

Н. Г. Новак, Е. В. Гутыро
г. Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КАЧЕСТВА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ И СТАРШЕКЛАССНИКОВ

В широком смысле «качество жизни» – это субъективная оценка личностью собственного благополучия, которая основана на различии между желаемым и действительным состоянием жизни. Потребности и интересы людей индивидуальны, они не фиксируются какими-либо статистическими величинами и, соответственно, степень их удовлетворения могут оценить только сами субъекты. При этом оценка качества жизни выступает в двух формах: степень удовлетворения объективных потребностей и интересов; субъективная удовлетворенность качеством жизни самой личности.

Цель исследования – изучить и сравнить качество жизни старшеклассников и студентов.

Исследование проводилось на базе школ города Гомеля и университета имени Ф. Скорины. В исследовании приняли участие 107 студентов и 98 старшеклассников. Психодиагностические методики: опросник ВОЗКЖ-100 (WHOQOL-100) и опросник SF-36 (Short Form Medical Outcomes Study).

По результатам изучения качества жизни студентов (опросник ВОЗКЖ-100) выявлено, что большинство студентов имеют средние и высокие показатели реализованности сфер, определяющих качество жизни. В наибольшей степени выражены такие параметры, как «Общее качество жизни и здоровья», «Уровень независимости» и «Духовная сфера». Результаты изучения качества жизни старшеклассников по сферам (опросник ВОЗКЖ-100) свидетельствуют о том, что для старшеклассников не характерен низкий уровень показателей по сферам данного опросника. В основном они достаточно высоко оценивают свое качество жизни практически по всем сферам. Исключение составляют сферы «Физическая сфера» и «Психологическая сфера», где старшеклассники практически поровну разделились на лиц со средним уровнем качества жизни по данным сферам и лиц с высоким качеством жизни по данным сферам.

Результаты изучения качества жизни студентов по шкалам опросника SF-36 свидетельствуют о том, что большинство студентов имеют средний и высокий уровень выраженности компонентов качества жизни и наиболее высоко ценят неограниченность физической активности. Большая часть старшеклассников оценивает качество своей жизни достаточно высоко практически по всем шкалам опросника. И только по шкалам «Психическое здоровье» и «Жизненная активность» старшекласс-

сники разделились практически поровну на лиц со средней оценкой качества жизни и лиц с высокой оценкой качества жизни.

Согласно результатам статистического анализа (ϕ^* -критерий), значимые различия между результатами старшеклассников и студентов были выявлены по следующим сферам опросника ВОЗКЖ-100:

– **«Окружающая среда»:** среди респондентов со средним уровнем по шкале большую долю составляют студенты ($p \leq 0,01$), а среди респондентов с высоким уровнем – старшеклассники ($p \leq 0,01$);

– **«Уровень независимости»:** среди респондентов со средним уровнем по шкале большую долю составляют студенты ($p \leq 0,05$), а среди респондентов с высоким уровнем – старшеклассники ($p \leq 0,05$);

– **«Социальные отношения»:** среди респондентов со средним уровнем по шкале большую долю составляют студенты ($p \leq 0,05$), а среди респондентов с высоким уровнем – старшеклассники ($p \leq 0,05$).

По результатам опросника SF-36 значимые различия были выявлены по следующим шкалам:

– **«Интенсивность боли»:** среди респондентов с низким и средним уровнем большую долю составляют студенты ($p \leq 0,01$), а среди респондентов с высоким уровнем – старшеклассники ($p \leq 0,01$);

– **«Социальное функционирование»:** среди респондентов со средним уровнем большую долю составляют студенты ($p \leq 0,01$), а среди респондентов с высоким уровнем – старшеклассники ($p \leq 0,01$);

– **«Жизненная активность»:** среди респондентов с высоким уровнем значительно больше старшеклассников, чем студентов ($p \leq 0,05$);

– **«Психическое здоровье»:** среди респондентов с высоким уровнем значительно больше старшеклассников, чем студентов ($p \leq 0,05$);

– **«Физическое функционирование»:** среди респондентов со средним уровнем большую долю составляют студенты ($p \leq 0,05$), а среди респондентов с высоким уровнем – старшеклассники ($p \leq 0,05$);

– **«Общее состояние здоровья»:** среди респондентов со средним уровнем большую долю составляют студенты ($p \leq 0,05$), а среди респондентов с высоким уровнем – старшеклассники ($p \leq 0,05$).

Таким образом, по большинству параметров структура качества жизни старшеклассников и студентов совпадают: для личности юношеского возраста важно свободно передвигаться, не завися от обстоятельств, своевременно получать достоверную информацию о происходящем вокруг, приобретать нужные знания и обучаться новым навыкам. Также юноши обеспокоены своим здоровьем и возможной или реальной зависимостью от применения лекарственных средств или других медицинских вмешательств. Возможно, это связано с неблагоприятной эпидемиологической ситуацией в мире и в нашей стране на данный момент, и это отражается на качестве жизни как старшеклассников, так и студентов.

В целом, физическое и эмоциональное состояние юношей не вызывает трудностей в обычной жизни, не ограничивает функционирование. Они не чувствуют себя одинокими, социальная активность не ограничена. Старшеклассники выше оценивают комфорт домашних условий, возможность побыть наедине с собой. Они в большей степени ощущают поддержку и вовлеченность в социальную среду. Также особая роль в структуре качества жизни старшеклассников отведена отдыху. Возможность полноценно отдохнуть, провести время так, как этого хочется, является одним из факторов формирования высокого качества жизни в юношеском возрасте.

На основе выявленных значимых различий в структуре качества жизни выявлено, что старшеклассники в меньшей степени, чем студенты ощущали влияние болевых ощущений на качество жизни опрошенных, на способность заниматься повседневной деятельностью, включая работу по дому и вне дома, им не приходилось значительно ограничивать социальные контакты и круг своего общения в связи с ухудшением физического и эмоционального состояния. Полученные результаты можно связать с тем фактом, что старшеклассники продолжают проживать с родителями и в меньшей степени сталкиваются с разного рода ограничениями, влияющими на качество жизни. студентам приходится уже решать вопросы финансовой независимости, меняется круг общения, а иногда и место жительства и т.д.

На основе теоретического анализа и эмпирического исследования по проблеме были разработаны психологические рекомендации по повышению качества жизни личности юношеского возраста: развитие личности как субъекта собственной жизни, формирование уважения и принятия самих себя, формирование здорового образа жизни, повышение самооценки и уверенности в себе, повышение стрессоустойчивости, развитие представлений о своих психологических возможностях, внутренних ресурсах, осознание ценности своей жизни.