

Эмоционально-оценочный подход к исследованию социального самочувствия

Аннотация

В статье автор концентрирует внимание на традиционном в науке подходе к изучению социального самочувствия, вытекающем из социально-психологической традиции исследования этого сложного социального феномена. Базируется он на фиксации доминирующих эмоций, чувств и настроений, удовлетворенности жизнью как в целом, так и в отдельных сферах жизнедеятельности, определении интегральных показателей счастья и отдельных показателей психологического и социального благополучия.

Основное внимание уделено ознакомлению с традиционными и новейшими методиками исследования социального самочувствия людей. В частности, анализ методик, определение преимуществ и недостатков использования простых вопросов и многопунктных шкал осуществлен с учетом особенностей их применения в трансформирующихся обществах.

Ключевые слова: социальное самочувствие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью, счастье, социальные настроения, тревожность

Субъективные оценки развития общества позволяют измерять общественные рефлексии в отношении происходящих в нем процессов. С этой целью используются разные показатели, призванные измерять социальное самочувствие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью и ее отдельными аспектами, счастье, психологический комфорт, социальное настроение и т.п.

Следует согласиться с В.Паниотто в том, что “никакие объективные показатели, — как физиологические (пульс, дыхание и т.п.), так и социальные (высокая зарплата, хорошие жилищные условия и т.д.), — которые, с точки зрения исследователя, свидетельствуют о полном благополучии респондента, никакие наблюдения других людей не являются основанием для утверждения, что человек удовлетворен в случае, когда он это отрицает” [Паниот-

то, 1986: с. 117]. Эти данные являются лишь дополнительным источником информации, способным объяснить отдельные причины хорошего или плохого самочувствия людей в обществе.

Поскольку термин “социальное самочувствие” сравнительно новый, в методологическом и методическом плане возникает еще немало вопросов. Вот почему важно ознакомиться с насчитывающим несколько десятилетий зарубежным опытом исследований субъективного восприятия комфортности жизни. Нужно также подробнее остановиться на последних разработках по указанной проблематике, поскольку начиная с 2003–2004 годов существенно увеличилось количество публикаций по данной теме, появились новые и совершенствовались прежние методики исследования этого феномена. Хотя в данное время следует отдать должное прежде всего социальным психологам, а не социологам в том, что касается постоянной доработки уже известных методов фиксации социального самочувствия.

В результате междисциплинарного характера категории “социальное самочувствие” и исторически обусловленного интереса к ней в первую очередь социальных психологов, большинство социологических исследований базируются в основном на психологических методиках. Во всех опросниках преобладают адаптированные разными исследовательскими коллективами психологические тесты. Поэтому логично было бы обратиться к мировому опыту изучения удовлетворенности жизнью, счастья, субъективного благополучия, социальных настроений.

Сначала подробнее рассмотрим методы изучения *удовлетворенности жизнью* — одни из наиболее часто применяемых для характеристики социального самочувствия людей. Традиционно используются самооценочные суждения, которые, согласно В.Паниотто, являются субъективными эталонными критериями для отражения самоощущения людей. При “отсутствии случайных и систематических ошибок” это самый надежный способ измерения удовлетворенности [Паниотто, 1986: с. 115–117].

Одной из первых методик выяснения удовлетворенности жизнью была симметричная семибалльная шкала А.Кемпбелла, использованная в известном исследовании “Качество жизни американцев” [Campbell, 1976]. Респондентам задавали вопрос о том, насколько они удовлетворены своей жизнью (1 — абсолютная неудовлетворенность, 4 — средняя удовлетворенность, 7 — абсолютная удовлетворенность). Например, в рамках Общенационального исследования в США используется асимметричная семибалльная шкала (без нейтральной позиции). В Исследовании мировых ценностей (World Value Survey) предусмотрен один вопрос: “Учитывая все, насколько Вы удовлетворены своей жизнью в целом в эти дни?”¹; центр Геллапа формулирует вопрос по-другому: “Насколько в целом Вы удовлетворены или неудовлетворены тем, как сейчас все складывается в Вашей жизни? Можете ли Вы сказать, что очень удовлетворены, в определенной мере удовлетворены, в определенной мере неудовлетворены или совсем неудовлетворены?”² Такая шкала позволяет упорядочить респондентов по мере общей

1 “All things considered, how satisfied are you with your life as a whole these days?”

2 “Overall, how satisfied or dissatisfied are you with the way things are going in your life today? Would you say you are very satisfied, somewhat satisfied, or very dissatisfied?”

удовлетворенности жизнью, однако не учитывает различий субъективной важности отношения к жизни, поскольку не содержит отображения нейтрального, равнодушного отношения, что может наряду с прочим “продуцировать артефактную первичную информацию как “реакцию карандаша на бумагу” [Хутка, 2007: с. 30].

Несколько иным является подход Эндрюса и Уити (Andrews, Withey, 1976). Они предложили формулировку, которая учитывает два таких оттенка самочувствия человека, как эмоции и удовлетворенность. Вопрос звучал так: “Как в целом Вы оцениваете свою жизнь?”¹ Для ответов респондентам предлагали 7-балльную шкалу с градацией от “прекрасно” до “ужасно”. Кроме того, респондент мог отметить, что “никогда не задумывался над этим”. Такая формулировка, по мнению исследователей, близка людям, предполагает суждения в привычных для них категориях, а значит не мешает получить ответы, которые бы минимально зависели от эмоционального состояния человека в момент опроса [Andrews, 1976]. Однако предложенный веер ответов на этот вопрос все же предусматривает эмоциональные оценки со стороны респондентов.

Помимо выяснения удовлетворенности жизнью к интегральным оценкам комфортности жизни (субъективного благополучия) отчасти принадлежат вопросы, касающиеся ощущения счастья, если исследователь непосредственно предлагает респонденту определить, насколько тот в целом чувствует себя счастливым или несчастливым.

Обычно речь идет о простых вопросах относительно оценки собственного ощущения счастья. Так, Центр опросных исследований Мичиганского университета (Survey Research Centre – SRC) и Национальный центр опросов общественного мнения при Чикагском университете используют следующую формулировку: “Если говорить в целом, как идут Ваши дела сейчас – Вы бы сказали, что чувствуете себя очень счастливым, довольно счастливым, не очень счастливым?” А в рамках исследований Центра Геллапа вопрос звучит так: “В общем насколько Вы считаете себя счастливыми: очень счастлив, достаточно счастлив, несчастен?”

Шкала счастья Фордиса (Fordyce, 1988) дает ответ на два вопроса: 1) “Учитывая все, насколько счастливыми или несчастливыми Вы себя преимущественно чувствуете?” (0 – очень несчастлив, 10 – очень счастлив); 2) “В среднем, сколько времени Вы себя чувствуете счастливо (несчастливо и нейтрально), в %”. Затем эти цифры суммируют.

Использование однопунктных шкал очень популярно в мировой практике исследований удовлетворенности жизнью, субъективного благополучия и социального самочувствия людей. Тем не менее возникает ряд ограничений теоретико-методологического, организационно-методического и идеологического характера в отношении применения подобного типа шкал в социологических опросах. Назову некоторые из них:

- ошибочна традиция делегировать респонденту основные задачи исследователя, а именно определение интегрального отношения индивида к жизни, к своему месту в обществе и к обществу в целом; одним

¹ “How do you feel about your life as a whole...?” (Veenhoven R. World Database of Happiness, Erasmus University Rotterdam.– http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_quer/examples.htm#O-SLW).

из последствий этого является значительная доля субъективизма в полученных результатах [Панина, 2008: с. 190];

- недостатком однопунктных шкал, в частности шкалы удовлетворенности жизнью и шкалы измерения счастья, является очевидность для респондента предмета исследования [Аргайл, 2003: с. 28]. Из-за этого на его ответ могут влиять некоторые индивидуальные предубеждения (например, негативный минувший опыт);
- определенной помехой оказывается приватный характер темы, что частично связано как с предыдущим замечанием, так и с национально-культурными особенностями респондентов. В отличие от западных культур, где вопросы об удовлетворенности жизнью, счастье, благополучии в основном распространены как в повседневных разговорах, так и в публичном дискурсе, украинцы в меньшей мере склонны обсуждать эту тему не только с посторонними, но даже с близкими людьми. Поэтому ответы на прямой вопрос об удовлетворенности жизнью или ощущении счастья “могут формулироваться на основании защитных мотивов, отмежевывая (?) при этом частную сферу от публичного дискурса” [Рогозин, 2007: с. 106];
- такой подход к измерению удовлетворенности жизнью (или счастья) ограничивает возможности исследователей оперировать как можно большим количеством взаимосвязанных компонентов;
- существует значительная зависимость ответов респондента от ситуативных факторов (условий внешней среды, настроения в момент опроса и т.п.). Это подтверждается, в частности, данными А.Крюгера и Д.Канемана [Kahneman, 2006: р. 6];
- сравнение коэффициентов или индексов удовлетворенности жизнью, построенных на основе указанных однопунктных шкал, часто невозможно из-за использования различных типов шкал и отсутствия общепринятой методики их построения.

Последнее замечание касается проблем измерения и обеспечения валидности шкалы удовлетворенности. Более подробный анализ и проблема измерений в зависимости от типа шкалы (номинальной, порядковой, метрической) на примере вопросов об удовлетворенности жизнью описаны в работах украинских социологов Н.Паниной, В.Паниотто, В.Максименко, Н.Харченко [Панина, 2007: с. 204, 212–214; Паниотто, 2004: с. 32, 58]. К примеру, Н.Панина ставит ударение на преимуществах перевода шкалы удовлетворенности из номинальной в порядковую. Речь идет о перечне ответов на вопрос: “В какой мере Вы удовлетворены своей жизнью в целом?”, где 1 — совсем не удовлетворен, 2 — скорее не удовлетворен, 3 — скорее удовлетворен, 4 — вполне удовлетворен, 5 — трудно сказать, удовлетворен или нет. В таком виде шкала является номинальной, что ограничивает ее использование при проведении сравнительного анализа. Поэтому предлагается рассматривать вариант ответа “трудно сказать” как нейтральную позицию, переместив его на третье место и присвоив ему соответствующее ранговое значение, что расширяет возможности шкалы (позволяет рассчитывать индекс удовлетворенности жизнью). Именно такого типа шкалу используют в социологическом мониторинге Института социологии НАН Украины.

Киевский международный институт социологии в своем опросе использовал шкалу удовлетворенности жизнью, разработанную В.Хмелько. Этот тип шкалы предусматривает семь вариантов ответов (пять градаций степени удовлетворенности и два альтернативных варианта ответов-фильтров) на вопрос: “Скажите, пожалуйста, в какой мере Вас удовлетворяет или не удовлетворяет то, как складывается Ваша жизнь в целом?”, где 1 — “совсем не удовлетворяет”, 2 — “скорее не удовлетворяет, чем удовлетворяет”, 3 — “насколько удовлетворяет, настолько же не удовлетворяет”, 4 — “больше удовлетворяет, чем не удовлетворяет”, 5 — “вполне удовлетворяет”, 0 — “для меня это не имеет значения”, 97 — “трудно сказать”. Использование рассмотренной шкалы, по словам С.Хуткой, которая применяла ее в своем исследовании для определения показателей социальной адаптированности личности, делает возможным как “учет основных модальностей субъективного отношения человека к своей жизни”, так и “трактовку шкалы удовлетворенности-неудовлетворенности как условно интервальную, метрическую, что позволяет не терять важных для анализа проблемы возможностей обработки первичных эмпирических данных” [Хутка, 2007: с. 30–31].

Для получения более надежных ответов касательно общих (интегральных) оценок удовлетворенности жизнью западные ученые предлагают использовать 10- или 11-пунктные шкалы вместо 7-, 5- и 4-пунктных [Fisher, 2009: p. 24; Andrews, 1991: p. 108].

О способах интерпретации и недостатках некоторых индексов удовлетворенности жизнью рассказывает российский ученый Е.Балацкий в статье “Методы диагностики социального самочувствия населения” [Балацкий, 2005: с. 48–49]. В частности, справедливо его замечание об интерпретации данных, полученных в процессе опроса в отношении общей удовлетворенности жизнью по 5-балльной шкале, и способах их графического отображения, которое довольно часто предоставляется в виде двух гистограмм. В первой гистограмме объединяют тех респондентов, которые ответили, что полностью удовлетворены и скорее удовлетворены, а во второй — совсем неудовлетворены и скорее неудовлетворены. Недостатком является то, что при объединении разных по своим особенностям групп респондентов и сравнении их между собой теряется важная информация, заложенная в вопросе и структуре ответов. Так, в случае проведения такого анализа окажется, что около 35% украинских граждан якобы чувствуют себя удовлетворенными, а 40% неудовлетворены собственной жизнью. При этом не учитывается то, что доля критически неудовлетворенных жизнью людей более чем вчетверо превышает тех, кто считает себя абсолютно удовлетворенным своей жизнью (10,6% и 2,3% соответственно)¹.

Также Е.Балацкий настаивает на необходимости учета наряду с индексом удовлетворенности сопутствующего индекса — индекса неопределенности, указывающего на дезориентацию респондентов относительно характеристики своего состояния в сложившихся условиях (ответ “трудно сказать, удовлетворен или нет”) [Балацкий, 2005: с. 49–50]. Чем больше неопределившихся респондентов, тем выше риск того, что в ситуации возник-

¹ По результатам всеукраинского социологического мониторинга Института социологии НАН Украины в 2010 году (выборочная совокупность 1800 человек, репрезентативная по признакам пола, возраста, образования).

новения или обострения кризисных явлений они пополняют группу неудовлетворенных жизнью. Поэтому индекс неопределенности он называет также индексом риска. Однако такое уточнение его названия, по моему мнению, нецелесообразно: скажем, в периоды стабилизации более вероятно незначительное увеличение доли удовлетворенных своей жизнью респондентов из-за включения в эту группу тех, кто сначала колебался с ответом. Остальные выводы этого исследователя не являются адекватными, поскольку не могут касаться анализируемого им типа шкалы, являющейся по своей сути номинальной (вариант “трудно ответить” является заключительным в перечне вариантов ответа и имеет самый большой по числовому значению код — 5). Принимать во внимание количество респондентов, не определившихся с ответом, имеет смысл в случае использования таких инструментов, как шкала удовлетворенности жизнью В.Хмелько.

Ответ на вопрос касательно общей удовлетворенности жизнью требует от человека рациональных оценок собственной жизни, но поскольку формулируется преимущественно в момент опроса, находится под влиянием эмоций и настроения респондента [Kahneman, 2006: р. 6]. Поэтому на фоне нестабильности, когда общество переживает один кризис за другим, эмоциональные реакции людей на ситуацию неопределенности, на постоянные социальные конфликты и т.п. влияют на психологическое самочувствие личности, а значит, переносятся на оценку собственной жизни и своих возможностей. Полученные таким методом данные будут отражать весьма непостоянные чувства и настроения, а не реальные изменения в социальном самочувствии людей.

Существенным недостатком использования шкалы удовлетворенности в постсоветском пространстве является ее зависимость от идеологического состояния общества в конкретно-исторических условиях (на что указывают Н.Панина и В.Ядов). Поэтому не случайно респонденты “выдают” в опросах генерализированные однополюсные оценки, выражающие скорее их представления, связанные с социальной желаемостью ответов (в закрытом обществе) или с массовым негативизмом (в переходном обществе). Так, шкала удовлетворенности в годы до “перестройки” работала преимущественно на векторе “удовлетворен” — “в основном удовлетворен”, поскольку в тогдешнем обществе другого ответа просто не могло быть. Этот факт отмечали ученые как серьезную проблему измерения эмоциональной сферы массового сознания. Когда же объективно ситуация в экономике не изменилась, а изменения в идеологическом плане произошли, шкала удовлетворенности фактически перевернулась, и ответы с того времени концентрировались в негативной плоскости. Разумеется, такие резкие колебания от позитивных оценок к негативным не могли произойти за такой короткий промежуток времени, однако появление возможности высказывать собственные мнения перевернуло и поставило все на свои места. В итоге такое свойство шкалы удовлетворенности, как зависимость от идеологической составляющей, ставит под сомнение возможность ее использования по крайней мере в странах бывшего Советского Союза [Панина, 2008: с. 189–190].

Следует обратить внимание и на то, что вопрос об удовлетворенности жизнью также чувствителен к структуре анкеты. Если, например, перед опросом поинтересоваться у респондента насчет погоды (имея при этом целью то, чтобы он осознал этот факт), то на его оценку собственной удов-

летворенности жизнью в меньшей мере повлияет настроение непосредственно в момент опроса. Таким образом нивелируется влияние этого ситуативного фактора на ответ об удовлетворенности жизнью в процессе интервью [Kahneman, 2006: р. 6]. Однако если перед вопросом об удовлетворенности жизнью поднимать актуальные и болезненные для общества проблемы, существует вероятность получить недостоверные, обычно заниженные результаты. Поэтому на последовательность вопросов нужно обращать пристальное внимание при разработке инструментария любого исследования, особенно когда одной из задач является оценка социально-психологического состояния людей.

Еще одной проблемой шкалы удовлетворенности является зависимость от респондента, от того, как он будет интерпретировать предложенные варианты ответа. Нет гарантии, что человек, ответивший “полностью удовлетворен”, на самом деле более удовлетворен жизнью, работой, семьей и т.п. по сравнению с тем, кто ответил “скорее удовлетворен”. Возможно, этот второй респондент просто принадлежит к тому типу людей, которые нечасто используют категоричные, крайние суждения в своих оценках [Kahneman, 2006: р. 18]. Впрочем, это замечание следует учитывать главным образом при исследовании социального самочувствия на уровне небольших групп, а не всего населения.

Важной методологической и методической проблемой в социологическом подходе к исследованию социального самочувствия с использованием показателя удовлетворенности жизнью является неопределенность предмета оценки, то есть того, что именно удовлетворяет или не удовлетворяет человека. От того, каким образом конструируется такая интегральная оценка своей жизни, что в большей степени влияет при этом на разных людей (внешние обстоятельства или собственные достижения и перспективы, та или иная сфера жизни), зависит и сама оценка. Если же мы выбираем удовлетворенность жизнью в качестве основного показателя социального самочувствия людей, необходимо учитывать ряд важных теоретических выводов. В частности, о зависимости между общей удовлетворенностью жизнью и удовлетворенностью отдельными сферами [Fisher, 2009: р. 12–16], среди которых чаще всего называют материальное положение, работу, здоровье, семейную жизнь. Самой популярной является гипотеза о том, что удовлетворенность жизнью — это сумма удовлетворений главными аспектами жизни. Это процесс образования связи между ними, так сказать “снизу вверх”. В случае же зависимости “сверху вниз” удовлетворенность жизнью в целом влияет на удовлетворенность в личной жизни, в профессиональной деятельности, условиями проживания и т.п. [Аргайл, 2003: с. 54–56].

До сих пор ученые не пришли к единому мнению по данной проблематике, но одно можно сказать точно — между общей удовлетворенностью жизнью и удовлетворенностью отдельными аспектами человеческой жизнедеятельности не существует односторонней связи, скорее имеют место постоянные взаимовлияния. Поэтому указанные подходы можно считать скорее идеализациями, поскольку реальность значительно сложнее и многограннее.

Актуальная задача для исследователей в данном ракурсе — установить, в каком направлении в основном происходят эти влияния, учитывая конкретную сферу человеческой жизнедеятельности. То есть влияет ли удовлетворенность жизнью в браке на ощущение счастья или, наоборот, общая

удовлетворенность жизнью распространяется и на этот аспект жизни людей? Например, Ланс обнаружил зависимость “сверху вниз” для таких сфер, как работа и социальная активность, тогда как эффект “снизу вверх” был более характерен для удовлетворенности семейной жизнью. Интересен вывод о том, что в странах с низкими доходами удовлетворенность материальным положением в большей мере влияет на общую удовлетворенность жизнью, а в странах с высоким уровнем дохода на душу населения наблюдается противоположная связь или же ее вовсе нет [Sarıs, 2001: p. 137–138, 143–144].

Подробнее об этом речь идет в книге М.Аргайла “Психология счастья” [Аргайл, 2003: с. 53–56], где он, с одной стороны, анализирует личностные факторы счастья и удовлетворенности жизнью (что, по сути, больше соответствует процессам “сверху вниз”), а с другой — обращается к различным сферам жизни личности и их влияниям на социальное самочувствие людей (“снизу вверх”).

Примером методики, в которой предпринята попытка обнаружить зависимость между общей удовлетворенностью жизнью и удовлетворенностью различными сферами жизни человека, служит Шкала удовлетворенности жизнью В.Альфонсо с соавторами, которые спрашивали респондентов об их удовлетворенности по каждой из восьми выбранных ими сфер [Alfonso, 1996]. Хотя Э.Динер и его коллеги подчеркивают, что нельзя строить заключения об удовлетворенности жизнью по выбранным исследователем критериям, поскольку учесть все факторы просто невозможно. Ценность тех или иных аспектов жизни для разных индивидов может быть различной, поэтому говорить об общей удовлетворенности жизнью как сумме удовлетворений в различных сферах жизни, по их мнению, неправильно [Diener, 1985: p. 71]. Однако в социологическом подходе к социальному самочувствию внутренняя структура этого конструкта часто составляет предмет интереса исследователей. Детализация сфер жизни и индикаторов по каждой из них может обогатить знание о социальном самочувствии более полной и систематизированной информацией. Чтобы решить указанную выше проблему различной ценности тех или иных аспектов жизни, можно либо ограничить и четко очертить исследовательский круг, либо выбрать другой тип шкалы. Например, в шкале “достаточности”, в отличие от большинства традиционных шкал удовлетворенности, предлагается также в виде возможного варианта ответа формулировка “не интересует”. Так можно определить актуальность и субъективную значимость конкретного блага по каждой из сфер жизни.

Подобный алгоритм выхода из ситуации, предлагаемый Е.Балацким, состоит в нескольких шагах: 1) формирование максимально полного перечня факторов влияния на удовлетворенность жизнью; 2) оценка уровня удовлетворенности населения по каждому из этих факторов; 3) оценка важности каждого фактора (то есть вычисление факторных коэффициентов значимости); 4) построение обобщенного индекса удовлетворенности жизнью на основе суммы факторных индексов удовлетворенности, скорректированной на факторный коэффициент значимости. Среди факторов, влияющих на удовлетворенность жизнью, предлагается учитывать личную безопасность и безопасность семьи, материальное положение семьи, отношения в семье, возможность достижения жизненных целей, возможность полноценно проводить отпуск, творческую самореализацию на работе и вне ее, комфортный климат, социальный статус, дружбу, общение, экономическую и

политическую ситуацию в стране, экологию, социальную инфраструктуру, состояние здоровья человека. Сначала этот перечень факторов оценивается с позиции удовлетворенности или неудовлетворенности ими, а затем — в плане важности / неважности их для респондентов. Обобщенный индекс удовлетворенности жизнью, по словам автора, менее чувствителен к социальным изменениям по сравнению с традиционными индексами и менее подвержен влиянию социальных настроений, благодаря чему более пригоден для исследования социального самочувствия людей [Балацкий, 2005: с. 42–44]. Теоретически подобная логика действий вполне применима, однако неправильно выбранный тип шкалы не позволяет вычислить упомянутые автором индексы¹.

Сегодня многие исследователи социального самочувствия признают необходимость такого взвешивания различных сфер в зависимости от субъективной значимости каждой из них (Кемпбелл, Инглхарт, Рифф, Панина, Головаха и др.), однако вопрос о механизме осуществления данной процедуры остается открытым.

Использование шкал удовлетворенности жизнью и счастья в международных опросах натолкнулось на проблему влияния лингвистических норм, точности и правильности перевода вопросов анкеты и понятности их формулировок жителям разных стран [Duncan, 2005: p. 21–23]. Особенно это касается вопроса о том, насколько человек чувствует себя счастливым (happy), поскольку данное понятие имеет неодинаковое содержательное наполнение в разных языках. Так, слова “счастье” в русском языке и “happiness” (радость, счастье, веселость) в англоязычном варианте могут по-разному восприниматься респондентами, поэтому существует риск получить несколько заниженные показатели счастья в Украине. Именно поэтому ученые начали поиск других возможных методик, способных хоть немного поправить такую ситуацию. Появились такие графические шкалы, как “Лестница”, “Гора”, “Лицо” и т.п. [Andrews, 1991: p. 73–75].

1. Шкала “Лестница” (Ladder Scale) была разработана Кентрилом в 1967 году и применена в международном исследовании, которое проводили в 13 странах. Эта шкала изображается в виде лестницы с 11 ступеньками (от 0 до 10). Респондента просят оценить собственную жизнь, позиционируя себя на одной из этих ступенек в данное время, пять лет назад и через пять лет (согласно ожиданиям). Поскольку Кентрила интересовало то, как соотносятся человеческие желания с реальными достижениями, каким образом удовлетворение тех или иных важных для человека потребностей влияет на самооценку социального статуса, он разработал шкалу, на которой респондент должен был не просто оценить себя, свое социальное положение в момент опроса, но и в сопоставлении с прошлым и желаемым будущим. Вопрос звучит так: “Перед вами изображение лестницы. Предположим, что вершина лестницы представляет собой самую лучшую для Вас жизнь, а самая низкая ступенька — наихудшую. Где в данное время Вы находитесь? Где Вы были 5 лет назад? Где, по Вашему мнению, Вы окажетесь через 5 лет?” Главная идея состояла в том, что эта шкала поможет отличить реальное от

¹ Номинальную шкалу нельзя подвергнуть никаким арифметическим действиям (см.: [Панина, 2007: с. 201]).

желаемого, то есть получить ответы о субъективном восприятии респондентом своего актуального, а не идеального социального положения.

2. Шкалу “Гора” (Mountain Scale) также предложил Кентрил. Возникла потребность заменить слово “лестница” (не во всех странах этот предмет быта используется в хозяйстве), поскольку респондентам иногда было трудно оценить собственное благополучие по этой шкале. Поэтому было предложено в дальнейшем использовать рисунок в виде восходящей линии (как бы от подножия горы к ее вершине), имеющей 11 “ступенек”. Эту шкалу Институт международных исследований Геллапа адаптировал для своих межнациональных опросов.

3. Шкалу “Лиц” разработали Ф.Эндрюс и С.Уити (1976), чтобы избежать использования вербальных конструкторов в опросе. Респонденту предлагается посмотреть на карточку, где изображено 7 лиц, выражающих спектр эмоций от очень позитивной до очень негативной. Необходимо выбрать то лицо, которое лучше всего выражает оценку человеком собственной жизни в целом. Эту шкалу долгое время использовала газета “Комсомольская правда” для опросов своих читателей.

Среди многомерных шкал, которые достаточно активно используют при исследовании удовлетворенности жизнью западные ученые, чаще всего упоминаются Шкала жизненной удовлетворенности (Life Satisfaction Scales), разработанная Б.Ньюгартен, Р.Хавигхерстом и Ш.Тобином в 1961 году, и Шкала удовлетворенности жизнью Э.Динера и его коллег (The Satisfaction with Life Scale).

Шкала жизненной удовлетворенности Б.Ньюгартен, Р.Хавигхерста и Ш.Тобина является одним из первых социологических тестов общей удовлетворенности жизнью. Как подчеркивают ученые, “жизненная удовлетворенность” служит синонимом таких понятий, как “моральный дух”, “психологический комфорт” и т.п. Такое название теста обусловлено тем, что другие категории имеют определенные ассоциативные ряды в сознании людей либо уже используются для обозначения других методик [Головаха, 1997: с. 14]. В этой методике выделяются пять основных шкал, которые определяют общий уровень психологического комфорта (жизненной удовлетворенности). Первая характеризует отношение к жизни (энтузиазм, интерес к работе, эмоциональность). Вторая составляющая удовлетворенности жизнью охватывает решительность, стойкость, потребность в достижении целей. Третьей характеристикой психологического комфорта является соответствие между поставленными и реализованными целями. Четвертый параметр — отношение к самому себе: самооценка своих физических (внешних) и социальных (статуса) качеств. Последней составляющей удовлетворенности жизнью является психоэмоциональный тонус человека.

Шкала жизненной удовлетворенности в Украине была адаптирована и апробирована Н.Паниной в ходе изучения психологического состояния людей в разных регионах Украины. Сконструированный в процессе апробации и статистической обработки информации опросник содержит 20 суждений, согласие или несогласие с которыми оценивается по дихотомической шкале: “согласен”, “не согласен”, “не знаю”. В результате рассчитывается индекс удовлетворенности жизнью (жизненного оптимизма), приобретающий значения от 0 до 40 (значения ниже 20 характеризуют разный уровень неудовлетворенности жизнью, а выше 20 — определенную степень удовлетворен-

ности жизнью). Один из важных выводов Паниной касается того, какие из возможных факторов больше всего влияют на удовлетворенность жизнью. Оказалось, что как в стабильном, так и в переходном обществе главным фактором жизненной удовлетворенности является личностная определенность жизненной перспективы. То есть люди с четкими жизненными целями и планами имеют достаточно высокие показатели психологического комфорта [Панина, 2008: с. 112–113, 116].

Шкала удовлетворенности жизнью Э.Динера, Р.Эммонса, Р.Ларсена и Ш.Гриффина (Satisfaction with Life Scale – SWLS) остается одной из самых популярных методик измерения удовлетворенности жизнью (после традиционных простых вопросов). Это семибалльная шкала, и респондентам предлагают отметить степень согласия/несогласия (где 1 – полностью согласен, 7 – абсолютно не согласен) с пятью вариантами [Diener, 1985]:

- “В целом моя жизнь почти такая, какой я хотел бы ее видеть”;
- “Условия моей жизни превосходные”;
- “Я удовлетворен своей жизнью”;
- “Пока что я достиг всего, к чему стремился”;
- “Если бы я смог еще раз прожить свою жизнь, то почти ничего бы не изменил”.

С момента появления шкалы SWLS были проанализированы основные показатели ее валидности и надежности, подтвердившие возможность применения этой методики при исследовании удовлетворенности жизнью как на уровне отдельных групп, так и на общенациональном уровне [Pavot, 1993: р. 165–170]. Но несмотря на позитивный опыт межнациональных опросов, в которых применялась эта шкала, по ее поводу все равно возникают определенные замечания. Например, не будут ли ассоциироваться высказанные в позитивном духе утверждения с позитивными переживаниями и эмоциями, которые по-разному влияют на удовлетворенность жизнью в разных типах обществ [Kuppens, 2008: р. 74].

Суждения по поводу удовлетворенности индивида жизнью основываются на сравнении актуального и желаемого (идеального) для них. Поэтому указанная методика является более надежным инструментарием для оценки скорее индивидуального благополучия, нежели социального самочувствия. Ее используют преимущественно социальные психологи, хотя существует практика ее применения и в социологических исследованиях. К примеру, некоторые вопросы шкалы включены в отдельный модуль Европейского социального исследования “Личностное и социальное благополучие”.

Одной из последних методик исследования субъективного благополучия стала Шкала благополучия (The Flourishing Scale), тоже разработанная учеными из Лаборатории Э.Динера. В отличие от предыдущей, в ней учтены последние методологические положения, касающиеся важности социальной составляющей благополучия и самочувствия человека (social well-being). Так, согласно современным теориям качества жизни, одной из основных человеческих потребностей, обеспечивающей комфортную жизнь в рамках общества, является потребность в наличии близких отношений, то есть потребность в социальной поддержке. При этом для личности важно

как получать социальную поддержку, так и оказывать ее другим, то есть ощущать свою социальную значимость, полезность для общества [Rath, 2010: р. 43–44, 96–97]. От того, насколько эти потребности удовлетворяются, зависит не только психологическое самочувствие человека, но и восприятие им окружающего мира, которое определяет готовность личности к действию, ее активность. Учитывая эти и многие другие выводы современных теорий благополучия, в данную шкалу включили ряд утверждений, отражающих отдельные аспекты не только психологического, но и социального благополучия людей [Diener, 2010: р. 154–155]:

- “Моя жизнь осмысленна и наполнена целями”;
- “Мои социальные отношения с другими поддерживают меня и приносят удовлетворение”;
- “Я чувствую заинтересованность своей ежедневной деятельностью”;
- “Я делаю все возможное, чтобы другие чувствовали себя счастливыми и благополучными”;
- “Я компетентный и способный в важной для меня деятельности”;
- “Я добрый человек и живу хорошей жизнью”;
- “Я с оптимизмом смотрю в свое будущее”;
- “Меня уважают люди”.

Все утверждения сформулированы в позитивном духе, а ответы на них распределяются на шкале от 1 до 7, где 1 — абсолютно не согласен, а 7 — полностью согласен (4 — нейтральное отношение). В сумме показатели принимают значения от 8 (самый низкий уровень) до 56 (самый высокий уровень согласия с пунктами по шкале). Эта шкала коррелирует со Шкалой психологического благополучия Риффа и Общей шкалой удовлетворенности базовых потребностей (Deci and Ryan Basic Need Satisfaction General scale) [Diener, 2010: р.149].

Упомянутую выше Шкалу психологического благополучия Керол Рифф [Ryff, 1989: р. 1072] конструировала для выявления не столько эмоционального состояния человека, сколько его функциональности, то есть способности действовать и взаимодействовать в обществе. Были выявлены слабые корреляционные связи со шкалами, которые в большей степени описывали эмоциональную составляющую самочувствия человека. Эта шкала стала едва ли не первой, расширившей представления о субъективном благополучии и дополнившей знания о его природе социальными факторами.

Очерченная методика изучения субъективного благополучия была адаптирована в России психологом П.Фесенко. Методологическим принципом, от которого он отталкивался в своем исследовании, было понимание субъективного благополучия как соотношения между ожиданиями (желаемым в жизни) и достижениями (оценка индивидом собственных достижений). На основе сравнения данных по таким индикаторам, как хорошие отношения с людьми, автономность, контроль над средой, личностный рост, наличие цели в жизни и самовосприятие, сделан вывод о том, что показатели идеального благополучия всегда превышают показатели реального благополучия (см. табл.1).

Сопоставление структуры актуального и идеального психологического благополучия (ПБ)*

Шкала	Актуальное ПБ	Идеальное ПБ	t-критерий
Хорошие отношения с людьми	64,093	70,062	-8,836
Автономность	57,937	65,093	-13,401
Контроль над средой	58,007	69,958	-19,959
Личностный рост	64,875	67,812	-5,493
Жизненные цели	62,897	69,947	-10,904
Самовосприятие	59,718	70,875	-17,593
Общее психологическое благополучие	366,33	413,75	-18,149

* Источник: [Фесенко, 2009].

Ф.Эндрюс и Дж.Робинсон тоже подчеркивают эту зависимость между желаемым для человека и реальным и указывают на существование двух стратегий в плане их соотношения [Andrews, 1991: p. 63–64]:

- чем меньше разница между ожиданиями и достижениями человека, тем выше его субъективное благополучие, и наоборот, чем эта разница больше, тем хуже индивид оценивает свою жизнь (gap approach);
- чем соотношение (отношение достижений к ожиданиям) больше, тем выше уровень субъективного благополучия (ratio approach).

Полученная информация позволяет провести сравнение уровней субъективного благополучия разных людей, демографических групп и полезна, например, для объяснения данных межнациональных опросов. На основе такого сопоставления можно строить предположения относительно причин разных оценок собственной жизни у людей одинакового социального статуса или, к примеру, уровня материального обеспечения в результате разного уровня притязаний.

Зарубежный опыт изучения субъективного благополучия предполагает среди прочего выяснение того, какие эмоции и чувства доминируют в течение того или иного периода. С этой целью спрашивают, скажем, как часто респонденту доводилось быть радостным, возбужденным, спокойным, обеспокоенным и т.д.

Аффективно ориентированные методики, концентрирующие внимание непосредственно на эмоциональном состоянии людей, на частоте или интенсивности позитивных и негативных эмоций, применяются для комплексного исследования субъективного благополучия [Pavot, 1993: p. 170], поскольку эмоции, наряду с удовлетворенностью жизнью, рассматриваются как важные компоненты самочувствия человека [Diener, 1985: p. 71].

Среди наиболее ранних методик самой известной, пожалуй, можно считать Шкалу эмоционального баланса Н.Бредберна (Affect Balance Scale, 1969). В данной методике используется 10 вопросов, касающихся разных аспектов общего эмоционального состояния человека в течение нескольких последних недель. Соотношение между позитивными и негативными эмоциональными состояниями (эмоциональный баланс) характеризует психологическое благополучие человека в конкретных социальных условиях [Bradburn, 1969: p. 53].

Поскольку психоэмоциональное состояние человека определяется не только теми или иными аффектами, но и определенным наложением разных эмоций и чувств, необходимо остановиться на методиках, которые отражают реакцию человека на свое положение, собственный потенциал, возможности, а также на восприятие перспектив преобразования социальной среды. Одним из таких показателей считается уровень тревожности, который в случае незначительного повышения является нормальной реакцией организма на опасность и может способствовать общей мобилизации ради выхода из негативной ситуации, а при значительном повышении является фактором дезорганизации жизнедеятельности людей и может привести к ухудшению их психического здоровья [Панина, 2008: с. 87]. Психоэмоциональное состояние людей — важный фундамент стабильного и высокого уровня социального самочувствия в обществе.

Известные методики измерения уровня тревожности можно разделить на проективные и опросные. Проективные техники используются, как правило, узкими специалистами и не могут применяться в массовых социологических исследованиях. Однако отдельные тесты, которые содержат вопросы, суждения, определенные слова, позволяют человеку выразить то, что он ощущает или думает о своем состоянии или о других людях и объектах. Человек отвечает на подобные вопросы, оценивая уровень своего согласия или несогласия с ними, что в итоге позволяет выяснить уровень обеспокоенности этого человека [Панина, 2008: с. 89].

Обзор основных тестовых методик определения уровня тревожности сделан Н.Паниной. К наиболее известным относятся: шкала Тейлора (Taylor's Manifest scale — MAS) 1951 года, сконструированная на основе известного опросника ММПИ; шкала тревожности, разработанная в 1961 году на основе работ Института тестирования личности и способностей (IPAT); шкала стимул-реакция (S-R) 1962 года; шкала тревожности Спилбергера (State Trait Anxiety Inventory — STAI), разработанная в 1970 году и ставшая наиболее популярной среди исследователей¹.

Шкала тревожности Спилбергера была адаптирована Ю.Ханиным и апробирована Н.Паниной при исследовании социального самочувствия и психологического состояния населения Украины в 1992 году. Опросник содержит 20 суждений, которые нужно оценить по четырехбалльной шкале (от 1 — “нет, это не так”, до 4 — “абсолютно справедливо”). 10 из этих суждений характеризуют позитивные состояния, 10 — негативные, в отношении которых проявляется определенный уровень тревожности. Размах шкалы составляет 60 баллов, где 20 — минимальное значение индекса, а 80 — максимальное. Вопрос звучит следующим образом: “Как Вы себя чувствуете в данный момент?”

По полученным результатам было выделено несколько групп людей, которые характеризуются разными уровнями тревожности:

- до 30 баллов — низкий уровень тревожности (свидетельствует о низком уровне активности человека, отсутствии мотивации, снижении ответственности);
- 31–46 баллов — нормальная тревожность (указывает на благополучную психоэмоциональную регуляцию);

¹ Подробнее о шкалах тревожности см.: [Панина, 2008: с. 87–93]

- 47–50 баллов — повышенная тревожность (при стабильных условиях является показателем негативных тенденций в функционировании нервной системы, а в экстремальных — означает психологическую мобилизацию человека, направленную на активизацию всех усилий для преодоления неблагоприятных обстоятельств);
- 51–60 баллов — высокая тревожность (указывает на то, что человеку не удастся безболезненно справиться со стрессом и его психологические ресурсы исчерпываются);
- свыше 61 балла — гипертревожность (индикатор психического заболевания) [Панина, 2008: с. 94–95].

Рассчитываемые на основе данной шкалы индекс и уровни тревожности уже в течение многих лет позволяют “держать руку на пульсе” эмоционального самочувствия населения Украины. Мониторинг этого показателя осуществляет Институт социологии НАН Украины.

Еще одной методикой для измерения общего морально-психологического состояния людей является Шкала морального духа Филадельфийского гериатрического центра (PGC Morale Scale, Lawton, 1975). Этот индекс измеряется такими показателями, как одиночество, тревожность, отношение к старению, и может применяться в исследованиях здоровья, проблем старения, социальной инклюзии и т.п. Благодаря использованию данного теста удалось доказать, что полученный интегральный показатель морального духа можно интерпретировать как общую характеристику жизненной удовлетворенности и субъективного благополучия человека [Andrews, 1991: p. 85–86].

“Индекс благополучия” А.Кемпбелла (Index of Well-Being, 1976), помимо непосредственной эмоциональной характеристики жизни, предполагает также вопросы об общей удовлетворенности жизнью. Индекс общего аффекта (Index of General Affect) включает 8 семибалльных шкал с крайними позициями, которые характеризуют отношение к жизни (“интересная”–“скучная”, “полная”–“пустая” и т.д.), а удовлетворенность жизнью измеряется по семибалльной шкалой (где 1 — абсолютно неудовлетворен, 7 — полностью удовлетворен). Обобщенный индекс коррелирует с такими сферами, как семейная жизнь, работа, брак, круг общения, а факторами, влияющими на субъективное благополучие, являются количество друзей, время, материальное благосостояние семьи, интеллект, здоровье, религиозная вера. Низкий уровень субъективного благополучия зафиксирован у безработных, малообеспеченных, неженатых или разведенных людей [Andrews, 1991: p. 86–88].

Методика “Общего субъективного благополучия” (General Well-Being Schedule) была разработана в Американском центре статистики здоровья в начале 1970-х годов. Большинство из 33 вопросов этого теста касаются эмоционально-психологического состояния человека, его здоровья, хотя некоторые характеризуют удовлетворенность жизнью, жизненный тонус. Результаты колеблются от 14 (самый низкий уровень эмоционального самочувствия) до 134 (самый высокий уровень эмоционального самочувствия) [Andrews, 1991: p. 90–95]. Такая методика изучения психологического самочувствия населения хоть и не освещает самочувствия людей в обществе, поскольку не учитывает ни социального положения, ни удовлетворенности разными аспектами жизни, служит примером интегрального индекса, который опосредованно отражает эмоциональную сторону субъективного благополучия людей.

С целью исследования психологического здоровья пожилых людей в Мемориальном университете Ньюфаундленда разработали Шкалу счастья (MUNSH Scale, авторы — А.Козма и М.Стоунз, 1980). Использование этого теста свидетельствует о его способности дифференцировать людей по уровню общей удовлетворенности жизнью и служит для измерения субъективного благополучия. Тест содержит 24 вопроса, распределенных по четырем субшкалам: положительные и негативные эмоции (по 5 вопросов в каждой субшкале), общий положительный и общий негативный жизненный опыт (по 7 вопросов — в каждой). Общий индекс вычисляют как сумму разностей между показателями положительных и негативных эмоций и позитивного и негативного опыта; результат колеблется от 0 (низкий уровень счастья) до 48 (высокий уровень счастья) [Andrews, 1991: p. 96–98].

Методика “Аффектометр 2” (Affectometer 2) Камана и Флета служит показателем общего уровня счастья, которое, судя по структуре теста, авторы рассматривают как синоним субъективного благополучия. “Аффектометр 2” отражает баланс между положительными и негативными чувствами и состоит из 40 пунктов (20 фраз для эмоциональной оценки жизни и 20 прилагательных для определения положительных и отрицательных эмоций). Оценка жизни осуществляется по таким показателям, как комплексное восприятие жизни (прошлое, настоящее, будущее), оптимизм, самоуважение, самоэффективность, социальная поддержка, социальный интерес, свобода, энергичность, искренность, четкость мыслей. По словам авторов, методика надежна, валидна и практически не зависит от настроения в момент опроса [Kamman, 1983: p. 259–265].

Одной из последних методик для непосредственного измерения аффективной составляющей субъективного благополучия является “Шкала позитивного и негативного опыта” Э.Динера и его команды (Scale of Positive and Negative Experience — SPANE, 2009). Этот 12-пунктный опросник состоит из одинакового количества вопросов, касающихся как позитивных, так и негативных чувств. Вопрос звучит так: “Подумайте, пожалуйста, о том, что Вы делали и переживали за последние 4 недели. Отметьте, как часто Вы ощущали каждую из представленных далее эмоций, используя предложенную ниже шкалу”. Шкала содержит градацию от 1 до 5, где 1 — очень редко или никогда, а 5 — очень часто или всегда. Ощущения могли быть: положительные, отрицательные, хорошие, плохие, приятные, неприятные, радостные, грустные и т.п. [Diener, 2010: p. 146, 153–154]. Показатели позитивных и негативных ощущений рассчитывают отдельно, они характеризуют противоположные эмоциональные состояния человека. Объединенная шкала градуирована от –24 (негативные ощущения) до 24 (позитивные ощущения). Эта методика требует апробации на общенациональных уровнях, выяснения особенностей ее применения в кросскультурных исследованиях. В частности, известной проблемой аффективных методик является проблема точного перевода на разные языки всего спектра эмоций, которые могут по-разному восприниматься в обществах различного типа [Kuppens, 2008: p. 74].

С целью повышения валидности аффективных методик исследования субъективного благополучия исследователи дают определенные рекомендации:

- во-первых, советуют обращать внимание на временной промежуток, в отношении которого респондента спрашивают о модальности его

эмоций и чувств. Среди исследователей нет общей позиции по этому вопросу. Ведь спрашивая “как Вы себя чувствуете в данный момент?”, мы рискуем получить информацию о сугубо сиюминутных, скоротечных эмоциях, а не об общем психоэмоциональном состоянии, которое собственно и интересует исследователей социального самочувствия. Поэтому во многих исследованиях очерчивают временной промежуток таким образом, чтобы, с одной стороны, свести к минимуму влияние ситуативных факторов, а с другой — чтобы не превратить ответы респондента в общие оценочные суждения, не имеющие непосредственного отношения к его психологическому самочувствию. К примеру, Э.Динер предлагает оценивать чувства людей за период, охватывающий последние 4 недели (методика SPANE), что позволяет фиксировать реальные ощущения, а не кратковременные или желаемые состояния [Diener, 2010: p. 145];

- во-вторых, предлагается спрашивать о частоте, а не интенсивности аффектов, поскольку делать обобщения о преобладании определенных эмоций и чувств легче на основании именно такой информации. Кроме того, интенсивность положительных эмоций (то есть сила реакции на событие) не слишком влияет на социальное самочувствие человека, поскольку эмоциональное восприятие негативных событий у таких людей тоже преимущественно сильнее. Однако следует учитывать то, что на результаты применения методик, в которых фиксируется интенсивность тех или иных эмоций, в большей степени влияют ситуативные факторы, в частности настроение респондента в момент опроса [Eid, 2004: p. 273].

О надежности той или иной методики свидетельствует, наряду с прочим, ее устойчивость во времени (корреляция между результатами повторных измерений) и согласованность (интеркорреляция для отдельных индикаторов индекса). Проверка ретестовой надежности разных методик указывает на преимущества использования многопунктных шкал в противовес простым вопросам об удовлетворенности жизнью при исследовании социального самочувствия. Вопросы о глобальной удовлетворенности жизнью более чувствительны к разного рода изменениям. Также более чувствительными к влиянию ситуативных факторов оказались негативные эмоциональные состояния в отличие от положительных эмоций и чувств, являющихся более стойкими (см. табл. 2).

Отдельно следует остановиться на методиках, учитывающих не только сугубо психологические, но и *социальные аспекты благополучия* (social well-being), самочувствия человека. Так, преимуществом “Шкалы социальных ощущений” К.Шулера (Social Life Feelings Scale) над многими другими является наличие в ней оценок социального положения и особенностей взаимодействия человека с другими членами общества. Измерение социального самочувствия происходит по 12 независимым шкалам, каждая из которых содержит 5–14 вопросов: 1) сомнения по поводу самодетерминации; 2) сомнения по поводу возможности доверять людям; 3) эмоциональная угнетенность; 4) удовлетворенность работой; 5) доверие к гражданскому обществу; 6) внутренний, духовный подъем; 7) социальный цинизм; 8) потеря иллюзий в отношении государственных институций; 9) оценка

будущего; 10) экономическая самодетерминация; 11) деморализация; 12) забота о карьерном росте. Однако существенным недостатком методики является отсутствие разработанного интегрального показателя для общей характеристики предмета исследования, а также слишком большой размер опросника (более 100 пунктов) и, в итоге, невозможность использования этой шкалы в массовых опросах [Панина, 2008: с. 197].

Таблица 2

Ретестовая надежность ряда методик исследования субъективного благополучия и социального самочувствия

Методики	Коэффициент ретестовой надежности	Временной интервал между опросами	Переменная / Шкала
<i>Простые вопросы об удовлетворенности жизнью и счастьем</i>			
Andrews, Whithey (1976)	0,40–0,66	1 час	Удовлетворенность жизнью
Kammann, Flett (1983)	0,50–0,55	несколько дней	Счастье, удовлетворенность жизнью
Krueger, Schkade (2007)	0,59	2 недели	Удовлетворенность жизнью
	0,68	2 недели	Удовлетворенность работой
<i>Многочисленные шкалы</i>			
Alfonso, Allison (1992a)	0,83	2 недели	SWLS
Diener et al. (1985)	0,82	2 месяца	SWLS
Magnus et al. (1992)	0,54	4 года	SWLS
Diener et al. (2009)	0,71	1 месяц	Шкала благополучия (Flourishing Scale)
Krueger, Schkade (2007)	0,68	2 недели	Позитивные эмоции (радость, спокойствие и др.)
	0,60	2 недели	Негативные эмоции (злость, депрессия, стресс)
Diener et al. (2009)	0,68	1 месяц	Шкала позитивного и негативного опыта SPANE
Головаха, Панина (1997)	0,67	2–3 недели	ИИСС

Источники: [Krueger, 2007: р. 7; Головаха, 1997: с. 42].

Поэтому детальнее рассмотрим методику “Модуль индивидуального и социального благополучия”, применяемую в рамках Европейского социального исследования (European Social Survey, 2005) под руководством директора Кембриджского междисциплинарного исследовательского центра возраста (CIRCA) Фелиции Хаперт для изучения субъективного благополучия людей [Personal and Social Well-being Module, s. a.]. Особый интерес

данная методика вызывает еще и потому, что Украина тоже входит в перечень стран-участниц Европейского социального исследования. А это позволяет проводить межнациональные сравнения предложенных показателей субъективного благополучия людей.

По сути, особенностью этой методики является то, что с целью комплексного изучения самочувствия человека в пределах общества было предложено:

- во-первых, учитывать как индивидуальные, так и социальные аспекты жизни человека;
- во-вторых, фиксировать не только эмоциональные состояния людей и их оценку собственной жизни и ее отдельных составляющих, но и учитывать их деятельность в направлении улучшения собственного и общественного благополучия.

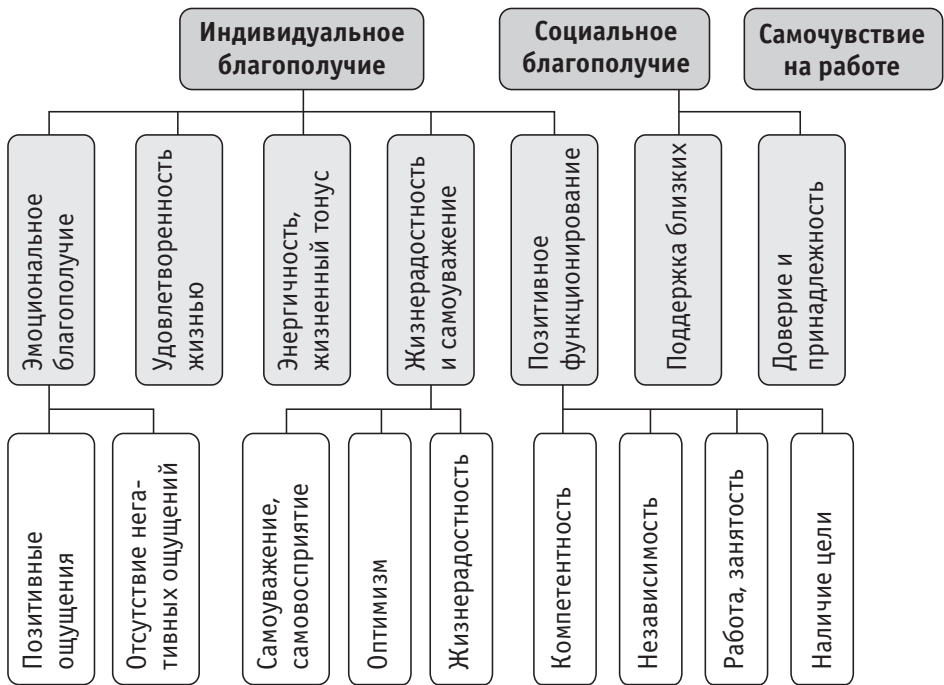


Рис. Структура показателей субъективного благополучия в ЕСС¹

Для этого был разработан опросник из 50 вопросов, акцент в которых сделан на индивидуальных и социальных компонентах благополучия (см. рис.). В группу личностных показателей самочувствия в Европейском социальном исследовании были включены эмоциональное состояние человека и удовлетворенность жизнью, жизненный тонус, оптимизм и самоуважение, а также наличие цели в жизни, независимость, обеспеченность и занятость на работе. Учитывая данные многих исследований, в соответствии с которыми для ощу-

¹ Источник:

<<http://www.nationalaccountsowellbeing.org/learn/measuring/indicators-overview.html>>.

щения полноты жизни непосредственное значение имеют тесные социальные связи с другими людьми, ученые предложили дополнить показатели субъективного благополучия социальным благополучием (social well-being), понимая его как оценку людьми отношений с другими (поддержку, доверие, принадлежность к определенной общности, уважение со стороны других).

Позитивно то, что здесь учитываются не только эмоционально-оценочные суждения людей об их жизни и психологическом потенциале, но и действия, направленные на улучшение собственного будущего или считающиеся общественно полезными (общественная активность). Например, речь идет о таких формулировках: “Мне нравится планировать и устраивать свое будущее”, “За исключением того, что Вы делаете для своей семьи, на работе или принимая участие в деятельности различных общественных организаций, как часто за последние 12 месяцев Вы оказывали какую-нибудь активную помощь другим людям?” и т.п.

Для удобства вся информация трансформируется и представляется на шкале от 0 до 10, где 5 — среднее значение. Полученные в исследовании данные можно сравнивать как на уровне разных стран (через обобщенный индекс благополучия), так и между собой (например, индекс личностного благополучия с индексом социального благополучия)¹.

В этой методике в основном учитываются социально-психологические механизмы формирования отношения к жизни, однако она не позволяет в полной мере раскрыть суть социального самочувствия как индикатора адаптированности людей к существующей системе или показателя эффективности деятельности властей. Тем не менее эти оттенки социального самочувствия важно знать на этапе трансформации украинского общества.

Собственно на этом аспекте концентрируют свое внимание российские исследователи социального самочувствия, которые традиционно рассматривают его как структурный элемент общественных настроений [Тощенко, 1996: с. 27]. В результате их методики преимущественно базируются на интегральных оценках человеком его собственной жизни и состояния дел в стране, перспектив ее развития. К показателям социального самочувствия такие известные в России центры, как ВЦИОМ и Левада-Центр, относят: удовлетворенность жизнью в целом; материальное положение семьи; оценку экономической и политической ситуации в стране; ожидания относительно будущего семьи и страны; социально-психологическое состояние людей, их настроения. Для расчета Индекса социальных настроений строятся отдельные индексы для каждого блока вопросов; эти индексы отражают разницу между позитивными и негативными ответами, в результате чего обобщенный индекс рассчитывается как их среднее арифметическое [Красильникова, 2003: с. 51].

Выбор именно этих показателей большинство российских социологов при исследовании социального самочувствия объясняют тем, что индивидуальные представления людей о различных обстоятельствах собственной жизни и экономической и социальной ситуации в стране формируют обобщенную оценку ситуации. А она служит основой индивидуальных действий

¹ Визуальное сравнение результатов опросов для стран-участниц ЕСС (в форме таблиц, карт, гистограмм и др.) можно осуществить на сайте: <<http://www.nationalaccountsofwellbeing.org/explore/indicators/zwbi>>.

отдельных людей, то есть “общественные настроения” рассматриваются как фактор формирования поведения всех членов общества — экономического, политического, включая электоральное, и т.п.

Впрочем, строить заключения в отношении социального самочувствия на основе данного индекса, по моему мнению, нецелесообразно из-за чрезмерного акцентирования материального благосостояния людей, а также оценок эффективности деятельности власти. Его скорее можно использовать для прогнозирования протестных настроений в обществе и быстрого реагирования для их преодоления.

С такой целью в России применяют и другие показатели, в частности “Региональный индекс потребительских настроений”. Этот индекс, как отмечают Н. Дулина и В. Токарев, они используют для исследования социального самочувствия на региональном уровне [Дулина, 2009: с. 89]. Но исходя из его структуры, предполагающей сумму отдельных индексов: индекса межрегиональных сравнений, положения семьи, ожиданий, потребительской активности, индивидуального оптимизма, краткосрочного и долгосрочного социального оптимизма, акцент опять-таки сделан на оценках деятельности власти, а не на том, как чувствуют себя люди в обществе, насколько они удовлетворены своей жизнью.

Наконец, поскольку при исследовании социального самочувствия (а в англоязычной традиции — субъективного благополучия) в качестве основных показателей используются психоэмоциональное состояние человека и удовлетворенность жизнью, важно обратиться к работам, в которых рассматривается соотношение между ними [Lucas, 1996; Suh, 1998; Kuppens, 2008]. Эти исследования подтверждают, что в процессе оценивания человеком того, в какой мере он удовлетворен жизнью, важное значение имеет гедонистический баланс (эмоциональный баланс). Положительные эмоции вдвое сильнее влияют на степень удовлетворенности жизнью, чем негативные, хотя связь между различными компонентами субъективного благополучия может изменяться в зависимости от социокультурных особенностей общества. Итак, позитивный эмоциональный фон служит важным предиктором счастья и удовлетворенности жизнью.

Однако в индивидуалистских обществах минимизация неудовольствия имеет более важное значение для удовлетворенности жизнью. Одной из причин этого является то, что идеалом здесь выступает акцентирование хорошего самочувствия и продуктивной деятельности, активной жизненной позиции, а наличие негативных эмоций не в полной мере отвечает такому желаемому образу. Поэтому, согласно выводу П. Капенса, А. Реало и Э. Динера, чем больше в той или иной стране преобладают индивидуалистские ценности, тем сильнее влияние собственно негативных эмоций на ощущение удовлетворенности жизнью. И наоборот, в коллективистских типах обществ именно максимизация позитива, а не минимизация негатива будет более эффективной стратегией роста субъективного благополучия, а значит, и социального самочувствия. Ведь здесь негативные события и соответствующие эмоциональные реакции часто оказываются не настолько разрушительными (по разным причинам — как социокультурным, так и социально-психологическим), пока они не становятся препятствием на пути важных для людей переживаний, связанных с симпатией, оценкой со стороны других и т.п. [Kuppens, 2008: p. 71–73].

П.Каппенс, А.Реало и Э.Динер также изучали особенности эмоционального восприятия людьми своей жизни в различных социокультурных условиях еще и в зависимости от другого критерия разделения стран (выживание vs самовыражение)¹. Исследователи пришли к выводу, что в обществах, где доминируют ценности самовыражения, положительные эмоции сильнее коррелируют с удовлетворенностью жизнью, нежели в тех, где базовые физические потребности и потребности в безопасности не удовлетворяются, а люди вынуждены в большей мере заниматься вопросами собственного выживания, а не саморазвития. “Хорошая жизнь” в таких обществах обычно больше зависит от внешних факторов, от уровня материального благополучия. Когда же достигнут определенный уровень материального благосостояния и вопросы собственного выживания утрачивают актуальность, тогда люди получают больше возможностей сфокусироваться на самовыражении, самореализации, что усиливает влияние положительных эмоций в их жизни [Kuppens, 2008: p. 68–69, 73].

Эти выводы важны, в частности, для понимания природы такого широко используемого показателя социального самочувствия, как удовлетворенность жизнью. Хотя общая оценка удовлетворенности жизнью относится скорее к рациональным оценкам (поскольку интегральная оценка жизни, какой бы спонтанной она ни была, сначала предполагает “диалог” с собой, более или менее глубокий анализ различных сфер жизни), однако понятие “удовлетворенность” в целом имеет значительную эмоциональную почву, формируется под влиянием гаммы эмоций и чувств, присутствующих в ежедневной жизни. Исходя из этого, зарубежный подход к исследованию социального самочувствия, базирующийся на оценках удовлетворенности жизнью и соотношении между положительными и негативными эмоциями в ежедневной жизни человека, можно назвать *эмоционально-оценочным* или *социально-психологическим*.

Выводы

Исследование социального самочувствия населения на основе показателей, используемых в зарубежной традиции измерения субъективного благополучия, в условиях трансформации украинского общества может сопровождаться определенными трудностями методологического и методического характера, обуславливающими высокий риск получения артефактов. Поэтому следует согласиться с Н.Паниной в том, что “западный методический опыт измерения субъективного благополучия, при всей его технологической ценности, нужно рассматривать как вспомогательный материал в процессе разработки методов изучения социального самочувствия населения” [Панина, 2008: с. 198].

¹ Подобно тому, как на уровне личности рассматривают разные типы жизненных стратегий [Соболева, 2002: с. 19], так и на уровне обществ Р.Инглхарт и У.Бейкер дифференцируют страны по признаку преобладания тех или иных ценностей и ориентации людей либо на выживание, либо на самовыражение или достижения [Inglehart, 2000: p. 24, 27–29]. Именно такой критерий деления общества выбрали для своего исследования П.Каппенс, А.Реало и Э.Динер.

Проведенный анализ методик исследования когнитивного и аффективного потенциала индивидуальных особенностей сознания людей дает основания для вывода о важности их при анализе такого сложного многогранного социально-психологического феномена, каковым является социальное самочувствие людей. Однако этой информации, во-первых, недостаточно. Изменения, происходящие в основных социальных институтах, конфликты, возникающие на различных уровнях социальных отношений, и многие другие процессы влияют на людей, меняя систему индивидуальных ценностных ориентаций, которая определяет их представления о желаемом, идеальном образе и качестве жизни в сопоставлении с реальным, актуальным на конкретном этапе жизнедеятельности человека. Поэтому в социологическом подходе к исследованию социального самочувствия должны найти отражение основные сферы человеческой жизнедеятельности. Это позволит отследить изменения, которые реально происходят в социуме (либо на уровне ценностей, либо в социально-экономической, социально-политической и других сферах) и которые оказывают непосредственное влияние на то, как на самом деле чувствуют себя люди в том или ином обществе и какие из сфер в конкретно-исторических условиях в первую очередь определяют их социальное самочувствие.

Во-вторых, такая информация, полученная на основе преимущественно эмоционального отношения человека к собственной жизни, системе социальных отношений и своему месту в этой системе в условиях постоянных трансформаций, может давать искаженное представление о реальном социальном самочувствии людей, поскольку весьма чувствительна к постоянным “колебаниям” в нестабильном обществе. Поэтому нужно учитывать также реальную, “объективную” (полученную не на основе данных государственной статистики, а непосредственно от человека с применением тестовой методики, в которой цель исследования скрыта от опрашиваемого) [Панина, 2008: с. 202] информацию касательно удовлетворения потребностей в пределах существующей в обществе системы социальных благ. Учитывая очерченные выше недостатки шкалы удовлетворенности применительно к украинскому обществу периода трансформации, следует заменить ее такой шкалой, в которой оценки имеющейся и доступной для конкретного человека системы социальных благ должны даваться исходя не из преимущественно эмоциональных и рационально-оценочных, а скорее рационально-фактологических суждений [Елейко, 2011: с. 132].

Социально-психологический “срез” общества важен для понимания того, как именно люди чувствуют себя в нем. Детальный анализ социального самочувствия требует выяснения имеющихся и необходимых психологических ресурсов для дальнейшего приспособления к меняющемуся социальному пространству и эффективного функционирования в нем. Поэтому при изучении механизмов формирования, протекания и дальнейших векторов в динамике социального самочувствия важно обогащение исследовательского инструментария такими методиками, которые бы делали возможным отражение общего психоэмоционального состояния людей в трансформационном обществе. Благодаря многолетнему опыту социологического мониторинга украинского общества такой показатель, как уровень возможности в обществе, позволяет “держать руку на пульсе” эмоционального самочувствия наших сограждан.

Источники

- Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2003. — 272 с.
- Балацкий Е.В. Методы диагностики социального самочувствия населения / Е.В. Балацкий // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. — 2005. — № 3 (75). — С. 47–53
- Балацкий Е.В. Факторы удовлетворенности жизнью: измерение и интегральные показатели / Е.В. Балацкий // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. — 2005. — № 4 (76). — С. 42–52
- Головаха Е.И. Интегральный индекс социального самочувствия (ИИСС): конструирование и применение социологического теста в массовых опросах / Е.И. Головаха, Н.В. Панина. — К.: Ин-т социологии НАН Украины, 1997. — 64 с.
- Дулина Н.В. Социальное самочувствие населения как один из критериев оценки деятельности региональной власти / Н.В. Дулина, В.В. Токарев // Социокультурные основания стратегии развития регионов России: Всерос. науч.-практ. конф. по программе “Социокультурная эволюция России и ее регионов”: материалы конф., 6–9 окт. 2009 г. — Смоленск: Универсум, 2009. — С. 89–95.
- Єлейко М. Деприваційний підхід до соціального самопочуття / М. Єлейко // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. — 2011. — № 1. — С. 127–146.
- Красильникова М. О методике расчета Индекса социальных настроений / М. Красильникова // Мониторинг общественного мнения. — 2003. — № 2 (64). — С. 51–59.
- Панина Н.В. Избранные труды по социологии: в 3-х т. / Н.В. Панина; сост. и ред. Е.И. Головахи. — К.: Факт, 2008. — Т. 2: Теория, методы и результаты социологического исследования образа жизни, психологического состояния и социального самочувствия населения. — 2008. — 312 с.
- Паниотто В.И. Качество социологической информации (методы оценки и процедуры обеспечения) / Паниотто В.И. — К.: Наук. думка, 1986. — 206 с.
- Паніна Н.В. Технологія соціологічного дослідження: курс лекцій / Паніна Н.В. — 2-ге вид., доп. — К., 2007. — 320 с.
- Паніотто В.І. Статистичний аналіз соціологічних даних / В.І. Паніотто, В.С. Максименко, Н.М. Харченко. — К.: Вид. дім “КМ Академія”, 2004. — 270 с.
- Рогозин Д. Тестирование вопросов о социальном самочувствии / Д. Рогозин // Социальная реальность: Журнал социологических наблюдений и сообщений. — 2007. — № 2. — С. 97–113.
- Тощенко Ж.Т. Социальное настроение / Ж.Т. Тощенко, С.В. Харченко. — М.: Academia, 1996. — 196 с.
- Фесенко П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 [Электронный ресурс] / П.П. Фесенко. — М., 2005. — Режим доступа: <http://childpsy.ru/dissertations/id/19919.php>.
- Хутка С.В. Проблема вимірювання рівня соціальної адаптованості особистості: визначення ключового індикатора / С.В. Хутка // Наукові записки НаУКМА: Соціологічні науки. — К.: ВД “Києво-Могилянська академія”, 2007. — Т. 70. — С. 27–33.
- Alfonso V.C. The Extended Satisfaction With Life Scale: Development and psychometric properties / V.C. Alfonso, D.B. Allison, D.E. Rader, B.S. Gorman // Social Indicators Research. — 1996. — № 38. — P. 275–301.
- Andrews F.M. Social Indicators of Well-being: Americans’ Perceptions of Life Quality / F.M. Andrews, S.B. Withey. — N. Y.: Plenum Press, 1976.
- Andrews F.M. Measures of Subjective Well-being / F.M. Andrews, J.P. Robinson // Measures of Personality and Social Psychological Attitudes: Measures of Social Psychological Attitudes. — San Diego: Academic Press, Inc., 1991. — Vol. 1. — P. 61–114.
- Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being [Electronic resource] / N.M. Bradburn. — Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. — Access mode: <http://cloud9.norc.uchicago.edu/dlib/spwb/spwbc4.pdf>.

Campbell A. The Quality of American Life: Perceptions, Evaluations and Satisfactions / A.Campbell, Ph.E.Converse, W.I.Rogers. — New York^ Russel Sage Foundation, 1976.

Diener E. New Well-being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings / E. Diener, D. Wirtz, W. Tov et al. // Social Indicators Research. — 2010. — № 97. — P. 143–156.

Diener E. The Satisfaction With Life Scale / E. Diener, R.A. Emmons, R.J. Larsen, S. Griffin // Journal of Personality Assessment. — 1985. — № 49, 1. — P. 71–75.

Duncan G. What do we mean by “happiness”? The relevance of subjective wellbeing to social policy / G. Duncan // Social Policy Journal of New Zealand. — 2005. — Is. 25. — P. 16–31.

Eid M. Global judgments of subjective well-being: situational variability and long-term stability / M. Eid, E. Diener // Social Indicators Research. — 2004. — № 65. — P. 245–277.

Fisher J. Subjective Well-being as Welfare Measure: Concepts and Methodology [Electronic resource] / Justina Fisher. — 2009. — 42 p. — Access mode : <http://mpr.ub.uni-muenchen.de/16619/>.

Inglehart R. Modernization, cultural change, and the persistence of traditional values / R. Inglehart, W.E. Baker // American Sociological Review. — 2000. — Vol. 65, № 1. — P. 19–51.

Kahneman D. Developments in the Measurement of Subjective Well-Being / D. Kahneman, A.B. Krueger // Journal of Economic Perspectives. — 2006. — Vol. 20, № 1. — P. 3–24.

Kamman R. Affectometer 2: A scale to measure current level of general happiness / R. Kamman, R. Flett // Australian Journal of Psychology. — 1983. — № 35, Is. 2. — P. 259–265.

Krueger A.B. The Reliability of Subjective Well-being Measures [Electronic resource] / A.B. Krueger, D.A. Schkade // CEPS Working Paper. — 2007. — № 138. — 28 p. — Access mode : www.princeton.edu/ceps/workingpapers/138krueger.pdf.

Kuppens P. The Role of Positive and Negative Emotions in Life Satisfaction Judgment Across Nations / P. Kuppens, A. Realo, E. Diener // Journal of Personality and Social Psychology. — 2008. — Vol. 95, № 1. — P. 66–75.

Lucas R.E. Discriminant Validity of Well-Being Measures / R.E. Lucas, E. Diener, E. Suh // Journal of Personality and Social Psychology. — 1996. — Vol. 71, № 3. — P. 616–628.

Pavot W. A Review of the Satisfaction With Life Scale / W. Pavot, E. Diener // Psychological Assessment. — 1993. — Vol. 5, 2. — P. 164–172. — [PsycARTICLES].

Personal and Social Well-being Module: for the European Social Survey, Round 3 [Electronic resource] / [F. Huppert, N. Marks, A. Clark at al.]. — Access mode : http://www.cambridgewellbeing.org/Files/Well-being-Module_Jun06.pdf.

Rath T. Well-being. The Five Essential Elements / T. Rath, J. Harter. — N. Y. : Gallup press, 2010. — 230 p.

Ryff C.D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological Well-Being / C.D. Ryff // Journal of Personality and Social Psychology. — 1989. — Vol. 57, № 6. — P. 1069–1081.

Saris W.E. What Influences Subjective Well-Being in Russia / W.E. Saris // Journal of Happiness Studies. — 2001. — № 2. — P. 137–146.

Suh E. The Shifting Basis of Life Satisfaction Judgments Across Cultures: Emotions Versus Norms / E. Suh, E. Diener, S. Oishi, H.C. Triandis // Journal of Personality and Social Psychology. — 1998. — Vol. 74, № 2. — P. 482–493.