

Э.А. ОРЛОВА

## ПОНЯТИЕ «ОБРАЗ ЖИЗНИ» В КОНТЕКСТЕ ИЗУЧЕНИЯ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ МИКРОДИНАМИКИ

Статья связана с определением и операционализацией понятия «образ жизни» как процесса, представленного через смену рутинных и проблемных ситуаций. Выделяются такие его аспекты, как содержание, структура, форма и факторы (внешние и личностные), обуславливающие их поддержание и изменение. Предлагается набор показателей, характеризующих качество активности в пределах жизненных ситуаций и модусов социокультурной активности, которые составляют образ жизни. Указываются типы исследовательских задач, которые можно решать с помощью этого инструментария.

*Ключевые слова:* деятельность, жизненная ситуация (рутинная, проблемная), модусы социокультурной активности, образ жизни (его структура, содержание, форма), поведение.

Изучение микродинамики процессов, происходящих в обществе и культуре, предполагает особый уровень рассмотрения социокультурной реальности, при котором в сфере исследовательского внимания оказываются не только результаты общественной практики (социальные институты, структуры, артефакты), но и процессы их формирования, использования, поддержания, изменения. В современных социальных науках в этих целях выделяется понятие «образ жизни» в качестве элементарной единицы такого анализа. Ему соответствует концептуальная модель, которая теоретически объединяет условия и процессы, структурные и содержательные аспекты адаптации людей в социокультурном пространстве, а также обеспечивает логическую связь между сетевыми локальными взаимодействиями и коммуникациями,



# КУЛЬТУРНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

с одной стороны, и социетально-институциональными отношениями и связями — с другой. Наконец, она позволяет осуществлять аналитическое движение от типичных паттернов совместной активности людей к их индивидуальным вариациям или выходам за их пределы.

Предметную область изучения в этом случае составляет то, что принято называть повседневной реальностью, т. е. процессы существования людей в их непосредственном жизненном пространстве. Ее можно конкретизировать следующим образом. Во-первых, рамки, ограничивающие поле исследования:

- содержание взаимодействий и коммуникаций людей, обусловленных их принадлежностью к определенному локусу социокультурного пространства в его социетально-институциональном, стратификационном и территориальном измерениях;
- социокультурные образцы, ценности, нормы, характерные для этого локуса;
- механизмы социального контроля, регулирующие в этих пределах динамику совместного существования людей.

Во-вторых, социокультурное содержание соответствующих процессов:

- распределение времени и усилий при организации людьми своих взаимодействий и коммуникаций;
- характер факторов, обуславливающих их динамику;
- социокультурные механизмы их поддержания и изменения.

Объектом исследования в этом случае становятся формы организации людьми процессов индивидуальной и совместной жизни в конкретных локусах существования. При изучении социокультурной микродинамики в центр внимания помещаются факторы, обуславливающие как воспроизведение, так и изменение структурных и функциональных характеристик повседневной жизни людей. В качестве единицы анализа принимаются определенные состояния жизненных условий и процессов, определяющих динамические характеристики совместной активности людей в конкретном локусе их существования.

Итак, понятие *образ жизни* обозначает совокупность процессов и событий, организованную таким образом, чтобы сосуществование людей в конкретных зонах социокультурного пространства предполагало возможность вариаций индивидуальных проявлений. Способы такого упорядочения определяются жизненными условиями, социокультурными особенностями и выборами людей из наличных возможностей в ходе самореализации. Понятие используется для выявления устойчивых и изменчивых аспектов совместной и индивидуальной активности в этих границах и выделяется как динамическая социокультурная единица с системными характеристиками, обусловленными активным и организующим началами человека.

### Содержание, структура, форма образа жизни

Содержание, структура и форма образа жизни людей в контексте микродинамического анализа могут быть представлены через процессы и события, составляющие

социокультурное существование людей. Рассуждение о том, как складывается эта целостность, целесообразно вести от содержания к форме, описывая механизмы ее образования и поддержания. Известно, что социальная природа людей реализуется в совместной активности, которая детерминирует смыслы и значения актуализирующихся в ее ходе процессов и событий и порождает разделяемые социокультурные коды. Соответственно, двигаясь от содержания к форме можно проследить действие специфично личностных и общих социокультурных факторов в процессе генезиса, поддержания и изменения формообразующих характеристик, преобразующих синкретичный «жизненный поток» в имеющие культурное значение основные переменные образа жизни (действия, поведение, взаимодействия, коммуникации и их результаты).

Содержание образа жизни с этой точки зрения определяется как совокупность культурно зафиксированных и социально установленных видов активности и пассивных личностных состояний, заполняющих время существования людей. В этом случае доступной наблюдению и анализу становится своего рода «субстанция», относительно которой имеет смысл говорить об устойчивости и изменчивости. Ее можно представить через несколько составляющих.

Прежде всего, это организованная активность<sup>1</sup>, которая характеризуется стандартными, культурно установленными последовательностями действий, приводящими к фиксированным результатам. Далее принято выделять поведение. Это тоже упорядоченная и стандартизованная активность, но в отличие от деятельности она менее рефлексивна и направлена не на достижение конкретной цели, но на поддержание связей с окружением. Наконец, в содержание образа жизни включаются удовлетворение биологических потребностей и разного рода пространственные перемещения. Оба вида активности не имеют специального социально-научного обозначения, но тем не менее не сводимы ни к одному из приведенных выше понятий. Они не только занимают важное место в рамках образа жизни, но и воплощены в определенных культурных формах.

Однако наряду с проявлениями активности, людям свойственно состояние, которое условно можно назвать бездействием (сон, пассивный отдых, бездумное ничегонеделание, лень). Такие моменты связаны либо с кумуляцией энергии, либо с деконструкцией внутриличностных эмоциональных или когнитивных структур, либо с отказом от участия в стандартных ситуациях взаимодействия и коммуникации. Их следует отнести к содержанию образа жизни, поскольку снижение уровня активности в пределах жизненного цикла человека имеет определенную временную длительность, периодичность и культурную категоризацию. Необходимо проводить различие между стандартно-повторяющимися формами бездействия и спонтанными проявлениями пассивности. При исследовании первые рассматриваются как воспро-

<sup>1</sup> Обычно обозначается как деятельность, или целеориентированные взаимодействие и коммуникации, связанные с реализацией социально значимых функций.

изводящиеся компоненты образа жизни, способствующие стабилизации его формы, тогда как вторые предполагают вероятность ее изменения.

Следует отметить, что понятие *образ жизни* охватывает отнюдь не все проявления человеческой жизненной активности. Так, совокупность побуждений по определению не включается в него, хотя оказывает постоянное влияние на форму и содержание соответствующих процессов, обуславливает их поддержание или изменение:

- потребности, возникающие в результате дефицита или избытка жизненных ресурсов организма;
- желания, появляющиеся, когда люди полагают, что им чего-то не хватает из социокультурных благ;
- интерес, проявляющийся при столкновении с привлекательными или новыми событиями и артефактами;
- спонтанные проявления жизненной активности, относительно независимые от внешних обстоятельств.

Поскольку проявления этих побуждений обусловлены индивидуальными особенностями людей, их появление во времени непредсказуемо. Тем не менее, поскольку они могут стать источником изменения социально значимых черт образа жизни, их следует принимать во внимание и по возможности учитывать в контексте исследования. Это можно сделать, определяя как культурно-антропологическую вероятность частоты их проявления на разных стадиях индивидуального жизненного цикла, так и их последствия для различных компонент образа жизни.

Совершенно очевидно, что все перечисленные проявления жизненной активности реализуются в определенных локусах социокультурного пространства и, будучи культурно репрезентированными, доступны освоению и пониманию. Соответственно содержание образа жизни определяется доступными для наблюдения особенностями условий существования людей, с одной стороны, и индивидуальными предпочтениями действий, поведения, взаимодействий, коммуникаций — с другой.

Возможности таких проявлений имеют в обществе свою установленную культурную определенность. Они объективированы в качестве специальных паттернов, которые можно обозначить как модусы социокультурной активности. Структуру каждого из них можно представить как относительно устойчивую организованную совокупность видов активности, а также времени и усилий, сконцентрированных вокруг достижения определенных социально и индивидуально значимых результатов. Разумеется, конкретные наборы и конфигурации таких модусов неодинаковы в разных зонах социокультурного пространства и при изменении жизненных условий. Однако в идеальнотипическом смысле их можно категоризировать в соответствии с содержательными особенностями:

- жизнеобеспечение, включающее в себя участие в системах общественного разделения труда и домашнего хозяйствования, в потреблении товаров и услуг;
- социализация (на протяжении жизненного цикла), предполагающая освоение и использование новых социокультурных кодов, способов действий и поведения в рамках разнородных интеракционных ситуаций;

- социальная коммуникация, связанная с участием в неформальных контактах, с использованием средств массовой информации, с посещением учреждений культуры;
- рекреация (в узком смысле восстановления жизненных сил), к которой можно отнести занятия спортом, личную гигиену, диету, пассивный отдых и сон.

Таким образом, модусы социокультурной активности представляют собой компоненты содержания образа жизни.

*Структура образа жизни* может быть представлена как относительно устойчивые во времени конфигурации модусов социокультурной активности (их последовательности и соподчиненности). Она складывается в ходе жизненного цикла, чтобы упорядочить распределение индивидуальных ресурсов между ними (с целью регулирования затрат времени и усилий). Совершенно очевидно, что именно в контексте таких социально установленных модусов активности люди осваивают и используют социокультурные образцы, ценности, нормы, необходимые знания и навыки, составляющие содержание образа жизни.

Их упорядочение определяется совокупностями факторов, связанных как с жизненными условиями, так и с личностными характеристиками. К первым относятся возможности выбора, открывающиеся перед людьми в той зоне социокультурного пространства, где реализуется их образ жизни (место в общественном разделении труда, в социальной стратификации, тип поселения), а также престижность занимаемой ими социальной позиции. Другие определяются конкретными личностными выборами из этих возможностей и способами организации соответствующих модусов социокультурной активности. Их относительно устойчивая организация или структура образа жизни определяется взаимодействием этих факторов.

Структура образа жизни людей не остается неизменной во времени. Ее динамика в пределах индивидуального жизненного цикла также зависит от действия обеих групп факторов. Средовыми детерминантами становятся некоторые обязательные для всех членов общества смены модусов активности (например, поступление в среднюю школу или на работу), а также определенные социально значимые обстоятельства (например, семейные изменения, безработица, природные и социальные катаклизмы). Личностные факторы связаны с изменением значимости для индивида каких-либо из составляющих образа жизни. Соответственно, определить его структуру как в синхронном, так и в диахронном аспектах можно, выявляя соотношение и силу воздействия обеих групп факторов в различные периоды жизненного цикла.

Однако для изучения социокультурной микродинамики выявления структуры образа жизни людей оказывается недостаточно. Необходимо определить тенденции движения его содержательных и структурных компонент. С этой точки зрения особую значимость имеют такие его параметры, как сложность и подвижность. Сложность определяется через дифференциальное многообразие его составляющих, через объем времени и усилий, затра-

чиваемых на их поддержание в упорядоченном состоянии, через количество и характер механизмов контроля над сохранностью сложившейся структуры. Динамичность образа жизни можно представить через частотность смены его конфигураций, через степень их устойчивости / изменчивости, через появление новых элементов в его пределах. Оба параметра определяются также на основании их оценки индивидами, реализующими соответствующие модусы активности; существующих в культуре стандартов; результатов исследования.

На теоретическом уровне структурные, содержательные и динамические характеристики образа жизни составляют его *форму*, границы которой определяются степенью:

- сложности структуры социокультурной активности (количество, качество, конфигурация ее модусов);
- устойчивости этой структуры в определенный период индивидуального жизненного цикла;
- внутренней подвижности и интенсивности соответствующих процессов.

Использование этой аналитической единицы позволяет дифференцировать образ жизни людей в различных зонах социокультурного пространства, определяемых социетально-институциональным, стратификационным и территориальным измерениями. С одной стороны, прослеживая особенности и последовательность форм образа жизни, можно выявить факторы, обуславливающие специфику каждой из них, а также охарактеризовать динамику индивидуального жизненного цикла. С другой стороны, появляется возможность сравнивать образ жизни отдельных людей как индивидов и как представителей определенных социальных слоев и групп по одним и тем же параметрам, существенным для их совместного существования. Таким образом, когда речь идет о форме образа жизни, подчеркивается, что, во-первых, его социальные и культурные аспекты теоретически интегрируются, а во-вторых, что он локализуется в определенном социокультурном пространстве. В таком качестве эта аналитическая единица может использоваться при изучении социокультурной динамики как важное основание для классификации зон соответствующего пространства с точки зрения того, насколько каждая из них способствует поддержанию или изменению сложившихся здесь «схем» повседневного существования.

Итак, изучение содержания, структуры и формы образа жизни привлекает внимание к тому, как в разных зонах социокультурного пространства люди распределяют время и усилия между модусами социокультурной активности и каким из них отдается предпочтение. Иными словами, появляется возможность наблюдать процессы социальной жизни в контексте их непосредственной реализации.

### Концепция жизненной ситуации

Для полноты анализа необходимо выявление механизмов, обеспечивающих устойчивость или изменение форм образа жизни на разных стадиях индивидуального

жизненного цикла и в различных условиях. Соответственно следует разделить каждую из них на ряд последовательных частей, границы которых различимы и для его субъектов, и для исследователя. Для этого вводится понятие *жизненная ситуация*, указывающее на пространственные и временные границы, внутри которых сохраняются относительная устойчивость либо неопределенность значимых для людей компонент жизненной среды, личностных состояний, детерминант процессов их социокультурной активности, механизмов их упорядочения. Иными словами, выделяется микропространство самореализации людей, которое в пределах рассматриваемого периода времени можно считать относительно неизменным.

Концептуальная модель жизненной ситуации выстраивается на основе следующих измерений:

- непосредственная социокультурная среда и форма образа жизни, детерминирующие характер ситуации;
- стимулы, побуждающие к действиям, направленным на поддержание или изменение формы образа жизни и самой ситуации;
- социокультурные ограничители и регуляторы процессов, реализующихся в пределах ситуации и определяющих их смену;
- индивидуальные и коллективные оценки ситуации, возможностей и результатов активности в ее пределах.

В предлагаемом исследовательском контексте *жизненная ситуация* представляет собой теоретическую конструкцию, выделяющую пространственные и временные границы, в пределах которых содержательные, структурные и динамические аспекты образа жизни, т. е. его форма, становятся доступными наблюдению на различных стадиях жизненного цикла и в различных зонах социокультурного пространства. Это понятие обеспечивает концептуальную связь между характеристиками среды существования людей и процессами их взаимодействий, коммуникаций, действий, поведения, которые остаются относительно устойчивыми в силу либо индивидуальных усилий, либо внешних обстоятельств. Жизненная ситуация в качестве единицы анализа динамики образа жизни в определенной социокультурной среде принимается на основе допущения о присущем человеку свойстве воспринимать поток своей жизни не только в его непрерывности, но и в дискретности, разделять его на части в связи с сохранением или изменением внешних обстоятельств и / или личностных состояний. Это понятие выделяет конкретные условия и процессы образа жизни, которые характеризуются структурно-функциональной и содержательной целостностью, временными и пространственными границами и имеют специфичный смысл в более широком контексте индивидуальной биографии и социокультурного пространства.

Люди стараются определить свое место, возможности самореализации в социокультурной среде, упорядочивая и оценивая окружение и способы осуществления собственной активности в соответствии со своими побуждениями (потребностями, желаниями, интересами), ценностными ориентациями, а также нормативными обра-

зованиями, характерными для их групп принадлежности. Каждый выделяет в этом пространстве собственный локус существования, в пределах которого может самостоятельно регулировать динамику образа жизни. Можно считать, что таким образом складывается последовательность жизненных ситуаций, каждая из которых представляет собой фиксированный *период образа жизни* в конкретной среде, границы которого очерчиваются ее устойчивыми компонентами и личностными выборами в этих пределах, с одной стороны, и оценкой их индивидуальной и социальной значимости — с другой. Жизненная ситуация может детерминироваться стремлением индивида к достижению одной или нескольких целей, действием определенных внешних сил (нормативных требований, принуждений со стороны других). В каждом случае соответствующая детерминанта становится доминирующей динамической силой, определяющей форму образа жизни. Но она может определяться желанием сохранить существующее положение дел — привычные условия, способы реализации активности, личностные состояния. В течение этого периода образ жизни представляется как совокупность стандартных действий, представлений, паттернов взаимодействий и коммуникаций.

Жизненная ситуация может рассматриваться на различных уровнях социальной организации — общесоциальном, локально-групповом, индивидуальном. Предлагаемая модель позволяет осуществлять последовательный переход от одного уровня анализа к другому. Так, обобщение социально значимых устойчивых черт образа жизни отдельных индивидов позволяет определить структуру, содержание и границы групповых социокультурных ситуаций. В свою очередь выделение на уровне отдельных групп тех элементов условий и образа жизни, которые распространяются на большинство членов общества, дает основание судить о характере общесоциальной ситуации.

При изучении социокультурных процессов важным показателем характера ситуации становится ее *динамический потенциал*, представленный установившейся и проблемной *модальностями*. Установившаяся ситуация предполагает относительно стабильные структуру и содержание образа жизни и условий его реализации, а также выраженную ориентацию на их воспроизведение. Для нее характерны повторяющиеся привычные паттерны взаимодействий и коммуникаций, действий и поведения. Все встречающиеся в ее рамках затруднения люди решают, обращаясь к стандартным правилам, представлениям, оценкам, заученным навыкам. *Векторы* жизненных процессов в этом случае достаточно точно определяются как ее участниками, так и исследователями. Разумеется, не следует считать, что в этом случае образ жизни реализуется автоматически, без напряжений и затруднений. Он может характеризоваться энергетическими затратами достаточно высокой степени интенсивности. Однако распределение усилий между модусами социокультурной активности в установившихся ситуациях заранее предусмотрено в структуре образа жизни.

*Проблемная ситуация* возникает на основе либо некоторой смысловой неопределенности условий или направленности активности людей в среде существования, либо чрезмерной сложности отношений с окружением, либо расхождений между запросами и наличными ресурсами. В этом случае обуславливающие проблему факторы порождают такие затруднения, для преодоления которых ранее установленные социокультурные образцы, ценности, нормы оказываются недостаточными. Соответственно появляется необходимость пересмотра привычных паттернов активности. На первых этапах становления такая ситуация характеризуется высокой степенью неопределенности с точки зрения представлений о ее характере, об источниках затруднений, о целях и способах их преодоления. В этот период и участники, и исследователи плохо представляют себе будущие события, которые могут нарушить упорядоченность привычного течения жизни, побудить людей интенсифицировать поисковую активность, принимать жизненно важные решения, наконец, выбрать стратегию, направляющую и организующую дальнейшее течение процессов, составляющих образ жизни.

Необходимость определить проблему и начать решать ее создает *напряженность ситуации*, увеличивая вероятность изменения ранее сложившейся формы образа жизни. Неприспособленность людей к преодолению неблагоприятных обстоятельств или неразрешимость проблемы не только налагает отпечаток на индивидуальные отношения с окружением, вызывает изменения во взаимодействиях, коммуникациях, действиях, поведении людей. Но, будучи распространенной в массовых масштабах, порождает опасность возникновения социальных конфронтаций и конфликтов. Профилактика и преодоление проблемных ситуаций на ранних стадиях возможны лишь на основе тщательного изучения механизмов их порождения и развития.

Разрешение *проблемных ситуаций* предполагает необходимость структурных изменений жизненной среды, формы образа жизни по ряду обстоятельств. Затруднения могут возникнуть в связи с резким изменением внешних факторов или массовых запросов, а это может стать следствием того, что существующий уровень социокультурной компетентности людей перестал соответствовать изменившимся условиям их существования. Источником проблемы может быть эволюционная кумуляция микроизменений в окружении, когда их сумма становится новым ситуационным фактором. Проблемные ситуации распознаются людьми в континууме представлений от неопределенного «что-то не так» до четкого определения источника и характера проблемы. Направленность динамики таких ситуаций начинает определяться с того момента, когда у их участников складывается достаточно отчетливое представление о возможностях их преодоления, вырабатываются как ориентация на конкретные результаты, обеспеченные наличными ресурсами, так и стратегическая программа действий в социокультурном контексте жизненной среды.

На любом уровне рассмотрения образ жизни людей может быть представлен как смена рутинных и про-

блемных ситуаций. Это придает понятию процессуальный характер. На каждой стадии его структура и содержание определяются направленностью результативной активности, стандартизованной в рутинных ситуациях и имеющей выраженный поисковый оттенок в проблемных. Последние могут стать своего рода поворотными пунктами в динамике жизненного пути людей, а следовательно, и в более широком социокультурном контексте. В связи с этим при диагностике и прогнозировании жизненных ситуаций важно оценивать не только детерминирующие факторы, но и характер реагирования людей — пассивное следование рутине, активное разрушение привычной среды или источника проблемы (реального или воображаемого), деконструкция-реконструкция системообразующих связей с окружением. В самом общем виде такие факторы можно разделить на три основных группы — способствующие, нейтральные и препятствующие реализации соответствующих типов активности.

Диагностика и прогнозирование социокультурной микродинамики предполагает необходимость изучать, как люди относятся к факторам, способствующим и препятствующим привычному течению жизни или решению проблемы: ведь само по себе наличие благоприятных обстоятельств или затруднений представляет собой условие, необходимое, но не достаточное для поддержания жизненного благополучия. Люди могут не заметить потенциальных преимуществ ситуации, особенно если они появились совсем недавно; они могут быть встречены сопротивлением в случае расхождения со сложившимися стереотипами; наконец, их использование может быть неадекватным. Точно так же наличие неблагоприятных факторов не обязательно предполагает неудачу. Благодаря своей активности люди могут преодолевать препятствия, мешающие их движению по избранному жизненному пути, либо отыскивать новые средства и способы, позволяющие нейтрализовать негативные аспекты ситуации. Наконец, они могут занять выжидательную позицию: не предпринимать решительных действий, пока мешающие им обстоятельства сменяются более приемлемыми. В любом из этих случаев продолжение привычной жизни или решение проблемы протекают с затруднениями, но делается все, чтобы исправить положение. Однако возможен и иной вариант. Люди могут полностью попасть под влияние неблагоприятных обстоятельств. В этом случае, в конце концов, перестают предприниматься какие-либо действия, направленные на их преодоление. Люди примиряются с ними, привыкают к такому состоянию, включив в структуру образа жизни ряд компенсаторных приспособлений; отказаться от прежних притязаний, заменить их другими, что связано с необходимостью переопределить ситуацию в соответствии с изменившейся жизненной позицией.

Значительное влияние на форму образа жизни оказывает степень новизны жизненных ситуаций, в которых оказываются люди. Новые обстоятельства повышают вероятность того, что образ жизни модифицируется из-за изменения внешних факторов и личностных состояний. Это порождает проблемные ситуации различного уровня,

побуждая людей учитывать их, адаптироваться к изменившимся условиям. Такие ситуации благоприятны для приобретения нового опыта, расширения пространства представлений и навыков, т. е. для обогащения содержания образа жизни. Они также стимулируют изменения в предметной среде, в значениях и оценках, относящихся к различным ее компонентам, в нормах и правилах, регулирующих отношения с ней. В то же время новизна ситуации предполагает существенные затраты усилий и времени, повышенное внимание к окружению.

Обобщая сказанное, можно сделать вывод, что понятие «жизненная ситуация» представляет собой весьма полезную теоретически и доступную наблюдению единицу анализа социокультурных процессов. Во-первых, благодаря его использованию выявляются границы между отдельными стадиями образа жизни как процесса. Во-вторых, выделение установившихся и проблемных ситуаций позволяет более детально изучить соответствующие им динамические механизмы. В-третьих, операционализация понятия ситуации как единицы анализа обеспечивает возможность диагностики состояния и динамической направленности образа жизни в среде его реализации. Исследование соотношения рутинных и проблемных ситуаций в различных локусах социокультурного пространства позволяет перейти от типичных способов организации активности в их рамках к обобщающей концептуализации социальных и культурных процессов. Однако осуществить такого рода концептуализацию можно только при наличии системы теоретически обоснованных показателей, репрезентирующих как форму образа жизни в конкретных ситуациях, так и среду его реализации.

#### **Активность как объект наблюдения при изучении образа жизни людей**

Явления, избранные для наблюдения в качестве показателей изучаемого объекта, определяются, как известно, целью исследования и позицией исследователя по отношению к изучаемой ситуации. Поэтому не следует и, по-видимому, в принципе невозможно строить универсальную систему единиц наблюдения или схему анализа, которые были бы «объективными», т. е. отвечали бы любым задачам, связанным с определенной предметной областью или исследовательской темой. О познавательной цели, для которой выделяется понятие «образ жизни», уже говорилось. Это понятие позволяет проследить механизмы и формы социокультурной микродинамики, способы, какими люди адаптируются к условиям существования на протяжении жизненного цикла и воздействуют на них с целью приспособить их к собственным нуждам.

Рассмотрение образа жизни как последовательности жизненных ситуаций может быть конкретизировано в соответствии с преимущественным вниманием не только к структурным, но и к динамическим параметрам организации модусов социокультурной активности в его рамках. С этой точки зрения понятие может быть представлено как распределение людьми своих жизненных ресурсов

на протяжении различных стадий жизненного цикла в рутинных и проблемных ситуациях, а также как виды деятельности и поведения в контексте соответствующих интеракций. Деятельность при этом понимается как организованная активность, направленная на реализацию общественно значимых функций, предписанных социокультурными параметрами ситуаций или связанных с решением жизненной проблемы. Поведение трактуется как привычный паттерн активности, фиксирующий социокультурный код стандартной интерактивной ситуации. Образ жизни в связи с этим можно рассматривать с точки зрения того, какие действия совершают люди, как ведут себя в рамках определенной жизненной ситуации, какое время расходуют в пределах каждого из модусов социокультурной активности, в какие социальные взаимодействия и коммуникации вписан образ жизни.

Поскольку любая активность связана с приложением усилий, наряду с ее содержанием следует принимать во внимание ее трудоемкость и характер стимулирования. Иными словами, важно ранжировать интенсивность усилий, распределяемых между модусами социокультурной активности и внутри каждого из них. И хотя известно, что воспроизведение привычных паттернов действий и поведения отличается меньшей трудоемкостью, чем освоение и первоначальное использование новых, они также могут различаться по этому параметру, предполагать большие или меньшие временные затраты. Кроме того, в структуре образа жизни важно выделять аспект, связанный с компенсацией энергии, затрачиваемой людьми на деятельность и взаимодействие с другими, и оценивать ее достаточность.

Изучение динамики образа жизни предполагает дифференцирование *деятельности* с точки зрения как ее направленности, так и организации. В зависимости от направленности можно выделить место деятельности в контексте отношений:

- с вещественными артефактами (физическая работа);
- с символическими объектами (коммуникация и интеллектуальная деятельность).

В качестве параметра организации деятельности при изучении образа жизни принимаются:

- распределение ее видов во времени;
- оценка их индивидом с точки зрения личностной и социальной значимости;
- удовлетворенность индивида способом организации своего образа жизни в рамках текущей жизненной ситуации.

Действия, заполняющие образ жизни людей, следует различать по их видам и оценивать с точки зрения расходуемых на них фундаментальных ресурсов (времени и энергии). Структура образа жизни характеризуется динамикой их распределения между составляющими его модусами социокультурной активности в пределах индивидуального жизненного цикла в целом, отдельных его периодов или конкретных жизненных ситуаций. Для определения соответствующих динамических тенденций важно выявить степень собственной удовлетворенности

индивида видами деятельности, которыми он занят в изучаемый период, и распределением усилий и времени между ними. В этом контексте каждый паттерн активности следует оценивать с точки зрения его привычности или новизны, трудоемкости, времени, необходимого для его совершения. По степени привычности эти единицы можно расположить на шкале между полюсами от полностью привычных до совершенно новых.

Привычность паттернов активности определяется по степени заученности их составляющих. Они представляют собой относительно устойчивые последовательности взаимосвязанных физических и интеллектуальных операций, предназначенных для выполнения определенных функций. Каждый из видов физической и умственной деятельности включает в себя как когнитивную (связанную с представлениями), так и операционную (технологическую) компоненты и характеризуется их особыми формами и соотношениями. Так, на физическом уровне когнитивная компонента составляет своего рода схему, в соответствии с которой организована определенная последовательность операций. Она присутствует в действии имплицитно, тогда как операционная составляющая выражена в явном виде и доступна непосредственному наблюдению. На интеллектуальном уровне соответствующая последовательность операций основывается на наборе исходных допущений и способов построения на их базе определенных суждений или конечных выводов. Эти способы применяются индивидом как инструмент, но сам процесс их использования не доступен прямому наблюдению со стороны. О последовательности интеллектуальных процедур можно судить по индивидуальному самоотчету или по ряду косвенных признаков.

Привычные или заученные интеллектуальные и физические действия нередко выполняются «автоматически». Иными словами, при выполнении соответствующих совокупностей операций индивиду нет необходимости заново выстраивать их структуру, следить за их последовательностью, соотносить каждую из них с намерением и результатом (начальным и конечным аспектами выполняемой функции).

Можно выделить ряд показателей, характеризующих привычную физическую и интеллектуальную деятельность:

- многократное повторение одной и той же относительно устойчивой последовательности операций, приводящей в одинаковых условиях к сходным результатам;
- относительно постоянное (в пределе — индивидуально минимальное) количество времени, затрачиваемого индивидом на определенную последовательность операций;
- относительно постоянная (в пределе — индивидуально минимальная) затрата усилий на совокупность действий, приводящая к нужным результатам;
- индивидуальные высказывания в самоотчете типа «привычка», «умение», «навык», «легко», «не задумываясь» и т. п.;

- в оценках экспертов преобладают высказывания: «умение», «мастерство», «профессионализм», «опыт» и т. п.;
- оценка экспертом качества и результатов совершаемых действий располагается на шкале от «хорошо» до «превосходно».

При анализе привычной интеллектуальной деятельности дополнительную информацию можно получить в результате наблюдения за поведением людей во время ее выполнения. Косвенным показателем в этом случае становится отсутствие проявлений неуверенности, напряженности, нерешительности и т. п.

Таковы в общих чертах характеристики и показатели привычных действий, представляющих собой важную составляющую рутинных компонент образа жизни. Однако в его контексте людям приходится осваивать новые физические и интеллектуальные навыки, научаясь им у других или изобретая собственные. По сравнению с привычными операциями осуществление новых предполагает больший расход энергии и времени. На получение нужного результата в этом случае нужны дополнительные затраты ресурсов, связанные с:

- освоением каждой операции, ее осмыслением;
- заучиванием последовательности действий;
- освоением этой последовательности как целостности при оценке степени обязательности каждой из операций и связей между ними;
- индивидуальной адаптацией к этой системе действий как к инструменту деятельности (т. е. превращением в привычную).

Такой деятельности обычно сопутствует дополнительная интеллектуальная активность, связанная с освоением новых операций и с определением внутренней структуры выполняемой функции. Возникает также необходимость совершения вспомогательных, необязательных или случайных действий.

Можно выделить ряд показателей, на основании которых действия индивида оцениваются как непривычные:

- неуверенность, неустойчивость, случайные и вспомогательные действия, не подчиненные основным;
- неустановившаяся последовательность действий;
- на основные, вспомогательные и случайные действия уходит примерно одинаковое количество времени и энергии; затраты времени и усилий на совокупность непривычных действий оказывается больше, чем «принято»; при ее повторном применении индивиду каждый раз требуются разные время и усилия;
- при самоотчете преобладают высказывания типа «не умею», «не научился», «не привык», «трудно», «не получается», «надо подумать», «сразу не сообразишь» и т. п.;
- в оценках экспертов преобладают высказывания типа «не умеет», «нет опыта», «низкий уровень профессионализма» и т. п.;
- оценка качества умения располагается в пределах от «посредственно» до «совсем не умеет», «никуда не годно».

При наблюдении за интеллектуальной деятельностью дополнительную информацию о ее непривычности можно получить по косвенным признакам поведения людей: проявления неуверенности, напряженности, нерешительности, высокого уровня сосредоточенности и т. д.

Определение соотношения привычных и непривычных видов деятельности в контексте образа жизни обеспечивает важную информацию о его динамических аспектах с точки зрения распределения и перераспределения времени и усилий между его структурными и содержательными компонентами в рамках конкретных жизненных ситуаций.

По необходимым затратам энергии виды деятельности можно оценивать с точки зрения их большей или меньшей *трудоемкости*, которая определяется, во-первых, количеством операций и, во-вторых, усилиями, необходимыми для совершения каждой. Следовательно, в общем виде ее можно измерить как сумму усилий, необходимых для совершения всех операций соответствующего паттерна. При изучении образа жизни трудоемкость составляющих его видов деятельности оценивается на основании:

- индивидуальных ощущений;
- обобщенного социального опыта, объективированного в культурно установленных эталонах (например, в нормативных документах);
- шкалы оценки между полюсами «легкий — тяжелый труд»;
- шкалы оценки между полюсами «простой — сложный труд».

Показатели трудоемкости отбираются в соответствии со следующими параметрами:

- в самоотчете индивид оценивает свои действия как тяжелые или легкие, простые или сложные;
- эксперты оценивают медицинские и экономические показатели физических нагрузок и объема интеллектуальных операций в соответствии с эталонами, принятыми в субкультурах, соответствующих изучаемым локалам социокультурного пространства.

Рассмотрение трудоемкости, соответствующей каждому из модусов социокультурной активности, составляющих образ жизни, позволяет судить о его важных структурных аспектах. Например, если наименее значимые для людей виды деятельности оказываются наиболее трудоемкими, можно предполагать, что желаемая и реальная структуры образа жизни не совпадают. В этом случае есть вероятность того, что для преодоления такого расхождения будут предприниматься определенные действия. Иными словами, состояние образа жизни характеризуется потенциальной тенденцией к изменению.

При анализе временных затрат на разные виды деятельности в пределах определенной жизненной ситуации следует учитывать как соответствующее количество физического времени, так и отношение людей к форме его распределения. Поэтому такая оценка выводится на основании следующих измерений. Во-первых, стандартное физическое время, затрачиваемое людьми на активность в



рамках каждого из социокультурных модусов. Во-вторых, принятый в культуре стандарт или экспертная оценка длительности совершения соответствующих действий, которая считается необходимой и достаточной. В-третьих, оценка людьми распределения времени в контексте собственного образа жизни. Соотнесение всех трех параметров позволяет квалифицировать эти затраты как слишком большие (чрезмерные), нормальные или малые (недостаточные). Соответствующие показатели включают в себя:

- промежуток времени (физического) от момента начала паттерна активности до его завершения (при интеллектуальной деятельности контролируется обращением к самоотчету индивида);
- оценку экспертами временных затрат в соотнесении с эталонными;
- оценку самими индивидами соответствующих распределений времени в структуре образа жизни.

Анализ распределения времени между социокультурными модусами и внутри каждого из них в рамках образа жизни позволяет получить дополнительные сведения о его структуре. В частности, форма упорядоченности временных затрат в отношении однотипных или разнообразных действий в пределах определенной жизненной ситуации не только выявляется, но и оценивается в соответствующем локусе социокультурного пространства.

Следует отметить, что при изучении социокультурной микродинамики с использованием понятия образа жизни в ряде конкретных случаев описанные выше характеристики деятельности могут перекрывать друг друга (например, привычность и трудоемкость, трудоемкость и временные затраты). Однако совершенно очевидно, что каждая из них имеет самостоятельную аналитическую значимость, поскольку позволяет осветить компоненты структуры и содержания образа жизни по отдельности. Поэтому рассмотрение социокультурной активности как составляющей образа жизни представляется целесообразным осуществлять по всем названным параметрам. Это позволяет не только выявить актуальные и потенциальные динамические тенденции образа жизни — к устойчивости или изменчивости, — но и определить, с каким типом ресурсов связано их ускорение или замедление.

Так, в контексте жизненной ситуации, где новым фактором становится целедостижение, анализ структуры деятельности по каждому из параметров позволяет сделать ряд выводов о ее динамических характеристиках на текущий период времени. Во-первых, выявление распределения усилий, затрачиваемых на деятельность, связанную и не связанную с новым фактором, позволяет определить объем усилий, которые индивид может затратить на достижение цели при существующем способе организации образа жизни. Во-вторых, анализ распределения времени между различными модусами социокультурной активности в контексте рассматриваемой жизненной ситуации позволяет выявить актуальные и потенциальные временные ресурсы, связанные с целедостижением. В-третьих, выделяя в видах деятельности, направленной на достижение цели, привычные и новые,

можно определить затраты времени и усилий на освоение последних, с одной стороны, и собственно на движение к результату — с другой. В-четвертых, выясняя степень удовлетворенности людей распределением ресурсов, характерным для их образа жизни в момент появления проблемы, можно определить тенденции структурных изменений, которые они могут внести (вносят) в свой образ жизни и которые при массовом распространении влияют на динамику социокультурной жизни.

На основании полученных данных определяется ряд весьма важных характеристик образа жизни в определенном локусе социокультурного пространства, позволяющих судить о состоянии и динамических тенденциях ситуации совместного существования людей в этих пределах. Так, оказывается возможным определить время устойчивости ситуации и динамическую форму образа жизни в этих рамках, выявить источники возможных структурных и содержательных его изменений. Люди могут сконцентрировать время и усилия на достижении общих целей за счет отказа (может быть, временного) от других видов деятельности. Процесс целедостижения может быть «растянут» во времени (осознанно или неосознанно) при условии, что люди предпочитают сохранить наличную структуру модусов социокультурной активности. Можно также примерно определить временной порог, за которым следует ожидать изменения содержательных или структурных компонент образа жизни в связи с решением проблемы.

Все сказанное позволяет утверждать, что понятие *образ жизни* можно считать эффективным инструментом изучения социокультурной микродинамики. Представленная его операционализация обеспечивает возможность объединить в рамках одной теоретической модели условия и процессы социокультурной активности людей, соответствующие определенным локусам социокультурного пространства. В этом случае можно наблюдать и объяснять общественно значимые факты, события, процессы социокультурной жизни людей; сравнивать ее проявления у представителей различных социальных групп и слоев по обобщенным показателям в соответствии с критерием динамизма.

Эта исследовательская модель оказывается эффективной для решения ряда теоретических и прикладных задач, связанных с микродинамикой социальных и культурных процессов. Во-первых, изучение различных форм организации людьми собственной активности и последствий их концентрации в конкретных локусах социокультурного пространства. Во-вторых, выявление расхождений между реальными и желаемыми формами такого рода и установление их общественной значимости и культурного смысла. В-третьих, определение реальных и потенциальных динамических тенденций в рамках рассматриваемых локусов социокультурного пространства. Такого рода данные получаются с помощью наборов теоретически обоснованных наблюдаемых или выводимых признаков и показателей. Они составляют основу для дальнейших диагностики, объяснения и прогнозирования процессов, происходящих в обществе и культуре в рассматриваемый период.