

УДК [101.1:316+316.628.2](476)

**Н. А. Лазаревич**

Институт философии Национальной академии наук Республики Беларусь

**СОЦИОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ  
ПОДДЕРЖАНИЯ ОПТИМАЛЬНОГО КАЧЕСТВА ЖИЗНИ**

В статье раскрывается роль социопсихологических и экологических факторов – совокупности показателей, необходимых для осуществления жизнедеятельности и процессов адаптации человека в рамках концепции качества жизни. В заявленной теме «качество жизни» оценивается как переживание и поддержание человеком экологических условий (условий окружающей среды) своей жизнедеятельности. Психологические аспекты взаимоотношения человека и среды рассматриваются в рамках экологической психологии. Необходимость привлечения психологической теории для оценки влияния экологических условий на человека определяется возможностью прогнозирования с ее помощью жизнедеятельности и процессов адаптации личности, определения закономерностей и психологических особенностей данного процесса. Рассмотрены социопсихологические факторы – социально-экономические и социально-психологические условия жизнедеятельности, их взаимовлияние, личностные и социальные характеристики, включая пол, возраст, семейный статус. Сделан вывод о том, что важным направлением совершенствования социально-психологического климата как основы оптимального качества жизни является оптимизация комплекса факторов среды на основе разработок специалистов по гигиене и физиологии труда, а также путем психологической регуляции отношения к миру.

**Ключевые слова:** качество жизни, психология окружающей среды, социопсихологические, экологические факторы, здоровье.

**N. A. Lazarevich**

Institute of Philosophy of the National Academy of Sciences of Belarus

**SOCIOPSYCHOLOGICAL AND ENVIRONMENTAL FACTORS  
MAINTAINING AN OPTIMAL QUALITY OF LIFE**

The article reveals the role of sociopsychological and environmental factors of the set of indicators necessary for the implementation of human activity and adaptation processes in the framework of the concept of quality of life. In the stated topic, "quality of life" is evaluated as the experience and maintenance of environmental conditions (environmental conditions) by a person of their life activity. Psychological aspects of the relationship between a person and the environment are considered in the framework of environmental psychology. The need to use psychological theory to assess the impact of environmental conditions on a person is determined by the possibility of predicting the life activity and processes of adaptation of the individual, determining the patterns and psychological features of this process. Sociopsychological factors of socio-economic and socio-psychological conditions of life, their mutual influence, personal and social characteristics, including gender, age, and family status are considered. It is concluded that an important direction for improving the socio-psychological climate as the basis for optimal quality of life is to optimize the complex of environmental factors based on the development of specialists in occupational hygiene and physiology, as well as by psychological regulation of attitudes to the world.

**Key words:** quality of life, environmental psychology, sociopsychological factors, environmental factors, health.

**Введение.** Степень удовлетворенности человека условиями своего существования включает целый ряд компонентов (факторов). Возникает необходимость определять закономерности и психологические особенности проявления данных факторов с целью достижения оптимального качества жизни.

**Основная часть.** Энциклопедический словарь определяет качество жизни как «совокупность свойств жизни человека, включающая его внутренние возможности осуществлять жизнедеятельность с той или иной интенсивностью

и экстенсивностью, а также свойства, выражающие уровень соответствия параметров среды и характеристик жизненных процессов индивидуально и социальным потребностям, интересам, ценностям и целям» [1, с. 12]. Из определения следует, что качество жизни включает степень удовлетворения материальных, духовных и социальных потребностей. В первом (материальном) компоненте качество жизни рассматривается под углом обеспечения жизнеспособности людей в обществе, когда качество жизни сводится к понятию «уровень жизни», что характеризует сугубо

экономический подход. Для него характерен акцент на использование количественных объективных показателей жизни населения, среди которых доминирующими выступают уровень доходов, определяемый величиной ВВП на душу населения.

Кроме материального, критериями оптимального качества жизни являются удовлетворенность жизнью, экологическая безопасность, свобода религиозного выбора, уровень демократизации общества и ряд др. Такими характеристиками качество жизни отражает состояние и результат условий жизни. Особую роль играет субъективная оценка степени удовлетворения материальных и духовных потребностей. В рамках выбранной проблематики будем рассматривать «качество жизни» как переживание и поддержание человеком экологических условий (условий окружающей среды) своего существования.

Психологические аспекты взаимоотношения человека и окружающей среды осуществляются в рамках экологической психологии, которая определяется как «междисциплинарная область знаний об органично включенной в жизнедеятельность человека среде и служащей важным фактором регуляции его поведения» [2, с. 457]. Ее предметом исследования является воздействие экологических факторов (факторов среды) на психику человека. Направление «психология окружающей среды» как часть психологической науки возникло в 60-х гг. XX в. на фоне возрастающего понимания того, что существующая экспериментальная (лабораторная) психология не может дать полного представления о поведении человека «в реальном мире», в силу отсутствия учета всех факторов, определяющих его в естественных условиях. Изучает роль и «влияние экологических факторов на человека: его психику, мозг, поведение и возникающие при этом последствия» [3, с. 37]. Исследования по выделению наиболее значимых для психики человека экологических факторов, изучение с психофизиологической точки зрения их влияния на здоровье и поведение, разработка методик оптимальной организации этих факторов – задача экологической психологии. Роль подобных исследований в связи с изменением характеристик окружающей человека среды возрастает.

Основы анализа отношений человека к различным сторонам действительности еще в начале XX в. были заложены А. Ф. Лазурским в его учении «об экзопсихике» [4] и В. М. Бехтеревым в его учении «о соотносительной деятельности» [5], когда отношение личности к тем или иным объектам среды рассматривается как специфическая реакция, обусловленная особенностями данной личности. Наиболее глубокая

разработка категории «отношение» была сделана в концепции В. Н. Мясищева, который определяет его как избирательную, осознанную связь человека со значимым для него объектом и одновременно как субъективную реальность, отражаемую человеческим сознанием в его личных мнениях и настроениях, поведении [6]. Им подчеркивается характер данных отношений, обусловленный как индивидуальным жизненным опытом, так и влиянием опыта общественно-исторического.

На рубеже 80-х гг. XX в. исследования психологических аспектов взаимодействия человека со средой удалось объединить в рамках направления «психология окружающей среды». Ж. Годфруа определяет его как науку, которая занимается изучением наиболее эффективных способов улучшения условий в населенных пунктах и различных местах, в которых протекает деятельность человека [7].

В общем виде предметом исследования психологии окружающей среды являются отношения человека со средой своего окружения, взаимосвязи между переменными среды и различными психологическими реакциями человека на них, его поведением. Как правило, эта связь происходит в рамках понятия «жизнедеятельность». Оно позволяет наиболее адекватно и полно отразить реальные социально-психологические явления и процессы, сопровождающие человека как их субъекта в ходе повседневной жизни. Особую теоретическую и практическую значимость данный термин приобретает при анализе факторов, влияющих на поступки человека в условиях проживания в экологически неблагоприятной среде. Встает вопрос удовлетворенности базовыми компонентами качества жизни, что является основанием для определения «адаптированности» личности к существующим условиям жизнедеятельности. Понятие адаптации выступает при этом социально-психологическим понятием [8].

Формирование в сознании «образа» воздействия того или иного фактора является очень сложным. А. И. Иванов указывает: это связано с тем, что данный образ не всегда существует в конкретной форме, а часто бывает «ложным или замаскированным» другими факторами и может иметь окраску либо «угрозы», либо «соответствия», т. е. благоприятной «среды» [9]. Поэтому ответная реакция может быть либо адекватной сложившейся ситуации, либо, наоборот, неадекватной. На этой основе строится и структура поведения человека. Если условия среды выходят за рамки границ «соответствия», то и ответная поведенческая реакция может быть «начиная с общей оценки, такой как самочувствие и заканчивая реакцией на угрожающий

фактор с целью его устранения или нивелирования его воздействия» [9]. Очень важно, что подобная реакция может формироваться даже не на сам фактор, а на его образ, представление об угрозе. Это факторы, на которые сам индивидуум в той или иной степени способен оказывать влияние в силу особенностей личности. Эта способность выражается в особенностях поведения, эмоционально-волевой, мотивационной сфере и пр. Отношение может быть проанализировано по соотношению в нем эмоционального и рационального компонентов. Переработка личностью своего субъективного отношения к явлениям и предметам окружающего мира может происходить в рамках «избирательности», в результате чего формируется отношение к целым группам объектов и явлений мира. При этом одни явления и предметы имеют большую ценность (доминируют), другие – меньшую ценность (любовь к животным в жизни по значимости может стоять после работы, семьи, друзей и т. д.).

Практический компонент характеризуется готовностью и стремлением к практическому взаимодействию с объектами отношения. Например, можно стремиться получить от природного объекта «полезный продукт». Как правило, мотив данной деятельности – удовлетворение прагматических потребностей. Другой может стремиться к такому характеру взаимодействия с природным объектом, когда оно само по себе становится самоценным.

Поступочный компонент характеризует активность личности, направленной на изменение ее окружающей среды в соответствии со своим субъективным отношением. Одним из важнейших социально-психологических факторов является *зрелость* личности как личностный фактор. В основе ее понимания лежит осознание и восприятие личностью системы экологических ценностей.

В современной научной литературе к социально-психологическим факторам как *источникам* формирования поведения личности относят многочисленные личностные и социальные характеристики, такие как культурные, социальные составляющие, включая пол, возраст, семейный статус, условия труда и др. Существуют объяснительные модели половых различий в нервно-психическом здоровье, каждая из которых основана на соответствующем объеме эмпирических данных. Психофизиологический подход связывает функциональные особенности женского организма с большей предрасположенностью к нервно-

психическим заболеваниям. Два других объяснения основаны на ролевой теории. В первом объяснении акцентируются множественность ролей и повышенное социальное давление, характеризующее социальную роль женщины в современном обществе. Нервно-психическая патология выступает как реакция на ролевую перегрузку. Второе объяснение основано на существовании социально-ролевых стереотипов. Культурные нормы и стандарты поведения предписывают женщине при переживании трудностей болеть и обращаться за медицинской помощью, тогда как мужскому стереотипу реакции соответствующая агрессия и алкоголизация.

Существует устойчивая связь между психическим здоровьем и семейным статусом, опосредованная фактором пола. Наиболее высокий уровень психического здоровья устанавливается у состоящих в браке мужчин, затем следуют одинокие и никогда не состоявшие в браке женщины, затем – женщины, состоящие в браке. Наихудшее психическое здоровье отмечается у одиноких мужчин, разведенных и овдовевших женщин.

Корреляция с возрастом в каждом исследовании здоровья для белорусской популяции устанавливает ухудшение здоровья с увеличением возраста. В производственных выборках систематически выявляется парадоксальная связь возраста и здоровья. Она получила название «эффекта здорового рабочего», выражающегося в лучшем здоровье работающих 55–60 лет и старше по сравнению с младшими возрастными группами. Это несоответствие выявлялось неоднократно в ходе многочисленных опросов.

Экологические факторы среды – те или иные несовершенства технологии, загазованность, пыль, шум, вибрация, монотонность, нервно-психическое напряжение, неудобная поза и тому подобные сказываются негативно на социально-психологическом самочувствии. Поэтому важнейшим направлением совершенствования социально-психологического климата является оптимизация комплекса факторов среды. Эта задача решается на основе разработок специалистов по гигиене и физиологии труда, эргономике и инженерной психологии.

**Заключение.** Создание оптимального качества жизни требует совершенствования социально-психологического климата и экологических условий. Эта задача должна решаться на основе разработок специалистов по гигиене и физиологии труда, восприятием личностью системы экологических ценностей, а также сознательное следование им.

### Литература

1. Качество жизни. Краткий словарь. М.: Смысл, 2009. 168 с.
2. Психология. Словарь. М.: Политиздат, 1990. 494 с.

3. Аракелов Г. Г. Экопсихологическая катастрофа населения // Мир психологии. 1997, № 1. С. 25–37.
4. Лазурский А. Ф. К учению о психической активности. Новые экспериментальные данные // Вопросы философии и психологии. 1916. Кн. IV (134). С. 201–251.
5. Бехтерев В. М. Психика и жизнь. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 1904. 224 с.
6. Мясичев В. Н. Личность и отношения человека // Проблемы личности. М. 1969. Т. 1. С. 63–73.
7. Годфруа Ж. Что такое психология: в 2 т. М.: Мир, 1992. Т. 1. 496 с.
8. Баранова А. В., Хащенко В. А. Социально-психологические факторы оценки качества жизни – Ежегодник Российского психологического общества: материалы 3-го Всероссийского съезда психологов. 25–28 июня 2003 года. Т. 1. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2003. С. 293–297.
9. Иванов А. В. Уральская матрица. Демоны подсознания. Электронная библиотека [Электронный ресурс]. URL: [http://www. document.wikireading.ru>5686](http://www.document.wikireading.ru>5686). Дата обращения: 18.11.2019.

### References

1. *Kachestvo zhizni. Kratkiy slovar'* [The quality of life. Brief Dictionary]. Moscow, Smysl Publ., 2009. 168 p.
2. *Psikhologiya. Slovar'* [Psychology. Vocabulary]. Moscow, ONLAJN Publ., 1990. 494 p.
3. Arakelov G. G. Ecopsychological disaster of the population. *Mir psikhologii* [World of psychology], 1997, no. 1, pp. 25–37 (In Russian).
4. Lazurski A. F. To the doctrine of mental activity. New experimental data. *Voprosy filosofii i psikhologii* [Questions of philosophy and psychology], 1916, buk. IV (134), pp. 201–251 (In Russian).
5. Behterev V. M. *Psikhika i zhizn'* [Psyche and Life]. St. Petersburg, St. Petersburg University Publ., 1904. 224 p.
6. Myasishchev V. N. Personality and human relationships. *Problemy lichnosti* [Problem of personality], 1969, no. 1, pp. 63–73 (In Russian).
7. Godfrua Zh. *Chto takoye psikhologiya* [What is psychology]. Moscow, Mir Publ., 1992, vol. 1, 406 p.
8. Baranova A. V., Khashchenko V. A. Socio-psychological factors for assessing the quality of life. *Materialy 3-go Vserossiyskogo s'yezda psikhologov* (“*Yezhegodnik Rossiyskogo Psikhologicheskogo obshchestva*”) [Materials of the 3-rd All-Russian Congress of Psychologists] (“*Vearbook of the Russian Psychological Society*”). St. Petersburg, 2003, vol. 1, pp. 293–297 (In Russian).
9. Ivanov A. B. *Ural'skaya matritsa. Demony podsoznaniya* [Ural matrix. Demons of the subconscious]. Available at: <http://www. document.wikireading.ru>5686> (accessed 18.11.2019).

### Информация об авторе

**Лазаревич Наталья Александровна** – кандидат философских наук, доцент, ведущий научный сотрудник Центра социально-философских и антропологических исследований. Институт философии Национальной Академии наук Республики Беларусь (220072, г. Минск, ул. Сурганова, 1/2, Республика Беларусь). E-mail: [natalazarevich@tut.by](mailto:natalazarevich@tut.by)

### Information about the author

**Lazarevich Natalia Aleksandrovna** – PhD (Philosophy), Associate Professor, Senior Leading, the Center of Philosophical and Anthropological Research. Institute of Philosophy of the National Academy of Sciences of Belarus (1/2, Surganova str., 220072, Minsk, Republik of Belarus). E-mail: [natalazarevich@tut.by](mailto:natalazarevich@tut.by)

Поступила 02.03.2020