



**ЛЕОНТЬЕВ
ДМИТРИЙ АЛЕКСЕЕВИЧ**

доктор психологических наук,
заведующий Международной лабораторией позитивной
психологии личности и мотивации НИУ ВШЭ, Москва

О СЧАСТЬЕ ЗА РАМКАМИ БЛАГОПОЛУЧИЯ¹

Сама проблема качества жизни определяется через сопоставление с ее количественной мерой, что первым сформулировал древнеримский философ Луций Анней Сенека: мера жизни не в ее длительности, а в том, как вы ее использовали.

Междисциплинарная по своей изначальной природе проблема качества жизни находится на пересечении психологии, социологии, отчасти экономики, медицины, политологии и теории культуры. С одной стороны, она касается обобщенной оценки того, насколько хорошо живется на данной территории в данное время населению в целом или какой-то группе людей (возрастной, социальной или клинической). С другой стороны — это проблема индивидуальной психологии, касающаяся того, как человек ощущает собственную жизнь. Двойственность предмета исследований качества жизни отражается в двойственности методологических подходов к его изучению: часто выводы о качестве жизни тех или иных целевых групп делаются на основании объективных условий жизни, без обращения к оцениванию этих условий самими людьми; однако в последние два десятилетия в исследованиях качества жизни все более заметное место занимает анализ и учет того, как эти объективные условия преломляются в субъективном восприятии и оценках людей, о которых идет речь.

Экономисты постепенно отходят от идеи, что человеческое экономическое поведение рационально и может быть точно предсказано, исходя из рациональных критериев. В последнее время активизируются попытки использовать ряд других макросоциальных индикаторов, частично основанных на массовых опросах, в том числе показатели личной безопасности, главенства закона, свободы вы-

¹ Фрагменты статьи Д. А. Леонтьева «Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты», выполненной при поддержке Российского научного фонда, проект 18-18-00480 «Субъективные индикаторы и психологические предикторы качества жизни», и опубликованной в «Психологическом журнале» (2020. Том 41. № 6. С. 86–95).

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

Мы пытаемся рассмотреть различные группы факторов как структурные компоненты, опосредующие (модерирующие) влияние друг друга. В отличие от счастья и благополучия, в центре проблемы качества жизни оказывается сама жизнь, объективную основу которой может оценить внешний наблюдатель или эксперт, причем конструкт качества жизни включает оценку как социально инвариантных аспектов жизни, общих для разных представителей больших социальных групп, так и индивидуальных аспектов. В обоих случаях, однако, однозначно подразумевается наличие рациональных оснований той субъективной оценки, о которой идет речь.

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

Чтобы оценить *субъективное благополучие*, недостаточен взгляд внешнего эксперта, необходимо обратиться к самому человеку, о котором идет речь. Субъективная оценка людьми своей жизни основывается не обязательно на универсальных и общих критериях, но нередко и на сугубо индивидуальных, коренящихся в личной истории или внутреннем мире субъекта. В таких случаях возможны существенные расхождения между тем, как индивид должен был бы оценивать свою жизнь, исходя из ее объективного качества и усредненных критериев, и тем, как он ее фактически оценивает.

Основные объективные параметры качества жизни, включая как экономические, так и относящиеся к образованию, здравоохранению и экологии, можно рассматривать как встроенные в инвариантный образ жизни. Все это характеризует качество заданных социокультурных предпосылок образа жизни, которые субъект обнаруживает как существующие независимо от его желания и усилий и на которые он имеет мало возможностей повлиять в краткосрочной перспективе. Они определяют меру благоприятности социальных условий для удовлетворения базовых потребностей индивида и тем самым создают предпосылку субъективного благополучия. Вместе с тем субъективное благополучие разных людей, живущих в одинаковых объективных условиях, может не совпадать, поскольку связь между

качеством жизни и самим благополучием может опосредоваться индивидуальными ожиданиями, представлениями о норме и идеале, личностным потенциалом и индивидуальными стратегиями, позволяющими индивиду открыть и использовать новые возможности поддержания и улучшения качества своей жизни.

Фактически все аспекты качества жизни представляют собой те или иные возможности для достижения таких чисто субъективных состояний, как счастье или субъективное благополучие. Последние связаны и с социологическими (внешние условия), и с психологическими (стратегии) аспектами качества жизни не прямой связью: качество жизни составляет их предпосылку, которая не обязательно реализуется. Реализация зависит от такой субъективной характеристики, как способность индивида открыть и использовать возможности улучшения своей жизни. На низком уровне экономического благосостояния, когда вопрос касается не качества жизни, а выживания, люди живут в основном в режиме необходимости. По мере перехода на более высокие уровни удовлетворения потребностей люди все больше и больше задумываются не столько о том, что необходимо, сколько о том, что возможно, и все больше становятся субъектами собственной жизни и творцами собственного благополучия, формируя личные жизненные стратегии. Мы переходим здесь от субъективного к третьему, субъектному уровню рассмотрения жизни.

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

Вместе с тем наша жизнь может быть даже не слишком благополучной, но при этом ценной чем-то другим:

- ⇒ тем, что нам удастся из нее сделать;
- ⇒ тем, что нам удастся оставить другим людям;
- ⇒ тем, что она каким-то образом включена, связана смысловыми связями с какими-то более глобальными задачами.

Не самое высокое качество жизни может быть компенсировано ее осмысленностью, эвдемонистическим счастьем, создаваемым и выращиваемым самим субъектом на основе собственного личностного потенциала.