

УДК 316.473

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ И БЛАГОПОЛУЧИЕ: ОБЪЕКТИВНЫЕ, СУБЪЕКТИВНЫЕ И СУБЪЕКТНЫЕ АСПЕКТЫ¹

© 2020 г. Д. А. Леонтьев

*Национальный исследовательский университет “Высшая школа экономики”;
101000, г. Москва, ул. Мясницкая, д. 20, Россия.*

*Доктор психологических наук, заведующий Международной лабораторией
позитивной психологии личности и мотивации.*

E-mail: dleontiev@hse.ru

Поступила 30.09.2019

Аннотация. Рассматриваются методологические и теоретические аспекты качества жизни как междисциплинарной категории. Понятие качества жизни соотнесено с понятиями благополучия и субъективного благополучия через призму объективных, субъективных и субъектных факторов оценки собственной жизни. Отмечено, что качество жизни обусловлено объективным и сравнительно инвариантным для больших социальных групп образом жизни, задающим объективные условия удовлетворения в рамках этого образа жизни базовых потребностей индивидов. Указывается, что оценка индивидами субъективного благополучия своей жизни определяется не только условиями удовлетворения базовых потребностей, но и удовлетворением индивидуально-специфических потребностей в рамках выбираемого или выстраиваемого стиля жизни, а также восприятием поля возможностей и субъективными критериями оценивания жизни. Отмечается, что понятие благополучия охватывает и качество жизни, и субъективное благополучие. При этом понятие счастья частично пересекается с понятием субъективного благополучия и частично выходит за его пределы, например когда речь заходит о самодетерминированном счастье, создаваемом самим субъектом и в наименьшей степени зависящем от внешних условий (эвдемония, смысл, переживание потока и др.). Предложенная концептуальная схема может быть полезна для структурирования исследовательских проблем и гипотез в этой междисциплинарной области.

Ключевые слова: качество жизни, благополучие, субъективное благополучие, образ жизни, стиль жизни, субъектность, счастье.

DOI: 10.31857/S020595920012592-7

Междисциплинарная по своей изначальной природе проблема качества жизни находится на пересечении психологии, социологии, отчасти экономики, медицины, политологии и теории культуры. С одной стороны, она касается обобщенной оценки того, насколько хорошо живет на данной территории в данное время населению в целом или какой-то группе людей (возрастной, социальной или клинической). С другой стороны, это проблема индивидуальной психологии, касающаяся того, как человек ощущает собственную жизнь. Двойственность предмета исследований качества жизни отражается в двойственности методологических подходов к его изучению: с одной стороны, часто выводы о качестве жизни тех или иных целевых групп

делаются на основании объективных условий жизни, без обращения к оцениванию этих условий самими людьми; с другой — в последние два десятилетия в исследованиях качества жизни все более заметное место занимают анализ и учет того, как эти объективные условия преломляются в субъективном восприятии и оценках людей, о которых идет речь (см., например, обзор [10]). Эта двойственность заметна и в структуре исследовательского сообщества: Международное общество исследований качества жизни (The International Society for Quality of Life Studies, ISQOLS) почти наполовину состоит из психологов; то же можно сказать про тематику докладов на ежегодных конференциях этого общества и статей в выпускаемых им журналах. Самостоятельный статус имеет проблемная область качества жизни в контексте здравоохранения (см. [17]).

¹ Работа выполнена при поддержке Российского научного фонда, проект 18-18-00480 “Субъективные индикаторы и психологические предикторы качества жизни”.

Во многом сдвигу исследований качества жизни в сторону более полного учета субъективных его индикаторов способствовало возникновение на рубеже веков и бурное развитие за последние два десятилетия позитивной психологии — движения в современной научной психологии, выступающего за расширение исследовательских приоритетов с традиционной проблематики выживания и адаптации на менее изученные, но, как оказалось, не менее важные проблемы благополучия, счастья и процветания, причем последние не выводимы из первых и требуют специфических исследовательских подходов [2; 14; 20; 33]. Сам по себе этот сдвиг исследовательских интересов можно рассматривать как отражение постепенной и неуклонной эволюции культурных ценностей стран и народов в направлении от ценностей выживания к ценностям самовыражения [9].

Сама проблема качества жизни определяется через сопоставление с ее количественной мерой, что первым сформулировал древнеримский философ Луций Анней Сенека: мера жизни — не в ее длительности, а в том, как вы ее использовали. Это же противопоставление присутствует и в современных подходах к старению и умиранию, в которых на первое место выдвигается не формальное продление жизни, а ее качественное наполнение.

Целями данной статьи являются теоретический анализ междисциплинарной проблемы качества жизни на ее современном уровне и построение рабочей модели в качестве ориентира для нового витка исследований. В частности, мы уделим особое внимание общему философско-психологическому понятию жизни, по отношению к которому понятие качества жизни получает свой содержательный смысл, анализу соотношения понятия качества жизни с понятиями благополучия и, в частности, субъективного благополучия, а также месту и роли возможного и возможностей как условию качества жизни. Первый раздел будет посвящен развитию представлений об объективных подходах к пониманию качества жизни, второй — истории изучения субъективного оценивания качества жизни и третий — построению рабочей модели, в центре которой находится соотношение тех и других.

МАКРОСОЦИАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ АНАЛИЗА

До 1970-х годов практически единственным показателем развития наций был уровень жизни, материальное благосостояние, выражавшееся в показателях дохода на душу населения, наиболее популярный из которых — валовый внутренний продукт

(ВВП) или валовый национальный продукт (ВНП). Но, как постепенно стало выясняться: 1) он не учитывает неравномерность распределения национального дохода между бедными и богатыми; 2) он хорошо предсказывает благополучие в бедных странах, но в более обеспеченных странах связь благополучия с уровнем жизни перестает быть столь однозначной и 3) наряду с материальным благосостоянием на соотношение положительных и отрицательных эмоций влияет культура. Еще в конце 1990-х годов была выявлена общая закономерность зависимости субъективного благополучия от материального благосостояния (см., например, [9; 20]). Для бедных стран эта зависимость прямая и сильная, по мере повышения материального благосостояния люди становятся линейно более счастливыми (точнее, менее несчастными). Но в точке, соответствующей сейчас ВВП примерно 15 тыс. долл. на душу населения в год (со временем эта точка перелома плавно смещается), кривая преломляется и при более высоких значениях дохода становится пологой: дополнительный рост уровня жизни не приносит дополнительного роста уровня счастья.

Начиная с 1970-х годов стала вызревать неудовлетворенность показателем ВВП и появились попытки расширить чисто экономический подход. Например, индекс физического качества жизни (ИФКЖ; М.Д. Моррис) учитывал также младенческую смертность, ожидаемую продолжительность жизни, уровень грамотности среди взрослых. Более популярный индекс развития человеческого потенциала (ИЧРП; М. Десаи, А. Сен) включает, кроме показателя доходов, также ожидаемую продолжительность жизни при рождении, уровень грамотности взрослого населения и долю учащихся в учебных заведениях разных ступеней. Чуть позже появились индекс свободы человека (ИСЧ) и индекс политической свободы (ИПС), которые также периодически используются в исследованиях [24].

В 1990-е годы поиск более комплектных, в том числе субъективных, индикаторов еще более активизировался. Экономисты постепенно отходят от идеи, что человеческое экономическое поведение рационально и может быть точно предсказано, исходя из рациональных критериев. Премии имени Нобеля по экономике в последние два десятилетия регулярно вручаются за исследования на грани экономики и психологии (Д. Канеман, С. Кузнец, Р. Талер).

Вот лишь некоторые из эмпирически выявленных дополнительных макросоциальных факторов, которые нарушают линейную зависимость субъективного благополучия от материального благосостояния:

1. Социальный капитал, т.е. уровень доверия в обществе, степень развития социальных связей [21].

2. Социальная стабильность, устойчивость в обществе. После больших общественных трансформаций в конце 1980-х годов в России и во всем посткоммунистическом мире наблюдалось резкое снижение удовлетворенности, ниже, чем это предсказывается уровнем экономического развития.

3. Культура эмоций, упомянутая выше. Например, во всех латиноамериканских странах традиционная культура и даже культ положительных эмоций, независимо от уровня жизни. Их жизненный принцип не столько “Богатые тоже плачут” сколько “Бедные тоже смеются”. Поэтому в этих странах уровень субъективного благополучия значимо выше, чем предсказывает их уровень благосостояния.

4. Свобода выбора. В докладе ООН о человеческом развитии в 1990 г. уже было сформулировано, что человеческое развитие предстает прежде всего как процесс и результат расширения выбора. А. Сен выдвинул, в частности, идею о том, что рост доходов и экономический уровень жизни хороши именно тем, что они увеличивают наши возможности выбора в той мере, в какой мы осознаем это и пользуемся этим расширением возможностей [24, с. 42–43]. К. Вельцель [4], опираясь на данные многолетних мониторингов в масштабе большей части планеты, убедительно показывает, что эволюция всех человеческих сообществ направлена на возрастание возможностей свободы и индивидуального выбора.

Направленность на увеличение разнообразия качественных индикаторов, помимо чисто экономических, продолжает получать поддержку. Так, в 2007 г. Н. Саркози, избранный президентом Франции, создал из крупнейших специалистов в этой области специальную комиссию для работы над вопросом: “Почему ВВП не имеет смысла как критерий оценки успешности нашей жизни?”. Комиссия Саркози обосновала, что настало время “сместить акцент в нашей системе показателей с измерения экономического производства на измерение благосостояния людей” [21, с. 55]. Определяющую роль в объективных страновых индексах качества жизни продолжают играть показатели долголетия, образования и свободы, наряду с экономическим благосостоянием. Разные варианты осмысления понятия качества жизни в социологии и политической философии отражены в обзоре Е.В. Щекотина [25].

В последнее время активизируются попытки использовать ряд других макросоциальных индикаторов, частично основанных на массовых опросах, в том числе показатели личной безопасности,

главенства закона, свободы выражения, политического участия, равенства возможностей, политической и экономической свободы и т.п. Таким образом, к традиционным характеристикам экономического благосостояния, здравоохранения и образования необходимо добавить не менее значимую группу факторов, отражающих качество общественной жизни.

ИНДИВИДУАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ УРОВЕНЬ АНАЛИЗА

На рубеже XXI в. в психологической науке стала оформляться позитивная психология — новая повестка для, подчеркивающая важность изучения условий качественной, достойной жизни и их несводимость к хорошо изученным закономерностям выживания и адаптации. В начальной фазе своего развития позитивная психология сделала главной мишенью своего изучения счастье. Экспериментально-психологические исследования счастья начались еще с 1970-х годов, когда Эд Динер ввел понятие “субъективное благополучие” (subjective well-being) в качестве поддающегося операционализации эмпирического референта счастья [30]. Оно определялось как обобщенная оценка своей жизни как целого, включающая в себя как эмоциональные, так и относительно рациональные компоненты.

Понятие субъективного благополучия оказалось тесно взаимосвязанным с понятием качества жизни (см. [10; 17; 27; 28]). В частности, встал вопрос о психологической трактовке качества жизни; в одной из недавних обобщающих работ на эту тему [34] субъективное благополучие определяется через круг феноменов, описывающих субъективные аспекты качества жизни, включая счастье, удовлетворенность жизнью и воспринимаемое качество жизни.

Известная “модель пирога” С. Любомирски и др. [32] систематизирует три группы факторов, которые определяют разброс индивидуальных различий счастья, или благополучия. Согласно этой модели, на индивидуально-психологическом уровне вся совокупность внешних макросоциальных индикаторов, включая экономические, культурно-географические, общественные, объясняют не более 10–15% дисперсии счастья или удовлетворенности жизнью. Около 50% дисперсии приписываются устойчивому складу личности; ранее его отождествляли с наследственностью, но в последнее время трактуют шире. Наконец, третья доля пирога, оцениваемая примерно в 40% объясняемой дисперсии,

относится за счет предметной деятельности (intentional activity), т.е. целенаправленных усилий и выборов субъекта. Прежде всего, сюда относятся цели, которые мы ставим и преследуем (не столько успешность их достижения, сколько качество целей — их мотивационная основа и соответствие личности), а также близкие отношения, в которые мы вступаем по своей воле.

К ПОСТРОЕНИЮ РАБОЧЕЙ МОДЕЛИ: ОБЪЕКТИВНОЕ, СУБЪЕКТИВНОЕ И СУБЪЕКТНОЕ В ОЦЕНИВАНИИ ЖИЗНИ

Рамки данной статьи не позволяют уделить подробное внимание вопросам счастья и благополучия, которые неоднократно освещались в отечественной литературе [6; 7; 13; 18; 23 и др.]. Центральный вопрос нашего анализа — соотношение качества жизни как понятия, возникшего в науках об обществе, и благополучия (субъективного благополучия) как понятия, наполненного наибольшим смыслом в контексте индивидуальной психологии. Как уже отмечалось, эти термины сильно пересекаются и во многом совпадают; главный вопрос — описывают ли они одну и ту же реальность с разных сторон или же можно различить то, что они описывают.

Предлагаемое в данной статье разведение связано с разграничением объективных, субъективных и субъектных аспектов жизни в целом. Различение объективных и субъективных аспектов качества жизни не является новым (см., например, [5; 8; 19]). Добавление третьего, субъектного измерения позволяет, на наш взгляд, сделать картину более объемной. В некоторых из упомянутых работ ставится вопрос о вкладе характеристик личности в качество жизни, однако в основном в синтетическом ключе, как необходимость учета и этих переменных тоже, которые включаются в общее уравнение с другими факторами (см. [18, с. 30]).

Предлагаемый нами подход является, напротив, преимущественно аналитическим: мы пытаемся рассмотреть различные группы факторов не как компоненты единого регрессионного уравнения, вносящие вклад в формирование итоговой оценки, а как структурные компоненты, опосредующие (модерирующие) влияние друг друга. В отличие от счастья и благополучия, в центре проблемы качества жизни оказывается сама жизнь, объективную основу которой может оценить внешний наблюдатель или эксперт, причем конструкт качества жизни включает оценку как социально инвариантных

аспектов жизни, общих для разных представителей больших социальных групп, так и индивидуальных аспектов. В обоих случаях, однако, однозначно подразумевается наличие рациональных оснований той субъективной оценки, о которой идет речь.

Под объективным углом зрения жизнь можно определить как локализованный во времени цикл существования живого организма от рождения до смерти [12]. Протяженность этого цикла является количественной мерой жизни, а качественная мера включает в себя то, что к этой количественной мере не сводится. Как тогда можно ее оценить? Отличие человека от других живых существ в том, что сознание позволяет человеку воспринимать свою жизнь как целое, оценивать ее в контексте значимых для него ценностей и смысла и занимать позицию по отношению к своей жизни. Человек — единственное существо, способное оценить качество своей собственной жизни.

Вместе с тем с позиции внешнего наблюдателя возможно объективно оценить условия жизни любого живого существа под углом зрения того, насколько его понятные и известные потребности получают удовлетворение. Это очевидно любому, кто имеет дело с животноводством или с домашними питомцами: больное, голодное, запуганное и мерзнувшее животное, с одной стороны, и здоровое, сытое, расслабленное и находящееся в тепле, отчетливо различаются качеством своей жизни. Так же мы можем оценить извне и условия жизни любого человека, не спрашивая его самого. Очевидно, что макросоциальные факторы, рассмотренные выше, к которым относятся не только материальное благосостояние, но и культурные ориентиры и атмосфера в обществе, являются предикторами возможности удовлетворения разнообразных потребностей человека, не сводящихся к биологическим потребностям. Содержательная теоретическая модель качества жизни, выводящая его из меры удовлетворения объективных потребностей и связывающая между собой потребности, объективные возможности их удовлетворения и субъективное благополучие, была предложена группой исследователей из университета Вермонта [29].

Надо отметить, что потребности людей включают в себя, с одной стороны, сравнительно очевидные и универсальные, присущие всем людям (их обычно называют базовыми), с другой — индивидуальные, идиосинкратические, обнаруживающие большой межиндивидуальный разброс не только по степени их удовлетворенности, но и по их значимости для индивида. Очевидно, что оценка качества жизни под углом зрения внешних условий может относиться только

к инвариантным, универсальным потребностям, но не к индивидуально специфическим.

Таким образом, понятие *объективного качества жизни* предполагает объективную и универсальную оценку условий жизни человека с точки зрения меры удовлетворенности его потребностей: объективную, поскольку предполагает возможность оценки качества жизни с позиций внешнего наблюдателя, и универсальную, поскольку предполагает, что оценка качества жизни двух людей, находящихся в одних и тех же объективных условиях, будет совпадать. Эти два критерия относятся только к качеству жизни, но не относятся ни к субъективному благополучию, ни к счастью.

Чтобы оценить *субъективное благополучие*, недостаточен взгляд внешнего эксперта, необходимо обратиться к самому человеку, о котором идет речь. Мы считаем правильным отождествление субъективного благополучия с субъективным качеством жизни [19]; попытка дедуктивно вывести его из объективного качества жизни часто не работает. Современные исследования отрицают однозначную зависимость субъективного благополучия от материальных ресурсов, констатируя отсутствие корреляции и даже разрыв между «объективными» условиями жизни и их субъективной оценкой [27]. Субъективная оценка людьми своей жизни основывается не обязательно на универсальных и общих, но нередко на сугубо индивидуальных критериях, корнящихся в личной истории или внутреннем мире субъекта. В таких случаях возможны существенные расхождения между тем, как индивид должен был бы оценивать свою жизнь, исходя из ее объективного качества и усредненных критериев, и тем, как он ее фактически оценивает.

Сами представления индивидов об универсальных нормах не лишены субъективности и во многом носят проективный характер. Проблема субъективных норм, точек отсчета, которые сам индивид воспринимает как объективные, является одной из самых недоизученных и недооцененных проблем в исследованиях счастья, качества жизни и субъективного благополучия. Так, в исследовании П. Бенке [26] сравнивались факторы удовлетворенностью жизнью в 15 странах — старых членах Евросоюза и в 12 новых его членах из Восточной Европы. Автор не только констатирует ожидаемое различие между этими двумя группами стран, но и обнаруживает, что в разных странах действуют разные причинно-следственные связи. В частности, в странах бывшего восточного блока (страны Балтии, Польша, Румыния, Болгария, Чехия и т.д.) удовлетворенность жизнью в большей степени зависит от экономических и макросоциальных

факторов. В старых европейских странах связь с макросоциальными факторами гораздо меньше. Можно сказать, что объективное качество жизни в разных странах вносит неодинаковый вклад в субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью. Влияние макросоциальных и макроэкономических факторов (политические, экономические характеристики страны, продолжительность жизни, качество государственного управления и т.п.) опосредовано на микроуровне нормативными характеристиками жизненных стандартов, норм, не говоря уже о субъективном восприятии, через которое преломляется вклад любых объективных факторов. По мере изменения социальной и экономической ситуации точка отсчета тоже меняется.

Здесь важно ввести различие инвариантного социотипического нормативного образа жизни и индивидуально выстраиваемого на его основе стиля жизни, адаптированного не только к внешним макросоциальным предпосылкам, но и к индивидуальности личности, ее мотивации и внутреннему миру [11], которое позволяет дифференцировать объективный и субъективный аспекты качества жизни. Понятие «образ жизни» выражает социально-типическую структуру, которая задается социальными условиями (см. [1]). Мы не выбираем образ жизни, а обнаруживаем его, появляясь на свет в определенной социальной нише или перемещаясь в другую социальную нишу. В структуру образа жизни входят экономические и природные условия, культурные традиции и исторические обстоятельства, социальные нормы, институты и ожидания, структурирующие повседневную жизнь.

Вместе с тем индивиды опосредуют влияние на них образа жизни своим стилем жизни. С одной стороны, люди принимают реалии образа жизни, а с другой — каждый начинает на его основе выстраивать свой стиль жизни, балансируя заданный ему образ жизни со своими индивидуальными потребностями, смыслами и предпочтениями. Любая внешняя заданность условий жизни дается не до конца и не полностью, и при любой заданности обнаруживается достаточная вариативность возможностей, что и формирует субъективный аспект качества жизни.

Основные объективные параметры качества жизни, включая как экономические, так и относящиеся к образованию, здравоохранению и экологии, можно, таким образом, рассматривать как встроенные в инвариантный образ жизни. Все это характеризует качество заданных социокультурных предпосылок образа жизни, которые субъект

обнаруживает как существующие независимо от его желания и усилий и на которые он имеет мало возможностей повлиять в краткосрочной перспективе. Они определяют меру благоприятности социальных условий для удовлетворения базовых потребностей индивида и тем самым создают предпосылку субъективного благополучия. Вместе с тем субъективное благополучие разных людей, живущих в одинаковых объективных условиях, может не совпадать, поскольку связь между качеством жизни и самим благополучием может опосредоваться индивидуальными ожиданиями, представлениями о норме и идеале, личностным потенциалом и индивидуальными стратегиями, позволяющими индивиду открыть и использовать новые возможности поддержания и улучшения качества своей жизни.

Целый ряд авторов (Р. Винховен, А. Сен, Г.В. Иванченко, Е.В. Щекотин и др.) подчеркивают роль возможностей как существенной характеристики качества жизни: последнее зависит не только от того, что в жизни есть или отсутствует, но и от того, что в ней возможно или невозможно. Этот тезис можно еще усилить: фактически все аспекты качества жизни представляют собой те или иные возможности для достижения таких чисто субъективных состояний, как счастье или субъективное благополучие. Последние связаны и с социологическими (внешние условия), и с психологическими (стратегии) аспектами качества жизни не прямой связью: качество жизни составляет их предпосылку, которая не обязательно реализуется. Реализация их, однако, зависит от такой субъективной характеристики, как способность индивида открыть и использовать возможности улучшения своей жизни. На низком уровне экономического благосостояния, когда вопрос касается не качества жизни, а выживания, люди живут в основном в режиме необходимости. Над этой необходимостью надстраивается поле потенциальных возможностей в тех или иных сферах жизни, которые субъект (в меру его субъектности) способен использовать по собственному усмотрению. По мере перехода на более высокие уровни удовлетворения потребностей люди все больше и больше задумываются не столько о том, что необходимо, сколько о том, что возможно, и все больше становятся субъектами собственной жизни и творцами собственного благополучия, формируя собственные жизненные стратегии. Мы переходим здесь от субъективного к третьему, *субъектному уровню* рассмотрения жизни.

Д. Рута с соавторами, сопоставляя различные подходы к определению качества жизни и исходя

в основном из взглядов А. Сена, выдвигают на первый план не столько инвариантные объективные условия, сколько функционирование человека и его возможности. Они приходят к определению качества жизни как “разрыва между тем, что человек может делать или кем может быть, и тем, что он хотел бы делать или кем быть; по сути, это разрыв между реальными и ожидаемыми возможностями” [34, с. 402]. Авторы также подчеркивают, что в их понимании качество жизни не сводимо исключительно к объективной характеристике, доступной адекватной оценке беспристрастным внешним наблюдателем [Там же, с. 403]. В их модели каузальный путь от количества доступных материальных ресурсов к качеству жизни ведет через расширение возможностей функционирования, обретение ценных возможностей и сокращение разрыва между ожидаемыми и реальными возможностями, скорректированного механизмом поддержания “когнитивного гомеостаза” (Р. Камминс) — устойчивости чувства субъективного благополучия при резких изменениях объективных условий.

Обобщая, можно рассматривать благополучие в целом как единство качества жизни и субъективного благополучия, или удовлетворенности. Последнее представляет собой оценку удовлетворенности базовых потребностей, которая связана со стилем жизни и лишь опосредованно — с объективным качеством жизни. В субъективное благополучие индивида вносят вклад не только объективные условия, но и близкие люди, непосредственное социальное окружение, а также индивидуальные ожидания и критерии оценки.

Вместе с тем наша жизнь может быть даже не слишком благополучной, но при этом ценной чем-то другим: тем, что нам удастся из нее сделать; тем, что нам удастся оставить другим людям; тем, что она каким-то образом включена, связана смысловыми связями с какими-то более глобальными задачами. Не самое высокое качество жизни может быть скомпенсировано ее осмысленностью, эвдемонистическим счастьем, создаваемым и выращиваемым самим субъектом на основе собственного личностного потенциала. Эвдемонистическое счастье, счастье за пределами благополучия, определяется мерой успешности в реализации личных экзистенциальных проектов [31] и не предсказывается никакими причинами, внешними по отношению к самой личности. За него несет ответственность только сам субъект или при поддержке объективных обстоятельств, или вопреки им.

Объективные предпосылки качества жизни, или возможности, задаваемые средовыми факторами (экологические, экономические, социально-

политические, культурные, физиологические и т.п.), могут быть позитивными (благоприятными для высокого качества жизни) или негативными (неблагоприятными); первые требуют от субъекта своей реализации, вторые — преодоления. Предпосылки могут по-разному соотноситься с действиями самого субъекта, его жизненной позицией, которая может быть активной, предполагающей готовность к инициативе и вложению усилий, или пассивной, подразумевающей уклонение от приложения усилий [16]. Первая позиция предполагает доминирование принципа стремления к максимальному действию [3], вторая — доминирование стремления к гомеостазу и минимизации напряжения. Сочетание этих двух параметров (характера предпосылок и жизненной позиции субъекта) позволяет говорить о четырех типах качества жизни: дефицитарное (неблагоприятные предпосылки и пассивная позиция), компенсированное (неблагоприятные предпосылки и активная позиция), нереализованное (благоприятные предпосылки и пассивная позиция), реализованное (благоприятные предпосылки и активная позиция). Различение этих типов позволит в будущем сопоставить вклад средовых и личностных факторов в качество жизни и наметить подходы к активизации ресурсов субъектности в повышении качества жизни. В качестве этих ресурсов мы рассматриваем в первую очередь структуры личностного потенциала и другие личностные характеристики, которые влияют на формирование индивидуально своеобразного стиля жизни личности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная статья была сосредоточена на междисциплинарных соотношениях объективных, субъективных и субъектных факторов оценки собственной жизни, выражающихся в понятиях качества жизни, благополучия, субъективного благополучия и счастья. Качество жизни обусловлено объективным и сравнительно инвариантным для больших социальных групп образом жизни, задающим объективные условия удовлетворения в рамках этого образа жизни базовых потребностей индивидов. Субъективное благополучие определяется оценкой самими индивидами своей жизни, определяемой не только условиями удовлетворения базовых потребностей, но и удовлетворенностью индивидуально-специфических потребностей в рамках выбираемого или выстраиваемого стиля жизни, а также восприятием поля возможностей и субъективными критериями оценивания жизни. Понятие благополучия охватывает и качество жизни,

и субъективное благополучие вместе. Наконец, понятие счастья частично пересекается с понятием субъективного благополучия, частично выходит за его пределы, в частности, когда речь заходит о самодетерминированном счастье, создаваемом самим субъектом и в наименьшей степени зависящим от внешних условий (эвдемония, смысл, переживание потока и др.).

Предложенная теоретическая концепция может быть полезна для структурирования исследовательских проблем и гипотез в этой междисциплинарной области. Напрашивающуюся задачу визуализировать ее в виде схемы мешает неполнота того содержания, которое вошло в данную статью; необходимо дополнить ее другими смежными областями, оставшимися за ее пределами (см., например, [15]). Из нее можно, однако, вывести ряд операциональных следствий для эмпирических исследований в данной области. В частности, необходимо учитывать, наряду с фактическими обстоятельствами жизни, представления респондентов о возможностях, ожидая, что вклад возможностей в общую оценку субъективного благополучия будет коррелировать с мерой этого благополучия: в случаях более высокого благополучия он будет выше, чем в случаях более низкого. Следует также ожидать модулирующую роль субъектного измерения: при пассивной жизненной позиции и умеренно выраженном личностном потенциале связь субъективного благополучия как с объективно фиксируемыми, так и с субъективно воспринимаемыми объективными условиями жизни будет более прямой и однозначной, чем при активной жизненной позиции и выраженном личностном потенциале, которые в этом случае будут сильнее предсказывать субъективное благополучие. Междисциплинарная проблемная область качества жизни, занимающая сегодня устойчивое место в науках о человеке и обществе, продолжает оставаться динамично развивающейся областью, и ее актуальность и востребованность продолжают расти.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Асмолов А.Г.* Психология личности. 4-е изд. М.: Смысл, 2007.
2. *Бонивелл И.* Ключи к благополучию: что может позитивная психология. М.: Время, 2009.
3. *Веллер М.* Все о жизни. СПб.: Нева, 1999.
4. *Вельцель К.* Рождение свободы. М.: АО "ВЦИОМ", 2017. 403 с.

5. Гориславская Н.М., Савченко Т.Н. Подходы к изучению субъективного качества жизни // Прикладная юридическая психология. 2011. № 2. С. 29–42.
6. Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма. М.: Изд-во Ин-та психологии РАН, 2013. 268 с.
7. Журавлев А.Л., Юревич А.В. Счастье как научная категория // Вестник Российской академии наук. 2014. Т. 84. № 8. С. 715–723.
8. Заракровский Г.М. Качество жизни населения России: психологические составляющие. М.: Смысл, 2009. 319 с.
9. Инглхарт Р. Культурная эволюция: как изменяются человеческие мотивации и как это меняет мир. М.: Мысль, 2018. 347 с.
10. Лебедева А.А. Теоретические подходы и методологические проблемы изучения качества жизни в науках о человеке // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 2. С. 3–19.
11. Леонтьев Д.А. Индивидуальный стиль и индивидуальные стили — взгляд из 1990-х // Стиль человека: психологический анализ / Под ред. А.В. Либина. М.: Смысл, 1998. С. 93–108.
12. Леонтьев Д.А. Жизнь: опыт междисциплинарного определения // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. 2009. Т. 2. № 15. С. 142–145.
13. Леонтьев Д.А. К антропологии счастья: состояние благополучия и путь радости // Человек. 2011. Т. 5. С. 34–46.
14. Леонтьев Д.А. Позитивная психология — повестка дня нового столетия // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 4. С. 36–58.
15. Леонтьев Д.А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14–37.
16. Леонтьев Д.А., Шильманская А.Е. Жизненная позиция личности: от теории к операционализации // Вопросы психологии. 2019. № 1. С. 90–100.
17. Рассказова Е.И. Качество жизни как междисциплинарная проблема: теоретические подходы и диагностика качества жизни в психологии, социологии и медицине // Теоретическая и экспериментальная психология. 2012. Т. 5. № 2. С. 59–71.
18. Савченко Т.Н. Методология исследования субъективного качества жизни // Прикладная юридическая психология. 2010. № 4. С. 23–35.
19. Савченко Т.Н., Головина Г.М. Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. М.: Изд-во Ин-та психологии РАН, 2006. 170 с.
20. Селигман М. Новая позитивная психология. М.: София, 2006. 368 с.
21. Стиглиц Дж., Сен А., Фитусси Ж.-П. Неверно оценивая нашу жизнь: почему ВВП не имеет смысла? М.: Изд-во Института Гайдара, 2016. 216 с.
22. Татарко А.Н. Социальный капитал как объект психологического исследования. М.: МАКС Пресс, 2011. 174 с.
23. Хащенко В.А. Психология экономического благополучия. М.: Изд-во Ин-та психологии РАН, 2012. 426 с.
24. Человеческое развитие: новое измерение социально-экономического прогресса / Под ред. В.П. Колесова, Т. Маккинли. М.: Права человека, 2000. 464 с.
25. Щекотин Е.В. Катастрофы повседневности: представление о качестве жизни в обществе риска. Новосибирск: НГАСУ (Сибстрин), 2014. 152 с.
26. Böhnke P. Does society matter? Life satisfaction in the enlarged Europe // Social Indicators Research. 2008. V. 87. № 2. P. 189–210.
27. Camfield L., McGregor A. Resilience and well-being in developing countries // M. Ungar (ed.). Handbook for Working with Children and Youth: Pathways to Resilience Across Cultures and Contexts. Thousand Oaks: Sage Publications, 2004. P. 189–209.
28. Camfield L., Skevington S.M. On subjective well-being and quality of life // Journal of Health Psychology. 2008. V. 13. № 6. P. 764–775.
29. Constanza R., Fisher B., Ali S. et al. Quality of life: An approach integrating opportunities, human needs, and subjective well-being // Ecological Economics. 2007. V. 61. P. 267–276.
30. Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. 1984. V. 95. P. 542–575.
31. Galati D., Sotgiu I. Happiness and Positive Emotions // Ricerche di Psicologia. 2004. V. 1. № 27. P. 41–62.
32. Lyubomirsky S., Sheldon K.M., Schkade D. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change // Review of General Psychology. 2005. V. 9. P. 111–131.
33. Ruta D., Camfield L., Donaldson C. Sen and the art of quality of life maintenance: Towards a general theory of quality of life and its causation // The Journal of Socio-Economics. 2007. V. 36. P. 397–423.
34. Sirgy M.J. The psychology of quality of life. Dordrecht; Boston; London: Kluwer Academic Publishers, 2010. 296 p.

QUALITY OF LIFE AND WELL-BEING: OBJECTIVE, SUBJECTIVE AND AGENTIC ASPECTS²

D. A. Leontiev

*National Research University Higher School of Economics;
101000, Moscow, Myasnitskaya str., 20, Russia.*

*Doctor of Psychology, Head of the International Laboratory
of Positive Psychology of Personality and Motivation.*

E-mail: dleontiev@hse.ru

Received 30.09.2019

Abstract. The article is devoted to methodological and theoretical aspects of quality of life as an interdisciplinary category in relation to the concepts of well-being and subjective well-being from the perspective of distinction between objective, subjective and agentic factors in evaluating one's own life. The quality of life is defined by an objective and relatively invariant (for large social groups) way of living, setting objective conditions for meeting the basic needs of individuals within the framework of this way of living. Subjective well-being is defined by self-evaluation of individual's life, determined, beyond and above the conditions of meeting the basic needs, also by the satisfaction of individually-specific needs within the framework of a chosen or constructed lifestyle, as well as by the perception of the field of possibilities and subjective criteria of life evaluation. The concept of well-being covers both the quality of life and subjective well-being. Finally, the concept of happiness partially intersects with the concept of subjective well-being, partly goes beyond it, in particular when it comes to self-determined happiness created by the subject himself and least dependent on external conditions (eudaimonia, meaning, flow experience, etc.). The proposed conceptual framework can be helpful for structuring research problems and hypotheses in this interdisciplinary field.

Keywords: quality of life, well-being, subjective well-being, way of life, lifestyle, agency, happiness.

REFERENCES

1. *Asmolov A.G.* Psihologiya lichnosti. 4-e izd. Moscow: Smysl, 2007. (In Russian)
2. *Boniwell I.* Klyuchi k blagopoluchiyu: chto mozhet pozitivnaya psihologiya. Moscow: Vremya, 2009. (In Russian)
3. *Veller M.* Vse o zhizni. St. Petersburg: Neva, 1999. (In Russian)
4. *Welzel C.* Rozhdenie svobody. Moscow: AO "VCIOM", 2017. 403 p. (In Russian)
5. *Gorislavskaya N.M., Savchenko T.N.* Podhody k izucheniyu sub"ektivnogo kachestva zhizni. Prikladnaya yuridicheskaya psihologiya. 2011. № 2. P. 29–42. (In Russian)
6. *Dzhidar'yan I.A.* Psihologiya schast'ya i optimizma. Moscow: Izd-vo In-ta psihologii RAN, 2013. 268 p. (In Russian)
7. *Zhuravlev A.L., Yurevich A.V.* Schast'e kak nauchnaya kategoriya. Vestnik Rossijskoj Akademii Nauk. 2014. V. 84. № 8. P. 715–723. (In Russian)
8. *Zarakovskij G.M.* Kachestvo zhizni naseleniya Rossii: psihologicheskie sostavlyayushchie. Moscow: Smysl, 2009. 319 p. (In Russian)
9. *Inglehart R.* Kul'turnaya evolyuciya: kak izmenyayutsya chelovecheskie motivacii i kak eto menyaet mir. Moscow: Mysl', 2018. 347 p. (In Russian)
10. *Lebedeva A.A.* Teoreticheskie podhody i metodologicheskie problemy izucheniya kachestva zhizni v naukah o cheloveke. Psihologiya. Zhurnal Vyshej shkoly ekonomiki. 2012. V. 9. № 2. P. 3–19. (In Russian)
11. *Leontiev D.A.* Individual'nyj stil' i individual'nye stili — vzglyad iz 1990-h. Stil' cheloveka: psihologicheskij analiz. Ed. A.V. Libin. Moscow: Smysl, 1998. P. 93–108. (In Russian)
12. *Leontiev D.A.* Zhizn': opyt mezhdisciplinarnogo opredeleniya. Ekzistencial'naya tradiciya: filosofiya, psihologiya, psihoterapiya. 2009. V. 2. № 15. P. 142–145. (In Russian)
13. *Leontiev D.A.* K antropologii schast'ya: sostoyanie blagopoluchiya i put' radosti. Chelovek. 2011. V. 5. P. 34–46. (In Russian)
14. *Leontiev D.A.* Pozitivnaya psihologiya — povestka dnya novogo stoletiya. Psihologiya. Zhurnal Vyshej shkoly ekonomiki. 2012. V. 9. № 4. P. 36–58. (In Russian)
15. *Leontiev D.A.* Schast'e i sub"ektivnoe blagopoluchie: k konstruirovaniyu ponyatijnogo polya. Monitoring

² This work was supported by the Russian Science Foundation, project 18-18-00480 "Subjective indicators and psychological predictors of the quality of life".

- obshchestvennogo mneniya: Ekonomicheskie i social'nye peremeny. 2020. № 1. P. 14–37. (In Russian)
16. *Leontiev D.A., Shil'manskaya A.E.* Zhiznennaya pozitsiya lichnosti: ot teorii k operacionalizatsii. *Voprosy psikhologii.* 2019. № 1. P. 90–100. (In Russian)
 17. *Rasskazova E.I.* Kachestvo zhizni kak mezhdisciplinarnaya problema: teoreticheskie podhody i diagnostika kachestva zhizni v psikhologii, sociologii i medicine. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya.* 2012. V. 5. № 2. P. 59–71. (In Russian)
 18. *Savchenko T.N.* Metodologiya issledovaniya sub"ektivnogo kachestva zhizni. *Prikladnaya yuridicheskaya psikhologiya.* 2010. № 4. P. 23–35. (In Russian)
 19. *Savchenko T.N., Golovina G.M.* Sub"ektivnoe kachestvo zhizni: podhody, metody ocenki, prikladnye issledovaniya. Moscow: Izd-vo In-ta psikhologii RAN, 2006. 170 p. (In Russian)
 20. *Seligman M.* Novaya pozitivnaya psikhologiya. Moscow: Sofiya, 2006. 368 p. (In Russian)
 21. *Stiglitz J., Sen A., Fitoussi J.-P.* Neverno ocenivaya nashu zhizn': pochemu VVP ne imeet smysla? Moscow: Izd-vo Instituta Gajdara, 2016. 216 p. (In Russian)
 22. *Tatarko A.N.* Social'nyj kapital kak ob"ekt psikhologicheskogo issledovaniya. Moscow: MAKS Press, 2011. 174 p. (In Russian)
 23. *Hashchenko V.A.* Psikhologiya ekonomicheskogo blagopoluchiya. Moscow: Izd-vo In-ta psikhologii RAN, 2012. 426 p. (In Russian)
 24. Chelovecheskoe razvitiye: novoe izmerenie social'no-ekonomicheskogo progressa. Ed. V.P. Kolesov, T. Makkinli. Moscow: Prava cheloveka, 2000. 464 p. (In Russian)
 25. *Shchekotin E.V.* Katastrofy povsednevnosti: predstavlenie o kachestve zhizni v obshchestve riska. Novosibirsk: NGASU (Sibstrin), 2014. 152 p. (In Russian).
 26. *Böhnke P.* Does society matter? Life satisfaction in the enlarged Europe. *Social Indicators Research.* 2008. V. 87. № 2. P. 189–210.
 27. *Camfield L., McGregor A.* Resilience and well-being in developing countries. M. Ungar (ed.). *Handbook for Working with Children and Youth: Pathways to Resilience Across Cultures and Contexts.* Thousand Oaks: Sage Publications, 2004. P. 189–209.
 28. *Camfield L., Skevington S.M.* On subjective well-being and quality of life. *Journal of Health Psychology.* 2008. V. 13. № 6. P. 764–775.
 29. *Constanza R., Fisher B., Ali S. et al.* Quality of life: An approach integrating opportunities, human needs, and subjective well-being. *Ecological Economics.* 2007. V. 61. P. 267–276.
 30. *Diener E.* Subjective well-being. *Psychological Bulletin.* 1984. V. 95. P. 542–575.
 31. *Galati D., Sotgiu I.* Happiness and Positive Emotions. *Ricerche di Psicologia.* 2004. V. 1. № 27. P. 41–62.
 32. *Lyubomirsky S., Sheldon K.M., Schkade D.* Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology.* 2005. V. 9. P. 111–131.
 33. *Ruta D., Camfield L., Donaldson C.* Sen and the art of quality of life maintenance: Towards a general theory of quality of life and its causation. *The Journal of Socio-Economics.* 2007. V. 36. P. 397–423.
 34. *Sirgy M.J.* The psychology of quality of life. Dordrecht; Boston; London: Kluwer Academic Publishers, 2010. 296 p.