

СТИЛЬ ЖИТТЯ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД

Плавко М.М.,

*студентка кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: PlavkoMM@krok.edu.ua ,*

Васильченко О.М.,

*доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: OlgaVM@krok.edu.ua,*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0716-3430>

В теперішній швидкоплинний, динамічний та вимогливий до життя людини час, стиль життя впливає на усі сфери її розвитку як особистості. Усвідомлення людиною (особою, індивідом, особистістю) важливості стилю її життя дає можливість замислитися над способом життя, життєвими стратегіями, принципами, переконаннями та самим сценарієм життя, які загалом обумовлюють та створюють якість життя у соціальному та психологічному розумінні.

В основу значущості стилю життя особистості покладено можливість усвідомленого впорядкування або самоконтролю життя особистістю як екологія свідомості, як свідомий вибір життєвого сценарію - нетоксичного по відношенню до себе, інших людей та навколишнього середовища. Ця потенція є перспективною та важливою для розвитку особистості як складової соціуму, а також - соціуму загалом, і їй недостатньо приділяється увага при вивченні та поширенні у соціально-психологічному просторі.

Отже, основна актуальність проблеми стилю життя лежить в соціальній площині, де змінюються соціальні умови та відповідно з'являються нові вимоги до життя та розвитку людини у суспільстві, у відповідь на які з'являються нові форми прояву пристосування до них соціально-психологічному характеру.

Об'єкт дослідження: Стиль життя особистості.

Предмет: Психологічні особливості стилю життя особистості.

Мета роботи: теоретично вивчити проблему стилю життя особистості

За проведеним теоретичним вивченням стилю життя особистості прийнято визначення поняття стилю життя особистості з посиланням на словник Жмурова В. А., згідно якого, стиль життя – це термін А. Адлера, що позначає унікальний і стійкий спосіб дій людини. Стиль в такому уявленні відображає безліч мотивів, інтересів, цінностей і рис людини, проявляючись у всій її поведінці [1].

Згідно напрацювань Карпінського К. В., найбільш точне і лаконічне визначення за Адлером А. стилю життя як «значення, яке людина надає світу і самій собі, її цілей, спрямованості її прагнень і тих підходів, які вона використовує при вирішенні життєвих проблем» [2, с.62], а також, що «Життєвий стиль особистості... синтезує: 1) структури спонукальної регуляції життєвого шляху, а саме сенс життя, життєві цінності та цілі; 2) структури виконавчої регуляції життєвого шляху особистості – способи досягнення життєвих завдань,

стратегії реалізації сенсу життя» [2, с.62], як свідчення про інтегральність властивостей життєвого стилю особистості. Відповідно до вчення Адлера А., синонімами поняття стиль життя виступають наступні поняття: «життєвий шлях», «образ життя», «лінія життя» та ін.. [3].

Враховуючи, що ранні спогади людини стають «прототипом» майбутнього цілісного стилю життя, що «сформувався в процесі подолання труднощів пережитих у дитинстві, і ґрунтується на прагненні до мети» [4, с.72], то вони дозволяють побачити ту частину прототипу, яка діє в сьогоdnішньому житті, і можливість її змінюватися в подальшому, на підставі звільнення від ранньої фіксації спогадів, в частині того, що не відповідає новому розумінню життя та його вимогам [5].

Частина вчених пов'язує поняття життєвого стилю із сутнісно-аксіологічним аспектом життєвого шляху особистості, інші розглядають його, в основному, як спосіб захисту від кризових життєвих ситуацій, тобто адаптаційні функції виносяться на перший план. Аналіз компонентів і типів життєвого стилю та понять, близьких до нього за змістом, привів вчених до різного бачення: одні пов'язували стиль життя особистості із життєвим сценарієм, інші - з поняттям життєвої стратегії, ще інші - з комплексом психічних захисних механізмів [5].

Стиль життя - це складний психологічний феномен, представлений у науковій літературі з різних позицій. Як близькосмислові до поняття стилю життя використовуються поняття життєвої стратегії, життєвого сценарію, способу життя, життєвого шляху, життєвої позиції й ін., що вказує на відсутність узгодженого й прийнятого у наукових публікаціях визначення поняття «стиль життя» [5].

Близьким до розуміння поняття життєвого стилю є поняття життєвої стратегії як способу організації, свідомого планування та конструювання людиною власного життя шляхом поступового формування її майбутнього [5]. За твердженням Абульханової-Славської К. О., «життєва стратегія в найзагальнішому вигляді – це постійне приведення у відповідність своїй особистості (її особливостям), характеру та способу свого життя, побудова життя, спочатку виходячи зі своїх індивідуальних можливостей і даних, а потім – з тими, які виробляються в житті. Стратегія життя полягає у способах зміни, перетворення умов, ситуацій життя відповідно до цінностей особистості у відстоюванні головного ціною поступок у частковому, у переборенні своєї боязні втрат і в знаходженні самого себе» [6, с.67].

У результаті проведеного теоретичного вивчення понять «стиль життя», «стратегія життя» та «життєвий сценарій», виявлено, що суттєві відмінності у тлумаченні вказаних понять і критерії їх розрізнення відсутні, отже, їх можна розглядати як схожі явища, об'єднані тим, що вони розглядаються як «спосіб адаптації до вимог найближчого і значимого соціального середовища, реалізації життєвого шляху особистості» [стор.12, 5]. Стиль життя стосується теперішнього часу, інші поняття – майбутнього, життєва стратегія здатна до більшої зміни протягом життя. Адлер А. і Берн Е. переконують, що їх психічні феномени (стиль і сценарій) з'являються ще в дитячому віці, що вказує на

важливість даного вікового моменту у формуванні життєвого стилю особистості. Час появи життєвої стратегії у житті людини можна вважати досі відкритим [5].

Проведеним аналізом сучасних поглядів вчених на стильові особливості життя, виявлено три напрямки їх розуміння. За першого напрямку розуміння, стиль життя інтерпретується через «щоденне повторення поведінкових патернів, в залежності від соціальної спрямованості індивіда». До цього напрямку відносяться: Масленцева Н. Ю., Пилаєва Т. В., Рощина Я. М., Сафарян А. В. [7].

При другому напрямку розуміння поняття стилю життя, центральними є: цілі, цінності, мотиви, життєві плани, ідеали, уподобання, які проявляються при взаємодії з середовищем (Дікова-Фаворська О. М., Мурадян О. С., Паніна Н. В., Шульга М. О.) [7].

Третій напрямок розуміння стилю життя становлять дослідження сучасних західних соціологів, які пов'язують стиль життя з процесом модернізації та стрімких змін сучасного суспільства (Гідденс Е., Інглхарт Р., Тоффлер Е.). За цього напрямку в основу проблеми стилю життя введено моральний компонент [7].

У зв'язку з тим, що сучасна соціально-політична ситуація в країні пропонує орієнтацію на західне суспільство, то очевидним є важливість третього напрямку сучасних досліджень, у якому розкриваються різні аспекти складної системи поведінкових проявів життєвого стилю, та які зосереджені на виявленні змін у стилі життя особистості через призму глобальних змін у світі та суспільстві.

Список використаних джерел:

1. Жмуров В.А. Большая энциклопедия по психиатрии [Электронный ресурс] / В.А. Жмуров. [2-е изд.]. М., 2012. Режим доступа : <http://vocabulary.ru/dictionary/978>.
2. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие / К.В. Карпинский. Гродно: ГрГУ, 2002. 167 с.
3. Карпинский К.В. Типология смыслопонимания личности [Электронный ресурс] / К.В. Карпинский. Режим доступа : <http://scorcher.ru/art/life/art/15.htm>.
4. Адлер А. Наука жить / А. Адлер. [Пер. с англ. и нем.]. К. : PortRoyal, 1997. С.71-83.
5. Чуйко Г.В., Чаплак Я.В. Психологічні особливості життєвого стилю особистості у юнацькому віці. / Г.В.Чуйко, Я.В.Чаплак. Технології розвитку інтелекту, 2017, 2, №5.
6. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. АбульхановаСлавская. М. : Мысль, 2004. 299 с.
7. Діденко Г.О. Стиль життя у соціально-психологічному вимірі. /Г.О.Діденко. «Young scientist» №1(41), January, 2017, Психологічні Науки.