



## ОСОБЕННОСТИ ИЗМЕРЕНИЯ СУБЪЕКТИВНОГО КАЧЕСТВА ЖИЗНИ В РАЗНЫХ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ ПОДХОДАХ

**ГОЛОВИНА Г.М.**

*Институт психологии Российской академии наук (ФГБОУ ИП РАН),  
г. Москва, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2747-1422>, e-mail: [gala-galarina@mail.ru](mailto:gala-galarina@mail.ru)*

**САВЧЕНКО Т.Н.**

*Институт психологии Российской академии наук (ФГБОУ ИП РАН),  
г. Москва, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4301-5590>, e-mail: [t.n.savchenko@mail.ru](mailto:t.n.savchenko@mail.ru)*

В данной работе соотносились измерения субъективного качества жизни в разных диагностических подходах, для чего исследовалось соответствие субъективного качества жизни (СКЖ), измеренного с помощью шкальной методики СКЖ (Савченко, Головина, 2007), и опросника СКЖЛ (Эксакусто, Заиченко, 2012). Проведено исследование соотнесения понятий и шкал двух методик, имеющих общую теоретическую базу, но разный вид представления пунктов методик. Оказалось, что определяемые аналогично или одинаково названные шкалы в двух опросниках значимо коррелируют. Сравнение реконструированных факторных структур показало соответствие факторов СКЖ и СКЖЛ. В обеих методиках выделяется фактор «эмоционального и физического здоровья», фактор «личностного роста» и фактор «семьи», что говорит о соответствии измерения субъективного качества жизни и удовлетворенности ею в обеих методиках и, соответственно, о возможности использования компактного опросника как валидного диагностического инструмента.

**Ключевые слова:** субъективное качество жизни, смысл жизни, жизненные ценности, ценностные ориентации, удовлетворенность жизнью, методы измерения, диагностика.

---

**Финансирование.** Работа выполнена в соответствии с Государственным заданием Минобрнауки № 0159-2020-0009.

**Для цитаты:** Головина Г.М., Савченко Т.Н. Особенности измерения субъективного качества жизни в разных диагностических подходах // Экспериментальная психология. 2020. Том 13. № 3. С. 169–179. DOI: <https://doi.org/10.17759/exppsy.2020130313>

## FEATURES OF MEASURING THE SUBJECTIVE QUALITY OF LIFE IN DIFFERENT DIAGNOSTIC APPROACHES

**GALINA M. GOLOVINA**

*Institute of psychology RAS, Moscow, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2747-1422>, e-mail: [gala-galarina@mail.ru](mailto:gala-galarina@mail.ru)*



## TATIANA N. SAVCHENKO

*Institute of psychology RAS, Moscow, Russia*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4301-5590>, e-mail: [t.n.savchenko@mail.ru](mailto:t.n.savchenko@mail.ru)

In this paper, the measurements of the subjective quality of life were correlated in different diagnostic approaches, for which the correspondence of the subjective quality of life was measured by means of the SQL scale methodology (Savchenko, Golovina, 2007) and the SCLL questionnaire (Eksakusto, Zaichenko, 2012). The study of the correlation of concepts and scales of two methods having a common theoretical basis, but a different kind of presentation of the points of the techniques, is carried out. It turned out that the similarly or identically named scales and concepts (values) in the two questionnaires significantly correlated. A comparison of the reconstructed factor structures showed the correspondence between the factors of the SQL and the SQL. Both methods allowed to speak about the factor of “emotional and physical health”, the cognitive factor or the factor of “personal growth” and the factor of “family”, which indicates the compliance of measuring the subjective quality of life and satisfaction with it in both methods, and accordingly, the possibility of using a compact questionnaire as a valid instrument.

**Keywords:** subjective quality of life, meaning of life, life values, value orientations, life satisfaction.

**Funding.** The work was carried out in accordance with the State assignment of Ministry of science and Education № 0159-2020-0009.

**For citation:** Golovina G.M., Savchenko T.N. Features of Measuring the Subjective Quality of Life in Different Diagnostic Approaches. *Экспериментальная психология = Experimental Psychology (Russia)*, 2020. Vol. 13, no. 3, pp. 169–179. DOI: <https://doi.org/10.17759/exppsy.2020130313> (In Russ.).

## Теоретические предпосылки и актуальность

Целью данной работы являлось соотнесение измерения субъективного качества жизни (СКЖ) в разных диагностических подходах. Работа является актуальной, так как методика СКЖ измеряет социально-психологическую характеристику; в современном мире изменения происходят достаточно быстро и поэтому измерение характеристик, имеющих социальный аспект, необходимо пересматривать в зависимости от динамики социальных процессов.

Качество жизни можно отнести к междисциплинарному понятию. Разработано множество индексов качества жизни (КЖ), объединяющих экономические, социологические и психологические характеристики. СКЖ является компонентом КЖ. Качество жизни и субъективное качество жизни являются многомерными, динамическими понятиями. В психологии, клинической психологии, медицине разработан достаточно обширный инструментарий диагностики СКЖ и КЖ (стандартизированные опросники, отдельные индикаторы, индексы, нарративные, процессуальные техники). В последние годы делается попытка соотнесения различных подходов с целью создания интегральной процедуры диагностики КЖ, СКЖ и их структурных составляющих.

Теоретическая модель СКЖ, предложенная авторами, основывалась на идее многомерности и динамичности субъективного качества жизни. Мы предположили, что существует представление человека об идеальном качестве жизни, которое определяется его ценностными ориентациями [7; 14]. В процессе жизни ценности становятся смыслом жизни. К.А. Абульханова-Славская в своей работе, посвященной жизненной стратегии, определяет смысл жизни как ценность и ее переживание человеком в процессе выработки и при-



своения этой ценности [1]. В отличие от мотивов, которые в психологии рассматриваются как выражение потребностей, смысл жизни следует понимать не только как стремление к чему-то, не только как будущую цель, которая определяется мотивом, но и как переживание, которое имеет место в процессе реализации данного мотива. К.А. Абульханова-Славская подчеркивает, что «... смысл жизни — это психологическое средство переживания жизни в процессе ее осуществления» (там же, с. 62). Поэтому, достигая конкретных целей в жизни, человек не теряет смысла, а, наоборот, усиливает его, переживает и убеждается в нем: «Смысл жизни — это способность субъекта переживать ценность жизненных проявлений своей индивидуальности, своего Я, своей личности. Способность субъекта переживать ценность жизни, удовлетворяться ею и составляет ее смысл». С одной стороны, как отмечает К.А. Абульханова, смысл жизни выражает стремления личности, ее потребности, а с другой — подтверждает ее реальные достижения, реальную способность выразить себя в формах жизни. Таким образом, смысл жизни — это не только будущее, не только перспектива, но и мера свершенного человеком, оценка достигнутого собственными силами по важным для личности критериям [1; 6; 10].

А. Кэмпбелл [13] установил, что наличие хороших межличностных отношений, позитивной самооценки, ощущения контроля над своей жизнью «... играют более важную роль в общем благополучии, чем реальная жизненная ситуация», т. е. категории «отношения» и «существование» признаются столь же, если не более важным фактором качества жизни, как и категория «обладание». Аналогичные выводы были сделаны в исследованиях психологического благополучия в разных странах [15].

В России в настоящее время существуют различные подходы к определению качества жизни, и в соответствии с этим разрабатываются различные критерии и методы его оценки (Г.М. Зараковский, Е.Е. Давыдова, А.А. Давыдов, В.А. Хашченко, И.А. Джидарьян, А.Л. Журавлев, К.А. Абульханова-Славская, Т.Н. Савченко, Г.М. Головина, Т.В. Эксакусто, А.А. Заиченко и др.).

Качество жизни часто соотносится с понятиями «психологический потенциал человека» [5], «удовлетворенность жизнью», «психологическое благополучие», «человеческий потенциал», «качество человека» [9], «субъективное экономическое благополучие» [11].

В модели авторов существование различия между тем, чем человек является и тем, чем он может и хочет быть, определяет необходимость выделения актуального и идеального психологического благополучия. Субъективное качество жизни в нашем понимании близко к понятию «психологическое благополучие». Субъективное качество жизни понимается как совокупность ценностно-смысловых ориентаций и степень удовлетворенности ими субъекта в различных сферах жизнедеятельности человека. СКЖ — интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования, а также степени реализованности этой направленности, субъективно выражающейся в ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью [2; 3; 7].

Операционально СКЖ понимается нами как среднее взвешенное отклонение субъективных оценок реального КЖ от желаемого КЖ по каждому понятию, входящему в структуру СКЖ. Т.В. Эксакусто, А.А. Заиченко, под субъективным качеством жизни «... понимают совокупность ценностно-смысловых ориентаций, целей, устремлений и степень удовлетворенности ими субъекта в соответствии с основными параметрами биожизненных, материальных, духовных и социокультурных потребностей в различных сферах жизнедеятельности человека» [12].



Таким образом, оба подхода ориентируются на субъективный, системный подходы, выделяются два компонента в СКЖ: когнитивный и аффективный, а также удовлетворенность жизнью. Однако разработанные методики используют разные диагностические подходы: опросник и шкальное оценивание. Целью работы является соотнесение разного типа методик, разработанных в русле одного теоретического подхода и доказательство возможности использования менее трудоемкой диагностической процедуры для получения столь достоверной информации, что и более трудоемкие опросники.

### Описание сравниваемых методик

В результате эмпирических исследований авторами были выделены основные параметры, или ценности, составляющие субъективное качество жизни человека в различных сферах: образование, здоровье, уверенность в завтра, экология, спорт, профессия, питание, развлечения, любовь, работа, жилье, общение, семья, отдых, достаток, экология, духовные ценности, самоуважение, личная свобода, общая удовлетворенность жизнью.

Методика СКЖ разрабатывалась как компактный инструмент, который можно было бы использовать для опросов на людях, разных по социальному составу, образованию, профессиям, а также в разных регионах, в том числе удаленных. Методика состоит из двух блоков, содержащих одинаковые ценности, но в первом блоке — ценности как ориентации, а во втором — реально достигнутые ценности. Респондентам предлагается оценить ценности в этих двух блоках по 10-бальной шкале. Третий блок — различия между шкальными оценками идеальных и реальных ценностей вычисляется при обработке данных. Сумма отклонений (различий) по всем ценностям характеризует суммарный показатель СКЖ [7].

В 2012 г. Т.В.Эксакусто и А.А. Заиченко была разработана методика, которая также была названа «Субъективное качество жизни» (авторы часто называют ее «Субъективное качество жизни личности», поэтому далее будем называть ее СКЖЛ в отличие от СКЖ). Использовался принцип шкалы Лайкерта; вопрос предполагал пять вариантов ответа: от «полностью согласен» до «совершенно не согласен». Вопросы подбирались в соответствии с тремя компонентами (ценностно смысловые ориентации; цели и устремления; удовлетворенность), а также с девятью основными сферами жизнедеятельности человека — шкалами методики: семья, отношения с другими, здоровье, отдых, религия, карьера, материальное благополучие, экология, субъективное Я. [12] Таким образом, методика СКЖЛ основана на аналогичном описанному выше подходе, авторы также использовали теоретическую модель, предполагающую отнесение ценности к одному из трех блоков.

*Первый блок:* ценностные ориентации (СО) СКЖЛ и параметры идеального качества жизни (И) методики СКЖ.

Понятия блока ценностно-смысловых ориентаций и идеального качества жизни отражают характер значимых смыслов в иерархии ценностей, определяют мотивацию человека в различных сферах жизнедеятельности и означают значимость для субъекта развития и реализации жизненных целей. Для него важны перспективы роста и реализации в сферах, которые он оценивает высоко, и наоборот.

*Второй блок:* цели и устремления (ЦУ) методики СКЖЛ и реальные достижения ценностей (Р) в методике СКЖ.

Понятия блока цели и устремления и реального качества жизни отражают способность субъекта развиваться, двигаться к достижению своих целей, реализацию этих целей.



Низкие баллы говорят об отсутствии сформированных целей, стремления к самореализации и совершенствованию в данной ценностной сфере.

*Третий блок:* удовлетворенность ценностями (УЖС) методики СКЖЛ и удовлетворенности отдельными сферами жизни (Р-И) методики СКЖ.

Низкие баллы по этому блоку говорят об отсутствии удовлетворенности человеком своих потребностей и ценностей, низкие баллы по сумме всех шкал блока характеризуют разочарованность субъекта в жизненных устремлениях, возможно, человек находится в подавленном состоянии.

В нашей методике блок удовлетворенности жизнью не оценивается непосредственно (непосредственно оценивается только общая удовлетворенность жизнью), а измеряется как различие между значимостью ценности и реальным ее достижением (И-Р). Поэтому в данной методике высокие значения характеризуют отсутствие удовлетворенности в отдельных сферах жизни, а суммарный показатель СКЖ определяет суммарную удовлетворенность по всем сферам.

Для сравнения методик было проведено эмпирическое исследование соотношения понятий и шкал двух методик, имеющих общую теоретическую базу, но разный вид представления пунктов (вопросов) методик.

### **Методическая часть**

Выборка: в исследовании (бланковый опрос и интернет-опрос) приняли участие 253 человека, возраст респондентов — 19–37 лет, студенты и люди с высшим образованием, 48% мужчин и 52% женщин, жители Москвы и других городов России.

Методики: СКЖ (Т.Н. Савченко, Г.М. Головина); СКЖЛ (Т.В. Эксакусто, А.А. Заиченко).

Методы анализа данных: корреляционный анализ (коэффициент Спирмена), факторный анализ.

Этапы проведения статистического анализа:

1) выявление взаимосвязей между ценностями в 1, 2 и 3 блоках методик СКЖ и СКЖЛ.

2) реконструкция факторов методик СКЖ и СКЖЛ.

### **Результаты эмпирического исследования**

*С помощью корреляционного анализа* выявлены значимые взаимосвязи между ценностями (первый в паре — показатель СКЖЛ, во второй паре — СКЖ) в каждом из трех описанных выше блоков методик (уровень значимости  $p < 0.01$ ).

*В первом блоке* значимые взаимосвязи обнаружены между показателями: здоровье — здоровье; экология — экология, жилье; семья — здоровье, питание; религия — самоуверенность; карьера — экология.

*Во втором блоке:* семья — семья; отношения с другими — экология; отдых — отдых, уверенность в будущем, спорт, питание, развлечения, самоуважение, общая удовлетворенность жизнью; карьера — работа, достаток, духовные ценности; материальное благополучие — уверенность в будущем, работа; экология — духовные ценности; субъективное Я — личная свобода, общая удовлетворенность жизнью.

*В третьем блоке:* семья — семья; отношения с другими — круг общения; здоровье — здоровье; отдых — отдых; религия — образование; карьера — образование, материальное



благополучие — достаток, самоуважение; экология — отдых, достаток; субъективное Я — личная свобода, отдых, спорт, достаток, духовные ценности, экология, работа, самоуважение, уверенность в завтрашнем дне, здоровье, образование.

В табл. 1 приводятся значимые взаимосвязи ( $P < 0,01$ ) между шкалами СКЖЛ и ценностями СКЖ в третьем блоке, так как именно этот блок является показателем удовлетворенности жизнью и счастья.

Таблица 1

**Взаимосвязи между шкалами и ценностями в третьем блоке методик СКЖ и СКЖЛ**

Ценности		Субъективное качество жизни личности (СКЖЛ)								
		Семья	Отношения	Здоровье	Отдых	Религия	Карьера	Материальное благополучие	Экология	Субъективное Я
Субъективное качество жизни (СКЖ)	Образование					0,32	0,31	0,27		0,29
	Здоровье			0,37	0,33	0,32				0,30
	Уверенность			0,32	0,44			0,27	0,40	0,35
	Экология	0,32								0,42
	Спорт			0,30	0,33					0,27
	Профессия	0,38			0,33					
	Питание			0,30	0,31			0,37		0,35
	Развлечения			0,33	0,38					0,27
	Любовь		0,33		0,38					
	Работа				0,27					0,36
	Общение		0,30							
	Семья	0,29								
	Отдых			0,38					0,37	0,36
	Достаток			0,30	0,28					0,36
	Духовные ценности								0,38	0,34
	Самоуважение			0,35			0,29	0,34		0,27
Личная свобода			0,35						0,50	

Таким образом, определяемые аналогично или одинаково названные шкалы и понятия (ценности) в двух опросниках значимо коррелируют.

Интерес для раскрытия шкалы «субъективное Я» опросника СКЖЛ могут представлять взаимосвязи этой шкалы с ценностями СКЖ. В СКЖЛ вопросы, относящиеся к этой шкале (я счастлив, судьба ко мне справедлива, я удовлетворен своей жизнью), являются обобщающими, не раскрывают ее содержание. Через корреляции с ценностями СКЖ можно «развернуть» субъективное Я. Это когнитивная составляющая: образование, самоуважение, личная свобода, духовные ценности, экология — и социальная составляющая: материальное благосостояние, отдых, питание, здоровье. Корреляционная плеяда субъективного Я (значения коэффициентов корреляции см. в табл. 1) представлена на рис. 1. Такие ценности, как любовь, друзья, общение, семья, не входят в данную плеяду.



Рис. 1. Взаимосвязи шкалы «субъективное Я» опросника СКЖЛ с ценностями СКЖ

Наконец, особый интерес представляют взаимосвязи суммарных показателей, в том числе взаимосвязи суммарных показателей двух методик с непосредственно оцениваемой общей удовлетворенностью жизнью (УЖ).

Коэффициент корреляции между показателями субъективного качества жизни, измеренными с помощью двух методик:  $R=0,512$ ;  $p=0,003$ .

УЖ и УЖС имеют самый высокий коэффициент корреляции между шкалами двух методик:  $R=0,610$ ;  $p=0,000$ . Значимая взаимосвязь также обнаружена между УЖ, суммарной оценкой реальных достижений (сумма Р) и суммарной оценкой достижений целей и устремлений (сумма ЦУ), коэффициенты корреляции соответственно:  $R=0,563$ ;  $p=0,003$  и  $R=0,396$ ;  $p=0,004$ . Таким образом, можно говорить о соответствии измерения субъективного качества жизни и удовлетворенности жизнью в обеих методиках.

В различных исследованиях с применением методики СКЖ факторный анализ обычно выделяет 2 инвариантных фактора, первый связан с социальными переменными, второй — с когнитивными. На разных выборках получались разные наполнения факторов. Интересно было сравнить факторные структуры СКЖ и СКЖЛ. Для факторного анализа взяты все переменные СКЖ в третьем блоке и шкалы СКЖЛ блока УЖС (также третий блок).

В факторной структуре СКЖ были выделены 5 факторов, на которые приходится 64,5% нагрузок (табл. 2). В первый фактор (29,2%) входят: уверенность в завтрашнем дне, стабильная обстановка в стране, питание, развлечения, жилье, отдых, материальное обеспечение т. е. гедонистические ценности. Во второй фактор (7,8%): образование, профессия, работа, личная свобода — это фактор личностного роста, «когнитивный фактор». Третий фактор (6,4%): любовь, семья — фактор «семья». Четвертый фактор (5,7%): экология, домашние животные, духовная жизнь — «человек в природе». Отдельным фактором (пятый фактор — 5,4%) выделено здоровье. В табл. 2 приводятся переменные, нагрузки которых превышают 0,50.



Таблица 2

**Значимые нагрузки ( $L > 0.5$ ) переменных СКЖ на факторы**

Переменные в третьем блоке СКЖ	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5
Образование		0,502			
Здоровье					0,661
Уверенность	0,626				
Экология				0,630	
Спорт					
Профессия		0,656			
Животные				0,672	
Стабильная обстановка	0,632				
Питание	0,625				
Развлечения	0,552				
Любовь			0,845		
Работа		0,651			
Жилье	0,624				
Друзья					
Семья			0,799		
Отдых	0,501				
Материальное благополучие	0,743				
Духовная жизнь				0,598	
Самоуважение					0,555
Личная свобода		0,521			

В факторной структуре СКЖЛ были выделены 3 фактора, на которые приходится около 64% нагрузок. В первый фактор (29,8%) входят «субъективное Я», отдых и материальное благополучие, что частично соответствует приведенным взаимосвязям на рис. 1. Это — то, с чем более всего связана удовлетворенность и счастье личности, поэтому можно назвать фактор «субъективное Я». Второй фактор (19,6%) «нагружают» религия, карьера и отношения с другими людьми. Анализ вопросов, относящихся к этим шкалам, позволяет назвать этот фактор «личностный рост», или «когнитивный фактор». Третий фактор (14,5%) определяют характеристики семья, здоровье, экология — «фактор семьи» или «здоровье семьи». В табл. 3 приводятся значения нагрузок (больше 0,60) на факторы.

Таблица 3

**Значимые нагрузки ( $L > 0.6$ ) шкал СКЖЛ на факторы**

Переменные в третьем блоке СКЖЛ	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Семья УЖС			0,685
Отношения		0,680	
Здоровье			0,752
Отдых	0,625		
Религия		0,723	
Карьера		0,712	
Материальное благополучие	0,639		
Экология			0,623
Субъективное Я	0,750		



## Обсуждение результатов

Таким образом, определяемые аналогично или одинаково названные шкалы и ценности в двух опросниках значимо коррелируют. Выявлены взаимосвязи между шкалами опросников, измеряющими удовлетворенность жизнью: УЖ и УЖС в методике, а также взаимосвязи суммарных показателей двух методик с непосредственно оцениваемой общей удовлетворенностью жизнью. УЖ и УЖС имеют самый высокий коэффициент корреляции между шкалами двух методик, аналогична и взаимосвязь между УЖ, суммарной оценкой реальных достижений СКЖ и суммарной оценкой достижений целей и устремлений СКЖЛ, что говорит о соответствии измерения удовлетворенности жизнью в обеих методиках. Сравнение взаимосвязей в трех структурах: ценностные ориентации; цели и их реализация; удовлетворенность жизненными ценностями — показало, что наибольшее количество взаимосвязей между аналогичными параметрами обнаружено в структуре целей и удовлетворенности ценностями и меньше связей в структуре ценностных ориентаций.

Объяснение этого факта, возможно, лежит в специфике опросников. В опроснике СКЖ не предусмотрено ранжирование идеальных ценностей, а предлагается оценить желаемость данной ценности, поэтому респонденту трудно давать невысокие оценки, не хочется «отказываться» ни от одной ценности. В связи с результатами исследования предполагается внести коррективы в последовательность предъявления вопросов об идеальном и реальном качестве жизни в методику СКЖ. Многочисленные исследования с использованием данной методики показали ее результативность (несмотря на простоту и краткость) и гибкость (возможно добавление нескольких ценностей, рассмотрение которых является значимым для конкретных исследований). При использовании дополнительных ценностей анализировался стандартный показатель СКЖ и СКЖ с дополнительными ценностями.

## Выводы и перспективы дальнейших исследований

Сравнение реконструированных факторных структур показало соответствие факторов СКЖ и СКЖЛ. Обе методики позволили говорить о факторе «материального благополучия», факторе «личностного роста» и факторе «семьи». С помощью корреляционного и факторного анализов показано соответствие измерения субъективного качества жизни и удовлетворенности ею в обеих методиках и, соответственно, возможность использования компактного опросника как валидного инструмента. В последние годы делается попытка соотнесения различных теоретических и диагностических подходов с целью создания структуры диагностики разных сторон и взаимосвязей структурных составляющих КЖ, СКЖ, ПБ, УЖ. Краткие опросники часто подвергаются критике. В данной статье мы пытались показать, что эта критика не всегда обоснована.

Несмотря на то, что разработаны индексы качества жизни и ежегодно проводится мониторинг КЖ в различных странах по объективным показателям, очень важно учитывать и субъективные показатели, так как при низких показателях КЖ возможны высокие показатели СКЖ. Можно формировать ценности (как это делалось в СССР в послевоенные годы), которые обеспечат высокую удовлетворенность жизнью при низких показателях КЖ. В предыдущих статьях мы рассматривали СКЖ в закрытых и частично закрытых системах, в которых проявляется разрыв корреляционных связей между УЖ и СКЖ, который можно восстановить с помощью коррекционных программ [8].



А.А. Заиченко разработана авторская тренинговая программа, которая позволяет «оптимизировать СКЖ студентов» [4]. Коллективом сотрудников ИП РАН и академии ФСИН разработана аналогичная программа коррекции и формирования СКЖ, а также методики динамической диагностики СКЖ, по которым выявляются типы УЖ [2]. Тренинговые программы позволяют провести коррекцию СКЖ и повысить УЖ.

### Литература

1. *Абульханова-Славская К.А.* Социальное мышление личности: проблемы и стратегии исследования // Психологический журнал. 1994. № 4. С. 57–66.
2. *Головина Г.М., Савченко Т.Н.* Адаптация методик в исследовании субъективного качества жизни людей, работающих вахтовым методом // Прикладная юридическая психология. 2013. Т. 3. С. 41–51.
3. *Головина Г.М., Савченко Т.Н.* Влияние экономического фактора на субъективное качество жизни // Проблемы экономической психологии. Т. 1 / Отв. ред. А.Л. Журавлев, А.Б. Купрейченко. М.: Институт психологии РАН, 2004.
4. *Заиченко А.А.* Апробация тренинговой программы субъективного качества жизни личности / Известия ЮФУ. Технические науки. Тематический выпуск. 2012. С. 178–185.
5. *Заракowski Г.М.* Качество жизни населения России: психологические составляющие. М: Смысл, 2009.
6. *Леонтьев Д.А.* Психология смысла. Природа, строение, динамика реальности. М.: Смысл, 2003.
7. *Савченко Т.Н., Головина Г.М.* Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. М.: Институт психологии РАН, 2006.
8. *Сочивко Д.В., Савченко Т.Н., Головина Г.М.* Сравнительные исследования качества жизни // Прикладная юридическая психология. 2010. № 4. С. 8–22.
9. *Субетто А.И.* Управление качеством жизни и выживаемость человека // Стандарты и качество. 1994. № 1, С. 32–37.
10. *Фесенко П.П.* Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: автореф. дисс. канд. психол. наук. М., 2005.
11. *Хашченко В.А.* Типология субъективного экономического благополучия // Психологический журнал. 2007. № 1. С. 58–69.
12. *Эксакусто Т.В., Заиченко А.А.* Конструирование и апробация методики «субъективное качество жизни» // Вестник Санкт-петербургского ун-та. Сер 12. 2012. Вып. 4. С. 64–75.
13. *Campbell A.* The Sense of Well-Being in America. Recent patterns and Trends. N.Y.: McGraw Hill, 1981. 264 p.
14. *Golovina G., Savchenko T.* Factor model of life satisfaction // European Conference of Mathematical Psychology (Padua 21-24 September, 2015). Padua, 2015. pp. 53–54.
15. *T. Rahman, R.C. Mittelhammer, Ph. Wandschneider* Measuring the quality of life across countries: A sensitivity analysis of well-being indices [Электронный ресурс]. 2003 (по сайту QOL Index, 28 дек. 2004 г.). URL: <http://www.co.cochise.az.us/qolwebsite/index.htm>. pp. 1–32.

### References

1. *Abul'hanova – Slavskaja K.A.* Social'noe myshlenie lichnosti: problem i strategii issledovaniya. [Social thinking of personality: problems and research strategies.] = *Psychological journal*, 1994, No. 4, pp. 57–66. (In Russ.).
2. *Golovina G.M., Savchenko T.N.* Adaptacija metodik v issledovanii sub#ektivnogo kachestva zhizniljudej, rabotajushhih vahtovym metodom. [Adaptation of methods in the study of the subjective quality of life of people working on a rotational basis] = *Applied legal psychology*, 2013, volume 3, pp. 41–51. (In Russ.).
3. *Golovina G.M., Savchenko T.N.* Vlijanie jekonomicheskogo faktora na sub#ektivnoe kachestvo zhizni. [The influence of the economic factor on the subjective quality of life] = *Problems of economic psychology*. Volume 1 / hole ed. A.L. Zhuravlev, A.B. Kupreychenko, M. : Publishing house "Institute of Psychology RAS", 2004. (In Russ.).
4. *Zaichenko A.A.* Aprobatsiya treningovoy programmy subyektivnogo kachestva zhizni lichnosti. [Approbation of the training program of the subjective quality of life of the individual] = *Izvestia SFedU. Technical science*. Thematic issue, 2012.S. 178–185. (In Russ.).



5. Zarakovskij G.M. Kachestvo zhizni naselenija Rossii: psihologicheskie sostavl'jajushhie. [The quality of life of the population of Russia: psychological components]. M: Sense, 2009. (In Russ.).
6. Leont'ev D.A. Psihologija smysla. Priroda, stroenie, dinamika real'nosti. [The psychology of meaning. Nature, structure, dynamics of reality], Moscow: Smysl, 2003. (In Russ.).
7. Savchenko T.N., Golovina G.M. Subektivnoe kachestvo zhizni: podhody, metody ocenki, prikladnye issledovanija. [Subjective quality of life: approaches, assessment methods, applied research]. M.: Publishing house "Institute of Psychology RAS", 2006. (In Russ.).
8. Sochivko D.V., Savchenko T.N., Golovina G.M. Comparative studies of the quality of life. [Comparative studies of the quality of life], = *Applied legal psychology*. 2010. No. 4. P. 8–22. (In Russ.).
9. Subetto A.I. Upravlenie kachestvom zhiznii v yzhivaemost' cheloveka. [Quality of life management and human survival] = *Standards and quality*. 1994, No. 1, pp. 32–37. (In Russ.).
10. Fesenko P.P. Osmyslennost' zhizni i psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti. [The meaningfulness of life and psychological well-being of the individual]: author. dis. Cand. psychol. M., 2005. (In Russ.).
11. Hashhenko V.A. Tipologija subektivnogo jekonomicheskogo blagopoluchija. [Typology of subjective economic well-being] = *Psychological journal*. 2007. No. 1. C. 58–69. (In Russ.).
12. Jeksakusto T.V., Zaichenko A.A. Konstruirovanie i aprobacija metodiki «subektivnoe kachestvo zhizni». [Designing and approbation of the "subjective quality of life" methodology] = *Bulletin of St. Petersburg University*, ser 12, no. 4, 2012, pp. 64–75. (In Russ.).
13. Campbell A. The Sense of Well-Being in America. Recent patterns and Trends. N.Y.: McGraw Hill, 1981, 264 p.
14. Golovina G., Savchenko T. Factor model of life satisfaction = European Conference of Mathematical Psychology (Padua 21–24 September, 2015). Padua, 2015. pp. 53–54.
15. Rahman T., Mittelhammer R.C., Wandschneider Ph. Measuring the quality of life across countries: A sensitivity analysis of well-being indices = (no to the QOL Index website, 28 Dec 2004). URL: [www.cochise.az.us/qolwebsite/index.htm](http://www.cochise.az.us/qolwebsite/index.htm). 2004. pp. 1–32.

### **Информация об авторах**

Головина Галина Михайловна, кандидат психологических наук, доцент, старший научный сотрудник, Институт психологии Российской академии наук (ФГБОУ ИП РАН), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2747-1422>, e-mail: [gala-galarina@mail.ru](mailto:gala-galarina@mail.ru)

Савченко Татьяна Николаевна, кандидат психологических наук, доцент, ведущий научный сотрудник, Институт психологии Российской академии наук (ФГБОУ ИП РАН), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4301-5590>, e-mail: [t.n.savchenko@mail.ru](mailto:t.n.savchenko@mail.ru)

### **Information about the authors**

Galina M. Golovina, PhD (Psychology), Associate Professor, of IPRAN, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2747-1422>, e-mail: [gala-galarina@mail.ru](mailto:gala-galarina@mail.ru)

Tatyana N. Savchenko, PhD (Psychology), Leading Researcher, IPRAN, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4301-5590>, e-mail: [t.n.savchenko@mail.ru](mailto:t.n.savchenko@mail.ru)

Получена 06.08.2018

Received 06.08.2018

Принята в печать 22.09.2020

Accepted 22.09.2020