

УДК 159.9.072

DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.5-1.3>**Г. О. Діденко**аспірантка кафедри практичної психології  
Херсонський державний університет

## ОСОБЛИВОСТІ КОМПОНЕНТІВ СТИЛЮ ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ

*Наведено модель стилю життя особистості. Визначено, що стиль життя слід розглядати як особливий індивідуальний спосіб здійснення особистістю обраного нею життєвого шляху. Зазначено компоненти стилю життя. Визначено, що до основних компонентів стилю життя слід відносити: когнітивний, поведінковий, емоційний та ціннісний. Зазначено, що з метою перевірки структурної моделі життєвого стилю особистості, доцільно застосовувати наступні методики: з метою виявлення уявлень суб'єкта про образ Я та дослідження особливостей взаємовідносин у малих групах – методику діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі; з метою виявлення дисфункціональних когніцій та ставлення суб'єкта до себе, оточуючих людей та світу – методику «Два антисвіти» В.І. Шебанової; з метою виявлення змістовної сторони спрямованості особистості, що становить основу її відношень до оточуючого світу, до інших людей, до себе самої, основу світогляду та ядро мотивації життєдіяльності, основу життєвої концепції та «філософію життя» – методику «Ціннісні орієнтації» М. Рокича; з метою самооцінки емоційних станів досліджуваних – методику «Самооцінка емоційних станів» А. Уессмана і Д. Рікса.*

*Описано результати факторного аналізу, проведеного з метою перевірки гіпотез щодо основних вимірювань, що лежать в основі сукупності пов'язаних змінних. Зауважено, що отримані фактори виступають гіпотетичними змінними або «конструктами», що описують ступінь взаємозв'язку аналізованих змінних.*

*Встановлено, що смислове значення фактора складається з визначальних властивостей тих змінних, які мають високі навантаження з даного фактору. За результатами факторного аналізу виокремлено 7 значущих факторів за критерієм Хамфрі, які пояснюють 66% від сумарної дисперсії, а саме: «емоційний стан», «конформно залежна поведінка», «миролюбність», «життєві цінності», «ставлення до себе та світу», «суспільні цінності», «критичність в оцінці себе». Узагальнено, що результати факторного аналізу підтвердили розроблену теоретичну модель стилю життя особистості.*

**Ключові слова:** структура, факторний аналіз, методики, дослідження, теоретична модель, змінні.

**Постановка проблеми.** На сьогодні особливої актуальності набуває дослідження питань, що пов'язані з розкриттям окремих аспектів життєвого шляху особистості. Наявність фрагментарних психологічних, соціологічних та соціально-психологічних досліджень стилю життя особистості, обумовила необхідність уточнення суті психологічного змісту концепту, розробки його концептуальної моделі та здійснення її емпіричної перевірки.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Стиль життя особистості виступає складним структурним об'єднанням. На основі проведеного концептуального аналізу низки наукових праць сучасних дослідників: П.П. Горностая та Т.М. Титаренко, О.Г. Малиної, Г. Мозака та Б. Шульмана, Ю.М. Швалба та інших, присвячених розкриттю різних аспектів концепту «стиль життя», автор визначила, що стиль життя – це особливий індивідуальний спосіб здійснення особистістю обраного нею життєвого шляху.

**Мета та завдання.** Головною метою цієї роботи є провести емпіричну перевірку авторської теоретичної моделі стилю життя особистості.

**Виклад основного матеріалу.** У попередніх публікаціях автором презентовано авторську

модель концепту «стиль життя», до головних структурних компонентів якого віднесені: образ Я, що відображає уявлення людини про себе; образ світу – уявлення про світ, людей, природу, тобто все те, що оточує людину; взаємовідносини з оточуючими людьми; актуальний емоційний стан; ціннісні орієнтації [2].

З метою визначення структури взаємозв'язків між змінними та перевірки функціональності запропонованої моделі стилю життя, нами було проведено емпіричне дослідження, спрямоване на дослідження наступних компонентів: емоційного, когнітивного, поведінкового та ціннісного. Для досягнення поставленої мети, нами були застосовані наступні методики: Методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі; Методика «Два антисвіти» В.І. Шебанової; Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича; Методика «Самооцінка емоційних станів» А. Уессмана і Д. Рікса.

У основному дисертаційному дослідженні взяло участь 256 осіб. У результаті опрацювання даних, дійсних протоколів було виявлено 115. Вік досліджуваних склав від 18 до 48 років, середній вік по вибірці – 26 років. У склад вибірки увійшли

16 чоловіків (14%) та 99 жінок (86%). 22 особи (19%) мають вищу освіту, 93 особи (81%) – незакінчену вищу освіту. Отримані дані були піддані факторному аналізу. Факторний аналіз надав змогу провести розвідувальний аналіз гіпотез щодо основних вимірювань, що лежать в основі сукупності пов'язаних змінних. Це важливий метод для визначення мінімального числа таких вимірів, необхідних для пояснення мінливості досліджуваної сукупності змінних.

За даними факторного аналізу з 58 показників було виокремлено 7 значущих факторів за критерієм Хамфрі, які пояснюють 66% від сумарної дисперсії. Проведемо аналіз досліджуваних характеристик у відповідності з вагою, з якою вони входять у той чи інший фактор.

Автор детально розглядає зміст кожного фактора.

До складу першого фактора увійшли 7 показників. У таблиці 1 наведений фрагмент цього фактора, який містить найбільш інформативні для інтерпретування показники. Фактор «емоційний стан» частково характеризує особливості емоційного компоненту стилю життя особистості.

Можна зробити висновок, що опитувані, які отримали високі показники за фактором «емоційний стан», схильні демонструвати впевненість у собі, піднесення, спокій, енергійність. Вони схильні до домінування та авторитарності. Особи, що отримали низькі показники за зазначеним фактором, демонструють невпевненість у собі, схильні до підкорення іншим; вони пригнічені та часом тривожні, пасивні.

До складу другого фактора увійшли 6 показників. У таблиці 2 наведений фрагмент даного фактора, який містить найбільш інформативні для інтерпретування показники.

Фактор «конформно залежна поведінка» частково характеризує особливості когнітивного та поведінкового компонентів стилю життя особистості.

Є.П. Ільїн визначає, що «альтруїзм в більшій мірі обумовлений не зовнішнім соціальним тиском та не присутністю людини, здатної оцінити благородність вчинку суб'єкта. Це поведінка, яка обумовлена наявністю у людини низки душевних якостей (особистісних диспозицій) – співчутливості, турботи, почуття обов'язку, відповідальності та відсутністю якостей, які не сприяють прояву альтруїзму, підозрливості, жадібності, скептицизму [3, с. 116].

Отримані результати надають змогу узагальнити, що опитуваним, що отримали високі показники за фактором «конформно залежна поведінка», властиві: схильність до прояву залежної поведінки та підкореності, альтруїстичність та дружелюбність, «патологічна поведінка», що виражається у складнощах соціальної адаптації. До характерних властивостей досліджуваних з низькими показниками за фактором можна віднести наступні: незалежність та самостійність у прийнятті рішень, егоїстичність та високоадаптивність.

До складу третього фактора увійшли 5 показників. У таблиці 3 наведений фрагмент цього фактора, який містить найбільш інформативні для інтерпретування показники. Фактор «миролюбність» частково характеризує особливості когнітивного та поведінкового компонентів стилю життя особистості.

Досліджуваним, що отримали високі показники за фактором «миролюбність», властиві спокій та альтруїстичність, довірливість, дружелюбність та високий рівень соціальної адаптованості. Опитувані з низькими показниками за фактором,

Таблиця 1

**Склад фактора «Емоційний стан»**

№	Показники, що увійшли до складу фактора	Факторне навантаження
1.	Загальна оцінка емоційного стану	0,88
2.	Впевненість у собі	0,85
3.	Домінування	0,81
4.	Піднесення	0,80
5.	Спокій	0,73
6.	Авторитарність	0,72
7.	Енергійність	0,66

Таблиця 2

**Склад фактора «Конформно залежна поведінка»**

№	Показники, що увійшли до складу фактора	Факторне навантаження
1.	Залежність	0,82
2.	Підкореність	0,78
3.	Альтруїстичність	0,77
4.	Дружелюбність	0,75
5.	«Патологічна поведінка»	0,66
6.	Дружелюбність	0,61

Таблиця 3

## Склад фактора «Миролюбність»

№	Показники, що увійшли до складу фактора	Факторне навантаження
1.	Агресивність	-0,86
2.	Егоїстичність	-0,76
3.	Підозрілість	-0,76
4.	Дружелюбність	0,74
5.	Патологічна поведінка	-0,53

схильні демонструвати агресивність та егоїстичність по відношенню до інших, вони підозрілі, не дружелюбні та мають низький рівень соціальної адаптованості.

К. Томас на підставі типології конфліктної поведінки виділяє два стилі: кооперація, яка пов'язана з фокусуванням людини до інтересах інших людей, залучених у конфлікт; і напористість, для якої характерний акцент на захисті власних інтересів. Відповідно до цих двох основних вимірів, К. Томас виокремлює наступні безконфліктні способи реагування в ситуаціях конфліктів: пристосування, компроміс, уникнення.

Так, пристосування означає, на протипагу суперництва, принесення в жертву власних інтересів заради іншого. При використанні цього стилю має місце участь у ситуації і згода робити те, чого хоче інший.

Компроміс слід розглядати як угоду між учасниками конфлікту, досягнуту шляхом взаємних поступок. При використанні цього стилю обидві сторони трохи поступаються у своїх інтересах, щоб задовольнити їх в іншому, часто головному. Це робиться шляхом торгу і обміну, поступок. На відміну від співпраці, компроміс досягається на більш поверхневому рівні – один поступається в чимось, інший теж, у результаті з'являється можливість дійти спільного рішення. При компромісі відсутній пошук прихованих інтересів, розглядається тільки те, що кожен говорить про свої бажання. При цьому причини конфлікту не будуть зачіпатися. Увага зосереджена не на їх усуненні, а на знаходженні рішення, що задовольняє одноментні інтереси обох сторін.

Для уникнення (ухилення) характерні як відсутність прагнення до кооперації, так і відсутність тенденції до досягнення власних цілей. Людина не відстоює свої права, ні з ким не співпрацює для вироблення рішення, або ухиляється від вирішення конфлікту. Для цього використовуються

відхід від проблеми (вихід із кімнати, зміна теми), ігнорування її, перекладання відповідальності за рішення на іншого, відстрочка рішення [1].

До складу четвертого фактора увійшли 5 показників (Таблиця 4). Фактор «життєві цінності» розкриває ціннісний компонент стилю життя.

Життєві цінності слід розглядати як систему світорозуміння людини, яка містить оцінку всього існуючого з позицій добра і зла, розуміння щастя, справедливості і любові, що дозволяє встановити зв'язок вчинку людини з загальноприйнятою системою соціальних цінностей. Вибір певних моральних цінностей дозволяє особистості виробити не тільки моральну оцінку розглянутих вчинків, але і дати самооцінку своєї поведінки, а також обрати ціннісну орієнтацію властивій їй моральної свідомості. Вибрані особистістю моральні цінності втілюються у кінцевому рахунку в ціннісній орієнтації, реалізуючи її вихідну моральну позицію. Вона проявляється не тільки в окремих вчинках та їхніх мотивах, а й у всій лінії поведінки [7].

Грунтуючись на отриманих даних автор визначає, що опитувані з високими показниками за фактором «життєві цінності» демонструють невихованість та пригніченість. Вони сміливі у відстоюванні своєї думки, мають широкий кругозір. Схильні до прояву неохайності. Досліджувані з низькими оцінками за фактором виховані та життєрадісні, не рішучі у відстоюванні своїх думок, мають дещо обмежені погляди на оточуючу дійсність, охайні.

П'ятий фактор (Таблиця 5) – «ставлення до себе та світу», уточнює особливості уявлень особистості про себе та світ та частково описує когнітивний компонент стилю життя.

Особистість у залежності від змісту її «внутрішніх умов» будує свої відносини з соціальною дійсністю, визначаючи їх специфіку [4]. В.О. Зобков визначає, що «ставлення людини до життєдіяльності – це триєдність ставлень: ставлення до себе, ставлення до діяльності та ставлення до

Таблиця 4

## Склад фактора «Життєві цінності»

№	Показники, що увійшли до складу фактора	Факторне навантаження
1.	Вихованість	-0,78
2.	Життєрадісність	-0,71
3.	Сміливість у відстоюванні своєї думки	0,67
4.	Широта поглядів	0,64
5.	Охайність	-0,57

Таблиця 5

**Склад фактора «Ставлення до себе та світу»**

№	Показники, що увійшли до складу фактора	Факторне навантаження
1.	Світ поганого (думаю про себе, світ, людей)	-0,89
2.	Світ поганого (думаю про себе)	-0,83
3.	Світ гарного (думаю про себе)	-0,73
4.	Світ гарного (думаю про себе, світ, людей)	-0,70

інших людей, що формується у процесі життя конкретної людини та забезпечує зв'язок особистості з соціальною дійсністю» [5, с. 32]. Також, В.О. Зобков зауважує, що змістовна сторона ставлення людини до життєдіяльності обов'язково вміщує процеси, пов'язані з минулим, сьогоднішнім та майбутнім, що дозволяє говорити не тільки про процесуальний, але й про потенційний характер розвитку ставлень, про динаміку становлення людини як суб'єкта життєдіяльності, про характер її результатів у життєдіяльності [5, с. 34].

До складу шостого фактора увійшли 4 показники. У таблиці 6 наведений фрагмент цього фактора, який містить найбільш інформативні для інтерпретування показники.

Фактор «суспільні цінності» уточнює уявлення особистості про ціннісний компонент стилю життя. Досліджувані, які отримали високі показники за фактором «суспільні цінності», схильні демонструвати нечесність, мають високі запити, надають великого значення суспільному визнанню та цікавій роботі. Ті опитувані, що отримали низькі значення за зазначеним фактором, здебільшого, схильні проявляти чесність у міжособистісних відносинах, нівелюють важливість високих запитів, суспільного визнання та цікавої роботи у своєму житті.

До складу 7 фактора увійшли 3 показники. У таблиці 7 наведений фрагмент цього фактора, який містить найбільш інформативні для інтерпретування показники.

Так, сьомий фактор – «критичність в оцінці себе» – частково характеризує особливості ціннісного та поведінкового компонентів. Наведені результати надають підстави встановити, що

опитуваним з високими балами за фактором «Критичність в оцінці себе», вірогідно властиві акцентуації особистісних властивостей. Вони, здебільшого, впевнені у собі та знецінюють важливість матеріально забезпеченого життя. Досліджувані з низькими результатами за фактором, особливо значущістю наділяють матеріально забезпечене життя, схильні демонструвати невпевненість у собі.

**Висновки.** Проведено обґрунтування моделі відповідно до системного підходу в психології. Визначено, що результати факторного аналізу підтвердили запроповану теоретичну модель стилю життя особистості. Встановлено, що особливості прояву стилю життя особистості залежать від функціонування чотирьох структурних компонентів: емоційного, ціннісного, когнітивного та поведінкового.

Доведено, що виокремлені фактори повністю підтверджують теоретичну модель стилю життя. Визначено, що фактор «емоційний стан» пояснює емоційний компонент; фактори «конформно залежна поведінка» та «миролюбність» частково характеризують особливості когнітивного та поведінкового компонентів; фактори «життєві цінності» та «суспільні цінності» розкривають ціннісний компонент; фактор «ставлення до себе та світу», уточнює особливості уявлень особистості про себе та світ та частково описує когнітивний компонент стилю життя; сьомий фактор – «критичність в оцінці себе» – частково характеризує особливості ціннісного та поведінкового компонентів.

Перспективою подальших розвідок є проведення багатомірної класифікації отриманих кількісних показників компонентів стилю життя.

Таблиця 6

**Склад фактора «Суспільні цінності»**

№	Показники, що увійшли до складу фактора	Факторне навантаження
1.	Чесність	-0,73
2.	Високі запити	0,62
3.	Суспільне визнання	0,53
4.	Цікава робота	0,44

Таблиця 7

**Склад фактора «Критичність в оцінці себе»**

№	Показники, що увійшли до складу фактора	Факторне навантаження
1.	Критична поведінка	0,65
2.	Матеріально забезпечене життя	-0,61
3.	Впевненість у собі	0,45

**Література:**

1. Гришина Н.В. Психология конфликта / Н.В. Гришина. 2-е изд. СПб. : Питер, 2012. 544 с.
2. Діденко Г.О. Обґрунтування методик дослідження впливу травматичного досвіду на стиль життя особистості / Г.О. Діденко // Теорія і практика сучасної психології : Збірник наукових праць / гол. ред. В.В. Зарицька. Вип. 2. Запоріжжя : Класичний приватний університет. 2018. С. 17–21.
3. Ильин Е.П. Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия / Е.П. Ильин. СПб. : Питер, 2013, 304 с.
4. Зобков В.А. Отношение человека к жизнедеятельности / В.А. Зобков // Экономика образования. 2015. № 2. С. 91–94.
5. Зобков В.А. Психологическая структура отношения человека к жизнедеятельности / В.А. Зобков // Весник КГУ им. Н.А. Некрасова. Серия : Педагогика. Психология. Социоконетика. 2016. Т. 22. № 3. С. 31–34.
6. Климчук В.О. Математичні методи у психології : навч. посіб. / В.О. Климчук. К. : Освіта України, 2009. 288 с.
7. Некрасова Н.А. Тематический философский словарь / Н.А. Некрасова, С.И. Некрасов, О.Г. Садикова. М. : МГУ ПС (МИИТ), 2016. 157 с.

**Didenko H. O. Features of life style components**

*The model of life style of the person is given. It is determined that the lifestyle should be considered as a special individual way of realizing the personality of her chosen life path. Lifestyle components outlined. It is determined that the main components of a lifestyle should be attributed: cognitive, behavioral, emotional and value. It is noted that in order to test the structural model of the lifestyle of the individual, it is advisable to use the following techniques: to identify the subject's ideas about the image of I and to study the characteristics of relationships in small groups – the method of diagnosis of interpersonal relationships T. Leary; in order to identify dysfunctional cognitions and the attitude of the subject to himself, others and the world – the method of “Two antiswitches” V.I. Shebanova; in order to identify the meaningful side of the personality orientation, which is: the basis of its relationship to the surrounding world, to other people, to itself, the basis of outlook and the core of life motivation, the basis of life concept and “philosophy of life” – the method “Value orientations” M. Rokich; for the purpose of self-esteem of emotional states of subjects – the method “Self-esteem of emotional states” by A. Wessman and D. Ricks.*

*The results of the factor analysis conducted to test the hypotheses for the basic measurements underlying the set of related variables described. It noted that the obtained factors act as hypothetical variables or “constructs” describing the degree of correlation of the analyzed variables.*

*It established that the semantic value of a factor consists of the determining properties of those variables that have high loadings from the given factor. According to the results of factor analysis, 7 significant factors were identified according to Humphrey's criterion, which explain 66% of the total variance, namely: “emotional state”, “conformally dependent behavior”, “peacefulness”, “life values”, “attitude to oneself and the world”, “social values”, “criticality in self-assessment”. Generally, the results of factor analysis confirmed the developed theoretical model of personality life style.*

**Key words:** *structure, factor analysis, techniques, research, theoretical model, variables.*