

**ПРЕДСТАВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ ОБ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ:
СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ АСПЕКТ****Гвоздева Д.И.**

Статья содержит теоретический анализ философских, социологических и психологических источников по проблеме образа жизни. В статье раскрыты основные трактовки образа жизни, обозначены и раскрыты уровни изучения образа жизни, условия его формирования, факторы его изменения. Дано определение индивидуального образа жизни. В статье отражены результаты эмпирического исследования, которое было спланировано в соответствии с теоретическими представлениями об образе жизни в психологии. В результате исследования были установлены понимания студентами содержания их реального и идеального образа жизни, признаки их реального и идеального образа жизни и зависимость последних от половой и профессиональной принадлежности студентов.

Ключевые слова: образ жизни, жизнедеятельность, индивидуальный образ жизни, идеальный образ жизни, условия образа жизни, субъект образа жизни, признаки образа жизни.

Образ жизни – понятие междисциплинарное. Возможность междисциплинарного изучения образа жизни связана со сложностью и многоаспектностью самого понятия «жизнь», которая может быть понята как биологическая, социальная, историческая и т.д. реальность. Категория «образ жизни» традиционно рассматривается в философии, социологии, культурологии, экономике, валеологии. В психологической науке образ жизни не носит статус категории, однако также является объектом и предметом разноплановых исследований.

Изучение образа жизни в разных науках привязано к определенному его аспекту, содержание которого и становится основным предметом исследования. В этом отношении показательно определение Б.Г. Ананьева, который определяет образ жизни как «... комплекс взаимодействующих обстоятельств (экономических, политических, правовых, идеологических, социально-психологических и т.д.)...» [2, с. 127]. Однако при любом подходе основной в изучении образа жизни остается проблема соотношения общего и единичного, общественного и индивидуального. В связи с этим можно выделить два диаметрально противоположных подхода к его изучению, внутри которых существует множество частных концепций.

Первый подход ведущую роль в формировании образа жизни людей отводит обществу, в котором они живут, в связи с чем сам подход можно назвать «от

общего к частному» [6, 7, 26 и др.]. Сторонники данного подхода изучают образ жизни преимущественно с точки зрения его заданных нормативных моделей. Толстых В.И. пишет, что «образ жизни характеризует человека не со стороны его психологических особенностей, отличающих его от других людей, а со стороны его принадлежности к определенному обществу и определенной социальной группе, со стороны тех свойств и черт его личности, которые заданы ему самими фактом его существования в обществе» [26, с. 29].

Второй подход подчеркивает главенствующую роль человека и его индивидуальности в формировании образа жизни. Назовем его «от частного к общему» [2, 5, 19 и др.].

Первый подход чаще встречается в философских и социологических исследованиях, где изучается образ жизни общества, социальных классов и т.д. Второго подхода придерживаются представители психологической науки, уделяющие внимание изучению образа жизни конкретного человека. Однако, необходимо подчеркнуть, что оба подхода признают одновременное существование обобщенного и индивидуального в образе жизни, различая их лишь по степени значимости для формирования последнего.

Как говорилось выше, в центре внимания психологов находится образ жизни отдельного человека. При этом возникает ряд вопросов, рассмотрение

которых необходимо для более корректного понимания предмета исследования. Во-первых, понятие «индивидуальный образ жизни» (по терминологии Асмолова А.Г.) может быть рассмотрено с двух сторон: 1) как образ жизни, присущий конкретному человеку, 2) как образ жизни, связанный с индивидуальностью человека. Во-вторых, в контексте изучения образа жизни конкретного человека последний может быть рассмотрен в качестве социального индивида или личности. Статус «социального индивида» подчеркивает в человеке его принадлежность к определенному обществу, классу или группе, что предполагает выявление типического в индивидуальном образе жизни. При таком понимании отдельный человек является лишь носителем заданных моделей образа жизни. Рассмотрение человека как «личности» обращает исследователей к его внутреннему миру, что позволяет изучать индивидуальный образ жизни в связи с индивидуальностью человека. В этом случае подчеркивается субъектность человека в отношении собственного образа жизни и уникальность последнего. В-третьих, нуждаются в уточнении некоторые термины социологии, лишенные традиционного психологического содержания. Так необходимо установить различия между «личностным» и «индивидуальным» подходами к изучению образа жизни. При личностном подходе в центре внимания оказываются характеристики типичной личности, т.е. общие черты, характерные для всех членов общности [22]. Именно в таком понимании личность рассмотрена в философско-социологической литературе. Индивидуальный подход предполагает изучение образа жизни отдельного человека с раскрытием всех форм его жизнедеятельности, влиянием как объективных, так и субъективных условий [22]. Именно в таком ключе образ жизни интересен для психологической науки.

В философских исследованиях подчеркивается общественно-историческая и социо-культурная обусловленность образа жизни. Для психологии важны некоторые положения философии относительно понятия образ жизни. В философии образ жизни понимается как «устоявшиеся, типичные для исторически конкретных социальных отношений формы индивидуальной и групповой жизнедеятельности людей, которые характеризуют особенности их общения, поведения и склада мышления в сферах труда, общественно-политической деятельности, быта и досуга» [26, с. 27]. Такое понимание позволяет рассмотреть образ жизни как единство общего, особенного и единичного, т.е. как состоящего из трех уровней. Каждый уровень характеризуется субъектом (общество, группа, человек), условиями (вышестоящие уровни выступают как условия нижестоящим), компонентами, аспектами, пространственными и

временными характеристиками. Приведенное положение важно для психологии, т.к. уровни общего (общество) и особенного (различные группы) задают объективные условия жизни отдельного человека. Так Возьмитель А.А. называет эти условия конкретно-историческими (подразделяя их на макро- и микро-условия) [7], Асмолов А.Г., Егорова И.А. – социально-историческими [5, 9]. Однако, человек, будучи членом нескольких групп одновременно, является точкой пересечения их влияний, что обуславливает преломление общественного в индивидуальном. Таким образом, можно констатировать, что объективные условия образа жизни преломляются через индивидуальность человека и усваиваются им уникально и неповторимо, а, значит, образ жизни обусловлен не только внешними, но и внутренними условиями [16, 19, 29, 30 и др.], изучение которых является непосредственным предметом психологии.

В социальной психологии образ жизни рассматривается как важнейшая характеристика социальных групп, общностей [3]; трактуется как социально-психологическое образование личностно-индивидуального характера, как единство индивидуального и надиндивидуального [17]; раскрывается через единство жизненной позиции группы и специфических регуляторов поведения (нравы, обычаи, традиции) [3]; ставится акцент на изучении особенностей доминирующих образов поведения представителей класса, группы в типичных ситуациях повседневной жизнедеятельности [3]; подчеркивается значимость отношения людей и общностей к обществу, труду, другим людям, к себе, а также их ценностей, потребностей и интересов, которые выражаются в образе жизни [23]; раскрывается важность процесса общения в обусловленности образа жизни [13]. Таким образом, в социальной психологии внимание закономерно уделяется социально-типическому.

В психологии личности образ жизни «раскрывается через единство образа действий, мыслей, чувств и побуждений личности наряду с объективными условиями существования» [19, с. 622]. Образ жизни как понятие введено для описания всей совокупности деятельностей (как интегративной характеристики активности), которые человек актуально реализует как субъект индивидуальной деятельности или в которые «включен» в течение определенного жизненного периода» [20, с. 152]; понимается «как система деятельностей, характеризующая людей, живущих в определенных условиях» [24, с. 205]. Выделяются социально-исторический и индивидуальный образы жизни. Социально-исторический образ жизни является условием развития личности и имеет временное и пространственное измерение; в контексте социально-исторического образа жизни происходит

формирование индивидуального образа жизни в процессе индивидуализации [5, 9], опосредствованно через психологический стиль личности [4], через общение [13], через деятельность [19]. Подчеркивается активность личности в выборе или построении подходящего для неё образа жизни, связанного с дальнейшим её развитием; устанавливается связь образа жизни с ведущими ценностно-потребностными образованиями личности [14, 25, 30 и др.].

Вслед за С.Л. Рубинштейном мы рассматриваем образ жизни как интегральное явление, раскрывающееся через единство образа действий, образа мыслей, образа чувств и образа побуждений, что позволяет рассмотреть его как трехкомпонентное образование. Составляющие образа жизни носят обобщенный характер и отражают мировоззренческие установки (когнитивный компонент), ведущие ценности, мотивы, чувства (ценностно-мотивационный компонент) и основные сферы реализации человека (поведенческий компонент). Идея Шороховой Е.В. [23], Ципко А.С. [29] и др. о важности для образа жизни характера отношений людей к разным сторонам жизни и выделенные Мясищевым В.Н. [15] типы отношений (к себе, к миру и к другим людям) позволили нам предположить, что каждый компонент образа жизни, функционируя, может быть направлен на самого субъекта, на других людей, на общество, на группу, на конкретную деятельность и т.д.

Как показывает анализ психологической литературы [4, 5, 13, 18, 19], сам образ жизни является условием, фактором и результатом развития человека. Он рассматривается как условие развития психики, подчеркивается ведущее значение изменения и перестройки образа жизни для филогенеза организмов и психики в целом [19]; как условие и результат развития личности в процессе её индивидуализации [5]; как фактор, обеспечивающий формирование, трансформацию и закрепление свойств индивида, которые образуют его психологический склад [13]; как фактор, обеспечивающий психологическое развитие личности опосредствованно, через психологический стиль жизни индивида [4]; как фактор, через который макросреда оказывает влияние на формирование психического склада индивида, на формирование его личности [18].

Если образ жизни выступает условием развития личности, то конструирование определенного образа жизни обязательно предполагает наличие внутреннего представления о желаемом. У человека, помимо реально реализуемого образа жизни, существует представление о наиболее желательном образе жизни, т.е. идеале образа жизни, который является исключительно личностным образованием. Необходимо подчеркнуть, что идеал образа жизни мы понимаем не как нормативную, эталонную его

модель, а именно как представление человека о наиболее желаемом для него образе жизни.

Если определить образ жизни человека как устойчивый образ её действий, мыслей, чувств и побуждений, сложившийся в результате взаимодействия, взаимовлияния конкретных социально-исторических условий и ценностно-смысловых ориентаций личности, то идеал образа жизни – это желательный образ действий, мыслей, чувств и побуждений личности, обеспечивающий её желательное развитие в контексте заданных социально-исторических условий. Идеал образа жизни также состоит из когнитивного, ценностно-мотивационного и поведенческого компонентов, имеющих определенное содержание.

Приведенные выше теоретические положения позволяют выделить некоторые характеристики индивидуального образа жизни. Во-первых, образ жизни зависит как от внешних, так и от внутренних условий (индивидуальность человека); во-вторых, является условием развития личности; в-третьих, одновременно проявляется во внутреннем и во внешнем планах; в-четвертых, имеет трехкомпонентную структуру; в-пятых, может носить как индивидуализированный, так и нормативный характер; в-шестых, может быть рассмотрен как в реальном, так и в идеальном (наиболее желаемом) планах.

Имеющиеся в психологии исследования образа жизни направлены на выявление его психологических детерминант [8 и др.], на проблему изменения образа жизни [8, 11 и др.], на подчеркивание активной роли субъекта в построении образа жизни, на изучение связи образа жизни с образом мира [8, 20 и др.]. Однако недостаточно изучены представления об образе жизни в индивидуальном сознании. Представления об образе жизни в индивидуальном сознании (в том числе и представления о желаемом образе жизни) актуализируются у людей в определенных ситуациях. Например, Ананьев Б.Г. указывает на возрастной период ранней взрослости, в котором человек строит собственный образ жизни [2]. А. Адлер говорит о критических, сложных ситуациях, в которых вопрос образ жизни становится актуальным [1]. Т.о., существуют определенные периоды в жизни человека, в которых проблема образа жизни становится актуальной: период обучения в старших классах школы, обучения в ВУЗе, ситуация смены или потери работы, кризис середины жизни, форс-мажорные обстоятельства.

Опираясь на вышеизложенные теоретические положения, мы провели эмпирическое исследование, направленное на изучение представлений студентов об образе жизни. Нами была разработана анкета, позволяющая на основе вербальных высказываний студентов выявить содержание понятия образ жизни, содержание компонентов индивидуального образа

жизни и его признаки. Предметом настоящего исследования выступили содержание представлений студентов об образе жизни, содержания в представлениях студентов их реального и идеального образов жизни и признаки последних. В исследовании приняли участие студенты и студентки экономического и психологического факультетов ЮФУ в возрасте от 19 до 21 года в количестве 50 человек, представившие вербальные версии определений образа жизни и описаний их индивидуального образа жизни. Полученные данные обрабатывались методами контент-анализа и непараметрической статистики (критерии Фридмана, Вилкоксона, Спирмена, Манна-Уитни).

Нами были выдвинуты следующие гипотезы: содержание доминирующих представлений студентов об образе жизни будут обуславливаться их полом и профессиональной принадлежностью; признаками образа жизни в представлении студентов могут выступать как общие, так и индивидуально-конкретные его признаки; ведущие признаки как реального, так и идеального образов жизни в представлении студентов будут связаны с их полом и профессиональной принадлежностью. Рассматривая профессиональную принадлежность студентов как одну из переменных, связанных с образом жизни, мы опирались на представления психологов о связи выбора профессии и образа жизни [10,12].

Проверка выдвинутых гипотез проходила в несколько этапов. Первоначально на основе анализа представлений студентов об образе жизни мы выделили несколько категорий, отражающих его содержание. Так, в категорию «образ мира» вошли представления студентов об образе жизни, как о системе мировоззрений, о совокупности взглядов на окружающий мир. Категорию «поведение» составили понимания образа жизни как совокупности моделей и стилей поведения, как совокупности поступков и действий, а также как деятельности относительно социума. Категория «интенции» включила в себя увлечения, ценности, интересы, предпочтения и жизненные позиции как основные содержания образа жизни. Также студенты описывают образ жизни как совокупность сфер жизнедеятельности (работа, учеба, досуг и т.д.), как способ времяпровождения, как жизненный уклад, что позволило нам выделить категорию «жизнедеятельность». Кроме того, студенты раскрывают образ жизни через индивидуальные свойства его носителя, т.е. понимают его как набор привычек, совокупность физических состояний, рассматривают в связи с чертами характера. Такое содержание образа жизни нашло отражение в категории «персонификация». В отдельную категорию, которую мы назвали «отношения», вошли понимания образа жизни как отношения к миру, к другим людям и к окружающей действительности.

Анализ результатов показал, студенты-психологи, независимо от пола, склонны рассматривать образ жизни как совокупность моделей поведения и основных видов жизнедеятельности, что может быть связано со статусом студента, предписывающим определенные нормы поведения и способы времяпровождения. У экономистов, в отличие от психологов, половая дифференциация влияет на представление о содержании образа жизни. Так студенты-экономисты понимают образ жизни как совокупность моделей поведения и видов жизнедеятельности, а студентки-экономистки – как совокупность моделей поведения и интенциональных характеристик, что может быть связано с большей социальной ориентированностью мужчин и личностной направленностью женщин.

На основе анализа описаний студентами их индивидуального образа жизни, мы выделили шесть основных его признаков, которые сформировали по принципу полярности: «активность-пассивность», «нормативность-спонтанность» (соблюдение либо несоблюдение режима жизни), «адаптация-развитие» (наличие или отсутствие стремления к новым достижениям), «объектность-субъектность» (наличие или отсутствие самостоятельности в построении собственного образа жизни), «эмоциональность-рациональность» (стремление получать удовольствие или рационально смотреть на жизнь), «персонифицированность-неперсонифицированность» (приписывание образу жизни личностных качеств). С помощью данных признаков студенты описывают свой как реальный, так и идеальный образы жизни.

Качественный анализ выявленных содержаний образа жизни и его признаков в представлении студентов позволил выявить следующее. Образ жизни, понимаемый студентами как образ мира, конкретизируется преимущественно признаком «эмоциональность-рациональность»; образ жизни как «поведение» раскрывается через признак «активность-пассивность»; образ жизни как «интенции» связан с признаком «адаптация-развитие» (наличие или отсутствие стремления к новым достижениям); образ жизни, рассматриваемый как виды жизнедеятельности, раскрывается через признак «нормативность-спонтанность»; образ жизни, рассматриваемый через раскрытие качеств его носителя, позволяет говорить о таком его признаке, как «персонифицированность-неперсонифицированность» (приписывание образу жизни личностных качеств); признак «объектность-субъектность» (наличие или отсутствие самостоятельности в построении собственного образа жизни) связан с пониманием образа жизни, как отношения к миру, другим людям, к окружающей действительности.

Далее мы установили ведущие признаки реального и идеального образов жизни в представлении студентов в связи с их полом и профессиональной принадлежностью.

Анализировались описания образов жизни 4 групп студентов: студенток-экономистов, студентов-экономистов, студенток-психологов, студентов-психологов. В каждой из групп определялись доминирующие признаки и связь признаков идеального и реального образов жизни в представлении студентов. У студенток экономического факультета ведущими признаками описания их реального образа жизни являются «активность» и «нормативность». Установленная отрицательная корреляционная связь между этими признаками позволяет говорить об их взаимоисключаемости. Использование этих признаков для описания идеального образа жизни студенток экономистов носит индивидуализированный характер, однако «нормативность» реального образа жизни положительно связана с «нормативностью» идеала образа жизни.

Как реальный, так и идеальный образы жизни в представлении студентов-экономистов носят индивидуализированный характер, т.е. доминирующих признаков для описания изучаемых образов жизни выявлено не было. Однако установлена обратная корреляционная связь между «нормативностью» реального образа жизни и «активностью» идеального, свидетельствующая, на наш взгляд, о возможности создания помех для точного соблюдения социальных норм и правил при увеличении активности образа жизни студентов. Вместе с тем студенты, характеризующие свой реальный образ жизни как активный, сохраняют этот признак и в идеале образа жизни.

Студентки психологического факультета так же, как и экономистки, описывают свой реальный образ жизни с использованием признаков «активности» и «нормативности», которые отрицательно связаны между собой. Однако основным признаком их идеального образа жизни является признак «нормативность», что может говорить о значимости для студенток вопроса о необходимости точного соблюдения предписаний.

«Нормативность» является основным признаком как реального, так и идеального образов жизни в представлении студентов психологов, что может говорить о важности сохранения данного признака собственного образа жизни.

На основе полученных данных можно сделать следующие выводы.

1. Половая и профессиональная принадлежность студентов обуславливают доминирование в их представлениях определенного содержания образа жизни.

2. В представлении студентов, независимо от профессиональной принадлежности, ведущими содержаниями их образа жизни выступают образ жизни как совокупность моделей поведения и видов жизнедеятельности.
3. У студенток профессиональная принадлежность влияет на содержание ведущих представлений об образе жизни. Студенты-экономисты понимают образ жизни как совокупность моделей поведения и видов жизнедеятельности, а студентки-экономистки – как совокупность моделей поведения и интенциональных характеристик.
4. В представлении студенток, независимо от профессиональной принадлежности, доминирующими признаками описания их реального образа жизни являются признаки «активность» и «нормативность».
5. У студентов профессиональная принадлежность обуславливает доминирование определенных признаков в описании реального образа жизни. Так признаки реального образа жизни студентов-экономистов носят индивидуализированный характер, а ведущим признаком образа жизни психологов является «нормативность».
6. Признаки идеального образа жизни в представлении студентов обусловлены только профессиональной принадлежностью. Как в представлениях студенток, так и в представлениях студентов экономического факультета признаки идеального образа жизни индивидуализированы, в то время, как доминирующим признаком идеального образа жизни в представлении студентов психологов обоего пола является его «нормативность».

Таким образом, содержание ведущих представлений студентов об образе жизни, признаки как реального, так и индивидуального образов жизни студентов оказались связаны с их полом и профессиональной принадлежностью.

Полученные результаты позволяют спланировать дальнейшие исследования индивидуального образа жизни, специфику которых мы видим в выявлении его условий и детерминант у представителей различных возрастных и профессиональных групп.

ЛИТЕРАТУРА

1. Адлер А. Наука жить. Пер.с англ. и нем. – К.:Port-Royal, 1997. – 288 с.
2. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. В двух томах. – Т. 1. – М.: Педагогика, 1980. – 288 с.
3. Андреева Г.М. Социальная психология. – М.: Аспект Пресс, 2000. – 373 с.
4. Анцыферова Л.И. Некоторые теоретические проблемы психологии личности / Вопросы психологии. – 1978. – № 1 – С. 37-50.

5. Асмолов А.Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. – М.: «Смысл», ИЦ «Академия», 2002. – 416 с.
6. Виноградский В.Г. Городской образ жизни (методологические проблемы). Автореферат диссерт.к.ф.н. – Саратов, 1977.
7. Возьмитель А.А. Образ жизни: от старого подхода к новому // Социально-политические науки. – 1991. – № 1. – С. 85-91.
8. Даненова Д.Б. Трансформация образа жизни и образа мира как психоисторическая проблема. Диссерт канд псих.н. – Караганда, 2001.
9. Егорова И.А. Социально-психологический анализ категории образ жизни / Проблемы регионального управления, экономики, права и инновационных процессов в образовании: IV международная научно-практическая конференция. – Т 4. – Таганрог, 2003. – С. 217-224.
10. Климов Е.А. Гипотеза «метелок» и развитие профессии психолога / Вестник Моск. ун-та. – Сер.14, Психология. – 1992. – № 3. – С. 3-12.
11. Ключко Ю.В. Ригидность в структуре готовности человека к изменению образа жизни: Дис. ... канд. психол. Наук. – Барнаул, 2002.
12. Леонтьев Д.А., Шелобанова Е.В. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего / Вопросы психологии. – 2001. – № 1. – С. 57-66.
13. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. – М.: Наука, 1984. – 444 с.
14. Маслоу А. Мотивация и личность 3-е изд./Пер. с англ. – СПб.: Питер, 2006. – 352 с.
15. Мясищев В.Н. Психология отношений. – Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. – 356 с.
16. Орлова Э.А. Теоретическая модель образа жизни: связи человека с социокультурной средой // Социокультурное пространство обыденной жизни: Методическое пособие по курсу «Культурная антропология». – М.: ГАСК, 2002. – 104 с.
17. Парыгин Б.Д. Советский образ жизни и социально-психологические проблемы формирования личности. – К., 1975.
18. Психология личности в трудах отечественных психологов /под. ред Л.В. Куликова. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. – 480 с.
19. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб: Питер, 2000. – 720 с.
20. Секин В.П. Структура и функции образа мира в практической деятельности. Диссерт.д.псих.н. – Москва, 2005.
21. Серкин В.П. Методы психосемантики: Учеб. Пособие для студентов вузов. – М.: Аспект Пресс, 2004. – 207 с.
22. Сохань Л.В. Образ жизни: теоретические и методологические проблемы социально-психологического исследования. – Киев, 1980. – 299 с.
23. Социальная психология учебное пособие / Отв ред А.Л. Журавлев. – М.: ПЕР СЭ, 2002. – 351 с.
24. Такала М. Понятие образа жизни и его применение на уровне конкретных исследований // Психология личности и образ жизни. – М., 1987. – 224 с.
25. Татарко А.Н., Лебедева Н.М., Козлова М.А. Роль модернизации образа жизни в трансформации этнической идентичности / Вопросы психологии. – 2006. – № 2. – С. 156-166.
26. Толстых В.И. Образ жизни. Понятие. Реальность. Проблемы. – М.: Политиздат, 1975. – 184 с.
27. Тоффлер Э. Шок будущего: Пер. с англ./ Э. Тоффлер. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 557 с.
28. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследования и применение). – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 608 с.
29. Ципко А.С. Образ жизни как социологическая категория. Советский образ жизни: сегодня, завтра. – М.: Молодая гвардия, 1976. – 254 с.
30. Штерц О.М. Ценностные и коммуникативные составляющие образа жизни руководителей среднего звена. Автореферат диссерт.к псих.н. – Казань, 2007.