

## АКСІОЛОГІЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ

У статті презентовано теоретико-емпіричне дослідження аксіологічного виміру якості життя одружених та неодружених молодих людей. Визначення відмінностей аксіологічного змісту якості життя досліджуваних молодих людей підтверджує сформованість життєвої мети та позитивного суб'єктивного ставлення до життя у подружніх парах, що є ознакою їх ціннісно-сислової орієнтації в житті, на відміну від неодружених молодих людей, у яких позитивне ставлення до свого життя є вираженням показником високого контролю життя та власного Я.

**Ключові слова:** якість життя, задоволеність життям, задоволеність шлюбом, суб'єктивне благополуччя, смисложиттєві орієнтації.

Соціально-економічне сьогодення під впливом значної кількості негативних факторів актуалізує питання вивчення феномену якості життя людини, який з огляду на багатогранність його інтерпретації у багатьох наукових дисциплінах містить цілісно-збалансовані характеристики існування людини в соціальному середовищі, як-от її фізичне, соціально-психологічне та морально-духовне благополуччя. Тому важливим аспектом вивчення цього феномену є аспект відображення його аксіологічних ознак, які є невід'ємним компонентом руху людини до її самоактуалізації, розкриття власного потенціалу, побудови перспективи розвитку, і, як наслідок вироблення конструктивної стратегії життя.

У представленому дослідженні особлива увага акцентується на якості життя молодих людей, які перебувають у шлюбі, та неодружених, оскільки важливо з'ясувати причини масовості розлучень, негативного психологічного клімату в сім'ях, частих суїцидальних випадках самотніх людей, важливо визначити механізми, що позитивно, або ж негативно впливають на якість життя людей. Отже, метою даної статті є теоретичне та емпіричне обґрунтування аксіології якості життя одружених та неодружених молодих людей.

Поняття якісного життя передусім пов'язане з виміром благополуччя людини. Цей термін широко використовується в суспільних науках як категорія, що відображає якість умов життя людини, ступінь задоволення її потреб [4]. Якість життя також можна визначити як ступінь комфортності людини як у своєму внутрішньому світі, так і в рамках свого суспільства. Критерії якості життя застосовуються для оцінки рівня життя людей при розробці різних

медичних та соціальних програм для різних груп населення. Якість життя – поняття багатофакторне, тому в більшості випадків дослідників цікавлять не загальний показник якості життя як такий, а його компоненти: задоволеність людини ступенем фізичного (активність, рухомість, можливість самообслуговування), психологічного (емоціональний фон, в тому числі відчуття щастя або страждання), соціального (можливість участі в суспільній діяльності, контакти, обмеження можливостей за станом здоров'я в плані навчання, роботи, відпочинку), духовного благополуччя; загальне сприйняття стану свого здоров'я і благополуччя [2].

Найбільш повно та точно розкриває суть якості життя визначення, сформульоване Всесвітньою організацією охорони здоров'я: "Якість життя – це сприйняття людиною своєї позиції у житті, у тому числі фізичного, психічного та соціального благополуччя, залежно від якості середовища, в якому вона живе, а також рівня задоволення життям та іншими складовими психологічного комфорту" [8].

Презентуючи теоретичні напрацювання, варто згадати наукову позицію Е. Десі та Р. Раян, які сформулювали та описали три фактори, що визначають міру відчуття включення людини повноцінне, осмислене, творче та щасливе життя:

*відчуття компетентності*, яке пов'язане з упевненістю в своїх здібностях та можливостях (це відчуття "я знаю, я можу"); *відчуття самодетермінації* – це усвідомлення тільки себе причиною своїх дій (це відчуття самостійності та впевненості в своїх силах); *включення в систему значущих відносин*, яке дає людині відчуття потрібності, власної значущості для інших людей, що може виявлятися в процесі спільної діяльності. Людина, яка повною мірою володіє всіма трьома компонентами, може назвати своє життя якісним і здатна пережити всю повноту буття [7].

На уявлення про взаємозв'язок потреб людини та якості життя вплинула теорія ієрархічних потреб американського психолога А. Маслоу, в якій людина у своїх потребно-мотиваційних прагненнях "дійти до вершини" є сформованою особистістю, самоактуалізованою у житті, а отже, задоволеною своїм життям [5]. Водночас людина здатна ототожнювати якість життя з перспективою існування, щастям, здоров'ям, віком тощо. *Якість життя* – це суб'єктивне відчуття, близьке до щастя й особистого благополуччя. Так, Дж. Зіванні у якості життя виділяє емоційний компонент (щастя) і когнітивно-

перцептивний (задоволення життям). При цьому об'єктами щастя є спрямованість на іншого, безконфліктність спілкування, довірливі стосунки, емпатія (співчуття), розуміння іншого тощо [7].

Психологи стверджують, що покращенню задоволеності життям сприяють такі фактори, як придбання домашньої тварини, щастя у шлюбі, наявність вищої освіти, спокійний і врівноважений стан, позитивне і оптимістичне мислення, раціональне та повноцінне харчування, наявність великої кількості друзів та відсутність ожиріння [8].

Психологічна сторона якості життя людини проявляється передусім у тому, як сама людина визначає межі свого благополуччя та пріоритети свого життя. При цьому почуття суб'єктивного благополуччя, внутрішнього задоволення своєю життєдіяльністю, відчуття життєвої перспективи є факторами, які супроводжують якісне життя особистості. Такі почуття залежать від характеристик фізичного комфорту, позитивного психологічного самопочуття, вираження рівня незалежності, задоволеності соціальною сферою, навколишнім середовищем, сформованістю особистих переконань.

Дослідження А. Фернхема показали, що із суб'єктивним відчуттям благополуччя пов'язані певні особистісні фактори, як-от: позитивна самооцінка та внутрішній локус-контролю [7]. Своєю чергою, негативний ефект пов'язаний зі сприйнятливістю до чужого впливу, схильністю відчувати почуття провини й напруженості. Люди з високим рівнем нейротизму, як правило, значно менше задоволені обсягом роботи, своїми колегами та зарплатнею.

Варто згадати гендерні відмінності щодо відчуття якості життя, задоволеності життям та відчуття щастя: так, жінки дещо щасливіші, ніж чоловіки, вони переживають більше позитивних емоцій та більше задоволені життям. Проте виявлено окремі фактори, згідно з якими чоловіки виявляють більше позитивних установок, приміром, у жінок ймовірність виникнення депресії вдвічі вища, ніж у чоловіків. Це пов'язано з тим, що жінки переживають сильніші (як позитивні, так і негативні) емоції, ніж чоловіки. Високий вплив на задоволеність своїм життям у чоловіків та жінок має також зміст праці: більшого значення для чоловіків має робота, економічне задоволення та задоволення собою, тоді як для жінок цю сферу складають діти, стан здоров'я членів сім'ї, самокритичність тощо [1, с. 189-190].

На якість життя суттєвий вплив справляють соціально-економічні фактори, серед яких: освіта, матеріальна забезпеченість, працездатність та сфера соціальних стосунків. У цьому контексті варто

значити, що у сфері міжособистісних стосунків одне з найважливіших місць займає шлюб. Шлюб позитивно впливає на особистість, оскільки, крім почуттів закоханості, подружжя відчуває сексуальний потяг один до одного. Такі стосунки включають переживання більш широкого плану, почуття близькості, спільності. Любов пов'язана з деякими когнітивними процесами, оскільки, коли людину люблять, нею захоплюються, це підвищує її самооцінку, розширює межі людського Я, бо інший відчувається як її частина [1, с. 93-94].

Завершуючи теоретичний аналіз, зазначимо, що аспекти якості життя особистості можуть змінюватися залежно від гендерних відмінностей, вікових змін, соціального статусу, освіченості людини чи її матеріальної забезпеченості. Проте, об'єднавши характеристики цих критеріїв, можна зробити висновок про те, що головним для забезпечення задоволеності життям є система цінностей, які є визначальними факторами задоволення базових потреб особистості, її ефективного функціонування у напрямі професійної та особистісної самореалізації, міжособистісних стосунків та наповнення життя позитивними емоціями.

Тому логіка побудови програми емпіричного дослідження стосується вивчення аксіології якості життя подружніх пар та неодружених людей. Для реалізації поставлених завдань використано психодіагностичні методик оцінки індивідуальної якості життя І. Мащенко, тест смисложиттєвих орієнтацій Д. Леонтєва, самооцінки реалізації життєвих цілей особистості М. Молочнікова, шкалу суб'єктивного благополуччя, модифіковану шкалу самотності UCLA, тест-запитальник задоволеності шлюбом В. Століна, Т. Романової, Г. Бутенко. Вибірку дослідження склали: подружні пари (16 жінок та 16 чоловіків) віком від 21-го до 32-ох років, шлюбний стаж яких не перевищує 6 років; неодружені респонденти (n=41), з яких 26 жінок та 15 чоловіків віком від 18-ти до 28-ми років.

У результаті опрацювання емпіричних даних за методикою самооцінки реалізації життєвих цілей особистості М. Молочнікова отримано такі результати: спільними для груп подружніх пар та неодружених респондентів є те, що за оцінкою сфер життєвої реалізації сфера "фізичний стан" займає однакове місце; виявлені за допомогою контент-аналізу семантичні вузли у блоці постановки життєвих цілей, а саме однаковість цілей полягає в отриманні окремого житла, спорудженні будинку, придбанні квартири та інше. Такі результати свідчать про існуючу проблему в суспільстві, що полягає у

нездатності молоді створювати окрему від батьківської сім'ю через відсутність можливості отримати власне житло. Відмінними є послідовність сфер реалізації особистості у досліджуваних групах: одружені респонденти мають більше можливостей для самореалізації у сім'ї, роботі та побуті, тоді як неодружені – у сферах роботи, соціальних стосунків та сімейного життя. Така різниця зумовлена різним соціальними умовами, різними інтересами одружених та неодружених, різною особистісною спрямованістю та поставленими цілями.

Суттєвим доповненням виступили результати за методикою оцінки індивідуальної якості життя І. Мащенко. Загальна тенденція розподілу середньогрупових значень у групах одружених та неодружених респондентів демонструє відмінності за шкалою соціальної задоволеності: в одружених соціальна задоволеність становить 43 %, тоді як у неодружених – 26,65 %. Тобто, можна припустити, що ті досліджувані, які перебувають у шлюбі, більше задоволені своїми соціальними стосунками, оскільки мають чоловіка/дружину. Шлюб як соціальний інститут виконує безліч функцій, зокрема функцію взаємного піклування членів сім'ї один про одного, це середовище соціалізації особи, духовного спілкування, взаємної підтримки; крім того, у шлюбі реалізується сексуальна функція, народження дітей, господарсько-побутова функція. Задоволення таких потреб відбувається здебільшого саме в шлюбі, відтак важливо вивчити фактори, що допомагають розвивати позитивні сімейні стосунки. При підрахунку t-критерію Ст'юдента для незалежних вибірок було встановлено статистично значущі відмінності за шкалами: індекс соціальної задоволеності ( $t = 6,48$  при  $p \leq 0,001$ ); індекс задоволеності минулим ( $t = -3,09$  при  $p \leq 0,001$ ); індекс задоволеності теперішнім ( $t = 2,25$  при  $p \leq 0,02$ ).

Ідентичну особливість відзначаємо й за шкалою суб'єктивного благополуччя: одружені досліджувані демонструють вищі показники задоволеності життям, самооцінки забезпеченості соціально бажаними матеріальними та психологічними якістьми, переживання щастя як переважання позитивних емоцій над негативними ( $t = 3,00$  при  $p \leq 0,004$ ).

За результатами застосування методики визначення смислоттєвих орієнтацій Д. Леонтьєва відмічено суттєві відмінності між одруженими та неодруженими респондентами у розподілі показників за шкалами: "мета життя" ( $t = 2,56$  при  $p \leq 0,01$ ); "локус-контролю Я" ( $t = 2,09$  при  $p \leq 0,04$ ); "локус контролю життя" ( $t = 2,51$  при  $p \leq 0,01$ ).

Проведене опитування за модифікованою шкалою виміру самотності UCLA показало, що досліджуваних з високим рівнем самотності немає, тобто жоден досліджуваний не відчуває себе вкрай самотнім, покинутим, має позитивні соціальні стосунки з іншими людьми. Середній рівень самотності мають 25 % одружених та 41% неодружених, тобто досліджувані мають певний дискомфорт у рамках власного мікросередовища, можливо, мають певні конфлікти з оточуючими, або ж інколи відчувають себе самотніми. Низький рівень, тобто самотніми себе не відчувають, повністю задоволені своїми соціальними стосунками: 75 % обстежуваних групи одружених та 59 % групи неодружених респондентів. Тобто, досліджувані даних вибірок одружених та неодружених не відчувають себе самотніми, проте середній рівень самотності властивий більшій кількості неодружених, що ще раз підтверджує дані про те, що якість життя людей, які перебувають у шлюбі, є вищою, вони більше впевнені в своєму житті, відчувають підтримку та задоволені соціальними стосунками.

За методикою визначення задоволеності шлюбом В. Століна, Т. Романової, Г. Бутенко було встановлено, що всі одружені досліджувані мають благополучну сім'ю: 71,8 % досліджуваних, що перебувають у шлюбі, мають абсолютно благополучну сім'ю, 25% – благополучні, тобто досліджувані є задоволеними своїм партнером (дружиною/чоловіком), стосунками в сім'ї, мають позитивний соціально-психологічний клімат у сім'ї, 3,13% одружених мають сім'ю, що характеризується радше як благополучна, тобто, в сім'ї є певні проблеми чи конфлікти, але подружжя з ними може успішно впоратися.

Застосування кореляційного аналізу дало змогу визначити закономірні взаємозв'язки між виділеними показниками. Зокрема, в групі одружених респондентів виділено позитивний взаємозв'язок між *індексом суб'єктивного позитиву* та показниками шкали *мета в житті* (0,48), тобто, чим вищий рівень сформованості мети в житті, тим вищим є позитивне суб'єктивне ставлення одружених досліджуваних до життя, і навпаки, чим нижчим є показник суб'єктивного позитиву, тим нижчим є уявлення про свою мету в житті; між *індексом суб'єктивного негативу* та показниками *локус-контролю життя* (0,43) і *загальним показником смисложиттєвої орієнтації* (0,43), тобто, чим вищий показник суб'єктивного негативу одружених, тим вищою є здатність контролювати власне життя та формувати власні смисли життя. Можна припустити, що, маючи певне негативне, суб'єктивно критичне ставлення до подій свого життя, одружені

проявляють певну здатність керувати своїм життям та відповідно до цього формувати свій сенс життя. Також позитивна кореляція зафіксована між показниками *задоволеності шлюбом* та показниками *сформованості смисложиттєвих орієнтацій* (0,41) і показниками *мети в житті* (0,47). Взаємозв'язки між цими властивостями особистості відображають інтегративне значення інституту шлюбу як фактору, що сприяє формуванню смислової орієнтації та мети життя, які є визначальними в особистісному розвитку людини.

Негативний кореляційний взаємозв'язок зафіксовано між *індексом задоволеності минулим* та показниками шкали *процесу життя* (-0,37); між *індексом соціальної задоволеності* та показниками *локус-контролю Я* (-0,43), тобто чим вищою є соціальна задоволеність, успішність у стосунках з оточуючими, тим нижчими є результати контрольованості свого Я, меншою є сила волі досліджуваного та проявляється певний конформізм цих досліджуваних; між *шкалою самотності* та *процесом життя* (-0,51), *шкалою мета в житті* (-0,36), *шкалою задоволеністю шлюбом* (-0,53). Отже, можна відмітити загальну зворотну тенденцію: чим сильнішим є почуття самотності одружених, тим нижчою є емоційна насиченість життя та нижчим є рівень сформованості життєвої мети, задоволеність стосунками у шлюбі і навпаки – якщо почуття самотності відсутнє, або має низький рівень, то життя досліджуваних є емоційно насиченим та цілеспрямованим, а задоволеність шлюбом висока.

У групі неодружених респондентів було зафіксовано позитивні кореляційні зв'язки між такими шкалами як: *індекс соціальної задоволеності* та *загальний показник осмисленості життя* (0,46) і показником *спрямованості на результат життя* (0,46). Це означає, що чим вищими є показники соціальної задоволеності, тим вищими є осмисленість життя та його результатів і навпаки – при низьких показниках соціальної задоволеності неодружені мають низькі показники смисложиттєвих орієнтацій та результативності життя. Можливо, для неодружених респондентів задоволеність соціальними стосунками та соціальним статусом є своєрідним стимулом для формування життєвих цілей та досягнення результатів. Також відмічено позитивну кореляцію між *індексом суб'єктивного позитиву* та *локус-контролем життя* (0,56) і *локус-контролем Я* (0,56). Так, у неодружених респондентів за наявності високих показників суб'єктивно позитивного ставлення до подій свого життя проявляється відповідно високі результати контрольованості свого життя та власного Я;

Відмічені негативні кореляційні зв'язки підтверджують відповідний інформаційний зміст, зокрема: між загальним показником якості життя та шкалою локус-контролю Я (-0,45). Так, при високих показниках якості життя респонденти, що не перебувають у шлюбі, мають низьку здатність контролювати власне Я, виявляють низькі вольові якості, тобто, проявляють безініціативність та безвідповідальність; між шкалою суб'єктивного благополуччя та показниками спрямованості на процес життя (-0,43) і показниками локус контролю Я (-0,41). Це означає, що при високому рівні суб'єктивного благополуччя проявляється низький рівень спрямованості на процес життя, його емоційну сторону та низький рівень контролю власного Я (рівень значущості складає від  $p \leq 0,05$  до  $p \leq 0,001$ ).

**Висновки.** Отримані результати емпіричного дослідження показали, що одружені досліджувані при високому рівні сформованості мети в житті мають високі показники позитивного суб'єктивного ставлення до життя; маючи певне негативне, суб'єктивно критичне ставлення до подій свого життя, одружені проявляють більшу здатність керувати своїм життям та відповідно до цього формувати сенс свого життя. В цілому можна стверджувати, що інститут шлюбу сприяє формуванню позитивних смисложиттєвих орієнтацій та мети життя, а наявний зворотний кореляційний зв'язок між почуттям самотності та задоволеністю життям можна пояснити наявною емоційною насиченістю оцінюваних життєвих подій. Для неодружених респондентів задоволеність соціальними стосунками та соціальним статусом є своєрідним стимулом для формування їх життєвих цілей та досягнення результатів. Відмічені високі показники позитивного ставлення до подій свого життя неодружених респондентів сумісні з високим контролем свого життя та власного Я.

**Перспективи** подальших розробок вбачаємо в конкретизації показників якості життя досліджуваних, які уможливають удосконалення теоретико-методологічних засад вивчення цього феномену та прикладних аспектів дослідження його аксіологічної гармонізації.

1. *Аргайл М.* Психология счастья / М. Аргайл. – [2-е изд.] – СПб. : Питер, 2003. – 271с: ил. – (Серия "Мастера психологии")
2. *Гурылёва М.Э.* Оценка качества жизни медицинских работников с помощью опросника ВОЗ-КЖ 100 / М.Э. Гурылёва, Л.В. Хузиева, М.Л. Добровольская. – Проблемы управления здравоохранением. – 2002. – № 5. – С. 76-78.
3. *Леонтьев Д.А.* Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности / Д.А. Леонтьев. – Психол. журнал. – 2000. – Т. 21. – № 1. – С. 15-25.

4. Лехан В.М. Якість життя як критерій якості медичної допомоги / В.М. Лехан, О.Л. Зюков, А.В. Іпатов // Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. – 2006. – № 3 – С. 95-100.
5. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 370 с.
6. Павлова Ю. Рухова активність як компонент якості життя студентів / Ю. Павлова, В. Тулайдан, Б. Виноградський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – № 1. – 2011. – С. 102-106.
7. Фернхем А. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хейвен. – Питер, 2001. – 360 с.
8. Чабан О.С. Якість життя пацієнта з позицій медичної психології / О.С. Чабан. – Мистецтво лікування. – 2008. – № 5 (51). – С. 40-43.

*The article deals with the theoretical and empirical research of axiological dimension of life quality of married and unmarried young people. Determining differences of axiological content of life quality of surveyed young people confirms life goals formation and positive subjective attitude towards life in married couples, that is a feature of their value-semantic orientation in life, in contrast to unmarried young people, whose positive attitude to life is an expressed indicator of high control of their own lives and personal I.*

**Keywords:** *life quality, life satisfaction, satisfaction with marriage, subjective well-being, life purport orientations.*