

## Жизненный комфорт: структура, факторы и механизм формирования

### Аннотация

*В статье предпринята попытка концептуализировать понятие жизненного комфорта как проявления устойчивых, длительных эмоциональных состояний человека, которые в результате неоднократного ощущения удобства в разных сферах становятся составляющими удовлетворенности жизнью в целом и различными ее аспектами в частности. Жизненный комфорт зависит от объективных и субъективных характеристик жизнедеятельности личности. Социальный механизм достижения жизненного комфорта объясняется на основании теории человеческой мотивации и теории социального сравнения. Проблемность достижения жизненного комфорта состоит в том, что множественность идентификаций современного индивида с разными группами дифференцирует и усложняет социальное сравнение. К тому же социальные трансформации в постсоциалистических обществах «переструктурируют» пространство реализации жизненного комфорта. Вместе с тем процессы урбанизации создают в социуме различные по потребностям и основаниям социального сравнения общности, члены которых по-разному достигают жизненного комфорта.*

**Ключевые слова:** *социальный комфорт, жизненный комфорт, факторы жизненного комфорта, социальный механизм достижения жизненного комфорта*

### Введение

В современной социологии усиливается внимание к субъективному измерению социальной реальности. Это связано с тем, что в развитых обществах, где материальные потребности в основном удовлетворены, люди, особенно в крупных городах, соприкасаются с проблемами одиночества и отчуждения. Несмотря на то, что условия проживания с точки зрения обеспеченности социально-бытовыми, медицинскими, культурными учреждениями в городах по сравнению с сельской местностью лучше, процессы усиленной урба-

низации, рост населения в городах привели к разрушению не только привычного для коренных жителей исторического ландшафта, но и привычного способа общения; сам социум претерпел существенные изменения. Одним из методов расширения плоскости теоретического и практического знания в этой области социологии является привлечение понятия, отражающего определенное измерение удовлетворенности или неудовлетворенности человека своей жизнедеятельностью. Таким понятием выступает “жизненный комфорт” — относительно новый термин, в силу чего недостаточно разработанный в современной социологии. Данная статья представляет собой попытку концептуализировать понятие жизненного комфорта, выявить объективные и субъективные факторы, социальный механизм его достижения.

### ***Жизненный комфорт: понятие, структура и социальная сущность***

Термин “комфорт” происходит от англ. *comfort* и отражает ощущение уюта и удобства. Проблематика комфорта преимущественно рассматривается в плоскости социального комфорта. Так, в американской психологии нашла применение шкала социального комфорта при выяснении межэтнической социальной дистанции [Rollock, Vrana, 2005]. В российских исследованиях понятие “социальная комфортность” определяется, в частности, как состояние уюта, удобства и удовлетворения, обеспечиваемое совокупностью позитивных психологических и физиологических ощущений человека в процессе его трудовой деятельности [Скворцова, 2008]. В украинской социологии понятие “социальный комфорт” впервые использовал В.Поддубный, который отмечает, что это понятие “отражает совокупность закрепленных нормативно-законодательными актами и общественными предписаниями социальных благ, регулирующих деятельность и поведение личности” [Піддубний, 2005: с. 274–275]. Дополнительными измерениями социального комфорта, по его мнению, могут служить: удовлетворенность жизнью в своем населенном пункте; оценка возможности массовых выступлений населения в защиту своих прав в населенном пункте, где проживает респондент; оценка возможности непосредственного участия в протестных акциях в защиту своих прав; желание/нежелание уехать из населенного пункта и причины таких намерений. Однако, как подчеркивает В.Поддубный, эти показатели не претендуют на полноту характеристики предмета исследования, но определенным образом дают представление о влиянии поселенческого статуса на имеющийся социальный комфорт респондента [Піддубний, 2005: с. 275].

Понятию социального комфорта как предмету социологического исследования уделяет внимание Ю.Мосаев. По его мнению, социальный комфорт — это общая генерализированная оценочно-эмоциональная реакция человека на всю совокупность социальных условий его существования. Наряду с этим социальный комфорт как сложный конструкт имеет три уровня: познавательный, эмоционально-оценочный и фоновый-неосознанный. Познавательный уровень предполагает осознание реальных событий в обществе, способствующих достижению комфорта. К эмоциональному уровню относятся типичные переживания по поводу комфорта, связанные с осознанием индивидом пространственно-временных рамок его жизнедеятельности и жизнедеятельности группы. На фоновом уровне происходит формирование

латентных диспозиций, которые закладываются в первичных микрогруппах и создают соответствующую настроенность на восприятие, осмысление и переживание социальной реальности через социальные установки и стереотипы касательно достижения социального комфорта [Мосаев, 2010: с. 9]. Следует отметить, что операционализация Ю. Мосаевым концепта социального комфорта достаточно широкая. “Социальный комфорт является социологической категорией, состоящей из ряда социальных индикаторов (социальное самочувствие, уровень жизни и т. п.) и объективно отражающей особенности существования человека или группы людей в социуме” [Мосаев, 2010: с. 5–6]. Итак, можно констатировать, что авторы, работающие в рамках этой проблематики, предлагают в чем-то схожие, но не тождественные трактовки данного понятия. По моему мнению, понятие социального комфорта прежде всего отражает восприятие человеком меры интегрированности в социальные отношения, своего места в общественной жизни.

Более широким по смыслу является понятие “жизненный комфорт”. Связанное с представлением о человеке как единство физического и духовного, естественного и социального, оно разрабатывалось украинским социологом Л. Сохань, в частности исходя из структуры жизненного комфорта [Сохань, 2008b]. По ее убеждению, *жизненный комфорт* зависит от условий жизни, налаженности быта, проявляется в состоянии внутреннего покоя и охватывает:

- материальный комфорт (материальные блага: хорошее жилье, модная и красивая одежда, автомобиль и т.п.);
- социальный комфорт (социальный статус, социальный престиж, социальные роли и их соответствие уровню притязаний личности, экологическая и социальная безопасность, возможность получения необходимой медпомощи);
- психологический комфорт (степень удовлетворения потребностей, отсутствие постоянного ощущения напряжения, чувства страха, психологический климат в семье, уверенность в собственных силах, инициатива и самостоятельность в решении жизненных проблем);
- моральный комфорт (наличие норм и ценностей, социальный оптимизм, социальная справедливость);
- духовный комфорт (достаточный уровень знаний, возможность полноценного досуга (посещение культурных центров), образование и перспективы для детей);
- физический комфорт (состояние здоровья, возможность посещать спортивные центры и т.п.)<sup>1</sup>.

При этом интегральным показателем жизненного комфорта служит *мера удовлетворенности человека своей жизнью, уровень переживания счастья* [Сохань, 2008b: с. 261]. Таким образом, социальный комфорт является составляющей жизненного комфорта. В другой публикации Л. Сохань категория жизненного комфорта была определена как интегрирующая целый ряд показателей, связанных уже с удовлетворением социальных потребностей

---

<sup>1</sup> Здесь и выше в скобках приведены факторы, влияющие на формирование соответствующей составляющей жизненного комфорта.

тей. Составляющие жизненного комфорта Сохань агрегировала в несколько блоков:

- комфорт в отношении процессов общественного масштаба; составляющие: (1) порядок в обществе, (2) соблюдение действующих в стране законов, (3) сбережения, которые поддержат благосостояние хотя бы в течение года в сложных ситуациях, (4) уверенность в собственном будущем;
- комфорт в плане работы, отдыха и реализации стратегических задач; составные части: (1) работа, которая нравится, (2) возможность полноценного отпуска, (3) возможность иметь дополнительный заработок, (4) инициатива и самостоятельность в решении жизненных проблем, (5) полноценный досуг, (6) возможность работать с полной отдачей, (7) возможность дать детям полноценное образование;
- комфорт в отношении своего здоровья и жизненных сил; составляющие: (1) умение жить в новых условиях, (2) здоровье, (3) уверенность в собственных силах, (4) необходимая медпомощь, (5) возможность покупать самые необходимые продукты, (6) возможность питаться в соответствии со своим вкусом;
- комфорт в плане жилья и одежды; составляющие: (1) необходимая одежда, (2) добротное жилье, (3) модная и красивая одежда, (4) необходимая мебель;
- комфорт в достижении своих целей; составляющие: (1) современные экономические знания, (2) современные политические знания, (3) решительность в достижении своих целей, (4) юридическая помощь для защиты своих прав и интересов [Сохань, 2008а: с. 278].

Очевидно, что такая широкая операционализация понятия жизненного комфорта связана с разработками Института социологии НАН Украины, в частности с перечнем вопросов Интегрального индекса социального самочувствия (ИИСС), созданного украинскими социологами Е.Головахой и Н.Паниной. Согласно этой разработке социальное самочувствие человека определяется уровнем удовлетворения его социальных потребностей, которые, в свою очередь, являются производными от существующей в обществе системы социальных благ, их производства и распределения. За основу измерения социального самочувствия взято 20 (или 44) вопросов, касающихся основных социальных благ населения Украины со шкалой: “1 — не хватает; 2 — трудно сказать; 3 — хватает; 4 — не интересует” [Головаха, Панина, 1997]. Вместе с тем Н.Панина в своей докторской диссертации, описывая методику измерения жизненной удовлетворенности, отмечает, что понятие “жизненная удовлетворенность” в целом тождественно понятию “психологический комфорт” [Панина, 2008: с. 111]. То есть понятия социального самочувствия и психологического комфорта являются родственными. Однако если в случае социального самочувствия речь идет об уровне удовлетворения потребностей (хватает — не хватает), то жизненный комфорт отражает состояние функционального удобства или психологического ощущения удовлетворенности определенной сферой жизнедеятельности.

Поскольку жизненный комфорт отражается преимущественно на эмоциональном уровне личности, при операционализации этого концепта следует использовать эмоционально-оценочные суждения, а именно давать воз-

возможность человеку высказать положительную, отрицательную или нейтральную эмоциональную оценку конкретных сфер жизнедеятельности. Поскольку речь идет об ощущении уюта и удобства в отношении определенного объекта, целесообразно применять шкалу “удовлетворен — не удовлетворен”. Взяв за основу операционализации понятия жизненного комфорта показатель удовлетворенности, я исхожу из того, что жизненный комфорт можно определить как устойчивые, длительные эмоциональные состояния человека, которые в результате неоднократного ощущения удобства в разных сферах в итоге определяют удовлетворенность как различными аспектами жизни, так и жизнью в целом. Жизненный комфорт зависит как от социетальных условий и изменений в политической, экономической и социальной околках страны, так и от непосредственных условий и факторов жизнедеятельности личности, от ее социально-психологических характеристик.

### ***Объективные условия жизненного комфорта человека***

Обусловленность жизненного комфорта материальным уровнем жизни на первый взгляд не вызывает сомнений. Однако имеет место дискуссия по данной проблеме, начавшаяся с того, что в результате эмпирического исследования был выделен феномен, так называемый парадокс Истерлина, а именно отсутствие стабильной зависимости между субъективным благополучием и изменениями экономических условий жизнедеятельности [Easterlin, 1974]. Вместе с тем существует ряд исследований, опровергающих этот парадокс, указывая на прямую зависимость роста показателя субъективного благополучия от уровня дохода и прибыли [Stevenson, Wolfers, 2008; Nagerty, Veenhoven, 2003]. Подобные тенденции имеются в украинском обществе: достаточно четкая корреляция существует между уровнем удовлетворенности жизнью и уровнем дохода на одного члена семьи [Стукало, 2003]. Современное исследование, проведенное учеными Принстонского университета, показало, сколько денег нужно человеку для счастья. Оказалось, чтобы легче относиться к жизненным неурядицам, нужно зарабатывать 75 тыс. долл. в год, что составляет 6250 долл. в месяц. Если человек получает меньше, он сложнее переживает жизненные неприятности. Также выяснилось, что наличие большей суммы денег счастья уже не прибавляет (подробнее см.: [Kahneman, Deaton, 2010]). Таким образом, материальный показатель является важным условием ощущения жизненного комфорта, поскольку высокие доходы облегчают жизнь человека с материальной стороны, однако в случае удовлетворения материальных потребностей другие стремления человека направляются на личностные и межличностные проблемы. Наконец, высокий уровень дохода обеспечивает возможность дать собственным детям лучшее образование и более комфортную жизнь на пенсии. Осознание этих преимуществ и воплощение их в жизнь существенно повышает уровень жизненного комфорта в целом.

Другими объективными факторами жизненного комфорта являются жилищные условия, с которыми часто связано удобство весомой части жизнедеятельности человека. Уютное жилье защищает от неблагоприятных природных стихий, служит местом отдыха, сна, семейной жизни, а в последнее время даже рабочим местом. Нехватка или отсутствие в жилище элементарных и необходимых для жизнедеятельности условий часто становят-

ся определяющими факторами жизненного дискомфорта. Особо эта проблема обостряется, когда сугубо физические неудобства, связанные с проживанием чрезмерного количества людей на жилой площади, усиливаются эмоциональным дискомфортом, обусловленным совместным проживанием представителей разных поколений. Коллектив исследователей во главе с А.Кемпбеллом на основании масштабного исследования “Качество американской жизни” обнаружил, что удовлетворенность жилищными условиями зависит от таких переменных, как количество комнат на одного человека, их размер и наличие отопления [Campbell, Converse, Rodgers, 1976: p. 251].

Уровень жизненного комфорта связан с возрастными особенностями жизнедеятельности людей: ухудшение здоровья, неустойчивое материальное положение, разорванные социальные связи и одиночество часто досаждают людям старших возрастных категорий. Как свидетельствует исследование Киевского международного института социологии, проведенное в 2011 году, молодые люди в Украине в целом гораздо счастливее старших: среди молодежи в возрасте 18–29 лет доля счастливых достигала 58%, а с возрастом сокращалась до 42% среди тридцатилетних, до 40% среди сорокалетних, до 23% среди пятидесятилетних, 24% среди шестидесятилетних и 16% — среди людей старше 70 лет [Щастя є!, s. a.]. В то же время возрастные особенности восприятия других аспектов жизненного комфорта могут оказывать обратный эффект. В частности, по результатам нескольких масштабных американских исследований был сделан вывод о том, что удовлетворенность работой увеличивается с возрастом [Kalleberg, Loscocco, 1983].

Возрастные особенности восприятия жизни имеют определенные гендерные отличия. Оказалось, что в украинском обществе у мужчин уровень удовлетворенности жизнью несколько выше, чем у женщин [Стукало, 2003]. Как свидетельствуют данные социологического мониторинга 2010 года Института социологии НАН Украины, мужчины пенсионного возраста в большей мере удовлетворены своей жизнью и ощущают себя более молодыми, чем, по соответствующим показателям, женщины пенсионного возраста. Это можно объяснить тем, что треть женщин пенсионного возраста одиночки, тогда как среди мужчин только 16% живут одни [Иващенко, 2010]. Здесь нужно иметь в виду тот факт, что в Украине продолжительность жизни мужчин почти на десять лет ниже, чем женщин, вследствие чего количество женщин пенсионного возраста превышает этот показатель среди мужчин.

Брак и семейная жизнь также являются важными факторами жизненного комфорта, поскольку люди могут опереться на взаимную поддержку, общение. Состоящие в браке люди более счастливы, нежели те, кто не состоит в браке, разведен или остался один после смерти супруга. Об этом свидетельствует обобщение результатов проведенных в США исследований, показывающих наличие связи между ощущением благополучия и браком в противовес одиночеству. Для мужчин этот показатель выше, чем для женщин; он также намного выше для молодежи, чем для людей среднего и пожилого возраста [Haring-Hidore, Stock, Okun, Witter, 1985]. Интересно, что согласно данным социологического мониторинга 2003 года, проведенного Институтом социологии НАН Украины, уровень удовлетворенности жизнью несколько выше у тех украинцев, которые никогда не состояли в браке, чем у тех, кто в браке состоит [Стукало, 2003]. Это можно объяснить еще и тем, что среди неженатых большая часть молодых людей, которым традици-

онно присуща большая удовлетворенность жизнью. Впрочем, по сравнению с теми, кто развелся или овдовел, состоящие в браке гораздо больше удовлетворены жизнью. Таким образом, проверку влияния брачного статуса на жизненный комфорт следует проводить с учетом других факторов, таких как пол и возраст.

Следующими объективными факторами жизненного комфорта являются образование и наличие работы, способствующие улучшению материального положения, достижению более выгодных социальных позиций и профессионального статуса, что, безусловно, сказывается на оценках собственной жизни в целом. Исследование “Качество американской жизни” фиксирует позитивную связь между уровнем образования и ощущением счастья [Campbell, Converse, Rodgers, 1976: p. 136]. В Украине также выявлено, что чем выше уровень образования, тем выше уровень удовлетворенности жизнью [Стукало, 2003]. Аналогичным образом зафиксирована тесная взаимосвязь между удовлетворенностью работой и общей удовлетворенностью жизнью, хотя ни одно из направлений взаимного влияния не было сильно выражено [Schmitt, Bedeian, 1982]. Исследование А.Кемпбелла с коллегами, напротив, показало, что удовлетворенность работой вносит в показатель общей удовлетворенности меньший вклад, чем удовлетворенность браком и семьей [Campbell, Converse, Rodgers, 1976: p. 109].

Для определения связи между социальным положением и разными составляющими жизнедеятельности населения Украины, среди которых были показатели жизненного комфорта, А.Патракова проследила динамику (в течение 1994 и 2003 годов) корреляционных зависимостей [Патракова, 2003]. Рост интенсивности связи между выбранными показателями свидетельствует о том, что продолжительность социально-экономических трансформаций усилила влияние фактора социальной стратификации на жизненный комфорт украинских граждан. К тому же, если проранжировать соответствующие показатели по силе корреляции, увидим, что ранг каждого из показателей жизненного комфорта в пределах десяти лет сохранялся. Наиболее тесную связь с социальным положением имеют показатели удовлетворенности жизнью в целом и удовлетворенности своим положением в обществе. Далее по силе связи в порядке уменьшения идут показатели удовлетворенности работой в целом, своим образованием и жизнью в населенном пункте. Таким образом, социальное положение преимущественно влияет на социально-личностное измерение жизненного комфорта.

Важным условием жизненного комфорта человека является состояние его здоровья. Наиболее выразительно фактор здоровья проявляется в случае людей пожилого возраста. Установлено, что связь между удовлетворенностью жизнью и здоровьем сохраняет свою актуальность на фоне неизменности других факторов (социальный статус, доход и т.п.) [Edwards, Klemmack, 1973]. Результаты, полученные Н.Паниной методом парных корреляций, доказывают наличие связи здоровья населения Украины с показателями жизненного комфорта — социальным самочувствием, удовлетворенностью собственным положением в обществе, социальным оптимизмом, удовлетворенностью жизнью в своем населенном пункте и удовлетворенностью жизнью в целом. Все коэффициенты связи статистически значимы и свидетельствуют о средней силе связи. Причем наиболее тесная связь здоровья прослеживается с общей удовлетворенностью жизнью, самая незначитель-

ная — с удовлетворенностью жизнью в своем населенном пункте [Паніна, 2004]. Состояние здоровья во многом зависит от активного и полезного досуга. Каждая разновидность досуга улучшает те или иные психофизиологические характеристики, настроение, расслабляет человека, оптимизирует его состояние, обуславливает удовлетворенность жизнью.

### ***Субъективные факторы жизненного комфорта личности***

Субъективные факторы жизненного комфорта охватывают как социально-нормативные и ценностные составляющие, так и его эмоциональный компонент, который предстает как переживания, обусловленные успешным (или неуспешным) функционированием личности в разных сферах жизни. Дисгармония в любой сфере личности вызывает одновременно эмоциональный дискомфорт и ощущение неблагополучия. Нормативный компонент жизненного комфорта формируется и становится действенным в условиях целостной и непротиворечивой субъективной картины мира и понимания человеком текущей жизненной ситуации. В условиях социальных трансформаций в нормативную сферу индивида может попадать противоречивая информация о “правильности”, “престижности”, “нормальности” разных сторон жизни, и ситуация воспринимается как неопределенная. Именно несогласованность собственных представлений о жизненном пути, жизненном успехе с внешними требованиями порождает определенный диссонанс и может вызывать ощущение дискомфорта и неудовлетворенности собственным положением.

Научные исследования свидетельствуют о том, что в коллективистских культурах удовлетворенность жизнью коррелирует преимущественно с социальными нормами, определяющими ее ценность как производную ее соответствия ценностям коллектива [Suh, Diener, Oishi, Triandis, 1998]. В коллективистских культурах индивид свои личные цели вынужден подчинять целям коллектива. Группы типа семьи выделяются высоким уровнем сплоченности, слаженности и сотрудничества, заботой о сохранении общей гармонии. В индивидуалистических обществах, где главной ценностью является индивид, его интересы, права и свободы, менее распространено явление строго предписываемого сотрудничества и социальной поддержки. Если сравнить богатые и бедные страны, то корреляция индивидуализма с ощущением счастья позитивна для богатых государств и негативна — для бедных [Triandis, 1988]. Для богатых стран свобода личности скорее является благом, тогда как для бедных стран гораздо более полезными оказываются взаимопомощь и социальная поддержка, характеризующие коллективизм.

Вместе с тем, как отмечает Л.Сохань, в обсуждаемом здесь контексте жизненного комфорта личности важно обратить внимание на то обстоятельство, что дисгармония в восприятии личностью своей жизни может возникать из-за наличия у нее жизненных программ двух типов, условно обозначаемых как “внешняя” и “внутренняя”, которые соответственно имеют две цели — социально-психологическую адаптацию к социуму и самореализацию. В случае, когда индивидуальная внутренняя программа личности ориентирована на ее творческую самореализацию, что зачастую предполагает нестандартное поведение индивида, его отход от общепринятых правил и норм поведения может сопровождаться негативными санкциями против

него тех или иных социальных институтов и вызывать неудовольствие, напряжение, дискомфорт личности [Сохань, 2008а: с. 282–283]. Как отмечает Л.Сохань, модель жизненного комфорта личность выбирает на основе личностных предпочтений и обстоятельств объективного характера — социокультурных и социально-политических реалий ее жизнедеятельности как на макро-, так и на микроуровне. В таком многоплановом и многоуровневом процессе особое значение имеет ранний период социализации, а также так называемые формирующие годы (12–18 лет), когда закладываются психосоциальные основы личности: ее мировоззренческие установки, индивидуальная картина мира, собственное “Я”, намечаются жизненные приоритеты и цели, личность осмысливает свое жизненное назначение. В этот период особо значимым становится ближайшее окружение — родители, друзья, учителя и школьные наставники, несмотря на то, что роль этих традиционных агентов социализации в эпоху постмодерна значительно снижается, в том числе из-за возрастающего агрессивного воздействия средств массовой коммуникации. В современных условиях все более растущее влияние на всю систему жизни людей оказывают инокультурные факторы, связанные с глобализационными процессами, широкой миграцией в планетарном масштабе (см.: [Сохань, 2008а: с. 281]).

Социальные трансформации накладывают свой отпечаток на нормативную составляющую ощущения жизненных ситуаций. В данном случае весомую роль играют внешние факторы, характеризующие среду, в которой живет индивид. Во-первых, речь идет об институциональных факторах функционирования общества, прежде всего о социально-политическом устройстве. Важными субъективными оценками в этом контексте становятся удовлетворенность уровнем демократии и политические предпочтения в плане общественно-экономического уклада. Во-вторых, важным фактором жизненного комфорта является общее состояние экономики. Именно оценка экономической ситуации может существенно корректировать удовлетворенность граждан разными аспектами собственной жизни. В-третьих, экологическая ситуация в месте проживания также корректирует общее состояние удовлетворенности жизнью. Важный его показатель — миграционные намерения, которые могут быть связаны как с экологическими проблемами, так и с социально-экономическими потребностями индивида.

Внутренними факторами жизненного комфорта, характеризующими человека, являются его социально-психологические характеристики, а именно: социальная адаптированность, физическая активность, психологическая устойчивость и т.п. Как отмечает Л.Сохань, мера удовлетворенности человека своей жизнью в целом или отдельными ее проявлениями также нестабильна, она может колебаться в том или ином направлении в зависимости от реальных жизненных обстоятельств и психосоциального состояния самой личности. Здесь проявляется то обстоятельство, что каждый человек имеет свою историю, вехами которой служат акты деятельности личности, влияющие не только на среду ее жизнедеятельности, но и на ее духовный мир. Изучение историй индивидуальной жизни становится сегодня весьма актуальным и перспективным направлением познания человека, представляет интерес исследование условий, технологий достижения личностью жизненного комфорта, а также анализ жизненных обстоятельств, побудительных мотивов поступков, объективных и личностных причин, порожда-

ющих жизненный дискомфорт, вызывающих жизненные разочарования и даже крах надежд (см.: [Сохань, 2008а: с. 282]).

Жизненный комфорт личности зависит от того, насколько человек ответственен за свою жизнь. Ответственность за жизнь — характеристика личности, в целом отражающая ее убежденность в возможности и своей способности контролировать собственную жизнь. Члены индивидуалистских обществ, по-видимому, более счастливы, поскольку материально лучше обеспечены и к тому же более свободны в определении своих жизненных перспектив, нежели представители коллективистских культур. Результаты Европейского социального исследования выявили аналогичную тенденцию и в украинском обществе: у “индивидуалистов” выше уровень удовлетворенности жизнью, чем к “коллективистов” [Мурадян, 2009].

Более высокому уровню жизненного комфорта способствуют и такие экстраверсионные черты личности, как уверенность в себе, социальный оптимизм, открытость, готовность брать ответственность на себя. Напротив, нейротизм как показатель негативных эмоций и связанное с ними ощущение тревожности снижают уровень жизненного комфорта. Нейротизм и экстраверсия связаны с национальными чертами личности [Lynn, Steel, 2006].

Важным субъективным аспектом жизненного дискомфорта является чувство одиночества. Н.Панина, проведя ряд исследований социологических и социально-психологических проблем пожилых людей, обнаружила, что чаще всего негативные показатели психологического комфорта присущи людям, которые живут сами. В этой группе самая низкая удовлетворенность жизнью, отношениями с родственниками, самое плохое настроение и т.п. [Панина, 1987]. Однако нередко одиночество как фактор дискомфорта оказывается следствием не столько условий проживания, сколько определенного типа личности, который характеризуется некоммуникабельностью, повышенной требовательностью к другим, постоянным ощущением неудовлетворенности. Результаты исследования, которое провела Н.Панина, продемонстрировали, что пожилые люди, проживавшие в семье в отдельной комнате, имели худшие показатели психологического комфорта по сравнению с теми, кто не имел такого помещения. Более того, среди мужчин, имевших отдельную комнату, оказалось больше недовольных жилищными условиями (50% при среднем показателе 28%). Они чаще конфликтовали с детьми, указывали на полную невозможность предотвратить конфликты, чем те, кто не имел отдельной комнаты. Таким образом, отдельную комнату в семье имели, как правило, менее склонные к согласию люди, которые сами стремились к изоляции [Панина, 1987].

### ***Социальный механизм достижения жизненного комфорта***

Социальный механизм достижения жизненного комфорта — это органичное единство норм, ориентаций, реализации интересов, удовлетворения потребностей и социального взаимодействия индивидов в социуме, что в конечном счете определяет самочувствие человека на жизненном пути. Этот механизм определенным образом срабатывает, с одной стороны, в условиях, когда человеческая деятельность органично связана с мотивацией поведения людей, а с другой — когда в процессе социального взаимодействия индивид сравнивает свою жизнь с жизнью других. Таким образом,

объяснение социального механизма достижения жизненного комфорта в целом соотносится с веберовской интерпретацией социального действия как детерминированного мотивацией действующего субъекта и ориентацией на других индивидов — субъектов взаимодействия.

Среди множества теоретических подходов, объясняющих человеческую мотивацию, практическое значение, по моему мнению, имеют исследования А.Маслоу. Теория мотивации Маслоу рассматривает потребности человеческого существования пяти иерархических уровней: 1) физиологические потребности; 2) потребность в безопасности; 3) социальные потребности; 4) потребность в уважении; 5) потребность в самореализации [Маслоу, 1999]. Важным для понимания механизма достижения жизненного комфорта является акцент в теории А.Маслоу на переходах от одной потребности к другой в результате удовлетворения одной и замещения ее другой, высшего уровня потребностью. Однако жизненный комфорт — это обобщенная оценка жизни, основывающаяся на удовлетворении тех потребностей, которым человек придает особый смысл, исходя из определенных ценностей и установок. Поэтому в случае неудовлетворенности каких-либо “низших” потребностей не всегда возникает эмоциональное неудовлетворение или становится невозможной самоактуализация через высшие потребности. Очевидно, что в определенной ситуации человеком движет целый комплекс потребностей. Теория Маслоу может объяснить феномен жизненного комфорта в той части, где речь идет об удовлетворении элементарных потребностей — биогенных (психофизиологических), когда их неудовлетворение действительно провоцирует дискомфорт.

Поскольку феномен жизненного комфорта определяется как устойчивое, длительное эмоциональное состояние человека, объяснение его одним лишь удовлетворением широкого спектра личностных потребностей оказывается проблематичным. Скорее всего устойчивое эмоциональное состояние индивида может обуславливаться в рамках социального взаимодействия. Одним из объяснений согласования индивидом своих мотивов с мотивами других людей является теория социального сравнения. Термин “социальное сравнение” был предложен Л.Фестингером, который первым разработал соответствующую теоретическую концепцию [Festinger, 1954]. Разновидностью концепции социального сравнения является теория множественного несоответствия. А.Микалос предположил, что удовлетворенность — продукт (незначительных) расхождений между достижениями и устремлениями, которые часто определяются на основании сравнения с другими людьми [Michalos, 1985]. Согласно этой теории слишком большие желания угрожают чувству удовлетворенности. Оказалось, что разрыв между целью и достижением действительно коррелирует с удовлетворенностью. В частности, А.Кемпбелл с коллегами в терминах этой теории попытались объяснить феномен усиления удовлетворенности с возрастом, отметив, что с течением времени этот разрыв уменьшается [Campbell, Converse, Rodgers, 1976: p. 251].

Концепция социального сравнения распространяется и на случаи, когда человек сравнивает себя с самим собой в разные промежутки своего жизненного пути [Albert, 1977], а также свои достижения текущего момента — с возможными. Часто ощущение жизненного комфорта проявляется через сопоставление образа фактической жизни с образом желаемой жизни. Как отмечает Е.Злобина, “образ желаемой жизни образуется из сложного пере-

плетения ситуативных оценок и общих ценностей, переживаний депривации и представлений о возможностях, осознанных желаний и неосознанных ориентиров, которые воплощаются в наиболее обобщенные оценочные конструкты, в частности “плохое–хорошее”, “необходимое–лишнее” и т.п. Он служит неким ориентиром, направляющим конкретное поведение обычного человека” [Злобина, 2004: с. 348]. Социальное сравнение — это также процесс сравнения себя с другими людьми для осознания себя, своего жизненного пути и мира в целом. Благодаря этому личность формирует и поддерживает представление о собственной жизнедеятельности. От результатов социального сравнения зависит содержание и характер эмоционального восприятия собственной жизни.

Поэтому, взяв за основу теорию мотивации и теорию социального сравнения, можно попытаться определить концептуальную схему достижения жизненного комфорта в современном обществе. Первичный этап чувства физиологического удобства, безусловно, проходит через удовлетворение элементарных потребностей в питании, сексе, жилье и безопасности. Сюда также следует отнести состояние здоровья как производное не только от удовлетворения физических потребностей, но и от экологической ситуации. Длительность чувства удовлетворенности и безопасности связана с окружающим миром. Именно внешние факторы — политические, социально-экономические и культурные — позволяют индивиду определять, сколько продлится в будущем его удовлетворенность в элементарных потребностях. Войны, экологические катастрофы, политическая и экономическая нестабильность приводят к дискомфорту и неуверенности в завтрашнем дне.

Следующий этап достижения жизненного комфорта связан с эмоциональным состоянием человека, которое является производным от социальных потребностей в человеческом взаимодействии — общении, наличии друзей и близких, принадлежности к семье. Кроме того, потребность в идентификации и принадлежности к определенной социальной группе интенсифицирует социальные факторы жизненного комфорта. На этом этапе обнаруживается феномен социального сравнения, когда осознание своего места в обществе, признание и уважение со стороны окружающих становятся решающими факторами ощущения комфортности и удовлетворенности своей жизнью.

Однако в зависимости от формационных характеристик общества обнаруживаются разные объекты для сравнения и несхожие типы внутригрупповых коммуникаций. В современном постиндустриальном обществе внутригрупповые коммуникации и актуализация потребностей ощутимо усложнились. Как отмечает Н.Шульга, современный социум развивается по линии нарастания автономии и независимости личности и уменьшения выраженности типичных групповых признаков. Сейчас система общественных связей личности в групповом социальном пространстве существенно изменилась, приобрела дифференцированный и многоуровневый характер, поскольку личность одновременно принадлежит ко многим социальным группам, выполняет все больше и больше социальных ролей. В итоге это способствует размыванию достаточно высокой внутригрупповой однородности, характерной для более ранних социальных групп — классов или сословий [Шульга, 2011: с. 100–101]. Благодаря этому жизненный путь каждой личности становится уникальным и в значительной мере собствен-

ным проектом, а не задается классовым или сословным статусом. Вместе с тем специфика проявления социальной идентичности в структуре современного общества воплощается в том, что, во-первых, она актуализируется не в единстве всех своих элементов, всех аспектов, а только частями, фрагментами, во-вторых, эти аспекты идентифицируются в разное время, с разной силой и интенсивностью [Шульга, 2011: с. 102]. Эта специфика усложняет механизм достижения жизненного комфорта, поскольку актуализация потребностей и социальное сравнение происходят на фоне многоуровневых множественных идентификаций с разными группами, что создает проблему для фиксации такого механизма. Принадлежность к разным группам, нередко с различными жизненными ценностями, может привести к жизненному дискомфорту: сложность социального сравнения заключается в том, что разные образцы жизненного успеха не мешают личности ранжировать собственные потребности по мере их необходимости.

Если рассматривать украинское общество, то происходящие в нем социальные трансформации обуславливают дополнительные проблемы в достижении жизненного комфорта. Феномены двойной институционализации общества и социальной аномии привели к тому, что одновременное существование старых и новых ценностных систем усложняет социальную идентификацию и осознание жизненных приоритетов индивида. Нередко потребности населения оказываются следствием противоречивых и немотивированных ожиданий, а то и ностальгии за прежней жизнью, и одновременно — осознания собственного нового социального положения, что отражается на ощущении жизненного комфорта. Как отмечает Л.Сохань, состояние и уровень жизненного комфорта личности — характеристики нестабильные. Они подвержены колебаниям (иногда значительным) в течение ее жизненного пути. Это обусловлено как изменением обстоятельств жизни личности, общесоциальных и индивидуальных, так и теми или иными изменениями в системе ее жизненных ценностей, приоритетов. Исследователи указывают на модификацию жизненных притязаний членов нашего общества в связи с появлением в их жизненном пространстве в процессе становления рыночных отношений богатых и очень богатых. Это обстоятельство накладывает отпечаток, в частности, на жизненные ожидания и планы молодого поколения. Эталоны элитного стиля жизни: комфортабельная городская квартира или загородный коттедж, автомобиль престижной марки, компьютер, обучение за границей, возможность проведения отпуска на дорогих экзотических зарубежных курортах — все это будоражит воображение молодых людей, формируя в их сознании замыслы и планы, которым не так уж часто суждено осуществиться [Сохань, 2008а: с. 281].

Кроме того, процессы урбанизации углубили различия между жизнедеятельностью городских и сельских жителей. В различных поселенческих сообществах украинского общества существуют разные ценностные ориентации и потребности. Сельские жители часто остаются приверженцами традиционных, патриархальных ценностей. Медленное течение их жизни, зависимость трудовой деятельности от погоды и неприхотливость в быту рационализируют материальные потребности крестьян. Их историческая память сосредоточила потребности в безопасности и уверенности в будущем преимущественно на агрокультурной сфере, которая зависит от погодных и политико-экономических факторов. К тому же менее сильное социальное

расслоение сельских жителей по сравнению с горожанами создает более узкое пространство для социального сравнения. По мере увеличения населенного пункта возрастают запросы в сфере быта, расширяется разнообразие профессиональных и досуговых возможностей. В отличие от крестьян, зависимость городских жителей от погодных условий уменьшается, однако усиливается фактор опасностей экологического и техногенного характера. В этом случае потребность жителей городов в длительном обеспечении различными благами обуславливает несколько иные механизмы социального сравнения. Бурный темп жизни городских жителей, резкое социальное расслоение и обезличивание социального взаимодействия, особенно в мегаполисах, создают особый фон, на котором социальное сравнение заостряет внимание на анонимных образцах успешной жизни. Все это по сравнению с сельским пространством существенно усложняет механизм достижения жизненного комфорта.

### **Выводы**

В результате анализа применения понятия “жизненный комфорт” установлено, что феномен жизненного комфорта охватывает устойчивые, длительные эмоциональные состояния человека, вызванные повторяемым ощущением удобства в разных сферах жизни. Ощущение жизненного комфорта или дискомфорта возникает тогда, когда человек в реальной жизни находит или теряет то, что служит удовлетворению его потребностей, способствует жизнедеятельности и гармонизирует отношения с окружающими.

Жизненный комфорт формируется на основе собственных предпочтений личности под влиянием обстоятельств объективного характера. На макроуровне — это институциональные факторы функционирования общества, а именно: социально-политический строй, уровень развития и состояние экономики и социальной инфраструктуры, уровень демократии; на мезоуровне — факторы, связанные с местом проживания: экологическая ситуация, возможность удовлетворять социально-экономические и духовные потребности; на макроуровне — материальный уровень жизни, жилищные условия, занятость, досуг. На формирование жизненного комфорта влияют и социально значимые характеристики личности: профессия, образование, пол, возраст, брачный статус, состояние здоровья. Длительные эмпирические исследования удовлетворенности разными аспектами жизни позволили выделить наиболее распространенные социально-психологические факторы жизненного комфорта: уровень субъективного контроля над жизненными ситуациями, уровень тревожности, конфликтности, оптимизма, чувство одиночества.

Влияние указанных выше факторов жизненного комфорта осуществляется опосредованно через соответствующий социальный механизм. Действие этого механизма можно объяснить, обратившись к теории мотивации и теории социального сравнения. Удовлетворение потребностей различного уровня и социальное сравнение зависят от типа общества и характера внутригрупповой коммуникации. Учитывая современное состояние украинского общества, можно предположить, что достижение жизненного комфорта определяется тем, что: 1) множественность идентификаций современного индивида с различными группами дифференцирует и усложняет социаль-

ное сравнение; 2) социальные трансформации в постсоциалистических обществах “переструктурируют” социальные потребности и социальные сравнения; 3) процессы урбанизации создают в социуме различные по потребностям и основаниям социального сравнения общности, члены которых по-разному достигают жизненного комфорта. Обоснование справедливости высказанных предположений требует дальнейшего изучения проблемы дифференциации социального пространства реализации жизненного комфорта под влиянием всей совокупности рассмотренных факторов.

### **Источники**

*Головаха Е.И.* Интегральный индекс социального самочувствия (ИИСС): конструирование и применение социологического теста в массовых опросах / Е.И. Головаха, Н.В. Панина. — К. : ИС НАНУ, 1997.

*Злобина О.* Особистість як суб'єкт соціальних змін / О. Злобина. — К. : ИС НАНУ, 2004.

*Иващенко К.* Соціальні перспективи подовження пенсійного віку в Україні / К. Иващенко // Українське суспільство 1992–2010: соціологічний моніторинг / за ред. В. Ворони, М. Шульги. — К. : ИС НАНУ, 2010. — С. 386–392.

*Маслоу А.* Мотивация и личность / А. Маслоу. — СПб. : Евразия, 1999.

*Мосаєв Ю.В.* Соціальний комфорт в соціологічному дискурсі : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. соціол. наук : спец. 22.00.01 / Ю.В. Мосаєв. — Запоріжжя, 2010.

*Мурадян Е.С.* Ценностные группы индивидуалистов и коллективистов: общее и отличное в современном украинском обществе / Е.С. Мурадян // Проблеми розвитку соціологічної теорії: соціальна інтеграція та соціальні нерівності в контексті сучасних суспільних трансформацій : V Всеукр. наук.-практ. конф. : матеріали конф. / за заг. ред. О.Д. Куценко, В.І. Судакова. — К. : ВПЦ “Київський університет”, 2009. — С. 163–174.

*Панина Н.В.* Образ жизни и психологическое состояние населения в условиях перехода от тоталитаризма к демократии / Н.В. Панина // Избранные труды по социологии : в 3 т. Т. 2 : Теория, методы и результаты социологического исследования образа жизни, психологического состояния и социального самочувствия населения / Панина Н.В. ; [сост. и ред. Е.И. Головаха]. — К. : Факт, 2008. — С. 9–173.

*Паніна Н.* Здоров'я і самопочуття населення: епідеміологічний моніторинг / Н. Паніна // Українське суспільство 1994–2004: моніторинг соціальних змін / за ред. В. Ворони, М. Шульги. — К. : ИС НАНУ, 2004. — С. 387–402.

*Панина Н.* Особенности отношения к жизни на поздних этапах жизненного пути / Н. Панина // Жизненный путь личности (вопросы теории и методологии социально-психологического исследования). — К. : Наук. думка, 1987. — С. 236–247.

*Патракова А.* Динаміка показників соціальної самоідентифікації / А. Патракова // Українське суспільство–2003 : соціологічний моніторинг / за ред. В. Ворони, М. Шульги. — К. : ИС НАНУ, 2003. — С. 419–425.

*Піддубний В.* Поселенський статус як чинник соціального комфорту / В. Піддубний // Українське суспільство 1994–2005. Динаміка соціальних змін / за ред. В. Ворони, М. Шульги. — К. : ИС НАНУ, 2005. — С. 273–283.

*Скворцова М.А.* Статистическое исследование социальной комфортности проживания в республике Мордовия [Электронный ресурс] / М.А. Скворцова, Т.Г. Юрченкова // Системное управление. — 2008. — Вып. 2 (4). — Режим доступа : <http://sisupr.mrsu.ru/2008-2/pdf/6-Skvorcova.pdf>.

*Сохань Л.* Життєвий комфорт як індивідуальний проект особистості / Л. Сохань // Українське суспільство 1992–2008. Соціологічний моніторинг / за ред. В. Ворони, М. Шульги. — К. : ИС НАНУ, 2008а. — С. 274–286.

*Сохань Л.* Стиль приватного життя особистості: цивілізаційний вимір / Л. Сохань // Стилі життя: панорама змін / за ред. М.О. Шульги. — К.: ІС НАНУ, 2008b. — С. 221–273.

*Стукало С.* Диференціація рівнів задоволеності життям громадян України / С. Стукало // Українське суспільство–2003 : соціологічний моніторинг / за ред. В. Ворони, М. Шульги. — К.: ІС НАНУ, 2003. — С. 383–393.

*Шульга Н.А.* Дрейф на обочину. Двадцять лет общественных изменений в Украине / Н.А. Шульга. — К.: Бізнесполіграф, 2011.

Щастя є! Моніторинг відчуття щастя в Україні [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://kiis.com.ua/ua/news/view-59.html>.

*Albert S.* Temporal comparison theory / S. Albert // Psychological Review. — 1977. — Vol. 84, № 6. — P. 485–503.

*Campbell A.* The quality of American life : perceptions, evaluations, and satisfactions / A. Campbell, P.E. Converse, W.L. Rodgers. — N. Y. : Russell Sage Foundation, 1976.

*Easterlin R.A.* Does Economic Growth Improve the Human Lot? Some Empirical Evidence / R.A. Easterlin // Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramovitz / Ed. by P.A. David, M.W. Reder. — N. Y. : Academic Press, 1974. — P. 89–125.

*Edwards J.N.* Correlates of Life Satisfaction : A reexamination / J.N. Edwards, D.L. Klemmack // Journal of Gerontology. — 1973. — Vol. 28, № 4. — P. 497–502.

*Festinger L.* A Theory of Social Comparison Processes / L. Festinger // Human Relations. — 1954. — Vol. 7, № 2. — P. 117–140.

*Hagerty M.R.* Wealth and happiness revisited: Growing wealth of nations does go with greater happiness / M.R. Hagerty, R. Veenhoven // Social Indicators Research. — 2003. — Vol. 64. — P. 1–27.

*Haring-Hidore M.* Marital status and subjective well-being: a research synthesis / M. Haring-Hidore, W. Stock, M.A. Okun, R.A. Witter // Journal of Marriage and the Family. — 1985. — Vol. 47, № 4. — P. 947–953.

*Kahneman D.* High income improves evaluation of life but not emotional well-being / D. Kahneman, A. Deaton // Proceedings of the National Academy of Sciences. — 2010. — Vol. 107, № 38. — P. 16489–16493.

*Kalleberg A.L.* Aging, Values, and Rewards: Explaining Age Differences in Job Satisfaction / A.L. Kalleberg, K.A. Loscocco // American Sociological Review. — 1983. — Vol. 48, № 1. — P. 78–90.

*Lynn M.* National Differences in Subjective Well-Being: The Interactive Effects of Extraversion and Neuroticism / M. Lynn, P. Steel // Journal of Happiness Studies. — 2006. — Vol. 7, № 2. — P. 155–165.

*Michalos A.C.* Multiple discrepancies theory (MDT) / A.C. Michalos // Social Indicators Research. — 1985. — Vol. 16, № 4. — P. 347–413.

*Rollock D.* Ethnic social comfort I: Construct validity through social distance measurement / D. Rollock, S.R. Vrana // Journal of Black Psychology. — 2005. — Vol. 31, № 4. — P. 386–417.

*Schmitt N.* A comparison of LISREL and two-stage least squares analysis of a hypothesized life-job satisfaction reciprocal relationship / N. Schmitt, A.G. Bedeian // Journal of Applied Psychology. — 1982. — Vol. 67. — P. 808–817.

*Stevenson B.* Economic Growth and Subjective Well-Being: Reassessing the Easterlin Paradox / B. Stevenson, J. Wolfers // Brookings Papers on Economic Activity. — 2008. — Vol. 1. — P. 1–87.

*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.

*Triandis H.C.* Collectivism vs. individualism: A reconceptualization of a basic concept in cross-cultural psychology / H.C. Triandis // Cross-cultural studies of personality, attitudes and cognition / ed. by G. Verma, C. Bagley. — London : MacMillan, 1988. — P. 60–95.