

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОГО УНИВЕРСИТЕТА ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОТИВОПОЖАРНОЙ СЛУЖБЫ МЧС РОССИИ

**Д.Н. Церфус, кандидат медицинских наук, доцент;**  
**М.В. Карагачева, кандидат психологических наук, доцент.**  
**Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России**

Представлены результаты экспериментального изучения оценки качества и уровня жизни обучающихся Санкт-Петербургского университета Государственной противопожарной службы МЧС России. Анализ результатов исследования оценки качества и уровня жизни обучающихся вне зависимости от социального, культурного, демографического и политического контекста проводился при помощи Опросника качества жизни «ВОЗКЖ–100», разработанного Всемирной организацией здравоохранения (ядерный модуль).

*Ключевые слова:* уровень жизни, качество жизни, «сфера и субсфера качества жизни», индивидуально-психологические особенности, адаптация

## PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE QUALITY OF LIFE OF TRAINEES SAINT-PETERSBURG UNIVERSITY OF STATE FIRE SERVICE OF EMERCOM OF RUSSIA

D.N. Tserfus; M.V. Karagacheva.  
Saint-Petersburg university of State fire service of EMERCOM of Russia

The results of a pilot study assessing the quality and the standard of living of the trainees of St. Petersburg University of State Fire Service of EMERCOM of Russia are presented. Analysis of the research results of the quality assessment and the standard of living of students, regardless of their social, cultural, demographic and political context was conducted using questionnaires quality of life «WHOQOL-100» developed by the World Health Organization (kernel module).

*Keywords:* standard of living, quality of life, individual psychological characteristics, adaptation

В современных условиях развития государства сфера образования должна представлять собой одну из наиболее инновационных отраслей развития страны. Обучение специалистов экстремального профиля деятельности предполагает большие материальные затраты, финансируемые из государственного бюджета. На сегодняшний день разработано много методической, технической и иной специальной литературы, а также педагогических технологий, позволяющих готовить высокопрофессиональные кадры для силовых ведомств.

Новые требования в сфере высшего образования увеличивают долю самостоятельного обучения, ориентированного на высокую заинтересованность и мотивацию обучающегося в процесс обучения. Слабая преемственность между средней и высшей школой, высокие информационные и физические нагрузки, отсутствие навыков самостоятельной работы вызывают большое эмоциональное напряжение у обучающихся. Курсанты при поступлении в вуз испытывают нагрузку, которая под силу субъекту с достаточно хорошим уровнем адаптивной способности [1].

Адаптация студентов к условиям обучения в вузе представляет собой одну из основных общетеоретических проблем, исследуемых на психофизиологическом, индивидуально-психологическом и социально-психологическом уровнях, и до настоящего времени является предметом дискуссий.

Из года в год увеличивается число курсантов, испытывающих осложнения в профессиональной адаптации. Как известно, затруднения в адаптации к новым условиям деятельности могут проявляться в деятельности, коммуникативной сферах, а также в снижении уровня здоровья и нарушении дисциплины и т.п. [1].

Одним из критериев оценки адаптации обучающихся является анализ оценки качества и уровня жизни, потребностей и интересов людей, проявляющихся как в различных видах деятельности, так и в самом жизнеощущении. Предполагается, что определение самим индивидом степени удовлетворенности своих потребностей, своего жизненного положения дает наиболее достоверную картину [2].

В психологической науке накоплен достаточно большой опыт оценки качества и уровня жизни. Анализ обобщающих индикаторов объективно, надежно и достоверно отражающих уровень и качество жизни, являющимся одним из критериев оценки адаптации обучающихся всегда остается актуальной проблемой [3, 4].

По определению Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), качество жизни – это «восприятие модели своего положения в жизни, в контексте культуры и системы ценностей, в которых он живет, в связи с целями, ожиданиями, стандартами и интересами этого индивидуума».

Качество жизни определяется физическими, социальными и эмоциональными факторами жизни человека, имеющими для него важное значение и на него влияющими. Качество жизни – это степень комфортности человека как внутри себя, так и в рамках своего общества.

В психологической науке измерение качества жизни проводилось двумя основными подходами: измерение объективных условий жизни и измерение субъективных оценок жизни. В рамках этих двух подходов сложились две модели качества жизни, которые в научной литературе называют объективистской и психологической.

В психологической модели качество жизни отражено в субъективных ощущениях индивидов, которые формируются на основе развития познавательных психических процессов индивида, его жизненного опыта и т.п.

В качестве индикаторов изучаемого явления могут входить следующие критерии: когнитивная составляющая (оценка общей удовлетворенности жизнью); аффективная составляющая (позитивная оценка – ощущение счастья, социальная поддержка, личностная компетентность; негативная оценка – ощущение депрессии, тревожности и стресса).

В настоящее время существует значительное число способов оценки уровня и качества жизни. Так, например, принято разделять два базовых подхода к процедуре оценки качества жизни: субъективный и объективный.

Критерием объективной оценки качества жизни служат научные нормативы потребностей и интересов людей, по соотношению с которыми можно объективно судить о степени удовлетворения этих потребностей и интересов. Это главным образом показатели, отражающие оценочные характеристики со стороны руководителей, коллег, друзей и т.п.

С другой стороны, потребности и мотивы людей индивидуальны и степень их удовлетворения могут оценить только сами субъекты [5]. Они не фиксируются статистическими величинами и практически существуют лишь в сознании людей и, соответственно, в их личных мнениях и оценках. Качество жизни показывает степень развития и полноту удовлетворения всего комплекса потребностей и интересов людей, проявляющихся как в различных видах деятельности, так и в самом жизнеощущении. Предполагается, что определение самим индивидом степени удовлетворенности своих потребностей, своего жизненного положения дает наиболее достоверную картину.

Качество жизни – совокупный или интегральный показатель, включающий в себя значительное число составляющих. Конкретный набор показателей и индикаторов качества жизни определяется в зависимости от задач исследования, места его проведения и другими факторами.

Учет оценки качества и уровня жизни как интегрального показателя, включающего в себя значительное число составляющих (здоровье, социальные взаимоотношения, духовность, религия, личные убеждения и т.п.) позволит прогнозировать успешность адаптации курсантов к условиям учебно-профессиональной деятельности.

Цель данного исследования состояла в получении качественного и независимого инструмента оценки качества жизни обучающихся Санкт-Петербургского университета Государственной противопожарной службы МЧС России (СПб университет ГПС МЧС России).

Выборка составила 56 курсантов первого (n=26) и пятого курсов (n=30) факультета пожарной безопасности, в возрасте от 19 до 22 лет.

Качество жизни изучались при помощи Опросника качества жизни «ВОЗКЖ–100», разработанного ВОЗ с целью получения данных оценки качества жизни людей вне зависимости от социального, культурного, демографического и политического контекста [6].

Согласно мнению Организации Объединенных Наций (ООН), социальная категория качества жизни включает 12 параметров, из которых на первом месте стоит здоровье. Европейская экономическая комиссия систематизировала восемь групп социальных индикаторов качества жизни, при этом здоровье также поставлено на первое место. Следовательно, качество жизни, связанное со здоровьем, можно рассматривать как интегральную характеристику физического, психического и социального функционирования здорового человека, основанную на его субъективном восприятии.

В течение пяти лет опросник создавался одновременно на основных мировых языках в 15 центрах ВОЗ во всех частях света, в странах с различным экономическим уровнем и культурными традициями (WHOQOL – World Health Organization's Quality of Life) по единой методологии.

Авторами была использована сокращённая версия, состоящая всего из шести сфер жизни человека (ядерный модуль), включающая 26 пунктов и 24 шкалы (табл. 1).

Каждая из сфер состоит из различного количества субсфер, например, «Физическая сфера» включает в себя субсферы «Физическая боль и дискомфорт»; «Жизненная активность», «Энергия и усталость» и «Сон и отдых». Кроме того, четыре вопроса оценивали качество жизни в целом. При этом первый вопрос субсферы являлся шкалой интенсивности, второй – шкалой способности, третий – шкалой частоты, четвёртый – шкалой оценки.

Каждая субсфера вносит равный вклад в значение сферы, но все сферы имеют различное количество субсфер, поэтому для нормализации получаемых данных значение сферы равно среднему арифметическому значению всех входящих в неё субсфер:

«Физическая сфера»:

$$I=(F1+F2+F3)/3;$$

«Психологическая сфера»:

$$II=(F4+F5+F6+F7+F8)/5;$$

«Уровень независимости»:

$$III=(F9+F10+F11+F12)/4;$$

«Социальные взаимоотношения»:

$$IV=(F13+F14+F15)/3;$$

«Окружающая среда»:

$$V=(F16+F17+F18+F19+F20+F21+F22+F23)/8;$$

«Духовная сфера»: равно значению этой субсферы.

Таблица 1. Сферы качества жизни, измеряемые опросником «ВОЗКЖ–100»

№ п/п	Измеряемое качество	
	Сферы жизни человека	
1	I. Физическая сфера	F1 «Физическая боль и дискомфорт»
		F2 «Жизненная активность, энергия и усталость»
		F3 «Сон и отдых»
2	II. Психологическая сфера	F4 «Положительные эмоции»
		F5 «Мышление, обучаемость, память и концентрация»
		F6 «Самооценка»
		F7 «Образ тела и внешность»
3	III. Уровень независимости	F8 «Отрицательные эмоции»
		F9 «Подвижность»
		F10 «Способность выполнять повседневные дела»
		F11 «Зависимость от лекарств в лечении»
4	IV. Социальные взаимоотношения	F12 «Способность к деятельности – работе, учебе и т.п.»
		F13 «Личные отношения»
		F14 «Практическая социальная поддержка»
5	V. Окружающая среда	F15 «Сексуальная активность»
		F16 «Физическая безопасность и защищённость»
		F17 «Окружающая среда дома»
		F18 «Финансовые ресурсы»
		F19 «Медицинская и социальная помощь»
		F20 «Возможности для приобретения новой информации и навыков»
		F21 «Возможности для отдыха и развлечений и их использование»
F22 «Окружающая среда вокруг»		
6	VI. Духовность, религия, личные убеждения	F23 «Транспорт»
		F24 «Духовность, религия, личные убеждения»
7	Интегральный показатель оценки качества и уровня жизни (КЖ)	

Расчёт общего качества жизни рассчитывался как сумма значений всех шести сфер: I+II+III+IV+V+VI.

Каждая из субсфер, даже если её название звучало негативно, оценивалось следующим образом, чем выше значение по любой из субсфер, тем выше качество жизни по ней. Для негативно названных шкал это означало низкую выраженность проблемы.

Все вопросы имели одинаковый вес, и каждый относился только к своей субсфере, поэтому результат достигался простым суммированием (или вычитанием) полученных баллов.

Результаты сравнительного анализа качества жизни обучающихся курсантов первого и пятого курсов СПб университета ГПС МЧС России оценки уровня и качества жизни «ВОЗКЖ–100» представлены в таблице 2.

По результатам сравнительного анализа обращает внимание на себя тот факт, что в разных группах курсантов первого и пятого курсов по субсферам F18 «Финансовые ресурсы», F23 «Транспорт», F24 «Духовность, религия, личные убеждения» наблюдалась тенденция к повышению среднего балла от учебной группы первого курса к группе пятого. В то же время статистически значимых отличий по величине среднего балла в группах

не было выявлено, за исключением результатов анализа среднего балла по субсферам F1 «Физическая боль и дискомфорт», F6 «Самооценка», F8 «Отрицательные эмоции», F17 «Окружающая среда дома», F19 «Медицинская и социальная помощь», где были выявлены достоверные различия (табл. 2).

В частности, на взгляд авторов, это может свидетельствовать о конкретных аспектах жизни, связанных с состоянием здоровья обучающихся в этот период обучения. Курсанты в начальном периоде обучения, в рамках физического функционирования, субъективно оценивают свое состояние как физический дискомфорт, усталость и недостаток энергии и сил, а также невозможностью полноценно восстановиться и отдохнуть с помощью сна, в снижении самооценки. Результаты исследования отражены в снижении показателей шкалы субсферы F1 «Физическая боль и дискомфорт»; F6 «Самооценка», при ( $p \leq 0,05$ ) (табл. 2).

**Таблица 2. Результаты сравнительного анализа качества жизни обучающихся курсантов первого и пятого курсов СПб университета ГПС МЧС России**

№ п/п	Изучаемая характеристика	Курсанты 1-го курса (n=26), кол-во чел. (в баллах)	Курсанты 5-го курса (n=30), кол-во чел. (в баллах)
1.	F1	15,09±2,44	17,04±2,78*
2.	F6	15,83±2,44	17,76±2,80*
3.	F8	15,52±2,31	17,52±2,87*
4.	F15	13,17±3,79	16,28±4,25**
5.	F17	15,04±3,67	17,14±3,22*
6.	F18	15,56±3,60	14,52±3,70
7.	F19	15,86±4,30	13,09±4,10*
8.	F23	15,73±2,75	14,76±4,12
9.	F24	15,95±4,13	14,57±5,38

Примечание: \* –  $P < 0,05$ ; \*\* –  $P < 0,01$

Особо обращает на себя внимание тот факт, что оценка динамики качества жизни обучающимися, имела субъективный характер и зависела от многих факторов, в том числе, от индивидуально-личностных качеств, особенностей характера, типологических особенностей и воспитания. Результаты исследования представляют научный интерес и подлежат дальнейшему углубленному изучению. Данные были получены по результатам методики «СМИЛ» по Л.Н. Собчик, экспертной оценки командирами и преподавателями.

Результаты исследований могут быть использованы в психологическом обеспечении профессиональной деятельности сотрудников МЧС России, в частности, при осуществлении мероприятий психологического сопровождения курсантов, слушателей и студентов образовательных учреждений высшего профессионального образования МЧС России.

### **Литература**

1. Чермянин С.В., Корзунин В.А., Юсупов В.В. Методологические аспекты диагностики нервно-психической неустойчивости у специалистов экстремальных видов деятельности // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. 2008. № 6. С. 49–54.
2. Новик А.А., Ионова Т.И. Руководство по исследованию качества жизни в медицине. М.: Олма-Пресс, 2002. 318 с.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии в современной школе. М.: Аркти, 2004. С. 206–207.
4. Управление качеством. Качество жизни / Б.И. Герасимов [и др.]. СПб.: Форум-М, 2014. 304 с.

5. Иванова Т.В., Солнцев В.О., Церфус Д.Н. Ведущие мотивы профессиональной деятельности курсантов Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России // Проблемы управления рисками в техносфере. 2014. № 3 (31). С. 127–130.

6. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний / под ред. Н.Д. Ющука. М.: Изд-во «Перо», 2012. 659 с.

### References

1. Chermianin S.V., Korzunin V.A., Yusupov V.V. Metodologicheskie aspekty diagnostiki nervno-psihicheskoy neustoychivosti u spetsialistov ehkstremaalnyh vidov deyatel'nosti [Methodological aspects of diagnostics of psychological instability at experts of extreme kinds of activity]. In: Mediko-biologicheskie i sotsialno-psihologicheskie problemy bezopasnosti v chrezvychaynyh situatsiyah [Medico-biological and social-psychological problems of safety in emergency situations]. 2008. no. 6. pp. 49–54. (In Russ.)

2. Novik A.A., Ionova T.I. Rukovodstvo po issledovaniyu kachestva zhizni v meditsine [Research Guide of quality of life in medicine]. Moscow: Olma-Press, 2002. 318 p. (In Russ.)

3. Smirnov N.K. Zdorovesberegayushchie tekhnologii v sovremennoy shkole [Health saving technology in the modern school]. Moscow: Arkti, 2004. pp. 206–207. (In Russ.)

4. Upravlenie kachestvom. Kachestvo zhizni [Quality control. The quality of life]. Gerasimov B.I. and etc., Saint-Petersburg: Forum-M, 2014. 304 p. (In Russ.)

5. Ivanova T.V., Solntsev V.O., Tserfus D.N. Vedushchie motivy professionalnoy deyatel'nosti kursantov Sankt-Peterburgskogo universiteta GPS MCHS Rossii [The leading motives of professional work of cadets Saint-Petersburg university of State fire service of EMERCOM of Russia]. In: Problemy upravleniya riskami v tekhnosfere [Problems of risk management in the technosphere]. 2014. no. 3 (31). pp. 127–130. (In Russ.)

6. Zdorovyy obraz zhizni i profilaktika zabolevaniy [A healthy lifestyle and disease prevention]. Edited by Yushchuka N.D., Moscow: «Pero», 2012. 659 p. (In Russ.)