# Социально-психологическая компетентность личности как детерминанта субъективного качества жизни

 Ю. А. Королева

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

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].

Такими индикаторами для него у разных авторов (A. M. 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, A. Campbell, Т. Lischetzke, R. Lucas, R. Veenhoven и др.); в отечественной — самореализация, активность, смелость, ответ-

ственность, способность к самовыражению, мотивационная направленность, совладаю- щее 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-индивидном, 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, c. 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 (A. 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. Baumeister, M.R. Leary, B. L. Dean, K. R. Jung).

Резюмируя, можно сформулировать несколько выводов:

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.

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.

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

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 обусловливает 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 литературы

Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М. : Мысль. 1991. 157 с.

Алмакаева А. М. Субъективное качество жизни: основные проблемы исследования // Вестник Самарского государственного университета. 2006. № 5. С. 41—47.

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.

Головина Г. М. Структура показателей общей удовлетворённости жизнью // Качество жизни: критерии, оценки : тез. семинара. М., 2002. С. 17—18.

Гордеев В. И., Александрович Ю. С. Методы исследования ребёнка: качество жизни QOL — новый инструмент оценки. СПб. : Речь, 2001. 200 с.

Громбах С. М. Оценка здоровья детей и подростков при массовых осмотрах // Вопросы охраны материнства и детства. 1973. № 7. С. 3—7.

Давыдова Е. В., Давыдов, А. А. Измерение качества жизни. М. : Ин-т социологии, 1993. 52 с.

Джидарьян И. А. Удовлетворённость жизнью и выбор стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях // Психологическое обозрение. 1997. № 2. С. 37—41.

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.

Кабрин В. И. Коммуникативный мир и транскоммуникативный потенциал жизни личности: теория, методы исследования. М. : Смысл, 2005. 248 с.

Королева Ю. А. Особенности социально-психологической компетентности младших школьников с задержкой психического развития : автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2008.

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.

Лига М. Б. Качество жизни как основа социальной безопасности / под ред. М. В. Константинова. М. : Гардарики, 2006. 223 с.

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.

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.

Моисеев Н. Н. Современный антропогенез и цивилизационные разломы. Эколого-политологиче- ский анализ. М. : МНЭПУ 1994. 47 с.

Новик А. А., Ионова Т. И. Руководство по исследованию качества жизни в медицине. СПб. : Издат. дом «Нева», 2002. 320 с.

Новик А. А. Исследование качества жизни в медицине. М. : ГЭОТАР-МЕД, 2004. 304 с.

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.

Рат Т., Хартер Дж. Пять элементов благополучия: Инструменты повышения качества жизни. М. : Альпина Паблишерз, 2011. 146 с.

Ростоу У Политика и стадии роста. М. : Прогресс, 1973. Вып. 1. 262 с.; Вып. 2. 204 с.

Савченко Т. Н., Головина Г. М. Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. М. : Институт психологии РАН, 2006. 168 с.

Тоффлер Э. Третья волна. М. : АСТ, 2004. 781 с.

Шаповал И. А. Психология дисгармонического дизонтогенеза. Ч. 2. Оренбург : Изд-во ОГПУ 2009. 246 с.