво виявляються в різноманітних сферах життєдіяльності людини, у просторі її повсякденності. Отже, урахування рівня оптимістичності і можливість його розвитку може мати велике значення в діяльності психолога в ситуації надання особистості невідкладної психологічної допомоги в складних, стресових ситуаціях її життя.

**Метою даної статті** є спроба розглянути оптимістичність особистості в контексті вивчення її суб'єктивного життєвого простору, виявити особистісні чинники оптимістичності та з'ясувати взаємозв'язок з задоволеністю якістю життя у людини.

**Теоретичні положення проблеми. Аналіз останніх досліджень.** Курт Левін [1] першим поставив перед психологами питання про те, з яким середовищем взаємодіє людина. «Теорія поля підкреслює важливість того факту, що будь-яка подія є результат безлічі чинників» [1]. І.П.Шкуратова, аналізуючи роботи К.Левіна, відзначає, що життєвий простір підпорядковується психологічним законам, які суттєво відрізняються від фізичних [3]. Наприклад, в різних життєвих ситуаціях наше враження про час є досить різним, і залежить