

УДК (303.01)316.613.04

МАРІАННА ЄЛЕЙКО,

аспірантка відділу історії, теорії і методології соціології Інституту соціології НАН України

Емоційно-оцінний підхід до дослідження соціального самопочуття

Анотація

У статті автор зосереджує увагу на традиційному в науці підході до вивчення соціального самопочуття, який випливає з соціально-психологічної традиції дослідження цього складного соціального феномена. Базується він на фіксації домінуючих емоцій, почуттів та настроїв, задоволеності життям як загалом, так і в окремих сферах життєдіяльності, визначенні інтегральних показників щастя та окремих показників психологічного і соціального благополуччя. Основну увагу зосереджено на ознайомленні з традиційними та новітніми методиками дослідження соціального самопочуття людей. Зокрема, аналіз методик, визначення переваг і вад використання простих запитань та багатопунктних шкал здійснено з урахуванням особливостей їх використання у суспільствах, що трансформуються.

Ключові слова: соціальне самопочуття, суб'єктивне благополуччя, задоволеність життям, щастя, соціальні настрої, тривожність

Суб'єктивні оцінки розвитку суспільства дають змогу вимірювати суспільні рефлексії стосовно процесів, які відбуваються в ньому. З цією метою використовуються різні показники, що покликані вимірювати соціальне самопочуття, суб'єктивне благополуччя, задоволеність життям і його окремими аспектами, щастя, психологічний комфорт, соціальний настрій тощо.

Слід погодитись із В.Паніотто, що "ніякі об'єктивні показники, — як фізіологічні (пульс, дихання), так і соціальні (висока зарплата, гарні житлові умови тощо), — які, з погляду дослідника, свідчать про повне благополуччя респондента, жодні спостереження інших людей не є підставою для

ствердження, що людина є задоволеною у випадку, коли вона це заперечує” [Паниотто, 1986: с. 117]. Такі дані є лише додатковим джерелом інформації, здатним пояснити окремі причини доброго чи поганого самопочуття людей у суспільстві.

Оскільки термін “соціальне самопочуття” є порівняно новим, у методологічному і методичному плані виникає ще безліч питань. Саме тому важливо ознайомитися з кількадесятирічним зарубіжним досвідом досліджень суб’єктивного сприйняття комфортності життя. Варто також детальніше спинитися на останніх розробках із цієї проблематики, адже починаючи з 2003–2004 років істотно зросла кількість публікацій щодо даної теми, з’явилися нові та вдосконалювалися старі методики дослідження цього феномена. Хоча зараз слід віддати належне насамперед соціальним психологам, а не соціологам, що стосується постійного доопрацювання вже відомих методів фіксації соціального самопочуття.

Як наслідок міждисциплінарного характеру категорії “соціальне самопочуття” й історично зумовленої зацікавленості нею першою чергою соціальних психологів, більшість соціологічних досліджень базуються головною на психологічних методиках. Основу всіх опитувальників переважно становлять адаптовані різними дослідницькими колективами психологічні тести. Тому логічно звернутися до світового досвіду вивчення задоволеності життям, щастя, суб’єктивного благополуччя, соціальних настроїв.

Спершу детальніше розглянемо методи дослідження *задоволеності життям* — одні з найуживаніших для характеристики соціального самопочуття людей. Традиційно використовують самооцінні судження, які, згідно з В.Паниотто, є суб’єктивними еталонними критеріями для відображення самовідчуття людей. За “відсутності випадкових і систематичних помилок” вони є найбільш надійним способом вимірювання задоволеності [Паниотто, 1986: с. 115–117].

Однією з перших методик з’ясування задоволеності життям була симетрична семибальна шкала А.Кемпбелла, використана у відомому дослідженні “Якість життя американців” [Campbell, 1976]. Респондентам ставили запитання щодо того, наскільки вони є задоволеними своїм життям (1 — абсолютна незадоволеність, 4 — середня задоволеність, 7 — абсолютна задоволеність). Для прикладу, в межах Загального національного дослідження у США використовується асиметрична семибальна шкала (без нейтральної позиції). У Дослідженні світових цінностей (World Value Survey) передбачається єдине запитання: “Зважаючи на все, наскільки Ви є задоволені своїм життям в цілому цими днями?”¹; центр Геллапа формулює запитання іншим чином: “Наскільки загалом Ви є задоволені чи незадоволені тим, як нині все складається у Вашому житті? Чи сказали би Ви, що дуже задоволені, певною мірою задоволені, певною мірою незадоволені або дуже незадоволені?”².

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?”

Така шкала дає змогу впорядкувати респондентів за ступенем загальної задоволеності життям, проте не враховує відмінностей суб'єктивної важливості ставлення до життя, оскільки не містить відображення нейтрального, байдужого ставлення, що може поряд з іншим “продукувати артефактну первинну інформацію як “реакцію олівця на папір”” [Хутка, 2007: с. 30].

Певною мірою іншим є підхід Ендрюса і Біті (Andrews, Withey, 1976). Вони запропонували формулювання, яке враховує такі два відтінки самопочуття людини, як емоції та задоволеність. Запитання звучало так: “Як у цілому Ви оцінюєте своє життя?”¹ Для відповідей респондентам пропонували 7-бальну шкалу з градацією від “чудово” до “жахливо”. Окрім того, респондент міг вказати, що “ніколи не замислювався над цим”. Таке формулювання, на думку дослідників, є близьким для людей, передбачає судження у звичних для них категоріях і тому не ускладнює одержання відповідей, які б мінімально залежали від емоційного стану людини в момент опитування [Andrews, 1976]. Однак запропоноване віяло відповідей на це запитання все одно передбачає емоційні оцінки з боку респондентів.

Окрім з'ясування задоволеності життям до інтегральних оцінок комфортності життя (суб'єктивного благополуччя) почасти належать і запитання щодо відчуття щастя, якщо дослідник безпосередньо пропонує респондентові визначити, наскільки той загалом відчувається щасливим чи нещасливим.

Зазвичай ідеться про прості запитання щодо оцінки власного відчуття щастя. Так, Центр опитувальних досліджень Мічиганського університету (Survey Research Centre — SRC) і Національний центр опитувань громадської думки при Чиказькому університеті використовують таке формулювання: “Якщо говорити загалом, як йдуть Ваші справи на цей час — Ви б сказали, що відчуваєте себе дуже щасливим, досить щасливим, не дуже щасливим?” А в межах досліджень Центру Геллапа запитання звучить так: “Загалом наскільки Ви вважаєте себе щасливими: дуже щасливий, досить щасливий, нещасливий?”

Шкала щастя Фордуса (Fordyce, 1988) дає відповідь на такі два питання: 1) “Зваживши все, наскільки щасливими чи нещасливими Ви себе переважно відчуваєте?” (0 — дуже нещасливий, 10 — дуже щасливий); 2) “У середньому, скільки часу Ви себе відчуваєте щасливо (нещасливо і нейтрально), у %”. Згодом ці цифри підсумовують.

Використання однопунктних шкал є дуже популярним у світовій практиці досліджень задоволеності життям, а також суб'єктивного благополуччя і соціального самопочуття людей. Проте виникає низка застережень теоретико-методологічного, організаційно-методичного та ідеологічного характеру щодо застосування такого типу шкал у соціологічних опитуваннях. Окреслю деякі з них:

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

- неправильно є традиція делегувати респондентові основні завдання дослідника, а саме визначення інтегрального ставлення індивіда до життя, до свого місця у суспільстві та до суспільства загалом; одним із наслідків цього є велика частка суб'єктивізму в одержаних результатах [Панина, 2008: с. 190];
- недоліком однопунктних шкал, зокрема шкали задоволеності життям та шкали вимірювання щастя, є очевидність для респондента предмета дослідження [Аргайл, 2003: с. 28]. Через це на його відповідь можуть впливати деякі індивідуальні упередження (наприклад, негативний минулий досвід);
- певною завадою є приватність теми, що частково пов'язане як з попереднім зауваженням, так і з національно-культурними особливостями респондентів. На відміну від західних культур, де питання щодо задоволеності життям, щастя, благополуччя здебільше є поширеними як у повсякденних розмовах, так і в публічному дискурсі, українці меншою мірою схильні обговорювати цю тему не лише зі сторонніми, але й навіть із близькими людьми. Тому відповіді на пряме запитання щодо задоволеності життям чи відчуття щастя “можуть формулюватися на підставі захисних мотивів, відмежовуючи при цьому приватну сферу від публічного дискурсу” [Рогозин, 2007: с. 106];
- такий підхід до вимірювання задоволеності життям (чи щастя) обмежує здатність дослідників оперувати якнайбільшою кількістю взаємопов'язаних компонент;
- існує значна залежність відповідей респондента від ситуативних чинників (умов зовнішнього середовища, настрою в момент опитування тощо). Це підтверджується, зокрема, даними А.Крюгера та Д.Канемана [Kahneman, 2006: р.6];
- порівняння коефіцієнтів чи індексів задоволеності життям, побудованих на основі зазначених однопунктних шкал, часто унеможливується через використання різних типів шкал і внаслідок відсутності загальноприйнятої методики їх побудови.

Останнє зауваження стосується проблем вимірювання і забезпечення валідності шкали задоволеності. Детальніше про аналіз і проблему вимірювань залежно від типу шкали (номінальної, порядкової, метричної) на прикладі запитань щодо задоволеності життям ідеться у працях українських соціологів Н.Паніної, В.Паніотто, В.Максименка, Н.Харченко [Панина, 2007: с. 204, 212–214; Паніотто, 2004: с. 32, 58]. Наприклад, Н.Панина робить наголос на перевагах переведення шкали задоволеності з номінальної у порядкову. Ідеться про перелік відповідей на таке запитання: “Якою мірою Ви задоволені своїм життям загалом”, де 1 — зовсім не задоволений, 2 — радше не задоволений, 3 — радше задоволений, 4 — цілком задоволений, 5 — важко сказати, задоволений чи ні. У такому вигляді шкала є номінальною, що обмежує її використання при проведенні порівняльного аналізу. Тому пропонується розглядати варіант відповіді “важко сказати” як нейтральну позицію, перемістивши його на третє місце і присвоївши йому відповідне

рангове значення, що розширює можливості шкали (дає змогу обраховувати індекс задоволеності життям). Саме такого типу шкалу використовують у соціологічному моніторингу Інституту соціології НАН України.

Київський міжнародний інститут соціології у своєму опитуванні використовував шкалу задоволеності життям, розроблену В.Хмельком. Цей тип шкали передбачає сім варіантів відповідей (п'ять градацій ступеня задоволеності та два альтернативні варіанти відповідей-фільтрів) на запитання: "Скажіть, будь ласка, якою мірою Вас задовольняє чи не задовольняє те, як складається Ваше життя в цілому?", де 1 — "зовсім не задовольняє", 2 — "більше не задовольняє, ніж задовольняє", 3 — "наскільки задовольняє, настільки ж не задовольняє", 4 — "більше задовольняє, ніж не задовольняє", 5 — "цілком задовольняє", 0 — "для мене це не має значення", 97 — "важко сказати". Використання розглянутої шкали, за словами С.Хуткої, яка застосовувала її у своєму дослідженні для визначення показників соціальної адаптованості особистості, вможливило як "врахування основних модальностей суб'єктивного ставлення людини до свого життя", так і "можливість трактувати шкалу задоволеності–незадоволеності як умовно інтервальну, метричну, що дозволяє не втрачати важливих для аналізу проблеми можливостей опрацювання первинних емпіричних даних" [Хутка, 2007: с. 30–31].

З метою отримання більш надійних відповідей щодо загальних (інтегральних) оцінок задоволеності життям західні науковці пропонують використовувати 10- чи 11-пунктні шкали на противагу 7-, 5- та 4-пунктним шкалам [Fisher, 2009: p.24; Andrews, 1991: p.108].

Про способи інтерпретації та вади деяких індексів задоволеності життям розповідає російський учений Є.Балацький у статті "Методи діагностики соціального самопочуття населення" [Балацький, 2005: с. 48–49]. Зокрема, слухним є зауваження про інтерпретацію даних, одержаних у процесі опитування щодо загальної задоволеності життям за 5-бальною шкалою, та способи їх графічного відображення, яке досить часто подається у вигляді двох гістограм. У першій гістограмі об'єднують тих респондентів, які відповіли, що почуваються цілком задоволеними й радше задоволеними, а у другій — зовсім незадоволені та радше незадоволені. Недоліком є те, що при об'єднанні різних за своїми особливостями груп респондентів і порівнянні їх між собою втрачається важлива інформація, закладена у запитанні та структурі відповідей. Так, у випадку здійснення такого аналізу, близько 35% українських громадян буцімто почуваються задоволеними, а 40% не відчувають себе задоволеними власним життям. При цьому не враховується те, що чисельність критично не задоволених життям людей більш як у 4 рази перевищує тих, хто вважає себе абсолютно задоволеними своїм життям (10,6% і 2,3% відповідно)¹.

Також Є.Балацький наполягає на необхідності врахування поряд з індексом задоволеності ще й супутнього індексу — індекс невизначеності, який вказує на дезорієнтацію респондентів щодо характеристики свого ста-

¹ За результатами всеукраїнського соціологічного моніторингу Інституту соціології НАН України у 2010 році (вибіркова сукупність 1800 осіб, репрезентативна за ознаками статі, віку, освіти).

ну за умов, що склалися (відповідь “важко сказати, задоволений чи ні”) [Балацкій, 2005: с. 49–50]. Чим більше невизначених респондентів, тим більшим є ризик, що в ситуації виникнення чи загострення кризових явищ вони поповнять групу не задоволених життям. Тому індекс невизначеності він називає також індексом ризику. Проте таке уточнення щодо його назви, на мою думку, є недоцільним: наприклад, у періоди стабілізації більш імовірно незначне зростання частки задоволених своїм життям респондентів унаслідок долучення до цієї групи тих, хто попервах вагався. Решта висновків цього дослідника не є адекватними, оскільки не можуть стосуватися аналізованого ним типу шкали, яка за своєю суттю є номінальною (варіант “важко відповісти” є прикінцевим у переліку варіантів відповіді і має найбільший за числовим значенням код – 5). Звертати увагу на кількість респондентів, які не визначилися з відповіддю, має сенс у випадку використання таких інструментів, як шкала задоволеності життям В.Хмелька.

Відповідь на питання щодо загальної задоволеності життям потребує від людини раціональних оцінок власного життя, однак будучи сформульованою переважно в момент опитування, зазнає впливу емоцій та настрою респондента [Kahneman, 2006: р. 6]. Тому на тлі нестабільності, коли суспільство переживає одну кризу за другою, емоційні реакції людей на ситуацію невизначеності, на постійні соціальні конфлікти й т.ін. впливають на психологічне самопочуття особи, а отже переносяться також на оцінку власного життя та своїх можливостей. Одержані таким методом дані відображають досить мінливі почуття і настрої, а не реальні зміни у соціальному самопочутті людей.

Суттєвою вадою використання шкали задоволеності у пострадянському просторі є її залежність від ідеологічного стану суспільства в конкретно-історичних умовах (на що вказують Н.Паніна і В.Ядов). Тому не випадково, що респонденти “видають” в опитуваннях генералізовані однополюсні оцінки, які виражають радше їхні уявлення, пов’язані із соціальною бажаністю відповідей (у закритому суспільстві) або з масовим негативізмом (у перехідному суспільстві). Так, шкала задоволеності у роки до “перебудови” працювала переважно лише на векторі “задоволений” – “в основному задоволений”, оскільки в тогочасному суспільстві інакшої відповіді просто не мало бути. Цей факт відзначали вчені як серйозну проблему вимірювання емоційної сфери масової свідомості. Натомість коли об’єктивно ситуація в економіці не змінилася, а зміни в ідеологічному плані відбулися, шкала задоволеності фактично перевернулася, і відповіді концентрувалися відтоді в негативній площині. Звісно, такі різкі коливання від позитивних оцінок до негативних не могли статися за такий короткий проміжок часу, але поява можливості висловлювати власні думки перевернула і поставила все на свої місця. Отже, така властивість шкали задоволеності, як залежність від ідеологічної складової, ставить під сумнів можливість її використання принаймні на теренах колишнього Радянського Союзу [Паніна, 2008: с. 189–190].

Варто звернути увагу й на те, що запитання щодо задоволеності життям є також чутливими до структури анкети. Якщо перед опитуванням запитати у респондента про погоду (маючи на меті, щоби він усвідомив цей факт), то

на його оцінку власної задоволеності життям меншою мірою впливатиме настроїй безпосередньо в момент опитування. Таким чином нівелюється вплив цього ситуативного чинника на відповідь стосовно задоволеності життям у процесі інтерв'ювання [Kahneman, 2006: р. 6]. Однак якщо перед запитанням щодо задоволеності життям порушувати актуальні та болючі для суспільства проблеми, то існує ймовірність отримати недостовірні, зазвичай занижені результати. Тому на послідовність запитань варто звертати належну увагу при розробленні інструментарію будь-якого дослідження, й особливо коли одним із завдань є оцінювання соціально-психологічного стану людей.

Ще однією проблемою шкали задоволеності є залежність від респондента, від того, як він інтерпретуватиме запропоновані варіанти відповіді. Немає гарантії, що людина, яка відповіла “повністю задоволений”, насправді відчувається більш задоволеною життям, роботою, сім'єю тощо у зіставленні з тим, хто дав відповідь “радше задоволений”. Можливо, цей другий респондент просто належить до того типу людей, які нечасто використовують категоричні, крайні судження в своїх оцінках [Kahneman, 2006: р.18]. Хоча це зауваження слід враховувати головню при дослідженні соціального самопочуття на рівні невеликих груп, а не всього населення.

Важливою методологічною і методичною проблемою в соціологічному підході до дослідження соціального самопочуття з використанням показника задоволеності життям є невизначеність щодо предмета оцінювання, тобто стосовно того, що саме задовольняє чи не задовольняє людину. Від того, яким чином конструюється така інтегральна оцінка свого життя, що більшою мірою впливає при цьому на різних людей (зовнішні обставини чи власні досягнення і перспективи, та чи інша сфера життя), залежить і сама оцінка. Коли ж ми обираємо задоволеність життям як основний показник соціального самопочуття людей, необхідно звертати увагу на певні важливі теоретичні висновки. Зокрема, про залежність між загальною задоволеністю життям і задоволеністю окремими сферами [Fisher, 2009: р. 12–16], серед яких найчастіше згадують матеріальне становище, роботу, здоров'я, сімейне життя. Найпопулярнішою є гіпотеза, що задоволеність життям є сумою задовольень головними аспектами життя. Це процес утворення зв'язку між ними, так би мовити “знизу вверх”. Натомість у разі залежності “зверху вниз” задоволеність життям у цілому впливає на задоволеність у царинах особистого життя, професійної діяльності, умов проживання тощо [Арґайл, 2003: с. 54–56].

До цього часу вчені не мають однозначної думки з цієї проблематики, але одне можна сказати точно — між загальною задоволеністю життям і задоволеністю окремими аспектами людської життєдіяльності не існує одностороннього зв'язку, а радше відбуваються постійні взаємовпливи. Тому зазначені підходи можна вважати радше ідеалізаціями, оскільки реальність значно складніша і багатогранніша.

Актуальне завдання для дослідників у даному ракурсі — встановити, в якому напрямку переважно відбуваються ці впливи, зважаючи на конкретну сферу людської життєдіяльності. Тобто чи впливає задоволеність життям у шлюбі на відчуття щастя чи, навпаки, загальна задоволеність життям

поширюється і на цей аспект життя людей? Наприклад, Ланс виявив залежність “згори донизу” для таких сфер, як робота і соціальна активність, тоді як ефект “знизу догори” був більше характерний для задоволеності сімейним життям. Цікавим є висновок про те, що у країнах із низькими доходами задоволеність матеріальним становищем більшою мірою впливає на загальну задоволеність життям, а в країнах із високим рівнем доходу на душу населення спостерігається протилежний зв'язок або його не існує [Saris, 2001: p. 137–138, 143–144].

Більш детально про це йдеться у книзі М.Арґайла “Психологія щастя” [Арґайл, 2003: с. 53–56], де він, з одного боку, аналізує особистісні чинники щастя і задоволеності життям (що, по суті, більше відповідає процесам “згори донизу”), а з іншого — звертається до різних сфер життя особистості та їхніх впливів на соціальне самопочуття людей (“знизу догори”).

Прикладом методики, у якій здійснено спробу виявити залежність між загальною задоволеністю життям і задоволеністю різними сферами життя людини, є Шкала задоволеності життям В.Альфонсо та співавторів, які запитували респондентів про їхню задоволеність по кожній із восьми обраних ними сфер [Alfonso, 1996]. Хоча Е.Динер та його колеги підкреслюють, що не можна робити висновки щодо задоволеності життям за критеріями, вибраними дослідником, адже врахувати всі чинники просто неможливо. Цінність тих чи інших аспектів життя для різних індивідів може бути різною, тому говорити про загальну задоволеність життям як суму задовольень у різних сферах життя, на їхню думку, неправильно [Diener, 1985: p.71]. Проте в соціологічному підході до соціального самопочуття внутрішня структура цього конструкту часто становить предмет зацікавленості дослідників. Деталізація сфер життя та індикаторів щодо кожної з них може забезпечити знання про соціальне самопочуття більш повною і систематизованою інформацією. Щоб розв'язати зазначену вище проблему різної цінності тих чи інших аспектів життя, можна або обмежити і чітко окреслити дослідницьке коло, або обрати інший тип шкали. Для прикладу, у шкалі “достатності”, на відміну від більшості традиційних шкал задоволеності, пропонують також як можливий варіант відповіді формулювання “не цікавить”. Так можна визначити актуальність і суб'єктивну значущість певного блага по кожній зі сфер життя.

Подібний алгоритм виходу із ситуації, запропонований Є.Балацьким, полягає у здійсненні кількох кроків: 1) формування максимально повного переліку чинників впливу на задоволеність життям; 2) оцінювання рівня задоволеності населення за кожним із цих чинників; 3) оцінювання важливості кожного чинника (тобто обчислення факторних коефіцієнтів значимості); 4) побудова узагальненого індексу задоволеності життям на підставі суми факторних індексів задоволеності, скоригованих на факторний коефіцієнт значимості. Серед чинників, які впливають на задоволеність життям, пропонувано враховувати особисту безпеку і безпеку сім'ї, матеріальне становище сім'ї, стосунки у сім'ї, можливість досягнення життєвих цілей, можливість повноцінно проводити відпустку, творчу самореалізацію на роботі і поза нею, комфортний клімат, соціальний статус, дружбу, спілкування, економічну і політичну ситуацію в країні, екологію, соціальну інфраструктуру,

стан здоров'я людини. Спершу цей перелік чинників оцінюється з позиції задоволеності чи незадоволеності ними, а пізніше — щодо важливості / неважливості їх для респондентів. Узагальнений індекс задоволеності життям, за словами автора, є менш чутливим до соціальних змін порівняно з традиційними індексами й менше піддається впливу соціальних настроїв, завдяки чому більше придатні для дослідження соціального самопочуття людей [Балацкий, 2005: с. 42–44]. Теоретично така логіка дій може бути застосована, однак неправильно вибраний тип шкали не дає змоги обчислити згадані автором індекси¹.

Сьогодні багато дослідників соціального самопочуття визнають необхідність такого зважування різних сфер залежно від суб'єктивної значимості кожної з них (Кемпбелл, Інглгарт, Рифф, Паніна, Головаха та ін.), однак питання про механізм здійснення такої процедури залишається відкритим.

Використання шкал задоволеності життям і щастя у міжнаціональних опитуваннях наразилося на проблему впливу лінгвістичних норм, точності і правильності перекладу запитань анкети та зрозумілості їх формулювання людям з різних країн [Duncan, 2005: р. 21–23]. Особливо це стосується питання про те, наскільки людина відчувається щасливою (happy), адже дане поняття має неоднакове змістове наповнення в різних мовах. Так, слова “щастя” в українській мові та “happiness” (радість, щастя, веселість) в англійській мові можуть неоднаково сприйматися респондентами, внаслідок чого є ризик отримати дещо занижені показники щастя в Україні. Саме тому вчені почали шукати інші можливі методики, здатні хоч трохи залагодити таку ситуацію. З'явилися такі графічні шкали, як “Драбина”, “Гора”, “Обличчя” тощо [Andrews, 1991: р. 73–75].

1. Шкала “Драбина” (Ladder Scale) була розроблена Кентрилом 1967 року і була використана у міжнаціональному дослідженні, яке проводили у 13 країнах. Ця шкала зображується у вигляді драбини з 11 сходинками (від 0 до 10). Респондента просять оцінити власне життя, позиціонуючи себе на якійсь із цих сходинок на даний час, п'ять років тому і через п'ять років (за очікуваннями). Оскільки Кентрила цікавило те, як співвідносяться людські бажання з реальними досягненнями, яким чином задоволення тих чи тих важливих для людини потреб впливає на самооцінку соціального статусу, він розробив шкалу, на якій респондент мусив не просто оцінити себе, своє соціальне становище у момент опитування, а й у зіставленні з минулим і з бажаним майбутнім. Питання звучить так: “Перед вами зображення драбини. Припустімо, що вершина драбини являє собою найкраще для Вас життя, а найнижча сходинка — найгірше. Де на даний час Ви перебуваєте? Де Ви були 5 років тому? Де, на Вашу думку, Ви опинитеся через 5 років?” Головна ідея полягала в тому, що така шкала допоможе відрізнити реальне від бажаного, тобто отримати відповіді щодо суб'єктивного

¹ Номінальну шкалу не можна піддавати жодним арифметичним діям (див.: [Паніна, 2007: с. 201]).

сприйняття респондентом свого актуального, а не ідеального соціального становища.

2. Шкалу “Гора” (Mountain Scale) також запропонував Кентрил. Виникла потреба замінити слово “драбина” (не в усіх країнах цей предмет побуту використовують у господарстві), оскільки респондентам часом було важко оцінити власне благополуччя за даною шкалою. Тому надалі було запропоновано послуговуватися малюнком у вигляді висхідної лінії (ніби від підніжжя гори до її вершини), яка має 11 “сходинок”. Цю шкалу було адаптовано Інститутом міжнародних досліджень Геллапа для своїх міжнаціональних опитувань.

3. Шкалу “Облич” розробили Ф.Ендрюс і С.Віті (1976), щоб уникнути використання вербальних конструктів в опитуванні. Респондентові пропонується поглянути на картку, де зображено 7 облич, які виражають спектр емоцій від дуже позитивної до дуже негативної. Необхідно вибрати те лице, яке найкраще виражає оцінку людиною власного життя в цілому. Цю шкалу тривалий час використовувала газета “Комсомольська правда” для опитування своїх читачів.

Серед багатовимірних шкал, які досить активно використовують при дослідженні задоволеності життям західні науковці, найчастіше згадуються Шкала життєвої задоволеності (Life Satisfaction Scales), розроблена Б.Ньюгартен, Р.Гавігерстом і Ш.Тобіном у 1961 році, та Шкала задоволеності життям Е.Динера і його колег (The Satisfaction with Life Scale).

Шкала життєвої задоволеності Б.Ньюгартен, Р.Гавігерста і Ш.Тобіна є одним із перших соціологічних тестів загальної задоволеності життям. Як підкреслюють вчені, “життєва задоволеність” є синонімом таких понять, як “моральний дух”, “психологічний комфорт” тощо. Така назва тесту зумовлена тим, що інші категорії мають певні асоціативні ряди у свідомості людей або вже використовуються для позначення інших методик [Головаха, 1997: с. 14]. У цій методиці виокремлено п’ять основних шкал, які визначають загальний рівень психологічного комфорту (життєвої задоволеності). Перша характеризує ставлення до життя (ентузіазм, інтерес до роботи, емоційність). Друга складова задоволеності життям охоплює рішучість, стійкість, потребу в досягненні цілей. Третьою характеристикою психологічного комфорту є відповідність між поставленими і реалізованими цілями. Четвертий параметр — ставлення до самого себе: самооцінка своїх фізичних (зовнішніх) і соціальних (статусу) якостей. Останньою складовою задоволеності життям є психоемоційний тонус людини.

Шкала життєвої задоволеності в Україні була адаптована і апробована Н.Паніною при вивченні психологічного стану людей у різних регіонах України. Сконструйований у процесі апробації та статистичного опрацювання інформації. Опитувальник складається із 20 суджень, згода чи незгода з якими оцінюється за дихотомічною шкалою: “згоден”, “не згоден”, “не знаю”. У результаті обчислюється індекс задоволеності життям (життєвого оптимізму), який набуває значень від 0 до 40 (значення, нижчі за 20 характеризують різного рівня незадоволеність життям, а вищі за 20 — певну міру задоволеності життям). Один із важливих висновків Паніної стосується того,

які серед можливих чинників найбільше впливають на задоволеність життям. Виявилось, що як у стабільному, так і в перехідному суспільстві головним чинником життєвої задоволеності є особистісна визначеність життєвої перспективи. Тобто люди з чіткими життєвими цілями і планами мають достатньо високі показники психологічного комфорту [Панина, 2008: с. 112–113, 116].

Шкала задоволеності життям Е.Динера, Р.Еммонса, Р.Ларсена та Ш.Гриффіна (Satisfaction with Life Scale – SWLS) залишається однією з найпопулярніших методик вимірювання задоволеності життям (після традиційних простих запитань). Шкала є семибальною, і респондентам пропонують позначити ступінь згоди/незгоди (де 1 – повністю згоден, 7 – зовсім не згоден) з такими п'ятьма варіантами [Diener, 1985]:

- “Загалом моє життя є майже таким, яким я хотів би його бачити”;
- “Умови мого життя чудові”;
- “Я почувуюся задоволеним своїм життям”;
- “Поки що я досягнув усього, чого прагнув”;
- “Якщо б я зміг ще раз прожити своє життя, то майже нічого б не змінив”.

З часу появи шкали SWLS були досліджені основні показники її валідності та надійності, які підтвердили можливість застосування цієї методики при дослідженні задоволеності життям як на рівні окремих груп, так і на загальнонаціональному рівні [Pavot, 1993: р. 165–170]. Однак, незважаючи на позитивний досвід міжнаціональних опитувань, у яких застосовувалася ця шкала, все одно виникають певні зауваження до неї. Наприклад, чи не асоціюватимуться висловлені у позитивному дусі твердження з позитивними переживаннями та емоціями, які мають різний вплив на задоволеність життям у різних типах суспільств [Kuppens, 2008: р.74].

Судження щодо задоволеності індивіда життям ґрунтуються на порівнянні актуального і бажаного (ідеального) для них. Тому зазначена методика є надійнішим інструментарієм для оцінювання радше індивідуального благополуччя, ніж соціального самопочуття. Її використовують переважно соціальні психологи, хоча існує практика її застосування і в соціологічних дослідженнях. Наприклад, деякі питання шкали було включено в окремий модуль Європейського соціального дослідження “Особистісне і соціальне благополуччя”.

Однією з останніх методик дослідження суб'єктивного благополуччя є Шкала благополуччя (The Flourishing Scale), розроблена також ученими з Лабораторії Е.Динера. На відміну від попередньої, у ній враховано останні методологічні положення щодо важливості соціальної складової благополуччя і самопочуття людини (social well-being). Так, згідно із сучасними теоріями якості життя, однією з основних людських потреб, яка забезпечує комфортне життя у межах суспільства, є потреба у наявності близьких стосунків, тобто потреба у соціальній підтримці. При цьому для особистості важливо як отримувати соціальну підтримку, так і надавати її іншим, тобто відчувати свою соціальну значущість, корисність для суспільства [Rath, 2010: р. 43–44, 96–97]. Від того, наскільки ці потреби є задоволеними, зале-

жить не лише психологічне самопочуття людини, а й її сприйняття навколишнього світу, що визначає готовність особи до дії, її активність. Враховуючи ці та багато інших висновків сучасних теорій благополуччя, до даної шкали було включено низку тверджень, які відображають окремі аспекти не лише психологічного, а й соціального благополуччя людей [Diener, 2010: р. 154–155]:

- “Моє життя є осмисленим і сповненим цілей”;
- “Мої соціальні відносини з іншими підтримують мене і приносять задоволення”;
- “Я почувуюся зацікавленим своєю щоденною діяльністю”;
- “Я роблю все можливе, щоб інші почувалися щасливими і благополучними”;
- “Я є компетентним і здібним у важливій для мене діяльності”;
- “Я є доброю людиною і живу хорошим життям”;
- “Я з оптимізмом дивлюся у своє майбутнє”;
- “Мене поважають люди”.

Усі твердження висловлені в позитивному дусі, а відповіді на них розподіляються на шкалі від 1 до 7, де 1 — зовсім не згоден, а 7 — повністю згоден (4 — нейтральне ставлення). У підсумовуванні показники набувають значень від 8 (найнижчий рівень) до 56 (найвищий рівень згоди з пунктами за шкалою). Ця шкала корелює зі Шкалою психологічного благополуччя Риффа і Загальною шкалою задоволеності базових потреб (Deci and Ryan Basic Need Satisfaction General scale) [Diener, 2010: р. 149].

Згадану вище Шкалу психологічного благополуччя Керол Рифф [Ryff, 1989: р. 1072] конструювала з метою виявлення не стільки емоційного стану особи, скільки її функціональності, тобто спроможності діяти і взаємодіяти у суспільстві. Було виявлено слабкі кореляційні зв'язки зі шкалами, які більшою мірою описували емоційну складову самопочуття людини. Ця шкала була чи не першою, яка розширила уявлення про суб'єктивне благополуччя і доповнила знання про його природу соціальними чинниками.

Окреслена методика вивчення суб'єктивного благополуччя була адаптована в Росії психологом П.Фесенком. Методологічним принципом, від якого він відштовхувався у своєму дослідженні, було розуміння суб'єктивного благополуччя як співвідношення між очікуваннями (бажаним у житті) і досягненнями (оцінка індивідом власних досягнень). На підставі порівняння даних за такими індикаторами, як добрі стосунки з людьми, автономність, контроль над середовищем, особистісне зростання, наявність мети у житті та самосприйняття, зроблено висновок про те, що показники ідеального благополуччя завжди перевищують показники реального благополуччя (див. табл.1).

Ф.Ендрюс і Дж.Робінсон також наголошують таку залежність між бажаним для людини і реальним та вказують на існування двох стратегій щодо їхнього співвідношення [Andrews, 1991: р. 63–64]:

- чим меншою є різниця між очікуваннями і досягненнями людини, тим вищим є її суб'єктивне благополуччя, і навпаки, чим ця різниця є більшою, тим гірше індивід оцінює своє життя (gap approach);

— чим співвідношення (відношення досягнень до очікувань) є більшим, тим вищим є рівень суб'єктивного благополуччя (ratio approach).

Таблиця 1

Зіставлення структури актуального й ідеального психологічного благополуччя (ПБ)*

Шкала	Актуальне ПБ	Ідеальне ПБ	t-критерій
Добрі стосунки з людьми	64,093	70,062	-8,836
Автономність	57,937	65,093	-13,401
Контроль над середовищем	58,007	69,958	-19,959
Особистісне зростання	64,875	67,812	-5,493
Життєві цілі	62,897	69,947	-10,904
Самосприйняття	59,718	70,875	-17,593
Загальне психологічне благополуччя	366,33	413,75	-18,149

* Джерело: [Фесенко, 2005].

Одержана інформація вможливорює порівняння рівнів суб'єктивного благополуччя різних людей, демографічних груп і є корисною, наприклад, для пояснення даних міжнаціональних опитувань. На основі такого зіставлення можна робити припущення щодо причин різних оцінок власного життя у людей однакового соціального статусу чи, наприклад, рівня матеріального забезпечення внаслідок різного рівня домагань.

Зарубіжний досвід дослідження суб'єктивного благополуччя передбачає також з'ясування того, які емоції й почуття є домінантними впродовж певного періоду. З цією метою запитують, скажімо, як часто респондентові доводилося почуватися радісним, знервованим, спокійним, тривожним тощо.

Афективно орієнтовані методики, які зосереджують свою увагу безпосередньо на емоційному стані людей, на частоті чи інтенсивності позитивних та негативних емоцій, використовуються для комплексного дослідження суб'єктивного благополуччя [Pavot, 1993: p. 170], позаяк емоції, поряд із задоволеністю життям розглядаються як важливі компоненти самопочуття людини [Diener, 1985: p. 71].

Серед найбільш ранніх методик чи не найвідомішою є Шкала емоційного балансу Н.Бредберна (Affect Balance Scale, 1969). У даній методиці використовується 10 запитань стосовно різних аспектів загального емоційного стану людини впродовж кількох останніх тижнів. Співвідношення між позитивними й негативними емоційними станами (емоційний баланс) характеризує психологічне благополуччя людини за конкретних соціальних умов [Bradburn, 1969: p. 53].

Оскільки психоемоційний стан людини визначається не лише тими чи іншими афектами, а й певним накладанням різних емоцій і почуттів, необхідно спинитися також на методиках, які б відображали реакцію людини

на своє становище, власний потенціал, можливості тощо та на сприйняття перспектив перетворення соціального середовища. Одним із таких показників є рівень тривожності, який у разі незначного підвищення є нормальною реакцією організму на небезпеку і може сприяти загальній мобілізації з метою виходу з негативної ситуації, а за значного підвищення є чинником дезорганізації життєдіяльності людей і може призвести до погіршення їхнього психічного здоров'я [Панина, 2008: с. 87]. Психоемоційний стан людей є важливим підґрунтям стабільного і високого рівня соціального самопочуття у суспільстві.

Відомі методики вимірювання рівня тривожності можна поділити на проєктивні та опитувальні. Проєктивні техніки використовуються переважно вузькими спеціалістами і не можуть бути застосовані у масових соціологічних дослідженнях. Окремі ж тести, що містять запитання, судження, певні слова, дають змогу людині виразити те, що вона відчуває чи думає про свій стан чи стосовно інших людей та об'єктів. Людина відповідає на такі запитання, оцінюючи ступінь своєї згоди чи незгоди з ними, що у підсумку вможлиблює висновок щодо рівня тривожності цієї особи [Панина, 2008: с. 89].

Огляд основних тестових методик визначення рівня тривожності здійснила Н.Панина. До найвідоміших належать: шкала Тейлора (Taylor's Manifest scale — MAS) 1951 року, сконструйована на основі відомого опитувальника ММРІ; шкала тривожності, розроблена у 1961 році на основі праць Інституту тестування особистості і здібностей (ІРАТ); шкала стимул-реакція (S-R) 1962 року; шкала тривожності Спілберґера (State Trait Anxiety Inventory — STAI), розроблена 1970 року та найпопулярніша серед дослідників¹.

Шкала тривожності Спілберґера була адаптована Ю.Ханіним і апробована Н.Паніною при дослідженні соціального самопочуття і психологічного стану населення України у 1992 році. Опитувальник містить 20 суджень, які треба оцінити за чотирибальною шкалою (від 1 — “ні, це не так”, до 4 — “абсолютно слушно”). 10 із цих суджень характеризують позитивні стани, 10 — негативні, стосовно яких виявляється певний рівень тривожності. Розмах шкали становить 60 балів, де 20 — мінімальне значення індексу, а 80 — максимальне. Запитання звучить так: “Як Ви почуваетесь на даний момент?”

За отриманими результатами було вирізнено кілька груп людей, які характеризуються різними рівнями тривожності:

- до 30 балів — низький рівень тривожності (свідчить про низький рівень активності людини, відсутність мотивації, зниження відповідальності);
- 31–46 балів — нормальна тривожність (вказує на благополучну психоемоційну регуляцію);
- 47–50 балів — підвищена тривожність (за стабільних умов є показником негативних тенденцій у функціонуванні нервової системи, а за

¹ Детальніше про шкали тривожності див.: [Панина, 2008: с. 87–93].

- екстремальних — означає психологічну мобілізацію людини, спрямовану на активізацію всіх зусиль з метою подолання несприятливих обставин);
- 51–60 балів — висока тривожність (вказує на те, що людині не вдається безболісно впоратися зі стресом і її психологічні ресурси вичерпуються);
 - понад 61 бал — гіпертривожність (індикатор психічного захворювання) [Панина, 2008: с. 94–95].

Обчислювані на основі даної шкали індекс і рівні тривожності уже впродовж багатьох років дають змогу “тримати руку на пульсі” емоційного самопочуття населення України. Моніторинг даного показника здійснює Інститут соціології НАН України.

Ще однією методикою для вимірювання загального морально-психологічного стану людей є Шкала морального духу Філадельфійського геріатричного центру (PGC Morale Scale, Lawton, 1975). Даний індекс вимірюється такими показниками, як самотність, тривожність, ставлення до старіння, і може бути застосований у дослідженнях здоров'я, проблем старіння, соціальної інклюзії тощо. Завдяки використанню такого тесту було доведено, що отриманий інтегральний показник морального духу може бути інтерпретований як загальна характеристика життєвої задоволеності та суб'єктивного благополуччя людини [Andrews, 1991: р. 85–86].

“Індекс благополуччя” А.Кемпбела (Index of Well-Being, 1976), окрім безпосередньої емоційної характеристики життя, передбачає також запитання щодо загальної задоволеності життям. Індекс загального афекту (Index of General Affect) включає 8 семибальних шкал з крайніми позиціями, які характеризують ставлення до життя (“цікаве”–“нудне”, “повне”–“пусте” тощо), а задоволеність життям вимірюється за семибальною шкалою (де 1 — абсолютно незадоволений, 7 — повністю задоволений). Узагальнений індекс корелює з такими сферами, як сімейне життя, робота, шлюб, коло спілкування, а чинниками, які впливають на суб'єктивне благополуччя, є кількість друзів, час, матеріальний добробут сім'ї, інтелект, здоров'я, релігійна віра. Низький рівень суб'єктивного благополуччя зафіксовано у безробітних, малозабезпечених, неодружених або розлучених людей [Andrews, 1991: р. 86–88].

Методика “Загального суб'єктивного благополуччя” (General Well-Being Schedule) була розроблена в Американському центрі статистики здоров'я на початку 1970-х років. Більшість із 33 запитань цього тесту стосуються емоційно-психологічного стану людини, її здоров'я, хоча деякі характеризують задоволеність життям, життєвий тонус. Результати коливаються від 14 (найнижчий рівень емоційного самопочуття) до 134 (найвищий рівень емоційного самопочуття) [Andrews, 1991: р. 90–95]. Така методика вивчення психологічного самопочуття населення, хоча й не висвітлює самопочуття людей у суспільстві, оскільки не враховує ні соціального становища, ні задоволеності різними аспектами життя, є прикладом інтегрального індексу, який опосередковано відбиває емоційний бік суб'єктивного благополуччя людей.

З метою дослідження психологічного здоров'я людей похилого віку у Меморіальному університеті Ньюфаундленда була розроблена Шкала щастя (MUNSH Scale, автори — А.Козма і М.Стоунз, 1980). Використання цього тесту свідчить про його здатність диференціювати людей за рівнем загальної задоволеності життям і слугує для вимірювання суб'єктивного благополуччя. Тест містить 24 запитання, розподілені за чотирма субшкалами: позитивні та негативні емоції (по 5 запитань у кожній субшкалі), загальний позитивний та загальний негативний життєвий досвід (по 7 питань — у кожній). Загальний індекс обчислюють як суму різниць між показниками позитивних і негативних емоцій та позитивного і негативного досвіду; результат коливається від 0 (низький рівень щастя) до 48 (високий рівень щастя) [Andrews, 1991: р. 96–98].

Методика “Афектометр 2” (Affectometer 2) Камана і Флета є показником загального рівня щастя, яке, судячи зі структури тесту, автори розглядають як синонім суб'єктивного благополуччя. “Афектометр 2” відображає баланс між позитивними й негативними почуттями та складається з 40 пунктів (20 фраз щодо емоційної оцінки життя і 20 прикметників для означення позитивних і негативних емоцій). Оцінювання життя здійснюється за такими показниками, як комплексне сприйняття життя (минуле, сьогодення, майбутнє), оптимізм, самоповага, самоефективність, соціальна підтримка, соціальний інтерес, свобода, енергійність, щирість, чіткість думок. За словами авторів, методика є надійною, валідною і практично не залежить від настрою в момент опитування [Kamman, 1983: р. 259–265].

Однією з останніх методик для безпосереднього вимірювання афективної складової суб'єктивного благополуччя є “Шкала позитивного і негативного досвіду” Е.Динера і його команди (Scale of Positive and Negative Experience — SPANE, 2009). Цей 12-пунктний опитувальник складається з однакової кількості запитань стосовно як позитивних, так і негативних почуттів. Запитання звучить так: “Подумайте, будь ласка, про те, що Ви робили і переживали за останні 4 тижні. Відзначте, як часто Ви відчували кожну з поданих далі емоцій, використовуючи запропоновану нижче шкалу”. Шкала містить градацію від 1 до 5, де 1 — дуже рідко або ніколи, а 5 — дуже часто або завжди. Отже, відчуття могли бути: позитивні, негативні, гарні, погані, приємні, неприємні, радісні, сумні тощо [Diener, 2010: р. 146, 153–154]. Показники позитивних і негативних відчуттів обчислюють окремо, вони характеризують протилежні емоційні стани людини. Об'єднана шкала градується від –24 (негативні відчуття) до 24 (позитивні відчуття). Ця методика потребує апробації на загальнонаціональних рівнях, з'ясування особливостей її застосування у кроскультурних дослідженнях. Зокрема, відомою проблемою афективних методик є проблема точного перекладу різними мовами усього спектра емоцій, які можуть по-різному сприйматися у суспільствах різного типу [Kuppens, 2008: р. 74].

З метою підвищення валідності афективних методик дослідження суб'єктивного благополуччя дослідники дають певні рекомендації:

- по-перше, радять звертати увагу на часовий проміжок, стосовно якого респондента запитують про модальність його емоцій і почуттів. Серед дослідників немає спільної позиції з цього питання. Адже, запитуючи

“як Ви почуваетесь на даний момент?”, ми ризикуємо отримати інформацію про суто миттєві, короткочасні емоції, а не про загальний психоемоційний стан, який власне й цікавить дослідників соціального самопочуття. Тому у багатьох дослідженнях окреслюють часовий проміжок таким чином, щоб, з одного боку, звести до мінімуму вплив ситуативних чинників, а з іншого — щоб не перетворити відповіді респондента на загальні оцінні судження, які не мають безпосереднього стосунку до його психологічного самопочуття. Наприклад, Е.Динер пропонує оцінювати почуття людей за період упродовж останніх 4 тижнів (методика SPANE), що дає змогу фіксувати реальні відчуття, а не короткочасні або бажані стани [Diener, 2010: p. 145];

- по-друге, пропонується запитувати щодо частоти, а не інтенсивності афектів, оскільки робити узагальнення про переважання певних емоцій та почуттів легше на підставі саме такої інформації. Окрім того, інтенсивність позитивних емоцій (тобто сила реакції на події) не надто впливає на соціальне самопочуття особи, оскільки емоційні сприйняття негативних подій у таких людей теж переважно сильніші. Однак слід зважати на те, що на результати застосування методик, у яких фіксується інтенсивність тих чи інших емоцій, більшою мірою впливають ситуативні чинники, зокрема настрої респондента у момент опитування [Eid, 2004: p. 273].

Про надійність тієї чи іншої методики свідчить, поряд з іншим, її стійкість у часі (кореляція між результатами повторних вимірювань) та узгодженість (інтеркореляція для окремих індикаторів індексу). Перевірка ретестової надійності різних методик вказує на переваги використання багатопунктних шкал на противагу простим запитанням щодо задоволеності життям при дослідженні соціального самопочуття. Запитання щодо глобальної задоволеності життям є більш сенситивними до різного роду змін. Також більш чутливими до впливу ситуативних чинників виявилися негативні емоційні стани на відміну від позитивних емоцій і почуттів, які є більш стійкими (див. табл. 2).

Окремо слід спинитися на методиках, які враховують не лише суто психологічні, а й *соціальні аспекти благополуччя* (social well-being), самопочуття людини. Так, перевагою “Шкали соціальних відчуттів” К.Шуслера (Social Life Feelings Scale) над багатьма іншими є наявність у ній оцінок щодо соціального становища та особливостей взаємодії людини з іншими членами суспільства. Вимірювання соціального самопочуття відбувається за 12 незалежними шкалами, кожна з яких містить 5–14 запитань: 1) сумніви щодо самодетермінації; 2) сумніви щодо можливості довіряти людям; 3) емоційна пригніченість; 4) задоволеність роботою; 5) довіра до громадянського суспільства; 6) внутрішній, духовний підйом; 7) соціальний цинізм; 8) втрата ілюзій стосовно державних інституцій; 9) оцінка майбутнього; 10) економічна самодетермінація; 11) деморалізація; 12) турбота про кар’єрне зростання. Однак суттєвим недоліком методики є відсутність розробленого інтегрального показника для загальної характеристики предмета дослідження, а також надмірний розмір опитувальника (більш як 100 пунктів)

і, як наслідок, неможливість використання цієї шкали у масових опитуваннях [Панина, 2008: с. 197].

Таблиця 2

Ретестова надійність низки методик дослідження суб'єктивного благополуччя і соціального самопочуття

Методики	Коефіцієнт ретестової надійності	Часовий інтервал між опитуваннями	Змінна / Шкала
<i>Прості запитання щодо задоволеності життям та щастя</i>			
Andrews, Whithey (1976)	0,40–0,66	1 година	Задоволеність життям
Kammann, Flett (1983)	0,50–0,55	кілька днів	Щастя, задоволеність життям
Krueger, Schkade (2007)	0,59	2 тижні	Задоволеність життям
	0,68	2 тижні	Задоволеність роботою
<i>Багатопунктні шкали</i>			
Alfonso, Allison (1992a)	0,83	2 тижні	SWLS
Diener et al. (1985)	0,82	2 місяці	SWLS
Magnus et al. (1992)	0,54	4 роки	SWLS
Diener et al. (2009)	0,71	1 місяць	Шкала благополуччя (Flourishing Scale)
Krueger, Schkade (2007)	0,68	2 тижні	Позитивні емоції (радість, спокій та ін.)
	0,60	2 тижні	Негативні емоції (злість, депресія, стрес)
Diener et al. (2009)	0,68	1 місяць	Шкала позитивного і негативного досвіду SPANE
Головаха, Панина (1997)	0,67	2–3 тижні	ПСС

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

Тому більш детально звернімося до методики “Модуль індивідуального і соціального благополуччя”, яка була впроваджена у межах Європейського соціального дослідження (European Social Survey, 2005) під керівництвом директора Кембриджського міждисциплінарного дослідницького центру віку (CIRCA) Феліції Гаперт з метою дослідження суб'єктивного благополуччя людей [Personal and Social Well-being Module, s.a.]. Особливий інте-

рес дана методика викликає ще й тому, що Україна також входить до переліку країн-учасниць Європейського соціального дослідження. А це дає змогу здійснювати міжнаціональні порівняння запропонованих показників суб'єктивного благополуччя людей.

Власне кажучи, особливістю цієї методики є те, що з метою комплексного вивчення самопочуття людини в межах суспільства було запропоновано:

- по-перше, враховувати як індивідуальні, так і соціальні аспекти життя людини;
- по-друге, фіксувати не лише емоційні стани людей і їхню оцінку власного життя та окремих його складових, а й брати до уваги їхню діяльність у напрямку поліпшення власного і суспільного добробуту.

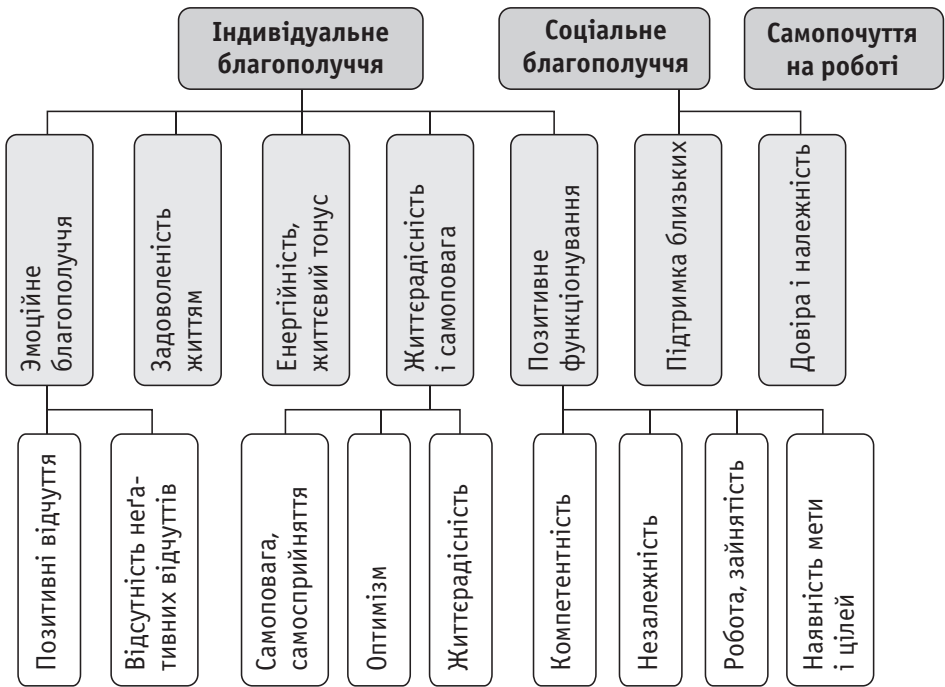


Рис. Структура показників суб'єктивного благополуччя в ЄСС¹

Для цього було розроблено опитувальник із 50 запитань, акцент в яких зроблено на індивідуальних і соціальних компонентах благополуччя (див. рис.). До особистісних показників самопочуття в Європейському соціальному дослідженні було включено емоційний стан людини і задоволеність життям, життєвий тонус, оптимізм і самоповагу, а також наявність цілей у житті, незалежність, достаток і зайнятість на роботі. Враховуючи дані багатьох досліджень, відповідно до яких для відчуття повноти життя безпосе-

¹ Джерело:

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

редне значення мають тісні соціальні зв'язки з іншими людьми, вчені запропонували включити до показників суб'єктивного благополуччя соціальне благополуччя (social well-being), розуміючи його як оцінку людьми відносин з іншими (підтримку, довіру, належність до певної спільноти, повагу з боку інших).

Позитивним є те, що тут ураховано не лише емоційно-оцінні судження людей щодо їхнього життя і психологічного потенціалу, а й ті дії, які спрямовані на поліпшення власного майбутнього або можуть вважатися суспільно корисними (громадська активність). Для прикладу, йдеться про такі формулювання: “Мені подобається планувати та влаштовувати своє майбутнє”, “За винятком того, що Ви робите для своєї сім'ї, на роботі або беручи участь у діяльності різних громадських організацій, як часто за останні 12 місяців Ви надавали яку-небудь активну допомогу іншим людям?” тощо.

Для зручності вся інформація трансформується і подається на шкалі від 0 до 10, де 5 – середнє значення. Отримані в дослідженні дані можна порівнювати як на рівні різних країн (через узагальнений індекс благополуччя), так і між собою (наприклад, індекс особистісного благополуччя з індексом соціального благополуччя)¹.

У цій методиці переважно враховуються соціально-психологічні механізми формування ставлення до життя, однак вона не дає змоги розкрити повною мірою суть соціального самопочуття як індикатора адаптованості людей до чинної системи або як показника ефективності діяльності влади. Проте ці відтінки соціального самопочуття важливо знати на етапі трансформації українського суспільства.

Власне на цьому аспекті зосереджують свою увагу російські дослідники соціального самопочуття, які традиційно розглядають його як структурний елемент суспільних настроїв [Тощенко, 1996: с. 27]. У результаті їхні методики переважно базуються на інтегральних оцінках людини щодо власного життя та стану справ у країні, перспектив її розвитку. До показників соціального самопочуття такі відомі у Росії центри, як ВЦВГД та Левада-Центр, відносять: задоволеність життям у цілому; матеріальне становище сім'ї; оцінку економічної та політичної ситуації у країні; очікування щодо майбутнього сім'ї та країни; соціально-психологічний стан людей, їхні настрої. Для розрахунку Індексу соціальних настроїв будують окремі індекси для кожного блоку запитань; такі індекси відбивають різницю між позитивними й негативними відповідями, в результаті чого узагальнений індекс вираховується як їх середнє арифметичне [Красильникова, 2003: с. 51].

Поясненням вибору саме цих показників більшістю російських соціологів при дослідженні соціального самопочуття є те, що індивідуальні уявлення людей щодо різних обставин власного життя та економічної й соціальної ситуації у країні формують узагальнену оцінку ситуації. А вона є підґрунтям індивідуальних дій окремих людей, тобто “суспільні настрої”

¹ Візуальне порівняння результатів опитування щодо країн-учасниць ЄС (у формі таблиць, карт, гістограм та ін.) можна здійснити на сайті: <<http://www.nationalaccountsofwellbeing.org/explore/indicators/zwbi>>.

розглядаються як чинник формування поведінки всіх членів суспільства — економічної, політичної, зокрема електоральної, тощо.

Утім, робити висновки щодо соціального самопочуття на основі даного індексу, на мою думку, недоцільно через надмірну акцентуацію на матеріальному добробуті людей, а також на оцінках ефективності діяльності влади. Він радше може бути використаний для передбачення протестних настроїв у суспільстві та швидкого реагування для їх усунення.

З такою метою в Росії застосовують також інші показники, зокрема “Регіональний індекс споживчих настроїв”. Цей індекс, як зазначають Н. Дуліна та В. Токарев, вони використовують для дослідження соціального самопочуття на регіональному рівні [Дуліна, 2009: с. 89]. Але, виходячи з його структури, яка передбачає суму окремих індексів: індексу міжрегіональних порівнянь, становища сім’ї, очікувань, споживчої активності, індивідуального оптимізму, короткострокового і довгострокового соціального оптимізму, акцент знову ж таки зроблено на оцінках діяльності влади, а не на тому, як почувуються люди у суспільстві, наскільки вони задоволені своїм життям.

Зрештою, оскільки при дослідженні соціального самопочуття (а в англійській традиції — суб’єктивного благополуччя) як основні показники використовують психоемоційний стан особи та задоволеність життям, то важливо звернутися до тих праць, у яких розглядається співвідношення між ними [Lucas, 1996; Suh, 1998; Kuppens, 2008]. Ці дослідження підтверджують, що у процесі оцінювання людиною того, наскільки вона відчувається задоволеною життям, важливе значення має гедоністичний баланс (емоційний баланс). Позитивні емоції мають удвічі сильніший вплив на міру задоволеності життям, ніж негативні, хоча зв’язок між різними компонентами суб’єктивного благополуччя може змінюватися залежно від соціокультурних особливостей суспільства. Отже, позитивне емоційне тло є важливим предиктором щастя і задоволеності життям.

Однак в індивідуалістських суспільствах мінімізація невдоволення має більш важливе значення для задоволеності життям. Однією з причин цього є те, що ідеалом тут виступає акцентуація на гарному самопочутті та продуктивній діяльності, активній життєвій позиції, а наявність негативних емоцій не зовсім відповідає такому бажаному образу. Тому, згідно з висновком П.Каппенса, А.Реало та Е.Динера, чим більше у тій чи тій країні превалюють індивідуалістські цінності, тим сильнішим є вплив власне негативних емоцій на відчуття задоволеності життям. І навпаки, у колективістських типах суспільств саме максимізація позитиву, а не мінімізація негативу буде ефективнішою стратегією зростання суб’єктивного благополуччя, а відтак, і соціального самопочуття. Адже тут негативні події та відповідні емоційні реакції часто видаються не настільки руйнівними (з різних причин — як соціокультурних, так і соціально-психологічних), доки вони не стають на перешкоді важливим для людей переживанням, пов’язаним із симпатією, оцінкою з боку інших тощо [Kuppens, 2008: р. 71–73].

П.Каппенс, А.Реало та Е.Динер досліджували також особливості емоційного сприйняття людьми свого життя у різних соціокультурних умовах залежно й від іншого критерію поділу країн (виживання vs самовиражен-

ня)¹. Дослідники дійшли висновку, що у суспільствах, де домінують цінності самовираження, позитивні емоції сильніше корелюють із задоволеністю життям, ніж у тих, де базові фізичні потреби й потреби у безпеці не є задоволеними, а люди змушені більше перейматися питаннями власного виживання, а не саморозвитку. “Хороше життя” у таких суспільствах зазвичай більше залежить від зовнішніх чинників, від рівня матеріального благополуччя. Коли ж досягнуто певного рівня матеріального достатку і питання власного виживання перестають бути актуальними, тоді люди мають більше можливостей сфокусуватися на самовираженні, самореалізації, що підсилює вплив позитивних емоцій у їхньому житті [Kuppens, 2008: р. 68–69, 73].

Ці висновки важливі, зокрема, для розуміння природи такого широко використовуваного показника соціального самопочуття, як задоволеність життям. Хоча загальна оцінка задоволеності життям належить радше до раціональних оцінок (так як інтегральна оцінка життя, хоч би якою спонтанною вона була, передбачає попередній “діалог” із собою, більш-менш глибокий аналіз різних сфер життя), однак поняття “задоволеність” загалом має значне емоційне підґрунтя, формується під впливом гами емоцій і почуттів, присутніх у щоденному житті. Виходячи з цього, зарубіжний підхід до дослідження соціального самопочуття, базований на оцінках задоволеності життям і співвідношенні між позитивними та негативними емоціями у щоденному житті людини, можна назвати *емоційно-оцінним* або ж *соціально-психологічним*.

Висновки

Дослідження соціального самопочуття населення на основі показників, використовуваних у зарубіжній традиції вимірювання суб’єктивного благополуччя, за умов трансформації українського суспільства може супроводжуватися певними труднощами методологічного і методичного характеру, що спричиняють великий ризик отримання артефактів. Тому варто погодитись із Н.Паніною, що “західний методичний досвід вимірювання суб’єктивного благополуччя, за всієї його технологічної цінності, слід розглядати як допоміжний матеріал у процесі розроблення методів дослідження соціального самопочуття населення” [Панина, 2008: с. 198].

Проведений аналіз методик дослідження когнітивного й афективного потенціалу індивідуальних особливостей свідомості людей дає підстави для висновку про важливість їх при аналізі такого складного багатогранного соціально-психологічного феномена, яким є соціальне самопочуття людей. Однак цієї інформації, по-перше, недостатньо. Ті зміни, що відбуваються в основних соціальних інститутах, ті наявні конфлікти, що мають місце на

¹ Подібно до того, як на рівні особи розглядають різні типи життєвих стратегій [Соболева, 2002: с. 19], так на рівні суспільств Р.Інглгарт та У.Бейкер диференціюють країни за ознакою переважання тих чи інших цінностей та орієнтації людей або на виживання, або на самовираження, досягнення [Inglehart, 2000: р. 24, 27–29]. Власне такий критерій поділу суспільств обрали для свого дослідження П.Каппенс, А.Реало та Е.Динер

різних рівнях соціальних відносин та багато інших процесів впливають на людей, змінюючи систему індивідуальних ціннісних орієнтацій, яка визначає їхнє уявлення щодо бажаного, ідеального способу та якості життя у зіставленні з реальним, актуальним на конкретному етапі життєдіяльності людини. Тому в соціологічному підході до дослідження соціального самопочуття мають дістати відображення основні сфери людської життєдіяльності. Це дасть змогу відстежити зміни, які реально відбуваються в соціумі (чи то на рівні цінностей, чи то в соціально-економічній, соціально-політичній та інших сферах) і які справляють безпосередній вплив на те, як насправді почуваються люди в тому чи іншому суспільстві і які зі сфер у конкретно-історичних умовах першою чергою визначають їхнє соціальне самопочуття.

По-друге, така інформація, отримана на основі переважно емоційного ставлення людини до власного життя, системи соціальних відносин і свого місця в цій системі за умов постійних трансформацій, може давати викривлене уявлення про реальне соціальне самопочуття людей, оскільки є дуже чутливою до постійних “коливань” у нестабільному суспільстві. Тому належить враховувати також реальну, “об’єктивну” (отриману не на підставі даних державної статистики тощо, а безпосередньо від людини на засадах тестової методики, в якій мета дослідження прихована від опитуваного) [Панина, 2008: с. 202] інформацію щодо задоволення потреб у межах наявної в суспільстві системи соціальних благ. Зважаючи на окреслені вище недоліки шкали задоволеності застосовно до українського суспільства періоду трансформації, слід замінити її на таку шкалу, в якій оцінки щодо наявної та доступної для конкретної людини системи соціальних благ мають здійснюватися не на основі переважно емоційних і раціонально-оцінних, а радше раціонально-фактологічних суджень [Єлейко, 2011: с. 132].

Соціально-психологічний “зріз” суспільства є важливим для розуміння того, як саме люди почуваються в його межах. Детальний аналіз соціального самопочуття потребує з’ясування наявних та необхідних психологічних ресурсів для подальшого пристосування до мінливого соціального простору й ефективного функціонування в ньому. Тому при вивченні механізмів формування, перебігу та подальших векторів у динаміці соціального самопочуття важливим є збагачення дослідницького інструментарію такими методиками, які б уможливили відображення загального психоемоційного стану людей у трансформаційному суспільстві. Зважаючи на багаторічний досвід соціологічного моніторингу українського суспільства, такий показник, як рівень тривожності в суспільстві, дає змогу “тримати руку на пульсі” емоційного самопочуття наших співгромадян.

Джерела

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.

Паниотто В.И. Статистичний аналіз соціологічних даних / В.И. Паниотто, 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.: Академія, 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 Satisfaction / 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. 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.