

УДК 364.2

Ю. А. Королева

**Социально-психологическая компетентность личности как детерминанта субъективного качества жизни**

В статье представлен анализ подходов к пониманию феномена качества жизни, изложены разные точки зрения на определение его индикаторов. Сделаны выводы о связи социально-психологической компетентности и субъективного качества жизни. Выявлено, что общение является универсальным условием, обеспечивающим социально-психологическую составляющую субъективного качества жизни.

**Ключевые слова:** субъективное качество жизни, социально-психологическая компетентность личности, рефлексивные и коммуникативные практики.

Обострение системного кризиса, нарастание социально-экономических противоречий в обществе, выражающихся главным образом в снижении реальных доходов населения, росте его заболеваемости, углублении имущественной дифференциации, вызывают повышенный интерес к исследованию проблем качества жизни.

Социокультурные изменения в современном российском обществе во всех сферах его жизнедеятельности в настоящее время носят динамичный и вместе с тем неустойчивый характер, предъявляя к общению личности повышенные требования. Между тем именно в коммуникативном процессе предоставляются условия, позволяющие личности осознать себя, сопоставить характеристики своей жизни с характеристиками других, т.е. оценить качество своей жизни.

Феномен качества жизни рассматривается как интегральное, многокомпонентное образование. В разработку его изучения значительный вклад внесла Всемирная организация здравоохранения: она выработала такие основополагающие критерии качества жизни, как физические, психологические и другие.

К общим методологическим подходам в исследовании качества жизни можно отнести философский, политический, экономический, экологический, психологический, медицинский. Наиболее разработанными среди них являются экономический, экологический и медицинский.

В рамках *экономического подхода* качество жизни определяется как отражение материального уровня благосостояния субъекта и как способность человека воспроизводить и увеличивать свой материальный достаток. Существуют две точки зрения на рассмотрение качества жизни: оптимистическая и пессимистическая [19, 21, 23].

В *экологическом подходе* рассматриваемый феномен определяется через создание условий, в которых сохраняются природные ресурсы и не нарушается состояние окружающей среды [3, 16].

В *медицинском подходе* качество жизни понимается как сохранение и воспроизводство жизни и здоровья человека, воспроизводство человеческого рода. К основным механизмам, способствующим этому, относят пропаганду здорового образа жизни; формирование нормативно-правовой базы развития современного здравоохранения; реформирование системы первичной медицинской помощи [6, 14, 17, 18].

В *психологическом подходе* качество жизни рассматривается как субъективная удовлетворенность человека своей жизнью, что выражается в его оценке уровня и степени реализации потребностей. Значение понятия «качество жизни» относится к характеристикам самовосприятия личности с точки зрения оценки ею своего жизненного про-

© Королева Ю. А., 2013

странства. Индивидуальность восприятия и интерпретации человеком происходящего определяет безусловные различия субъективного и объективного значения событий для личности [24, с. 70].

Существующее разнообразие подходов к определению самого понятия «качество жизни» подтверждает мысль о многогранности и интегральности данного феномена, содержание которого зависит и от рассматриваемой сферы, и от социального времени, и от методологической позиции авторов, и от ориентиров, которые принимаются за основу, и от объективности или субъективности его показателей.

Во многих работах зарубежных и отечественных исследователей [4, 5, 8, 9] качество жизни представлено как феномен жизненного благополучия, психологическое содержание которого определяется когнитивным содержанием через оценивание своей жизни (например, присутствием чувства удовлетворённости жизнью, отдельными её аспектами) и эмоциональным содержанием качества жизни (например, преобладанием в состоянии человека позитивных эмоций — радости и счастья).

Различные подходы к рассмотрению феномена «качество жизни» фиксируют необходимость уточнения его *индикаторов*, характеризующих уровень и степень обобщённости [13, с. 77].

Таковыми индикаторами для него у разных авторов (А. М. Алмакаева, Г. М. Головина, И. А. Джидарьян, Г. М. Зараковский, Т. Н. Савченко и др.) являются социально значимые ценностные ориентации личности, удовлетворённость жизнью и ощущение счастья, баланс положительных и отрицательных эмоций, успешность личности [2, 8, 9, 22].

Удовлетворённость качеством жизни непосредственно связана с самовосприятием личности. Например, при равных материальных условиях разные люди оценивают своё качество жизни весьма по-разному. По мнению К. А. Абульхановой-Славской, при оценивании жизни извне именно критерий удовлетворённости является одним из главных и безошибочных [1, с. 10—11].

Удовлетворённость жизнью в целом состоит из интеграции удовлетворённости отдельными её сферами. Так, например, оценка степени благополучности и успешности человека в жизни, по мнению Тома Рата и Джима Хартера, возможна на основе оценки пяти универсальных элементов благополучия: профессионального, социального, финансового, физического и благополучия в среде проживания [20, с. 11]. По мнению тех же авторов, среди важнейших предикатов, определяющих удовлетворённость человека, выступает его социальное благополучие, детерминированное количественными и качественными характеристиками общения.

Приоритет субъективного при определении личностью своего качества жизни приводит к необходимости концентрирования внимания на *факторах, условиях и способах* оценки качества жизни. В настоящее время проводится множество исследований, посвящённых анализу способов и критериев осмысления человеком мира. Однако на данный момент не существует системных многоуровневых моделей смысловой структуры сознания, недостаточно разработаны методы исследования динамики ведущих личностных смыслов [15, с. 133].

Среди *факторов* высокого субъективного качества жизни в зарубежной психологии рассматриваются экстраверсия, интернальный локус контроля, высокая самооценка, самоуважение, самопринятие, оптимизм, жизнерадостность, умение планировать и продуктивно использовать время (М. Argyle, Е. Diener, А. Campbell, Т. Lischetzke, R. Lucas, R. Veenvhoven и др.); в отечественной — самореализация, активность, смелость, ответ-

ственность, способность к самовыражению, мотивационная направленность, совладающее поведение, уверенность и др. (К. А. Абульханова-Славская, Г. М. Головина, И. А. Джидарьян, Г. М. Зараковский, Т. Н. Савченко).

Среди *условий*, позволяющих личности производить самооценку качества жизни, можно выделить характер отношения к социальной реальности и её интерпретации, что вытекает как из личностно-психологических свойств, так и из субъективного опыта личности, специфики субъективно значимых ценностей и т.д. *Способами* определения субъективного качества жизни как продукта реальных и идеальных интеракций субъекта с его социальной реальностью, сложно взаимодействующих с субъективным пониманием целей этих интеракций, выступают рефлексивные и коммуникативные практики, позволяющие осуществлять сопоставление качества жизни различных людей между собой в процессе общения.

Именно в коммуникативном процессе складывается типичная стратегия взаимодействия как совокупность преобладающих особенностей поведения человека в отношениях с другими людьми в конкретной ситуации, которые определяются по соотношению тенденций направленности на себя и на партнёра. Её роль во взаимодействии во многом определяется коммуникабельностью личности.

По мнению В. И. Кабрина, коммуникабельность служит сквозным фактором, интегрирующим различные уровни жизни человека. На каждом из уровней жизнедеятельности человека (функционально-индивидуальном, операционно-субъектном, мотивационно-личностном) жизнеспособность демонстрирует комплекс значимых связей с коммуникативными свойствами человека, что подтверждает положение о том, что коммуникабельность является сквозной интегральной тенденцией, обеспечивающей жизнеспособность личности. Учёным предложено новое определение личности как «встречи человека с миром»; как «субъекта и внешнего (межличностного), и внутреннего (духовного) пространства К-мира, в котором она поддерживает и развивает коммуникативные и ментальные структуры своего Я» [10, с. 37]. Коммуникативный подход основан на понимании «сквозного» характера коммуникации, так как «...коммуникативный мир охватывает все уровни жизни человека — от геномного до духовного» [10, с. 53].

**Коммуникативная стратегия** — это часть поведения или социального взаимодействия, в которой паттерны различных вербальных и невербальных средств используются для достижения определённой цели. Коммуникативные стратегии личности связаны с субъективным опытом общения личности, количеством актуальных межличностных коммуникаций, уровнем социальной активности, личностно-психологическими и социальными характеристиками. Личностным образованием, на основе которого разворачиваются, формируются стратегии взаимодействия, является *социально-психологическая компетентность*, под которой мы понимаем «систему характеристик развивающейся личности, опосредующую её успешность в различных сферах жизнедеятельности через обеспечение продуктивного взаимодействия с другими людьми» [12, с. 141].

Проблематика компетентности и, в частности, социально-психологической компетентности, являясь одной из ведущих тем в общественных науках последних десятилетий, принадлежит к классу междисциплинарных проблем.

При определении сущности феномена социально-психологической компетентности необходимо подчеркнуть многокомпонентность и системность. Формирование характеристик в аспекте социально-психологической компетентности также подразумевает их разнонаправленность и структурирование. Достаточно стандартным, но при этом зарекомендовавшим себя вариантом является структурирование через выделение когнитивных, эмоциональных и поведенческих составляющих.

Социально-психологическую компетентность как сложное личностное образование мы рассматриваем через следующие структурные компоненты: «представления о разнообразии социальных ролей и способах взаимодействия, ориентированность в различных социальных ситуациях, понимание себя и других, определение личностных особенностей и эмоциональных состояний (когнитивный компонент), эмпатический отклик, эмоциональная устойчивость (эмоциональный компонент), поведенческие реакции, навыки конструктивного взаимодействия (поведенческий компонент)» [11, с. 10].

Высокому уровню социально-психологической компетентности будут соответствовать конструктивные взаимодействия, которые в психолого-педагогической литературе могут обозначаться как сотрудничество, гуманные отношения, оптимальное общение, субъект-субъектные отношения, конструктивное разрешение конфликтов, сотворчество и др.

С психологической точки зрения конструктивные взаимодействия — это совместно построенные действия, обеспечивающие необходимые условия для личностного роста, развития личностного потенциала, формирования навыков рефлексивного поведения, преодоления стереотипизации восприятия, эмоционально-душевного комфорта, становления навыков эффективного вербального и невербального общения, саморегуляции, развития потребности в самоактуализации.

Необходимыми условиями формирования социально-психологической компетентности личности являются *рефлексивные* и *коммуникативные практики*. По мере развития рефлексии и увеличения рефлексивных практик мы всё больше понимаем явления социальной действительности, соотнося их друг с другом и с собой, начинаем видеть фундаментальное единство отдельных её аспектов, развиваем большее осознание мира и себя в нём на основе непрерывного сопоставления. Когда это происходит, мы преодолеваем стереотипы и барьеры, приобретая способность понимать больше сторон жизни и вместе с этим быстрее перерабатывать получаемую нами информацию.

*Коммуникативные практики* даже в условиях невозможности улучшения объективных параметров качества жизни обеспечивают субъекту позитивный тренд адаптации и психологическое равновесие. Таким образом, коммуникативные практики задают субъективные параметры качества жизни социального субъекта.

В качестве социально-психологических детерминант субъективного качества жизни, опосредованных развитием социально-психологической компетентности индивида в процессе межличностного взаимодействия, исследователи выделяют статусно-ролевые характеристики личности в группе (А. Abbey, F. M. Andrews, M. Argyle, E. Diener, И. А. Джидарьян, Е. Ю. Рубанова), характер выстраиваемых индивидом социальных отношений, а также качество и объём получаемой социальной поддержки (B. S. Jorgensen, R. D. Jamieson, J. F. Martin) и степень социальной активности индивида (Г. М. Головина и Т. Н. Савченко), опыт общения.

Помимо этого на удовлетворённость индивида качеством своей жизни влияют коммуникативность, волевой самоконтроль и принятие себя.

Зарубежными исследователями отмечается влияние эмоционального интеллекта на субъективное качество жизни (E. N. Gallagher, D. A. Vella-Brodrick), устойчивости к негативным аффективным состояниям, возникающим в межличностном взаимодействии, доминирующего вида привязанности (A. Ozturk, T. Mutlu) и чувства социальной сопричастности (R. F. Vaumeister, M.R. Leary, B. L. Dean, K. R. Jung).

Резюмируя, можно сформулировать несколько выводов:

1. Качество жизни выступает системным, комплексным, интегральным показателем человеческой жизни, психологическими индикаторами которого являются социально

значимые ценностные ориентации личности, удовлетворённость жизнью и ощущение счастья, баланс положительных и отрицательных эмоций, успешность личности и др.

2. При анализе диалектики параметров качества жизни обнаруживается, что они могут не совпадать между собой как во времени, так и в пространстве. Например, наличие условий для жизни вовсе не означает её высокого качества, поскольку эти самые условия человек должен осмыслить и эффективно ими воспользоваться.

3. Общение является универсальным субстратом, обеспечивающим социально-психологическую составляющую субъективного качества жизни. Коммуникативные и рефлексивные практики задают субъективные параметры качества жизни социального субъекта.

4. Социально-психологическая компетентность как комплексная характеристика индивида опосредует его успешность в различных сферах жизнедеятельности через обеспечение продуктивного взаимодействия с другими людьми и коррелирует с показателями профессионального, социального, физического, финансового благополучия и благополучия в среде обитания.

Таким образом, социально-психологическая компетентность личности является важнейшей детерминантой субъективного качества жизни. Уровень развития социально-психологической компетентности индивида обуславливает степень продуктивности его взаимодействия с социумом, что отражается на его успешности, благополучии в различных сферах жизнедеятельности и субъективном качестве жизни.

Перспективой нашего исследования является изучение детерминант субъективного качества жизни современной молодёжи. Мы предполагаем, что деформации общения, получающие всё большее распространение в обществе постмодерна, при возрастающей роли коммуникаций и увеличивающихся требованиях к сущности и качеству социальных и межличностных интеракций, будут коррелировать с незащищённостью и другими показателями субъективного качества жизни, снижая благополучие личности в разных сферах.

#### Список использованной литературы

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М. : Мысль. 1991. 157 с.
2. Алмакаева А. М. Субъективное качество жизни: основные проблемы исследования // Вестник Самарского государственного университета. 2006. № 5. С. 41—47.
3. Бек У. Общество риска. На пути к другому модерну / пер. с нем. В. Седельника и Н. Фёдоровой ; послесл. А. Филиппова. М. : Прогресс-Традиция, 2000. 384 с.
4. Головина Г. М. Структура показателей общей удовлетворённости жизнью // Качество жизни: критерии, оценки : тез. семинара. М., 2002. С. 17—18.
5. Гордеев В. И., Александрович Ю. С. Методы исследования ребёнка: качество жизни QOL — новый инструмент оценки. СПб. : Речь, 2001. 200 с.
6. Громбах С. М. Оценка здоровья детей и подростков при массовых осмотрах // Вопросы охраны материнства и детства. 1973. № 7. С. 3—7.
7. Давыдова Е. В., Давыдов, А. А. Измерение качества жизни. М. : Ин-т социологии, 1993. 52 с.
8. Джидарьян И. А. Удовлетворённость жизнью и выбор стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях // Психологическое обозрение. 1997. № 2. С. 37—41.
9. Зараковский Г. М. Социально-личностное благополучие в структуре качества жизни общества. Показатели и критерии // Сборник докладов по качеству жизни. Критерии и оценки. М. : ВНИИТЭ, 2003.
10. Кабрин В. И. Коммуникативный мир и транскомуникативный потенциал жизни личности: теория, методы исследования. М. : Смысл, 2005. 248 с.
11. Королева Ю. А. Особенности социально-психологической компетентности младших школьников с задержкой психического развития : автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2008.
12. Королева Ю. А. Сравнительный анализ особенностей социально-психологической компетентности младших школьников при задержанном и нормативном развитии // Вестник Ленинградского государственного университета имени А. С. Пушкина. 2008. № 3. С. 140—144.

13. Лига М. Б. Качество жизни как основа социальной безопасности / под ред. М. В. Константинова. М. : Гардарики, 2006. 223 с.
14. Литвинов А. Г., Дмитриева Т. Н. Оценка качества жизни подростков с психосоматическими расстройствами в процессе комплексной терапии // Социальная и клиническая психиатрия. 2004. № 2. С. 39—43.
15. Манеров В. Х., Посохова С. Т., Королева Н. Н. Смысловые образования в субъективной картине жизненного пути личности // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2003. № 6. С. 132—143.
16. Моисеев Н. Н. Современный антропогенез и цивилизационные разломы. Эколого-политологический анализ. М. : МНЭПУ, 1994. 47 с.
17. Новик А. А., Ионова Т. И. Руководство по исследованию качества жизни в медицине. СПб. : Издат. дом «Нева», 2002. 320 с.
18. Новик А. А. Исследование качества жизни в медицине. М. : ГЭОТАР-МЕД, 2004. 304 с.
19. Пигу А. Экономическая теория благосостояния : пер. с англ. / общ. ред. С. П. Аукуционека ; вступ. ст. Г. Б. Хромушина. М. : Прогресс, 1985. Т. 1. 512 с. ; Т. 2. 454 с.
20. Рат Т., Хартер Дж. Пять элементов благополучия: Инструменты повышения качества жизни. М. : Альпина Паблишерз, 2011. 146 с.
21. Ростю У. Политика и стадии роста. М. : Прогресс, 1973. Вып. 1. 262 с.; Вып. 2. 204 с.
22. Савченко Т. Н., Головина Г. М. Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. М. : Институт психологии РАН, 2006. 168 с.
23. Тоффлер Э. Третья волна. М. : АСТ, 2004. 781 с.
24. Шаповал И. А. Психология дисгармонического дизонтогенеза. Ч. 2. Оренбург : Изд-во ОГПУ, 2009. 246 с.

Поступила в редакцию 04.06.2013 г.

**Королева Юлия Александровна**, кандидат психологических наук, доцент  
Оренбургский государственный педагогический университет  
460014, Российская Федерация, г. Оренбург, ул. Советская, 19  
E-mail: koroleva-y@yandex.ru

UDC 364.2

**Y. A. Koroleva**

### **Social and psychological competence as a determinant of the subjective quality of life**

This paper presents the analysis of approaches to the understanding of the phenomenon of quality of life, as well as different points of view on the definition of its indicators. The paper brings to light the connection between social-psychological competence and subjective quality of life. The article reveals that communication is a universal condition, providing social-psychological component of subjective quality of life.

**Key words:** subjective quality of life, social-psychological competence, self-reflexive and communicative practices.

**Koroleva Yuliya Aleksandrovna**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor  
Orenburg State Pedagogical University  
460014, Russian Federation, Orenburg, ul. Sovetskaya, 19  
E-mail: koroleva-y@yandex.ru