

«СПОСІБ ЖИТТЯ» ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА КАТЕГОРІЯ

УДК 159.9 : 316.6

СКЛЯР О.Г.

асистент кафедри соціальної роботи,
Київський національний університет імені
Тараса Шевченка, м. Київ

У статті розглядається проблема способу життя особистості, основні підходи до визначення поняття «спосіб життя» та його направленості як соціально-психологічного феномену. Звернена увага на співвідношення категорій «спосіб життя» та «життєвий сценарій особистості».

Ключові слова: *спосіб життя, життєвий сценарій, цілепокладання, образ майбутнього.*

«ОБРАЗ ЖИЗНИ» КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КАТЕГОРИЯ

В статье рассматривается проблема образа жизни личности, основные подходы к определению понятия «образ жизни» и его направленности как социально-психологического феномена. Обращено внимание на соотношение категорий «образ жизни» и «жизненный сценарий личности».

Ключевые слова: *образ жизни, жизненный сценарий, целеполагания, образ будущего.*

Спосіб життя є однією з основоположних якісних характеристик життєдіяльності особистості, соціальної групи, народу, нації, суспільства в цілому.

Поняття способу життя є досить складним і багатограним соціально-психологічним явищем, яке поєднує в собі спосіб здійснення соціального життя, що проявляється в певних сферах і видах життєдіяльності конкретних людей та є комплексним критерієм суспільних процесів в цілому.

Проблематика способу життя давно є актуальною та розглядається дослідниками у різних галузях науки, можна стверджувати, що категорія способу життя має міждисциплінарний характер та розглядалася у філософії економіці, культурології, психології.

Існує багато підходів до розуміння поняття «спосіб життя». Серед яких – середовищний, ідеологічний, психосоціологічний, суб'єктно-діяльнісний підхід, пов'язаний із категорією суб'єкта життєдіяльності та його становлення (К. А. Абульханова-Славська, Б. Г. Ананьев, Т. Н. Березіна, А. В. Брушлинский, Л. С. Виготський, С. Л. Рубінштейн, А. Н. Леонтьев та ін.).

Категорія «способу життя» у своєму становленні проходила декілька етапів. Початком соціологічного вивчення проблем формування та становлення способу життя в суспільстві слід вважати праці М. Вебера, який стверджував, що стратифікація

суспільства визначається не тільки економічними (доступ до суспільного багатства) і політичними (влада, право), але і соціальними (престиж) показниками. Згідно із теорією Вебера, спосіб життя включає ще і набір звичок, цінностей, вірувань, уявлень про честь й інші психологічні моменти. Кожному способу життя відповідає більш-менш висока оцінка (пошана), і люди, домагаючись такої оцінки, засвоюють визначені норми і уявлення [3].

У 20-60 роках 20 століття категорія способу життя розвивалася в рамках філософських концепцій. Серед передових дослідників даної області варто відмітити Л. В. Сохань, В. И. Толстих. Спосіб життя визначався як «усталені, типові для історично конкретних соціальних відносин форми індивідуальної і групової життєдіяльності людей, які характеризують особливості їх спілкування, поведінки і складу мислення у сферах праці, суспільно-політичної діяльності, побуту і дозвілля» [5].

Одним з перших у радянський період поняття «способу життя» почав досліджувати В. И. Толстих. Спосіб життя він визначав як форму людської життєдіяльності, яка характерна для конкретних, історично складених соціальних відносин і цивілізаційного устрою. Фіксує певні особливості людей: спілкування, поведінки, мислення у різних сферах життєдіяльності, поняття способу життя дає типологічну, «портретну» характеристику того, як сприймаються і реалізуються реальні умови життєдіяльності (природні, економічні, культурні, соціально-економічні та ін.) у повсякденному житті та практиці окремих індивідів та соціальних спільнот. В залежності від конкретних умов життєдіяльності чи параметрів, які визначають людське буття, що виступають у ролі основних факторів та ознак визначали «міський» та «сільський», «кочовий» та «осілий» і т.д. спосіб життя [5].

В 60-80-ті роки поняття «способу життя» досліджувалося у соціології (В. А. Ядов, Е. А. Ануфрієв, А. А. Возьмитель, А. Г. Здравомислов, И. С. Мансуров).

Предметом досліджень у той час виступали переважно великі соціальні спільноти, такі як народи, соціальні класи, соціально-професійні групи, спільноти за типом поселення. У рамках даного напрямку розглядалися такі узагальнені показники, як «рівень життя», «якість життя», «соціальне благополуччя», переважаючі цінності, стереотипи соціальної групи.

Варто зазначити, що в радянський період категорія способу життя була ідеологічно навантажена у зв'язку з домінуючою ідеологією, виступала, як категорія операціональна, вживана для порівняльного аналізу двох протилежних соціальних систем

– соціалістичної і капіталістичної та невід’ємно асоціювалася зі способом життя радянської людини. Спосіб життя розглядався як система культурних форм спілкування та є зв’язною категорією між сферою виробництва, споживання і духовною, моральною та естетичною сферою людської життєдіяльності. У процесі культурного розвитку суспільства виробляються специфічні, притаманні лише даній спільноті, спільні моделі соціально типової та індивідуально-психологічної поведінки людей, яка формує специфічний внутрішній уклад щоденного буття особистості.

На сучасному етапі перспективним дослідницьким напрямком є «психосоціологічний» підхід (Н. І. Лашін, К. А. Абульханова-Славська, А. В. Соколов), що пропонує вивчати людину в «реальному просторі життєдіяльності». З’явилася нова тенденція міждисциплінарних досліджень, що має назву «соціологія життя», яка визначає свій предмет вивчення, що можна охарактеризувати тезисом «людина в суспільстві, а не суспільство для людини». Тут спосіб життя розуміється як діяльність людини в багатовимірному, біо - соціо - культурному середовищі. Ці виміри не зводяться в один, вони інтегровані в діяльності людини та взаємопов’язані між собою.

Специфіку взаємодії суб’єктивних і об’єктивних чинників у змісті, структурі і формі способу життя людей в одному і тому ж суспільстві досліджувала Е. А. Орлова. Розглядаючи спосіб життя через сфери життєдіяльності людини в сучасному суспільстві, ми спираємося на типологію запропоновану вченою. В рамках своєї теорії вона виділяє: - організація матеріальних і соціальних основ життєдіяльності людини; - організація процесів соціалізації; - специфіка соціальної комунікації; - відновлення енергетичних витрат.

С. Л. Рубінштейн, В. П. Серкин, М. Такалі у своїх роботах спосіб життя трактують як результат взаємодії людини з навколишнім світом, що відображає специфіку особистості та її взаємини з соціальним середовищем. Б. Ф. Ломов і Б. Д. Паригін розглянули спосіб життя як відповідну систему стійких способів організації людьми своєї життєдіяльності.

І. В. Бестужев-Лада вважає, що категорія «спосіб життя» полягає в соціальних принципах організації життєдіяльності суб’єкта. Він визначає «спосіб життя» як спосіб життєдіяльності, взятої в єдності з її умовами, які характеризуються категоріями рівня якості й укладу життя. Вчений запропонував структуру категорії «спосіб життя», яка передбачає складову триєдність: умови життя – спосіб життя – образ думок [2].

Приблизно таку ж позицію займає і Ю. І. Савенко, який вважає, що поняття «спосіб життя», крім якості життя, включає такі компоненти, як умови життя, умови життєдіяльності, а також рівень життя і соціальну поведінку.

Багатьма дослідниками виділено підстави цілісності способу життя, визначенню його співвідношення з такими поняттями як «уклад життя», «стиль життя», «якість життя», «рівень життя», які можна розглядати як конкретизацію і різні «зрізи» цього складного за своїм складом та структурою соціального феномену. При цьому ще не вироблено єдиної методики дослідження способу життя, немає чітко виділених емпіричних показників даного явища.

Отже, спосіб життя відображає характер діяльності (життєдіяльності) людини. Образ життя являється сукупністю стійких способів і форм організації соціокультурного життя людей.

В соціокультурному плані образ життя представляє собою об'єктивну характеристику способів соціальної взаємодії в найбільш значимих сферах життя суспільства.

Поняття способу життя універсально застосовується до індивіда, до стабільної малої групи типу сім'ї або колективу, до організації або соціального інституту, до великих соціальних груп із явно вираженими субкультурними ознаками, до етнічної групи або до суспільства в цілому [4].

Зв'язок категорії способу життя з такими поняттями, як: «життєвий шлях особистості», «стиль життя», «культура життя» та ін. висвітлена у концепції життєтворчості Л. В. Сохань. В основу концепції покладено уявлення про життя людини, як творчий процес. Особистість розглядається як суб'єкт життєдіяльності, в основі існування якої лежить життєтворчість, як духовно - практична діяльність, яка спрямована на творче проектування та здійснення свого життєвого проекту. Людина розробляє, коригує та реалізує свій життєвий сценарій, опановуючи тим самим, мистецтво жити – особливим умінням, що базуються на глибокому знанні життя, розвиненні самосвідомості і володінні системою засобів, методів і технологій життєтворчості. Життєтворчість виступає способом вирішення поточних, середньострокових і перспективних життєвих завдань. Це процес упорядкування подієвої картини життя, процес її самовдосконалення.

Спосіб життя як соціально-психологічний феномен може мати різні вектори спрямованості, в залежності від яких, особистість або гармонійно розвивається, підтримує та зміцнює

своє здоров'я, творчо реалізується, або, навпаки, деградує, хворіє, саморуїнується.

Спосіб життя як функціональна психологічна система формується в процесі активної життєдіяльності і знаходить своє відображення в індивідуальних особливостях поведінки та стилі життя. Спосіб життя особистості є найважливішою передумовою для підвищення ефективності та вирішення соціальних проблем, пов'язаних з особливостями поведінки людей.

Спосіб життя залежить і від психологічних особливостей самої людини (характеру, темпераменту, індивідуального складу мислення та ін.) і тому може бути «повільним» або «рухомим», «раціональним» або «нераціональним», «гармонійним» чи «деструктивним» і т. д.

В психологічному плані спосіб життя представляє собою набір цінностей і норм, які детермінують розповсюдження і передачу від покоління до покоління певних моделей поведінки.

Спосіб життя функціонально забезпечує реалізацію сенсу життя людини, але може під впливом різних факторів істотно змінити свою спрямованість і вплинути на ті чи інші психологічні структури, на особистісний розвиток.

В психологічному аспекті спосіб життя включає в себе смислові та потребово-мотиваційні сфери, психологічну запрограмованість, життєвий досвід, систему індивідуальних ідеалів і життєвих цінностей, стереотипів поведінки. Спрямованість його формування і можливості корекції багато в чому залежать від стану здоров'я і здібностей індивіда до навчання і виховання.

Психологічні механізми формування способу життя на різних етапах розвитку особистості займають різне домінуюче положення. У ранньому дитинстві - це, в основному, механізми імпринтингу, адаптації та ідентифікації (наслідування), механізми селекції сприймання інформації і формування психологічної запрограмованості, в подальшому все більшу вагу починають набувати механізми причинно-наслідкових зв'язків, механізми взаємодії з соціальним і природним середовищем, механізми розвитку та реалізації особистісного потенціалу.

Загалом, спосіб життя є певною цілісною характеристикою буттєвості індивіда та соціуму, яка дає можливість людині реалізувати своє бачення світу та ставлення до нього через власну діяльність.

Ю. М. Швалб стверджує, що аналізуючи психологічні моделі регулятивних механізмів діяльності найбільш відповідними будуть ті, які «охоплюють» єдність свідомості й діяльності.

До таких механізмів вчений відносить процеси постановки цілей діяльності та прийняття відповідальності за результати діяльності.

Цілепокладання задає спосіб постановки цілей та поєднує у собі внутрішні інтенції особистості й зовнішні умови діяльності. Форми цілепокладання розглядаються не в їх психологічному змісті, а як способи організації життєдіяльності за шкалою «свобода – необхідність». Причому «свобода» розуміється як виключно внутрішня детермінована, а «необхідність» розглядається як ситуація заданості цілей діяльності зовнішнім суб'єктом, або квазісуб'єктом, як вимушеність індивіда або групи дотримуватися ззовні покладеним і визначеним нормам, правилам, традиціям, заповідям, наказам [4].

Направленість способу життя, як соціально-психологічного феномену, забезпечує розвиток та гармонізацію особистості (групи, суспільства) чи її деградацію і руйнування. Спосіб життя ґрунтується на базовій ключовій ідеї (щастя, успіху, служіння, жертви, гріховності і т.п.), яка пронизує увесь життєвий шлях та задає його направленість й кінцевий результат діяльності і життя людини, який фіксується у життєвій перспективі індивіда, у його образі свого власного майбутнього, у постановці цілей та, власне, конкретному способі дії. Варто зазначити, що ідея щастя, як універсальна базова ідея, є притаманною для всіх людей, як внутрішня інтенція, яку особистість наповнює власним змістом (суб'єктивне благополуччя, задоволеність життям, радість, позитивні емоції, відсутність депресії та негативних переживань), незалежно від того, в якій ситуації знаходиться, який сценарій та спосіб життя реалізує [1].

Образ життя включає в себе моделі поведінки індивіда, які формуються під впливом виховання, сформованих та переданих цінностей, потребово-мотиваційної сфери, життєвого досвіду та є стереотипними, а точніше сценарними. Якщо у клієнта є стійкий образ життя та не виникає ідеї іншого способу життя, то вся логіка його життєвого шляху є стабільною, тобто сценарною, у свою чергу сформований сценарій задає формат стереотипних, сценарних моделей поведінки та образу життя в цілому. Образ життя включає в себе життєвий сценарій, а життєвий сценарій в свою чергу, впливає на формування та направленість образу життя. Ці два поняття взаємозв'язані та взаємопосилючі. Сценарій задає образ життя, так «програшний» життєвий сценарій є компонентом «деструктивного» образу життя, «виграшний» сценарій сприяє формуванню «гармонійного» образу життя. Відповідно, якщо змінюється уявлення образу майбутнього життя, то змінюється і життєвий

сценарій. Реалізація програшних (негативних) сценаріїв життєвого шляху (Е. Берн). та «деструктивного» образу життя особистості в цілому, проявляється у деформації чи відсутності її життєвої перспективи та образу майбутнього.

Загалом, те, як сьогодні вибудовується життя особистості є базовою детермінантою того, як вона уявляє власне майбутнє.

Образ майбутнього як емоційно-когнітивна модель орієнтує життєдіяльність суб'єкта в масштабах багаторічної часової перспективи і головних цінностей, визначає спрямованість розвитку в майбутньому і особистісний зміст переживань у сьогоденні.

Коли сьогоднішній образ життя особистості є нормальним, то і життєва перспектива є нормальною, якщо наявна життєва ситуація та загалом наявний спосіб життя є проблемним та деструктивним, то і уявлення про власне майбутнє буде утрудненим, розмитим, або взагалі відсутнім.

Людина, яка живе в ситуації «тут і тепер», задовольняючи нагальні базові потреби, орієнтовані на виживання, що утруднює, а то й унеможливорює планування власного майбутнього, реалізує спосіб життя який можна назвати руйнівним для особистості. А особистість яка сама себе руйнує, в актуальній життєвій ситуації, не здатна уявити себе в майбутньому. Більше того, така особистість не розуміє як потрапити в ситуацію майбутнього із наявної ситуації, не усвідомлює обмежень, які існують в наявній ситуації, які необхідно подолати, аби потрапити у майбутнє.

Люди, які знаходяться «в нормі» мають задачу розвинути, «продвинути» те, що мають сьогодні, для людей, які відхиляються від норми, актуальним є саме подолання тих обставин, які наявні в актуальній життєвій ситуації. Аби побудувати адекватну, конструктивну картину майбутнього, необхідно подолати ті життєві обставини та обмеження, які в актуальній життєвій ситуації заважають це зробити.

Частіше за все життєвий сценарій та спосіб життя особистістю не усвідомлюється та для його усвідомлення і зміни, необхідні сприятливі умови та висока здатність індивіда до саморефлексії.

Спосіб життя може змінюватися двома шляхами: особистістю самостійно та за допомогою спеціаліста та умов, які забезпечать проблематизацію, рефлексію та цілепокладання необхідних для усвідомлення та зміни способу життя.

Література

1. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб. : Питер, 2003. – 271 с.

2. Бестужев-Лада И. В. Содержание и структура категории образ жизни. – Теоретические и методологические проблемы исследования образа жизни / И. В. Бестужев-Лада. – М., 1979. – 15с.
3. Вебер М. О. некоторых категориях понимающей социологии / М. Вебер. Избранные произведения : пер. с нем. / Сост., общ. ред. и послесл. Ю. Н. Давыдова. – М. : Прогресс, 1990. – 495–546 с.
4. Психологія соціальної роботи : підручник / за ред. Ю. М. Швалба. – К. : ВПЦ «Київський університет», 2010. – 271 с.
5. Толстых В. И. Образ жизни : Понятия, реальность, проблемы / В. И. Толстых. – М. : Политиздат, 1975. – 184 с.

The article is addressed to the problem of life of the individual, it highlights the main approaches to the definition of “life” as a social and psychological phenomenon. Attention is paid to the ratio of such categories as “life” and “life scenario of personality”.

Keywords: *life, life scenario, goal-setting, the image of the future.*