

Vpliv okolja na kakovost življenja

Mateja Zakšek*

Fakulteta za organizacijske študijske vede v Novem mestu, Ulica talcev 3, 8000 Novo mesto,
Slovenija
mateja.zaksek@fos.unm.si

Povzetek:

Raziskovalno vprašanje (RV): Kateri so dejavniki okolja in njihovi pozitivni in negativni učinki na kakovost življenja?

Namen: Namen raziskave je prepoznati ključne učinke sodobnih dejavnikov kakovosti življenja. Cilj raziskave je proučiti koncept kakovosti življenja in njegove učinke ter oblikovati model kakovosti življenja, temelječega na dejavnikih kakovosti življenja.

Metoda: Uporabljena je kvalitativna metoda pregleda in analize znanstvene in strokovne literature s področja kakovosti življenja. Za potrebe raziskave smo uporabili dela, objavljena med leti 2000 in 2022.

Rezultati: Na podlagi pregleda literature je oblikovan model kakovosti življenja z osmimi dimenzijami oziroma dejavniki – družbene interakcije, naravno okolje, življenjski slog, poklicno in zasebno življenje, zaposlitveni status in dohodkovna neenakost, socialno varstvo, informacijsko-komunikacijske tehnologije in COVID-19. Ugotovljenih je najmanj 26 pozitivnih in 37 negativnih učinkov okolja na kakovost življenja.

Organizacija: Raziskava prispeva organizacijam s prepoznavanjem sodobnih dejavnikov okolja oziroma njihovih učinkov na kakovost življenja, pri čemer lahko organizacije umilijo nekatere negativne učinke.

Družba: Raziskava prispeva k poznavanju pozitivnih učinkov okolja na kakovost življenja in ozavešča o bolj ali manj ugodni realnosti učinkov okolja na kakovost življenja sodobne družbe. S ozaveščanjem določenih negativnih učinkov, lahko vsak posameznik prispeva k boljši kakovosti svojega življenja in življenja drugih.

Originalnost: Originalnost raziskave je v prispevanju k ozaveščanju in morebitnem omiljevanju negativnih učinkov okolja na kakovost življenja.

Omejitve/nadaljnje raziskovanje: Raziskava je omejena zgolj na pregled literature, kar predstavlja določene omejitve v količini podatkov.

Ključne besede: sodobno okolje, kakovost življenja, dejavniki okolja, pozitivni učinki, negativni učinki.

1 Uvod

Človeška družba se je v zadnjih stoletjih močno spremenila in ta proces »modernizacije« je močno vplival na življenja posameznikov. Dandanes živimo precej drugačna življenja od tistih, ki so jih naši predniki živeli le tri generacije nazaj. Na tej točki človeške zgodovine nimamo le dovolj materialnih virov, da nahranimo, oblečemo, damo zatočišče in izobrazimo skoraj da vsakega Zemljana, temveč imamo tudi globalno zmogljivost za komuniciranje, izboljšanje

* Korespondenčni avtor / Correspondence author

zdravstvene oskrbe in znatno čiščenje okolja. Ali je ta družbeni razvoj sprememba na bolje? O tem vprašanju je bilo vedno veliko polemik in trenutno se zdi, da je spor bolj intenziven kot kdaj koli prej, morda zato, ker se danes bolj zavedamo, da družbo ustvarjamo sami, in ker se družbene spremembe dogajajo z vedno večjo hitrostjo. Eno od vprašanj v tej stalni razpravi je kakovost življenja v sodobni družbi. Veenhoven v zvezi s tem meni (2010, str. 105), da optimisti napredka verjamejo, da zdaj živimo bolje kot prejšnje generacije, medtem ko pesimisti trdijo, da se življenje slabša.

Veenhoven (2010, str. 105) pri proučevanju obstoječih raziskav iz zgodovinske antropologije ugotavlja, da smo v zgodnji lovsko-nabiralski družbi živeli bolje kot v kasnejši agrarni družbi oziroma da je družbena evolucija različno spreminjala kakovost človeškega življenja, najprej pri prehodu iz obstoja lovcev in nabiralcev v poljedelstvo negativno, nato pa pozitivno pri preoblikovanju iz agrarne v industrijsko družbo. Avtor doda, da »zdaj živimo dlje in srečnejše kot kdaj koli prej«. Pa je temu res tako? Če so se skozi stoletja in zadnja desetletja izboljšali pogoji za življenje oziroma življenjski standardi, to morda še ne pomeni, da se je izboljšala tudi kakovost samega življenja. Menimo, da na kakovost življenja ne morejo vplivati le naše finančne zmožnosti, torej ni vse to, koliko zaslužimo in kaj si z zasluženim lahko kupimo, ampak je predvsem povezano tudi z občutkom zadovoljstva z lastnim življenjem. Visok življenjski standard ne pomeni nujno tudi visoke ravni kakovosti življenja.

Namen raziskave je prepoznati ključne učinke sodobnih dejavnikov kakovosti življenja. Z raziskavo želimo prispevati k obstoječemu znanju glede sodobnih dejavnikov in njihovih pozitivnih/negativnih učinkov na kakovost življenja. Za doseganje namena raziskave je cilj raziskave proučiti koncept kakovosti življenja in njegove učinke ter oblikovati model kakovosti življenja, temelječega na dejavnikih kakovosti življenja. To dosežemo s pregledom znanstvene in strokovne literature oziroma obstoječih ugotovitev iz raziskav. Z oblikovanjem modela kakovosti življenja smo želeli ponazoriti vpliv okolja na kakovost življenja oziroma dejavnike, ki jih literatura obravnava kot ključne pri kakovosti življenja. V skladu s slednjim se naše raziskovalno vprašanje glasi: Kateri so dejavniki okolja in njihovi pozitivni in negativni učinki na kakovost življenja?

2 Teoretična izhodišča

2.1 Opredelitev okolja

Izraz »okolje« je oblikovan na podlagi besede »Environ«, ki izhaja iz francoske besede »Environner«, kar pomeni obkrožati ali obdajati (Kumar, 2019, str. 314). Koncept okolja ima glede na namen proučevanja nemalo opredelitev – preučevanje okolja namreč temelji na različnih disciplinah znanja, kot so okoljevarstvo, naravoslovje, ekologija, življenje in bivanje ter mnoge druge. Splošni pomen okolja se nanaša na »vse, kar nas obdaja« oziroma je »skupek vseh dejavnikov, ki so prisotni v okolici« (Begum & Azam, 2021, str. 239). V članku se osredotočamo predvsem na etimološki vidik okolja. Koncept okolja v etimološkem pomenu predstavlja »okolje, zlasti materialni in duhovni vplivi, ki vplivajo na rast, razvoj in obstoj živega bitja, oziroma okoliščine ali razmere, ki obdajajo organizem ali skupnost organizmov«.

Gre torej za skupek družbenih oziroma kulturnih razmer, ki vplivajo na posameznika ali skupnost. Z vidika človeka je okolje torej vsota vseh družbenih, ekonomskih, bioloških, fizikalnih ali kemičnih dejavnikov, ki obdajajo človeka, ta pa je hkrati tudi ustvarjalec oziroma oblikovalec svojega okolja (Kumar, 2019, str. 315).

2.2 Opredelitev koncepta kakovosti življenja

Pred dobre pol stoletja je Svetovna zdravstvena organizacija (ang. *World Health Organization*, v nadaljevanju WHO) opredelila kakovost življenja (ang. *quality of life*) kot »stanje popolnega fizičnega, psihičnega in socialnega blagostanja in ne le odsotnosti bolezni in slabosti« (World Health Organization, 1947, str. 29). Kasneje je WHO nadgradila idejo kakovosti življenja in jo opredelila kot »posameznikovo doživetje lastnega položaja v življenju v povezavi s kulturo in sistemov vrednot v okolju, v katerem živi, ter v povezavi z njegovimi cilji, pričakovanji, standardi in skrbmi« (Kuyken & Group, 1995, str. 1403). Vrsto let je bila ta opredelitev kakovosti življenja s strani WHO najpomembnejša in najvplivnejša, vendar se je ideja kakovosti življenja v zadnjih letih spremenila in konceptualno razširila na mnoga področja. Iz zdravstvenega vidika je se je ideja kakovosti življenja z zdravstvenega vidika razširila na opredelitev »kako dobro posameznik deluje v svojem življenju in kako zaznava dobro počutje na fizičnem in psihičnem področju zdravja«, pri čemer se delovanje nanaša na sposobnost posameznika, da izvaja nekatere vnaprej določene dejavnosti, dobro počutje pa na njegove subjektivne občutke (Hays & Reeve, 2010, str. 196).

Koncept kakovosti življenja je večdimenzionalen in kompleksen, ki zajema več kriterijev, kot so družina, čustveno in fizično dobro počutje, fiziološka funkcija, zmožnost vzdrževanja dnevnih aktivnosti in druge subjektivne komponente, kot je zadovoljstvo z življenjem, kjer oseba opazuje svoje pričakovanja in doseganje ciljev. Ta koncept lahko vidimo na ravni zadovoljstva osebe na družinskem, ljubezenskem, čustvenem, družbenem, naravno-okoljskem in eksistencialnem področju, pa tudi na ravni funkcionalne sposobnosti, intelektualne aktivnosti, socialno-ekonomske ravni, zadovoljstva z službo in okolje, v katerem živijo. (Gaspar, 2017, str. 490)

Kakovost življenja se nanaša na splošno dobro počutje posameznikov in vključuje fizično in psihično zdravje – gre za subjektivno prepričanje posameznika o tem, kako se počuti in kako zadovoljen je s svojim življenjem (Kross et al., 2013, str. 1). Gilgeous (1998, str. 174) meni, da gre pri kakovosti življenja za »posameznikovo zadovoljstvo s svojimi življenjskimi razsežnostmi v primerjavi z njegovim idealnim življenjem«. Rajović in Bulatović (2016, str. 97) opredelita kakovost življenja kot »optimalno raven psihičnega, telesnega, poklicnega in družbenega delovanja, vključno z odnosi z okoljem, pa tudi z občutkom zdravja, fizičnega stanja, zadovoljstva z življenjem in dobrega počutja«. Ob tem gre izpostaviti razliko med kakovostjo življenja in zadovoljstvom z življenjem. Donovan, Halpern in Sargeant (2002, str. 7) razliko med kakovostjo življenja in zadovoljstvom z življenjem pojasnita tako: »Kakovost življenja je podoben koncept kot družbena blaginja in se pogosto meri z objektivnimi indikatorji. Zadovoljstvo z življenjem je subjektivna mera človekove blaginje, kjer vsak

posameznik presoja svojo stopnjo zadovoljstva z življenjem – ki jo lahko določajo socialni, ekonomski, okoljski, duhovni in drugi dejavniki.

Diener in Suh (1997, str. 189–190) opazata, da tako s političnega kot s filozofskega vidika dojemanje kakovosti življenja lahko temelji na enem od naslednjih treh vidikov: (1) Značilnosti dobrega življenja lahko izhajajo iz normativnih idealov, ki temeljijo na verskih, filozofskih ali drugih sistemov. Na primer, posameznik je lahko na podlagi njegovih verskih načel prepričan, da je bistveni element kakovosti življenja pomoč drugim ljudem. (2) Bistvo kakovosti življenja je v zadovoljevanju posameznikovih prioritetenih potreb. Zaradi omejenih virov ljudje prednjačijo stvari, ki izboljšajo kakovost njihovega življenja in, posledično, organizirajo svoje življenje glede na razpoložljive vire in osebne potrebe. (3) Kakovost življenja lahko zaznavamo tudi skozi doživljanje posameznikovega življenja. Če ta svoje življenje dojema kot dobro in relativno v skladu s pričakovanji, je mogoče predvidevati, da je v njegovem primeru res tako. S tega vidika so temeljna merila za vrednotenje kakovosti življenja veselje, užitek in zadovoljstvo z življenjem.

Kakovost življenja je širok večdimenzionalen koncept, ki predstavlja pričakovanje in skrb za lastno zdravje in življenje, in je veliko širši od življenjskega standarda – tj. raven bogastva, udobja, materialnih dobrin in potrebščin, ki so na voljo določenemu družbenoekonomskemu razredu ali geografskemu območju – ali materialnih življenjskih pogojev, saj upošteva tudi delovne pogoje, stopnjo socialne vključenosti, zdravje in izobrazbo, ali so ljudje ekonomsko (npr. brezposelni) ali fizično šibki itd. (Veenhoven, 2012, str. 64). Veenhoven (2010, str. 105) meni, da se kakovost življenja v družbi lahko meri s tem, kako dolgo in srečno živijo njeni prebivalci in po osmih letih proučevanja, ali je modernizacija družbe izboljšala ali poslabšala življenje, na vzorcu 143 narodnosti ugotovi, da ljudje v današnjih najmodernejših družbah živijo dlje in srečnejše oziroma da sta se sreča in dolgoživost v večini primerov povečali. Ob tem gre izpostaviti, da sreča ni sinonim za kakovost življenja, temveč predstavlja stopnjo, do katere posameznik oceni kakovost svojega celotnega življenja kot dobrega oziroma kot stopnjo zadovoljstva s kvaliteto življenja, ki ga živi (Veenhoven, 2012, str. 64).

Glede na predhodno navedeno lahko rečemo, da teorija nima enotne opredelitve kakovosti življenja oziroma da obstaja veliko pristopov k opredelitvi, vendar vse opredelitve izpostavljajo zavestno kognitivno presojo zadovoljstva posameznika s svojim življenjem. Gre torej za obsežen koncept, ki na kompleksen način vključuje posameznikovo fizično in psihično zdravje, družbene odnose, njegov odnos do okolja, materialno stanje itd.

2.3 Dimenzije kakovosti življenja

Dimenzije kakovosti življenja z zdravstvenega vidika tradicionalno vključujejo fizične, psihološke in socialne dejavnike (Ferrans, Zerwic, Wilbur, & Larson, 2005, str. 336). V literaturi se najpogosteje omenja razlikovanje med objektivnimi in subjektivnimi dimenzijami oziroma kazalniki kakovosti življenja. Objektivni pristop temelji na proučevanju zastopanosti različnih zunanjih dejavnikov kot so materialni položaj, stanje naravnega okolja, politična svoboda, stopnja demokracije v družbi itd. Gre za stopnjo, v kateri »življenje izpolnjuje

eksplicitne standarde dobrega življenja, kot jih oceni nepristranski zunanji opazovalec» (na primer rezultat zdravniškega pregleda). Subjektivni pristop se ukvarja predvsem s proučevanjem subjektivnih ocen in izkušenj posameznikov – tj., samoocene, ki temeljijo na implicitnih kriterijih (na primer posameznikovo subjektivno zaznavanje zdravstvenega stanja). Ob tem gre izpostaviti, da se ti dve dimenziji lahko tudi izključujeta – na primer, nekdo je lahko po merilih svojega zdravnika dobrega zdravja, a se kljub temu počuti slabo. (Veenhoven, 2000, str. 3)

Po Ruževičius (2014, str. 321) so dimenzije kakovosti življenja naslednje: (1) fizično stanje (zdravje, delovna obremenitev, vzdržljivost, prehranjenost); (2) materialno stanje (dobro počutje, življenjski pogoji, kakovost gospodarstva, povprečni dohodek, kupna moč, pogoji za delo in rekreacijo itd.); (3) psihično stanje (čustva, stališča, vrednote, samospoštovanje, zadovoljstvo pri delu, stres, moralno-psihična klima v družini, organizaciji, skupnosti, narodu); (4) izobraževanje in samorazvoj (učenje, kakovost izobraževanja, spretnosti in uporaba znanja) (5) družbeni odnos (odnos do ljudi, družine, družbe, podpora), (6) možnosti samoizražanja in prostega časa (rekreacija, hobi, ustvarjanje, zabava); (7) varnost in okolje (fizična osebna varnost – telesna, pravna, socialna; delovno okolje, ekonomsko, politično, pravno okolje).

Veenhoven (2000, str. 8–10) razlikuje štiri dimenzije kakovosti življenja, ki so potrebne za doseganje dobre kakovosti življenja, pri čemer prvi dve predstavljata priložnosti, zadnji dve pa rezultate, ki jih posameznik dobiva v življenju (1) življenjske razmere okolja – priložnosti, ki jih ponuja ekološko, družbeno, ekonomsko in kulturno okolje; (2) življenjskost posameznika – zavedanje in dožemanje lastnih osebnostnih lastnosti, fizičnega in psihičnega zdravja, znanja in sposobnosti ter umetnosti življenja, kot je pestrost življenjskega sloga; (3) objektivna uporabnost življenja – kakovost življenja je odvisna tudi od tega, ali ima posameznik življenjske cilje in zasleduje višje vrednote, na višji ravni pa se lastna kakovost življenja lahko dožema tudi kot prispevek družbi; (4) subjektivno spoštovanje kakovosti življenja – kakovost svojega življenja vsak posameznik ocenjuje subjektivno ob primerjavi življenjskih pričakovanj in pridobljenih izkušenj.

2.4 Vplivi okolja na kakovost življenja

Odnosi in interakcije ljudi z družino, prijatelji, sodelavci in člani skupnosti lahko močno vplivajo na njihovo zdravje in dobro počutje oziroma kakovost življenja. Pogostejše in koristnejše družbene interakcije so, poleg osnovne funkcije zadovoljevanja naravne človeške potrebe po druženju, povezane tudi z vrsto različnih življenjskih rezultatov, kot so boljše zdravje ali boljše možnosti za iskanje zaposlitve. Natančneje, družbena podpora – ali imeti nekoga, na katerega se lahko zanesesh v primeru potrebe – velja za posebno pomembno spremenljivko za razlago porazdelitve sreče. Poleg tega, da zajema našo osnovno potrebo po vključevanju v dejavnosti, lahko kakovost družbenih interakcij spodbuja obstoj podpornih odnosov, medosebnega zaupanja in družbene kohezije (Eurostat, 2021). Hosseini, Mirzaie in Adrisi (2017, str. 224–225) ob proučevanju dejavnikov kakovosti življenja ugotavljajo, da ima zadovoljstvo z družbenim življenjem sicer največji vpliv na kakovost življenja in da ta vpliva na več kot polovico sprememb pri kakovosti življenja, vendar imajo ljudje v splošnem občutek

nizke družbene podpore in zmernega družbenega zadovoljstva. Podobno nekateri avtorji ugotavljajo, da lahko družbeni kapital – tj. mreže odnosov med ljudmi, ki živijo in delajo v določeni družbi in tej družbi omogočajo učinkovito delovanje oziroma nek način nakazuje kvantiteto in kvaliteto posameznih družbenih odnosov v družbi – izboljša kakovost predvsem psihičnega zdravja in s tem tudi kakovost življenja posameznika bolj kot drugi dejavniki (Noghaani, Asgharpou, Kermani, & Safa, 2011, str. 157; Rahmani & Sohrabi, 2012, str. 157; Khademi, Safaei, & Moradi Shahbaz, 2018, str. 147).

Narava ponuja širok spekter doprinosov h kakovosti človekovega življenja. Od sistemov za vzdrževanje življenja do duhovnega in znanstvenega navdiha, ljudje že dolgo delajo z naravo, da bi povečali njene koristi in nadzorovali njeno škodo, od gojenja divjih vrst do gradnje odtočnih kanalov (Diaz et al., 2018, str. 270). Pa vendar, propadanje biotske raznovrstnosti in funkcij ekosistema je v zadnjih 50 letih zmanjšalo sposobnost narave, da prispeva h kakovosti življenja. Spremembe v tehnologiji in prilagajanje družbenih sistemov so delno izravnale negativne vplive okoljskih sprememb na kakovost življenja, vendar se še vedno pojavljajo padajoči trendi doprinosov narave (Brauman et al., 2020, str. 32799). Ljudje so zaskrbljeni zaradi okolja in pomanjkanje kakovosti okolja se lahko obravnava kot pomembna grožnja za njihovo dobro počutje. Hrup in onesnaženost, težave z varnostjo, neustrezni pogoji v naseljih in pomanjkanje zadovoljivega prometa prebivalci mesta izpostavljajo kot ogrožajoče za njihovo kakovost življenja (Uzzell & Moser, 2006, str. 2). Ferrans, Zerwic, Wilbur in Larson (2005, str. 336) v povezavi s slednjim ugotavljajo, da se kot pomembna dimenzija kakovosti življenja vse bolj izpostavlja tudi naravno okolje. Zelene površine v urbanih območjih predstavljajo okoljsko odločenost za izboljšanje fizičnega (Van Dillen, De Vries, Groenewegen, & Spreeuwenberg, 2012, str. 8) in psihičnega zdravja ter kakovosti bivanja (Dadvand et al., 2016, str. 161; Van Den Berg et al., 2016, str. 8).

Vplivi reguliranja doprinosov naravnega okolja na kakovost življenja so večinoma negativni, kar odraža vse slabše okoljske razmere. Na primer, obolevnost in umrljivost zaradi onesnaženosti zraka sta se povečali v državah z nizkim dohodkom, kjer se je kakovost zraka znatno poslabšala (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2016, str. 90–91). Poleg tega se je povečala izpostavljenost naravnim nevarnostim, kar se odraža v povečanju resnosti ekstremnih temperatur, neviht, požarov, potresov in poplav ter povečanju števila ljudi, ki živijo na območjih z visokim tveganjem (Guha-Sapir, Hoyois, Wallemacq, & Below, 2017, str. 1–5). Povečanje antropogenih sredstev in nadomestkov, ki jih je ustvaril človek, je ublažilo ali izravnalo zmanjšanje nekaterih kategorij doprinosov narave. Na primer, izboljšano javno zdravje in sanitarni ukrepi so zmanjšali pojavnost bolezni, ki se prenašajo z vodo, čeprav se je potencialno in realizirano filtriranje vode zmanjšalo (Bayles et al., 2016, str. 448).

Sodobni življenjski slog ima številne prednosti, med drugim olajšanje življenja ljudi in reševanje na stotine življenj ljudi z novim razvojem medicine in cepiv. Po drugi strani pa imajo različni sodobni življenjski slogi tudi negativne učinke na fizično in psihično zdravje. Vpliv sodobnega življenjskega sloga na psihično stanje ljudi je še vedno predmet številnih raziskav,

vendar se večina raziskovalcev strinja, da sodobni način življenja do neke mere vpliva na psihosocialno življenje posameznika (Kahn, Severson & Ruckert, 2009, str. 41).

Stres je eden izmed posledic življenjskega sloga in dolgoročno predstavlja negativni učinek na kakovost življenja. Čeprav je določena stopnja stresa lahko koristna za reševanje različnih težav, s katerimi se soočamo vsak dan, kronični stres oziroma tako imenovana izgorelost vpliva na fizično zdravje posameznika, saj povzroči številne bolezni (Black, 2002, str. 622; Glaser & Kiecolt-Glaser, 2005, str. 243; Blix, Perski, Berglund, & Savic, 2013, str. 1; Mariotti, 2015, str. 1). Sapranaviciute-Zabazlajeva et al. (2022, str. 1011) ob desetletnem proučevanju povezave med dejavniki življenjskega sloga ugotavljajo, da telesna aktivnost in uživanje zdrave prehrane v največji meri zmanjšujejo stres in povečujejo kakovost življenja, kar je moč zaslediti tudi v številnih drugih raziskavah (Ocean, Howley, & Ensor, 2019, str. 335; Gehlich et al., 2020, str. 634; Begdache, Sadeghzadeh, Derosé, & Abrams, 2021, str. 24). V nasprotju s slednjim, procesirana prehrana sodobnega sveta zaradi pomanjkanja hranil negativno vpliva tako na fizično zdravje, kot je pojav rakavih obolenj, debelost, nespečnost, kardiovaskularne bolezni itd. (Sparrenberger, Friedrich, Schiffner, Schuch, & Wagner, 2015, str. 535; Juul, Vaidean, & Parekh, 2021, str. 1673; Suksatan et al., 2021, str. 174; Lane et al., 2022, str. 6338), kot tudi na psihično zdravje (Skarupski et al., 2010, str. 330; Sensi et al., 2011, str. 16076).

Delo je pomemben del človekovega življenja in zadovoljstvo na tem področju se v veliki meri odraža v splošni kakovosti življenja. Skupaj z zanimanjem za pojem kakovosti delovnega življenja, raziskovalci usmerjajo zanimanje za proučevanje tako kakovosti poklicnega življenja kot tudi povezave med poklicnim življenjem in drugimi področji življenja (Vinopal, 2012, str. 385), pri čemer kakovost poklicnega življenja predstavlja »oceno zadovoljstva posameznika z zadovoljevanjem potreb z viri, aktivnostmi in rezultati, ki izhajajo iz njegovega delovnega mesta« (Sirgy, Efraty, Siegel, & Lee, 2001, str. 242). Kot ugotavlja Ruževićus (2014, str. 326), obstaja močna povezava med kakovostjo poklicnega življenja in kakovostjo življenja, kar pomeni, da bolj kot je posameznik zadovoljen na delovnem mestu, večja verjetnost obstaja, da bo večja tudi kakovost njegovega življenja.

Še posebej težko je usklajevanje poklicnega in družinskega življenja tistim, ki imajo določene obveznosti, npr. za tiste, ki vzgajajo mladoletne osebe ali skrbijo za starejše. Konflikt delo-družina je neskladje med določenimi družbenimi vlogami: zaposlenega, vzdrževalca družine, skrbnika, pa tudi očeta, matere ali zakonca (Rode, Rehg, Near, & Underhill, 2007, str. 66). Ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem – torej združevanje poklicnega in družinskega življenja – poleg samoumevnega pomena zajema še nekatere druge vidike. Pichler (2009, str. 449–450) meni, da je koncept ravnovesja poklicnega in zasebnega življenja kot žongliranje s petimi vidiki našega življenja – delo, družina, prijatelji, zdravje in duhovno stanje – na način, da aktivnosti in želje na enem področju ne bi škodljivo vplivale na preostala štiri področja. Po eni strani konflikt med poklicnim in zasebnim življenjem razkriva, kako močno delovni pogoji vplivajo in omejujejo posameznikovo družinsko življenje, pa tudi kako pogosto je treba družinsko življenje prilagoditi delovnim razmeram, po drugi strani pa konflikt med

zasebnim in poklicnim življenjem razkrije, kako družinske obveznosti vplivajo na kakovost opravljenih nalog na delovnem mestu.

Ruževičius (2014, str. 327) v povezavi s predhodno navedenim meni, da konflikt med delom in družino negativno vpliva na zadovoljstvo pri delu (in hkrati tudi na zadovoljstvo z življenjem), kar pomeni, da delovne razmere ne omogočajo ustreznega izvajanja družinskih obveznosti. Posledično je posameznik nezadovoljen s svojo službo, hkrati pa s takim življenjem nasploh. Podobno izrazit konflikt med družino in delom vodi do posameznikovega nezadovoljstva s svojim življenjem (in tudi s svojo službo). Nasprotno pa zadovoljstvo pri delu pozitivno vpliva na splošno zadovoljstvo z življenjem: oseba, ki je s svojim delom zadovoljna (tj. ne doživlja konfliktov vlog ali doživlja le manjše), je zadovoljna tudi s kakovostjo svojega življenja.

Ugotovitve iz raziskav nakazujejo na uničujoče učinke brezposelnosti na različne vidike kakovosti življenja (Worach-Kardas and Kostrzewski, 2014, str 335; Hult, Pietila, & Saaranen, 2020, str. 1204). Poleg tega Lucas, Clark, Georgellis in Diener (2004, str. 8) na podlagi petnajstletne longitudinalne raziskave ugotavljajo, da visoke stopnje brezposelnosti prispevajo k slabemu počutju narodov in da posamezniki v povprečju nikoli popolnoma ne okrevajo oziroma se ne vrnejo na ravni zadovoljstva z življenjem pred brezposelnostjo. Z vidika zaposlitve raziskave kažejo, da ima zaposlitev sicer pozitiven vpliv na kakovost posameznikovega življenja (Drobnič, Beham, & Prag, 2010, str. 205; Carlier et al., 2013, str. 503; Bilevičiene, Bilevičiute, & Drakšas, 2016, str. 213), vendar višja raven dohodka gospodinjstva le v majhni meri dvigne občutek sreče kot možne posledice kakovosti življenja (Frey & Stutzer, 2005, str. 950).

Ugotovitve iz raziskav kažejo, da je negativni učinek brezposelnosti na subjektivno kakovost življenja bolj izrazit v bogatih kot revnih državah oziroma v državah z višjim bruto domačim proizvodom na prebivalca – pri čemer se učinek pripisuje predvsem izgubi samospoštovanja med brezposelnimi v bogatih državah (Helliwell, 2003, str. 331; Stanca, 2010, str. 115) ter da je brezposelnost močnejše povezana z nižjo kakovostjo življenja v regijah z nizko brezposelnostjo, kot tam, kjer je visoka (Clark, 2003, str. 323). Če si vlada prizadeva izboljšati življenjski standard države, ki se običajno meri z ekonomskimi indeksi, kot je bruto domači proizvod, na nek način izboljšuje kakovost življenja svojih prebivalcev. Vendar pa raziskave kažejo, da je kljub visokim ali naraščajočim gospodarskim kazalnikom, kot so bruto domači proizvod, statistika zaposlovanja in povprečni družinski dohodek, kakovost življenja ljudi lahko precej nizka. Celo na videz premožne skupnosti se ne morejo sprijazniti z dejstvom, da na eni strani morda doživljajo – osebno ali kot gospodinjstva – izboljšan življenjski standard, a takoj ko zapustijo svoje domove, se soočijo s svetom vidne zlorabe substanc in revščine, kriminalom, propadanjem okolja, podivjanim tempom življenja, odtujenostjo, naraščajočimi zdravstvenimi težavami in vsemi drugimi tegobami življenja v 21. stoletju (Uzzell & Moser, 2006, str. 1).

Obstaja tudi nekaj dokazov, ki nakazujejo na negativno povezanost dohodkovne neenakosti s kakovostjo življenja. Države z najvišjo stopnjo dohodkovne neenakosti visoko cenijo kulturne vrednote, kot sta materializem in individualizem, ki sta povezana z nižjo stopnjo kakovosti

življenja (Kasser, 2002, str. 34–35). Posel in Casale (2011, str. 195) sta izvedla obsežno raziskavo, v kateri sta ugotavljala razmerje med zaznavanjem položaja pri porazdelitvi dohodka in zadovoljstvom z življenjem. Rezultati njune raziskave kažejo, da ima primerjava z drugimi in samim seboj skozi čas pomembne učinke na kakovost življenja. Ljudje, ki so umeščeni med srednji in bogat razred, poročajo o bistveno višjih stopnjah zadovoljstva z življenjem kot tisti, ki se uvrščajo med revnejše, pri čemer najbogatejši razred poroča o najvišji ravni zadovoljstva z življenjem.

Človeška vrsta je večino svojega časa živela v preprostih družbah lovcev in nabiralcev. Agrarne družbe so se razvile pred manj kot 5.000 leti in šele v zadnjih 200 letih je nastala »moderna« industrijska družba. Danes se ta industrijska družba hitro spreminja v globalno informacijsko družbo (Veenhoven, 2010 str. 105). Informacijsko-komunikacijske tehnologije (v nadaljevanju: IKT), kot so računalnik, robotika, internet in pametni telefon, so postali nujnost vsakega posameznika in čeprav imajo številne prednosti – kot so izboljšanje komunikacije oziroma dostopnosti, poenostavljeno nakupovanje prek spleta, hitrejši način pridobivanja informacij in zabava – imajo tudi škodljive učinke na kakovost življenja. Odvisnost od računalniško programiranih procesov vodi do zamenjave človeške delovne sile, kar lahko vodi v brezposelnost (Österle, 2020, str. 45). Kahn, Severson in Ruckert (2009, str. 41) opozarjajo, da način, s katerim sodobna tehnologija prekinja povezave ljudi z naravo, lahko povzroči velik psihološki problem. Avtorji menijo, da se v procesu iskanja bolj virtualno-realistične tehnološke narave vse bolj odtujujemo od resničnega sveta, namesto povezljivosti z naravo vse bolj sprejemamo »digitalni nadomestek« in pri tem ogrožamo svojo temeljno pripadnost okolju.

Zaradi transhumanizma so izdelki izdelani z višjimi stroški in so posledično dragi na trgu (Österle, 2020, str. 33). Enostavnejši dostop do informacij na internetu poslabša kognitivno delovanje posameznikov, kar zaradi pomanjkanja kritičnosti lahko vodi do oslabitve pri reševanju tako kompleksnih kot enostavnih problemov. Pogosto zanašanje na obstoječe rešitve, lahko vpliva na življenje tistih, ki se zanašajo na informacije na spletu, kot je na primer samo-diagnosticiranje bolezni (Österle, 2020, str. 45).

Množično komuniciranje je v času globalizacije poskrbelo, da državljani demokracij in tudi ljudje, ki živijo v avtokracijah in zaprtih družbah, vedo, kako živi boljša polovica – bogati in slavniti. Zahvaljujoč množični komunikaciji, materialna pričakovanja dobrega življenja nikoli niso bila tako razširjena kot danes. Hkrati je prevladujoča kultura človekovih pravic v novem tisočletju vsem državljanom sveta porodila občutek (ne)pravičnosti. Poraženci v dobi globalizacije občutijo pomanjkanje, ki ga sicer morda ne bi, in s tem tudi nezadovoljstvo s kakovostjo življenja. Novice v realnem času imajo lahko tako negativne kot pozitivne učinke na kakovost življenja. V primerih zatiranja, pritiskov in izkoriščanja, v ljudeh vzbujajo občutek za pravičnost in poštenost (Moller & Huschka, 2009, str. 4–5). Sharma, Gupta, Kushwaha in Shekhawat (2020, str. 260) v zvezi s tem ugotavljajo pozitivno povezavo med spremljanjem novic o COVID-19 in tesnobo, živčnostjo in zaskrbljenostjo ter negativno povezavo med novicami in kakovostjo življenja. V primeru naravnih nesreč, mediji lahko pozitivno prispevajo h kakovosti življenja z vzbujanjem občutka solidarnosti (Moller & Huschka, 2009, str. 4–5).

Naša intuicija lahko namiguje na idejo, da imajo države z dobrimi sistemi socialnega varstva državljane, ki visoko ocenjujejo svoje zadovoljstvo z življenjem. To je lahko posledica obstoja možnosti, da sistem socialnega varstva daje ljudem občutek finančne varnosti, ta občutek varnosti pa se prelija v zadovoljstvo z življenjem. Obenem lahko državljani v državah z visoko stopnjo blaginje čutijo, da jim je mar za svoje socialno ogrožene sodržavljane, in jih ta skrb prežema s pozitivnimi občutki. Pacek in Radcliff (2008, str. 179–180) sta ob preučevanju vpliva socialnega varstva na dobro počutje, na vzorcu državljanov iz 18 industrijskih demokracij od leta 1981 do 2000, ugotovila pozitivne učinke socialnega varstva na dobro počutje ljudi, pri čemer socialna varnost povečuje dobro počutje s krepitvijo občutka za ekonomsko varnost, ta občutek varnosti pa posledično vpliva subjektivno kakovost življenja. Z uporabo podatkov iz Evropske raziskave o kakovosti življenja (ki jo je Evropska fundacija za izboljšanje življenjskih in delovnih pogojev uvedla leta 2003) Bohnke (2008, str. 189) ugotavlja, da je zadovoljstvo z življenjem pozitivno povezano z zaznano zanesljivostjo sistema socialnega varstva. V povezavi s tem Cheung in Leung (2007, str. 428) ugotavljata, da sistem socialnega varstva vpliva na zadovoljstvo z življenjem na dva načina, in sicer z zadovoljevanjem materialnih potreb in z doseganjem idealnih ciljev. Avtorja menita, da v postmoderni dobi veliko ljudi ne želi sprejeti socialne pomoči, ker je le-ta v nasprotju individualnostjo, samoizražanjem in nematerializmom. Posledično je ljudem ideja biti na seznamu socialne pomoči v nasprotju z njihovimi vrednotami in škoduje njihovi subjektivni kakovosti življenja.

Možnost potovanja po vsem svetu povečuje število epidemij, ki se hitro selijo prek meja (Moller & Huschka, 2009, str. 5) in COVID-19 pri tem ni nobena izjema. Poleg zaskrbljenosti zaradi posledic učinka COVIDa-19 na fizično zdravje, mnogi raziskovalci proučujejo tudi zaskrbljujoč vpliv na vedenjsko zdravje in kakovost življenja. Mohsen, El-Masry, Ali in Abdel-Hady (2022, str. 15) pri proučevanju oseb, pozitivnih na COVID-19 ugotavljajo, da se je – ne glede na čas od odpusta iz bolnišnice ali okrevanja v domačem okolju – kakovost življenja bolnikov s COVIDom-19 močno zmanjšala, tudi z vidika občutka osebne varnosti. Liu et al., (2020, str. 112921) ugotavljajo, da je pandemija COVIDa-19 močno prizadela kakovost življenja javnosti z razširjeno paniko, tesnobo in stigmatizacijo bolnikov s to boleznijo. Po ugotovitvah Shah et al. (2021, str. 1), prebolewniki doživljajo velik vpliv na fizično in psihosocialno zdravje, močno pa so tudi prizadeta življenja njihovih partnerjev in drugih družinskih članov. Hansel, Saltzman, Melton, Clark in Brodnick (2022, str. 961) poročajo o ugotovljeni povečani anksioznosti, depresiji in zlorabi alkohola ter poslabšanju predhodno obstoječih težav, povezanih z vedenjskim zdravjem in splošno zmanjšano kakovostjo življenja.

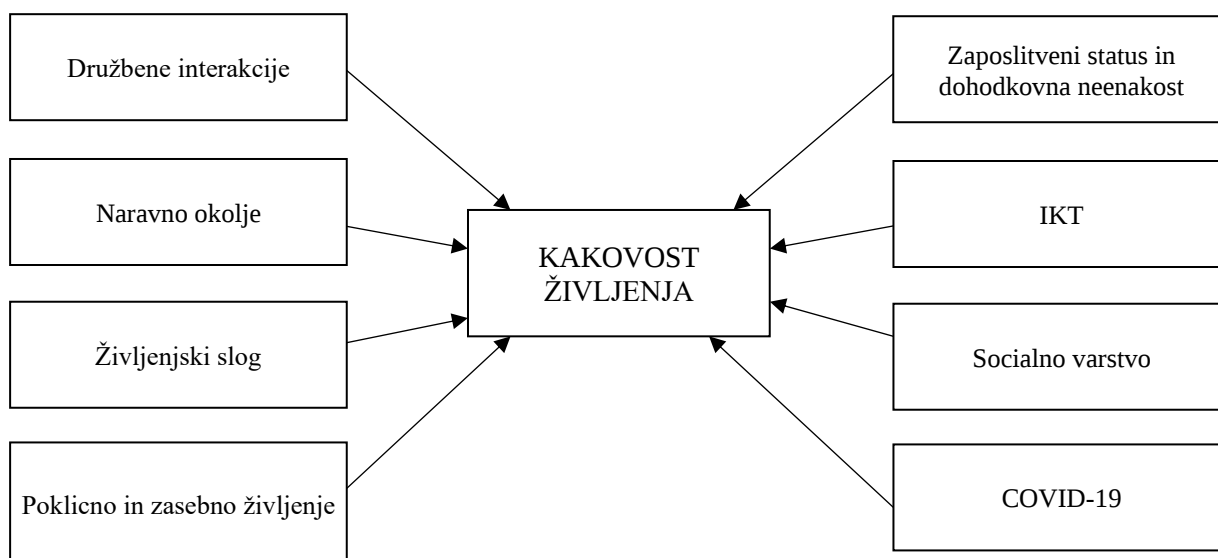
Medtem ko se mnogi veselijo svojega novega običajnega življenjskega sloga ali vrnitve k predpandemičnemu življenjskemu slogu, so nenehne nevarnosti pred ponovno okužbo, negotovosti glede cepiva in variacije sevov opozorilo, da svetovna pandemija še vedno traja. Ne glede čas, ki ga zahteva popolno okrevanje, več kot eno leto povečanih strahov, osamljenosti, ekonomskih posledic in žalosti kaže, da bo imelo vedenjsko zdravje dolgoročneje posledice (Saltzman, Hansel, & Bordnick, 2020, str. 55). Pri psihičnem zdravju v primeru katastrofe, ko se grožnja razblini in posamezniki izstopijo iz načina preživetja,

postanejo vedenjske zdravstvene težave bolj očitne in posledično so nujno potrebne storitve, kot so psihološko izobraževanje in raznovrstne terapije za izboljšanje psihičnega zdravja (Hansel, Saltzman, & Bordnick, 2020, str. 670; Titov et al., 2020, str. 100327), saj je psihično zdravje bistveno bolj povezano s kakovostjo življenja kot fizično zdravje (Dolan, Peasgood, & White, 2008, str. 94)

3 Metoda

Za potrebe raziskave smo uporabili kvalitativno metodo pregleda znanstvene in strokovne literature s področja kakovosti življenja. Iskanje literature je potekalo po ključnih besedah, ki so navedene v tabeli 1. V skladu z metodo pregleda literature (Snyder, 2019, str. 336) smo sledili naslednjim v štirih fazam pregleda literature: (1) načrtovanje, (2) izvedba, (3) analiza in (4) pisanje. V sklopu načrtovanja smo določili cilj in oblikovali raziskovalno vprašanje. V sklopu izvedbe pregleda literature smo naredili teoretično-analitični pregled strokovne literature, znanstvenih razprav, raziskav in člankov tako domačih kot tujih strokovnjakov s področja obravnavane teme. Pri iskanju literature smo se posluževali znanstvene bibliografske baze in akademske spletne brskalnike, kot so ScienceDirect, PubMed, ResearchGate, Google Scholar in Science.gov.

Na osnovi navedenih teoretičnih izhodišč smo si zastavili raziskovalno vprašanje: »Kateri so dejavniki okolja, ki vplivajo na kakovost življenja in kakšen je njihov vpliv?« in temu primerno izdelali model raziskave, ki je prikazan na sliki 1. Model raziskave prikazuje na podlagi literature proučene dejavnike okolja, ki vplivajo na kakovost življenja.



Slika 1. Model raziskave

Pri izvedbi pregleda literature smo iskali izključno tuje vire, saj smo iskali širšo sliko koncepta in dejavnikov kakovosti življenja. Ko smo se seznanili s konceptom okolja in kakovosti življenja ter našli najpogostejše omenjen dejavnike vpliva okolja na kakovost življenja, smo

dalje iskali ugotovitve iz obstoječih raziskav glede izbranih dejavnikov. Za potrebe naše raziskave smo uporabili ugotovitve iz obstoječih raziskav. V tabeli 1 so navedene ključne besede, ki smo jih uporabili pri izvedbi pregleda literature, in sicer v izvirnem, tj. angleškem jeziku ter njihov prevod v slovenščini.

Tabela 1. Ključne besede, uporabljene pri izvedbi pregleda literature

Ključne besede v angleščini	Prevod ključnih besed v slovenščino
»environment« + »definition«	»okolje« + »opredelitev«
»quality of life« + »definition«	»kakovost življenja« + »opredelitev«
»quality of life« + »dimensions«	»kakovost življenja« + »dimenzije«
»quality of life« + »indicators«	»kakovost življenja« + »kazalniki«
»quality of life« + »social interactions«	»kakovost življenja« + »družbene interakcije«
»quality of life« + »natural environment«	»kakovost življenja« + »naravno okolje«
»quality of life« + »lifestyle«	»kakovost življenja« + »življenjski slog«
»quality of life« + »quality of work life«	»kakovost življenja« + »kakovost delovnega življenja«
»quality of life« + »employment status«	»kakovost življenja« + »zaposlitveni status«
»quality of life« + »ICT«	»kakovost življenja« + »IKT«
»quality of life« + »social welfare«	»kakovost življenja« + »socialno varstvo«
»quality of life« + »covid-19«	»kakovost življenja« + »covid-19«

4 Rezultati

4.1 Dejavniki vpliva okolja na kakovost življenja

V tabeli 2 prikazujemo učinke vsakega dejavnika kakovosti življenja ter avtorja/-e raziskav, ki so dognali povezavo med učinkom in kakovostjo življenja oziroma vpliv učinka na kakovost življenja. Kot razvidno, ima vsak izmed dejavnikov kakovosti življenja precej učinkov na kakovost življenja.

Tabela 2. Dejavniki in njihovi učinki na kakovost življenja

Dejavnik	Učinek	Avtor/-ja/-ji raziskave
Družbene interakcije	(1) Zadovoljevanje naravne človeške potrebe po druženju, (2) Spodbujanje podpornih odnosov, medosebnega zaupanja in družbene kohezije. (3) Boljše zdravstveno stanje in boljše možnosti za iskanje zaposlitve. (4) Občutek nizke družbene podpore in zmerne družbenega zadovoljstva.	(1) Eurostat, 2021. (2) Eurostat, 2021. (3) Eurostat, 2021. (4) Hosseini, Seyed, & Adrisi, 2017.
Naravno okolje	(1) Duhovni in znanstveni navdih ter sistem vzdrževanja življenja. (2) Propadanje biotske raznovrstnosti in funkcij ekosistema. Padajoči trendi doprinosov narave. (3) Spremembe v tehnologiji in prilagajanje družbenih sistemov. (4) Pomanjkanje kakovosti okolja, hrup in onesnaženost, težave z varnostjo, neustrezni pogoji v naseljih in pomanjkanje zadovoljivega prometa. (5) Obolevnost in umrljivost zaradi onesnaženosti zraka.	(1) Diaz et al., 2018. (2) Brauman et al., 2020. (3) Brauman et al., 2020. (4) Uzzell & Moser, 2006. (5) Organisation for Economic Co-operation and Development, 2016. (6) Guha-Sapir, Hoyois, Wallemacq, & Below, 2017. (7) Bayles et al., 2016. (8) Van Dillen, De Vries, Groenewegen, & Spreuwerberg, 2012. (9) Dadvand et al., 2016; Van Den Berg et al., 2016.

»se nadaljuje«

»nadaljevanje«	(6) Izpostavljenost naravnim nevarnostim (ekstremne temperature, nevihte, požari, potresi in poplave). (7) Izboljšano javno zdravje in sanitarni ukrepi. (8) Aktivnosti v naravnem okolju in fizično zdravje. (9) Aktivnosti v naravi in izboljšanje psihičnega zdravja.	
Življenjski slog	(1) Uživanje zdrave prehrane. (2) Telesna aktivnost in zmanjšanje stresa. (3) Procesirana prehrana in fizično zdravje. (4) Procesirana prehrana in psihično zdravje. (5) Možnost potovanja po vsem svetu povečuje število epidemij. (6) Kronični stres.	(1) Ocean, Howley, & Ensor, 2019; Gehlich et al., 2020; Begdache, Sadeghzadeh, Derose, & Abrams, 2021. (2) Begdache, Sadeghzadeh, Derose, & Abrams, 2021; Sapranaviciute-Zabazlajeva et al., 2022. (3) Sparrenberger, Friedrich, Schiffner, Schuch, & Wagner, 2015; Juul, Vaidean, & Parekh, 2021; Suksatan et al., 2021; Lane et al., 2022. (4) Skarupski et al., 2010; Sensi et al., 2011. (5) Moller & Huschka, 2009. (6) Black, 2002; Glaser & Kiecolt-Glaser, 2005; Blix, Perski, Berglund, & Savic, 2013; Mariotti, 2015.
Poklicno in zasebno življenje	(1) Konflikt pri usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja. (2) Konflikt med delom in družino in zadovoljstvo pri delu. (3) Konflikt med družino in delom in zadovoljstvo z življenjem in službo. (4) Zadovoljstvo pri delu in zadovoljstvo z življenjem.	(1) Rode, Rehg, Near, & Underhill, 2007; Pichler, 2009. (2) Ruževičius, 2014. (3) Ruževičius, 2014. (4) Ruževičius, 2014.
Zaposlitveni status in dohodkovna neenakost	(1) Brezposelnost in nezadovoljstvo. (2) Brezposelnost in slabo počutje narodov. (3) Nezmožnost okrevanja po brezposelnosti. (4) Pozitivni učinek zaposlitve na zadovoljstvo. (5) Višja raven dohodka gospodinjstva. (6) Brezposelnost in nizko samospoštovanje v bogatih državah. (7) Dohodkovna neenakost ter materializem in individualizem. (8) Vrzel med bogatimi in revnimi.	(1) Worach-Kardas and Kostrzewski, 2014; Hult, Pietila, & Saaranen, 2020. (2) Lucas, Clark, Georgellis, & Diener, 2004. (3) Lucas, Clark, Georgellis, & Diener, 2004. (4) Drobnič, Beham, & Prag 2010; Carlier et al., 2013; Bilevičienė, Bilevičiute, & Drakšas, 2016. (5) Frey & Stutzer, 2005. (6) Helliwell, 2003; Stanca, 2010. (7) Kasser, 2002. (8) Posel & Casale, 2011.
IKT	(1) Komunikacija, dostopnost, nakupovanje, pridobivanje informacij, zabava. (2) Računalniško programirani procesi vodijo do zamenjave človeške delovne sile, brezposelnost; poslabšanje kognitivnega delovanja, samo-diagnosticsiranje bolezni. (3) Mediji in občutek (ne)pravičnosti in pomanjkanja. (4) Mediji in tesnoba, živčnost, in zaskrbljenost. (5) Vse intenzivnejša uporaba digitalnega okolja.	(1) Österle, 2020. (2) Österle, 2020. (3) Moller & Huschka, 2009. (4) Sharma, Gupta, Kushwaha, & Shekhawat, 2020. (5) Kahn, Severson, & Ruckert, 2009.
Socialno varstvo	(1) Socialno varstvo krepi občutek za ekonomsko varnost.	(1) Cheung & Leung, 2007; Bohnke, 2008; Pacek & Radcliff, 2008.

»se nadaljuje«

»nadaljevanje«	(2) Socialno varstvo zadovoljuje materialne potrebe in doseganje idealnih ciljev.	(2) Cheung & Leung, 2007.
	(3) Prejemanje socialne pomoči je v nasprotju z individualnostjo, samoizražanjem in nematerializmom.	(3) Cheung & Leung, 2007.
COVID-19	(1) Zmanjšan občutek varnosti.	(1) Mohsen, El-Masry, Ali, & Abdel-Hady, 2022.
	(2) Razširjena panika, tesnoba in stigmatizacija bolnikov.	(2) Liu et al., 2020.
	(3) Vpliv na fizično in psihosocialno zdravje ter bližnje družinske člane.	(3) Shah et al., 2021;
	(4) Povečana anksioznost, depresije in zloraba alkohola ter poslabšanje predhodno obstoječih vedenjskih težav.	(4) Hansel, Saltzman, Melton, Clark, & Brodnick, 2022.
	(5) Nenehne nevarnosti pred ponovno okužbo, negotovosti glede cepiva in variacije sevov.	(5) Saltzman, Hansel, & Bordnick, 2020.
	(6) Dolgoročnejske posledice na vedenjskem zdravju.	(6) Saltzman, Hansel, & Bordnick, 2020.

4.2 Pozitivni in negativni učinki dejavnikov okolja na kakovost življenja

V tabeli 3 glede na učinke iz tabele 2 prikazujemo razvrstitev obravnavanih učinkov glede na pozitivne in negativne. Vsak učinek je zaradi sledljivosti vira naveden pod isto številko kot v tabeli 2. Kot razvidno, literatura navaja več negativnih učinkov obravnavanih dejavnikov kot pozitivnih.

Tabela 3. Pozitivni in negativni učinki dejavnikov na kakovost življenja

Dejavnik	Pozitivni učinek	Negativni učinek
Družbene interakcije	(1) Zadovoljevanje naravne človeške potrebe po druženju. (2) Spodbujanje podpornih odnosov. Spodbujanje medosebnega zaupanja. Spodbujanje družbene kohezije. (3) Boljše zdravstveno stanje. Boljše možnosti za iskanje zaposlitve.	(4) Občutek nizke družbene podpore. Občutek zmernega družbenega zadovoljstva.
Naravno okolje	(1) Duhovni in znanstveni navdih. Sistem vzdrževanja življenja. (3) Spremembe v tehnologiji. Prilagajanje družbenih sistemov. (7) Izboljšano javno zdravje in sanitarni ukrepi. (8) Aktivnosti v naravnem okolju in izboljšanje fizičnega zdravja. (9) Aktivnosti v naravi in izboljšanje psihičnega zdravja.	(2) Propadanje biotske raznovrstnosti in funkcij ekosistema. Padajoči trendi doprinosov narave. (4) Pomanjkanje kakovosti okolja. Hrup in onesnaženost. Težave z varnostjo. Neustrezni pogoji v naseljih. Pomanjkanje zadovoljivega prometa. (5) Obolevnost in umrljivost zaradi onesnaženosti zraka. (6) Izpostavljenost naravnim nevarnostim (ekstremne temperature, nevihte, požari, potresi in poplave).
Življenjski slog	(2) Uživanje zdrave prehrane. (3) Telesna aktivnost in zmanjšanje stresa.	(1) Vse večja uporaba digitalnega okolja. (4) Procesirana prehrana in fizično zdravje. (5) Procesirana prehrana in psihično zdravje. (6) Možnost potovanja po vsem svetu povečuje število epidemij. (7) Kronični stres.
Poklicno in zasebno življenje	(4) Zadovoljstvo pri delu in zadovoljstvo z življenjem.	(1) Konflikt pri usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja.

Zaposlitveni status in dohodkovna neenakost	(4) Pozitivni učinek zaposlitve na zadovoljstvo. (5) Višja raven dohodka gospodinjstva.	(2) Konflikt med delom in družino in zadovoljstvo pri delu. (3) Konflikt med družino in delom in zadovoljstvo z življenjem in službo. (1) Brezposelnost in nezadovoljstvo. (2) Brezposelnost in slabo počutje narodov. (3) Nezmožnost okrevanja po brezposelnosti. (6) Brezposelnost in nizko samospoštovanje v bogatih državah. (7) Dohodkovna neenakost ter materializem in individualizem.
IKT	(1) Komunikacija, dostopnost, nakupovanje, pridobivanje informacij, zabava.	(8) Vrzel med bogatimi in revnimi. (2) Računalniško programirani procesi vodijo k brezposelnosti. Poslabšanje kognitivnega delovanja. Samo-diagnosticiranje bolezni. (3) Mediji in občutek (ne)pravičnosti in pomanjkanja. (4) Mediji in tesnoba, živčnost, in zaskrbljenost. (5) Vse intenzivnejša uporaba digitalnega okolja.
Socialno varstvo	(1) Socialno varstvo krepi občutek za ekonomsko varnost. (2) Socialno varstvo zadovoljuje materialne potrebe in doseganje idealnih ciljev.	(3) Prejemanje socialne pomoči je v nasprotju z individualnostjo, samoizražanjem in nematerializmom.
COVID-19	/	(1) Zmanjšan občutek varnosti. (2) Razširjena panika, tesnoba in stigmatizacija bolnikov. (3) Vpliv na fizično in psihosocialno zdravje ter bližnje družinske člane. (4) Povečana anksioznost, depresije in zloraba alkohola ter poslabšanje predhodno obstoječih vedenjskih težav. (5) Nenehne nevarnosti pred ponovno okužbo. Negotovosti glede cepiva in variacije sevov. (6) Dolgoročnejše posledice na vedenjskem zdravju.

5 Razprava

Z raziskavo smo želeli na podlagi proučene literature proučiti in navesti dejavnike okolja na kakovost življenja v sodobnem svetu in njihove učinke. Ugotavljamo, da ne glede na vrsto dejavnika, avtorji raziskav navajajo več negativnih kot pozitivnih učinkov okolja. Vse v nadaljevanje navedene ugotovitve temeljijo na pregledu literature.

Kot prvo gre izpostaviti naravno okolje, saj ta po naših ugotovitvah močno prispeva h kakovosti človekovega življenja (Ferrans, Zerwic, Wilbur, & Larson, 2005, str. 336; Diaz et al., 2018, str. 270). Iz vidika pozitivnih učinkov kot prvo izpostavljamo, da so se s tehnološkimi spremembami in prilagajanjem družbenih sistemov ublažile negativni vplivi okoljskih sprememb na kakovost življenja (Brauman et al., 2020, str. 32799). Pozitiven učinek naravnega okolja je v njegovem duhovnem in znanstvenem navdihu ter sistemu vzdrževanja življenja

(Diaz et al., 2018, str. 270), zaradi sanitarnih ukrepov se je zmanjšala pojavnost bolezni, ki se prenašajo z vodo (Bayles et al., 2016, str. 448), aktivnosti v naravnem okolju izboljšujejo fizično zdravje (Van Dillen, De Vries, Groenewegen, & Spreeuwenberg, 2012, str. 8) in psihično zdravje (Dadvand et al., 2016, str. 161; Van Den Berg et al., 2016, str. 8). Kar zadeva negativnih učinkov ugotavljamo propadanje biotske raznovrstnosti in funkcij ekosistema ter padajoče trende doprinosov oziroma kakovosti narave (Uzzell & Moser, 2006, str. 2; Brauman et al., 2020, str. 32799), hrup in onesnaženost, neustrezne pogoje v naseljih in pomanjkanje zadovoljivega prometa (Uzzell & Moser, 2006, str. 2), obolenost in umrljivost zaradi onesnaženosti zraka (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2016, str. 90–91) ter izpostavljenost naravnim nevarnostim (ekstremne temperature, nevihte, požari, potresi in poplave) (Uzzell & Moser, 2006, str. 2; Guha-Sapir, Hoyois, Wallemacq, & Below, 2017, str. 1–5).

Kaj pa vpliv družbenih interakcij? Kar zadeva družbenih interakcij in kakovosti življenja, ugotavljamo, da imajo družbene interakcije imajo največji vpliv na kakovost življenja (Hosseini, Seyed, & Adrisi, 2017, str. 224–225; Noghaani, Asgharpou, Kermani, & Safa, 2011, str. 157; Rahmani & Sohrabi, 2012, str. 157; Khademi, Safaei, & Moradi Shahbaz, 2018, str. 147) oziroma vplivajo na več kot polovico sprememb pri kakovosti življenja, občutek nizke družbene podpore in zmernega družbenega zadovoljstva (Hosseini Amin, Seyed Mirzaie & Adrisi, 2017, str. 224–225). Na podlagi proučene literature ugotavljamo pozitivne učinke družbenih interakcij v zadovoljevanju naravne človeške potrebe po druženju, spodbujanju podpornih odnosov, medosebnega zaupanja in družbene kohezije (Eurostat, 2021) kot negativni učinek pa posameznikov občutek nizke družbene podpore in zmernega družbenega zadovoljstva (Hosseini Amin, Seyed Mirzaie & Adrisi, 2017, str. 224–225).

Kaj pa vpliv sodobnega življenjskega sloga? Kakovost življenja z vidika življenjskega sloga ponuja številne prednosti, a tudi pasti. Pozitivni učinki življenjskega sloga se v literaturi izpostavljajo predvsem kot zniževanje stopnje in vpliva stresa na organizem zaradi raznovrstnih možnosti telesnih aktivnosti (Begdache, Sadeghzadeh, Deroose, & Abrams, 2021, str. 24; Sapranaviciute-Zabazlajeva et al., 2022, str. 1011) in zdrave prehrane (Ocean, Howley, & Ensor, 2019, str. 335; Gehlich et al., 2020, str. 634; Begdache, Sadeghzadeh, Deroose, & Abrams, 2021, str. 24). Po drugi strani pa obstajajo pasti negativnih učinkov življenjskega sloga, izmed katerih literatura poudarja predvsem procesirano prehrano in njen vpliv na fizično in psihično zdravje (Skarupski et al., 2010, str. 330; Sensi et al., 2011, str. 16076; Sparrenberger, Friedrich, Schiffner, Schuch, & Wagner, 2015, str. 535; Juul, Vaidean, & Parekh, 2021, 1673; Suksatan et al., 2021, str. 174; Lane et al., 2022, str. 6338). Eden od negativnih učinkov sodobnega življenjskega sloga, s katerim se po našem mnenju sooča mnogo ljudi, vključuje povečanje ravni stresa zaradi številnih obveznosti, ki jih današnji človek lahko prevzame. Posledično temu, kronični stres močno oslabi kakovost življenja in privede do bolezenskega stanja (Black, 2002, str. 622; Glaser & Kiecolt-Glaser, 2005, str. 243; Blix, Perski, Berglund, & Savic, 2013, str. 1; Mariotti, 2015, str. 1). Navsezadnje gre izpostaviti še neskončne možnosti

potovanj po vsem svetu, ki nam po našem mnenju sicer nahranijo dušo, vendar obenem tudi povečujejo število epidemij (Moller & Huschka, 2009, str. 5).

Kaj pa vpliv poklicnega življenja in ravnovesja med poklicnim in zasebnim življenjem? Ugotavljamo, da se avtorji raziskav z naslova iskanja rešitev vrzeli med poklicnim in zasebnim življenjem bolj usmerjajo k iskanju negativnih učinkov, ki bi jih bilo potrebno izboljšati. V prvi vrsti je povsem jasno, da ima že sama zaposlitev in zadovoljstvo s službo pozitivni učinek na zadovoljstvom z življenjem (Drobnič, Beham, & Prag, 2010, str. 205; Carlier et al., 2013, str. 503; Ruževičius, 2014, str. 326; Bilevičiene, Bilevičiute, & Drakšas, 2016, str. 213). Nasprotno, ljudje, ki imajo veliko, morda celo preveč, službenih obveznosti, ponavadi doživljajo konflikt med službo in družino oziroma zasebnim življenjem (Rode, Rehg, Near, & Underhill, 2007, str. 66; Pichler, 2009, str. 449–450) ali pa konflikt med zasebnim življenjem oziroma družino in službo, ko so preobremenjeni s strani družinskih obveznosti (Ruževičius, 2014, str. 327).

Kaj pa vpliv zaposlitvenega statusa, dohodkovne neenakosti in socialnega varstva? Kot ugotavljamo, sta očitna dejavnika sodobnega okolja tudi zaposlitveni status in dohodkovna neenakost. Višja raven dohodka v gospodinjstvu sicer lahko prispeva h kakovosti življenja (Frey & Stutzer, 2005, str. 950), vendar lahko negativni učinek dohodkovne neenakosti še vedno prispeva k slabši kakovosti življenja, sploh ko gre za države, kjer se ceni materializem in individualizem (Kasser, 2002, str. 34–35) in v primerih ljudi, ki niso materialno bogati in se imajo navado primerjati z drugimi (Posel in Casale, 2011, str. 195). Na drugi strani pa obstaja dejstvo je, da je učinek brezposelnosti na kakovost življenja v zadnjih dveh desetletjih negativen (Lucas, Clark, Georgellis in Diener, 2004, str. 8; Worach-Kardas and Kostrzewski, 2014, str. 335; Hult, Pietila, & Saaranen, 2020, str. 1204), še posebno, ko gre za bogatejše države (Helliwell, 2003, str. 331; Stanca, 2010, str. 115) in kjer je stopnja brezposelnosti nizka (Clark, 2003, str. 323). Kljub temu menimo, da je še nekaj humanosti v ljudeh, saj, kot ugotavljata Uzzell in Moser (2006, str. 1), zna premožnejši razred opaziti in začutiti materialno stisko, ki jo doživljajo drugi. Socialno varstvo ima tako pozitivne, kot tudi negativne učinke na kakovost življenja. Medtem ko krepi občutek za ekonomsko varnost ter zadovoljuje materialne potrebe in doseganje idealnih ciljev (Cheung & Leung, 2007, str. 428; Bohnke, 2008; Pacek & Radcliff, 2008), pa ima na drugi strani negativen učinek na ljudi, za katere je prejemanje socialne pomoči v nasprotju z individualnostjo, samoizražanjem in nematerializmom (Cheung & Leung, 2007, str. 428).

Kaj pa vpliv IKT? Ugotavljamo, da imajo IKT zaradi vse pogostejše uporabe – predvsem interneta – vse več negativnih učinkov, tako povečanje brezposelnosti zaradi robotsko vodenih procesov, kot tudi višje cene izdelkov zaradi višjih stroškov izdelave, poslabšanje kognitivnega delovanja, nadomeščanje digitalnega okolja z naravnim in celo samo-diagnosticiranja bolezni (Kahn, Severson, & Ruckert, 2009, str. 41; Österle, 2020, str. 33,45). Poleg tega so tu še množični mediji, ki sicer lahko vodijo k solidarnosti (Moller & Huschka, 2009, str. 4–5), vendar v veliki meri dajejo ljudem občutek (ne)pravičnosti in pomanjkanja ter vzbujajo tesnobo, živčnost, in zaskrbljenost (Moller & Huschka, 2009, str. 4–5; Sharma, Gupta, Kushwaha in Shekhawat, 2020, str. 260).

In navsezadnje, kaj pa vpliv epidemije COVIDa-19? Ko tema nanese na COVID-19, ugotavljamo, da pozitivnih učinkov na kakovost življenja v literaturi praktično ni, četudi menimo, da nas je pandemija na nek način povezala z družino in dala misliti o minljivosti življenja in pomenu »živeti«. Zmanjšan občutek varnosti, vsesplošna panika, tesnoba, anksioznost, depresija, poslabšanje predhodno obstoječih vedenjskih težav, stigmatizacija bolnikov, opreznost pred ponovno okužbo ter negotovosti glede cepiva in variacije sevov (Liu et al., 2020, str. 112921; Saltzman, Hansel, & Bordnick, 2020, str. 55; Shah et al., 2021, str. 1; Hansel, Saltzman, Melton, Clark, & Brodnick, 2022, str. 961; Mohsen, El-Masry, Ali, & Abdel-Hady, 2022, str. 15) – to je zgolj nekaj negativnih učinkov na družbo in posameznika, pri čemer izpostavljamo, da bo v naslednjih nekaj letih potrebno vzpostaviti močan in zanesljiv sistem pomoči vsakomur, ki se sooča z duševnimi oziroma vedenjskimi težavami kot posledicami pandemije, saj je, kot pravijo Dolan, Peasgood in White (2008, str. 94), psihično zdravje bistveno bolj povezano s kakovostjo življenja kot fizično zdravje. V skladu s predhodno navedenim menimo, da zadnja epidemija, ki je prerasla v pandemijo, drastično spremenila okolje in posledično kakovost življenja skoraj da vsakega Zemljana.

6 Zaključek

Kakovost življenja ni le potreba, temveč tudi pravica slehernega posameznika. Človeštvo je v želji po boljšem življenju na nek način svoj kulturni sistem in seznam temeljnih vrednot uskladilo s svojimi cilji, pričakovanji in življenjskim standardom, ki naj bi izboljšali fizično in psihično zdravje posameznika ter njegov odnos z okoljem – vključujoč naravno okolje in družbo – torej naj bi izboljšal kakovost življenja. Pa vendar, ne glede na nenehno željo po iskanju kakovosti življenja, pri nekaterih ljudeh to ostaja zgolj pri želji, saj obstaja nemalo dejavnikov, ki imajo negativne učinke na kakovost življenja. Občutek nizke družbene podpore, padajoči trendi doprinosov naravnega okolja in vse obsežnejši posegi vanj, obolevnost in umrljivost, ekstremne temperature, nevihte, požari, potresi in poplave, procesirana prehrana, zaradi preobremenjenosti in pričakovanj družbe povečane ravni stresa, ki vodijo v kronični stres, konflikt pri usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja in obratno, brezposelnost, dohodkovna neenakost, pritiski medijev, vse intenzivnejša uporaba digitalnega okolja ... To je le nekaj pasti oziroma negativnih učinkov okolja, ki po naših ugotovitvah, temelječih na pregledu literature, vodijo k poslabšanju kakovosti življenja. Zakaj pasti? Ker je vsak posameznik konec koncev odgovoren sam zase, za svoje življenje, in dokler tega ne spozna in oblikuje lastni sistem vrednot kakovostnega življenja – ki ga opominja na sledenje kakovostnemu življenju in zanemarjanju nepotrebnih informacij, ki mu razkrivajo tegobe tega sveta – in se trudi v vsakem slabem najti nekaj dobrega, najti priložnost, bo njegovo življenje še naprej nekakovostno.

Ne glede na to, da smo ugotovili, da literatura navaja več negativnih (vsaj 37) kot pozitivnih (vsaj 26) učinkov obravnavanih dejavnikov okolja v povezavi s kakovostjo življenja, je moč pogledati tudi s pozitivne plati – družbene interakcije in njihov vpliv na zdravje in dobro počutje, izboljšano javno zdravje, vrsto možnosti aktivnosti v blagodejnosti narave, dostopnost zdrave hrane, komunikacija, dostopnost, nakupovanje, pridobivanje informacij in zabava kot

prednosti uporabe pametnih tehnologij, obstoj socialnega varstva in javnega zdravstva ... To je tisto, čemur moramo usmeriti pozornost in biti hvaležni, to so stvari, ki prispevajo h kakovosti naših življenj. Zdaj živimo dlje in smo lahko bolj zdravi kot kdajkoli prej in verjetno smo tudi srečnejši kot le nekaj generacij naših prednikov.

Raziskava prispeva k prepoznavanju dejavnikov okolja oziroma njihovih učinkov na kakovost življenja in ozaveščanju o bolj ali manj lepi realnosti negativnih učinkov okolja na sodobno družbo. Raziskava je omejena zgolj na pregled literature, kar predstavlja določene omejitve v količini podatkov.

Pri nadaljnjem raziskovanju priporočamo proučevanje dodatnih dejavnikov sodobnega okolja, ki vplivajo na kakovost življenja. Smiselno bi bilo proučiti tudi dejavnike okolja, ki so vplivali na kakovost življenja v preteklosti in narediti primerjavo z dejavniki sodobnega časa. Ravno tako se pri nadaljnjem raziskovanju zdi smiselno proučiti možnosti izboljšanje negativnih učinkov obravnavanim dejavnikom kakovosti življenja iz naše raziskave.

Reference

1. Bayles, B. R., Brauman, K. A., Adkins, J. N., Brian F. Allan, Alicia M. Ellis, Goldberg, T. L. ... Ristaino, J. B. (2016). Ecosystem Services Connect Environmental Change to Human Health Outcomes. *EcoHealth* 13(3), 443–449. doi: 10.1007/s10393-016-1137-5
2. Begdache, L., Sadeghzadeh, S., Derose, G., & Abrams, C. (2021). Diet, exercise, lifestyle, and mental distress among young and mature men and women: a repeated cross-sectional study. *Nutrients*, 13(1), 24. doi: 10.3390/nu13010024
3. Begum, B. & Mohd., A. (2021). Workplace Environment and its Impact on the Quality of Life of Employees. *Shanghai Ligong Daxue Xuebao*, 23(2), 239–248. doi: 10.51201/jusst12610
4. Bilevičiene, T., Bilevičiute, E., & Drakšas, R. (2016). Employment as a Factor of Life Quality. *Journal of International Studies*, 9(3), 203–216. doi: 10.14254/2071-8330.2016/9-3/16
5. Black, P. H. (2002). Stress and the inflammatory response: a review of neurogenic inflammation. *Brain, Behavior, and Immunity*, 16(6), 622–653. doi: 10.1016/S0889-1591(02)00021-1
6. Blix, E., Perski, A., Berglund, H., & Savic, I. (2013). Long-term occupational stress is associated with regional reductions in brain tissue volumes. *PLoS ONE* 8(6), 1–9. doi: 10.1371/journal.pone.0064065
7. Bohnke, P. (2008). Does society matter? Life satisfaction in the enlarged Europe. *Social Indicators Research*, 87(2), 189–210. doi: 10.1007/s11205-007-9169-4
8. Brauman, K. A., Garibaldi, L. A., Polasky, S., Aumeeruddy-Thomas, Y., Brancalion, P. H. S., DeClerck, F., ... Verma, M. (2020). Global trends in nature's contributions to people. *Proceedings of the National Academy of Science*, 117(51), 32799–32805. doi: 10.1073/pnas.2010473117
9. Carlier, B., Schuring, M., Lötters, F., Bakker, B., Borgers, N., & Burdorf, A. (2013). The influence of re-employment on quality of life and self-rated health, a longitudinal study among unemployed persons in the Netherlands. *BMC public health*, 13, 503. doi: 10.1186/1471-2458-13-503
10. Cheung, C. K. & Leung, K. (2007). Enhancing life satisfaction by government accountability in China. *Social Indicators Research*, 82(3), 411–432. doi: 10.1007/s11205-006-9043-9

11. Clark, A. E. (2003). Unemployment as a social norm: Psychological evidence from panel data. *Journal of Labor Economics*, 21(2), 323–351. doi: 10.1086/345560
12. Dadvand, P., Bartoll, X., Basagana, X., Dalmau-Bueno, A., Martinez, D., Ambros, A., ... Nieuwenhuijsen, M. J. (2016). Green spaces and General Health: Roles of mental health status, social support, and physical activity. *Environment International*, 91, 161–167. doi: 10.1016/j.envint.2016.02.029
13. Diaz, S., Pascual, U., Stenseke, M., Martín-López, B., Watson, R. T., Molnár, Z., ... Shirayama, Y. (2018). Assessing nature's contributions to people. *Science*, 359(6373), 270–272. doi: 10.1126/science.aap8826
14. Diener, E. & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1), 189–216. doi: 10.1023/A:1006859511756
15. Dolan, P., Peasgood, T., & White, M. P. (2008). Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on factors associated with subjective well-being. *Journal of Economic Psychology*, 29(1), 94–122. doi: 10.1016/j.joep.2007.09.001
16. Donovan, N., Halpern, D., & Sargeant, R. (2002). *Life satisfaction: the state of knowledge and implications for government*. London: UK Government.
17. Drobnič, S., Beham, B., & Prag, P. (2010). Good Job, Good Life? Working Conditions and Quality of Life in Europe. *Social Indicators Research*, 99(2), 205–225. doi: 10.1007/s11205-010-9586-7
18. Eurostat. (2021). *Quality of life indicators – social interactions*. Pridobljeno na https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_social_interactions#Social_interactions
19. Ferrans, C. E., Zerwic, J. J., Wilbur, J. E., & Larson, J. L. (2005). Conceptual model of health-related quality of life. *Journal of Nursing Scholarship*, 37(4), 336–342. doi: 10.1111/j.1547-5069.2005.00058.x
20. Frey, B. S. & Stutzer, A. (2005). Economic Consequences of Mispredicting Utility. *Journal of Happiness Studies*, 15(4), 937–956. doi: 10.1007/s10902-013-9457-4
21. Gaspar, T. (2017). Psychological and Social Factors That Influence Quality of Life: Gender, Age and Professional Status Differences. *Psychology Research*, 7(9), 489–498. doi: 10.17265/2159-5542/2017.09.003
22. Gehlich, K. H., Beller, J., Lange-Asschenfeldt, B., Köcher, W., Meinke, M. C., & Lade-mann, J. (2020). Consumption of fruits and vegetables: improved physical health, mental health, physical functioning and cognitive health in older adults from 11 European countries. *Aging & Mental Health*, 24(4), 634–641. doi: 10.1080/13607863.2019.1571011
23. Gilgeous, V. (1998). Manufacturing managers: their quality of working life. *Integrated Manufacturing Systems*, 9, 173–181. doi: 10.1108/09576069810210466
24. Glaser, R. & Kiecolt-Glaser, J. K. (2005). Stress-induced immune dysfunction: implications for health. *Nature Reviews Immunology*, 5(3), 243–251. doi: 10.1038/nri1571
25. Guha-Sapir, D., Hoyois, P., Wallemacq, P., & Below, R. (2017). *Annual Disaster Statistical Review 2016: The Numbers and Trends*. Brussels: Centre for Research on the Epidemiology of Disasters.
26. Hansel, T. C., Saltzman, L. Y., & Bordnick, P. S. (2020). Behavioral health and response for COVID-19. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 14(5), 670–676. doi: 10.1017/dmp.2020.180
27. Hansel, T. C., Saltzman, L. Y., Melton, P. A., Clark, T. L., & Bordnick, P. S. (2022). COVID-19 behavioral health and quality of life. *Scientific Reports*, 12(1), 961. doi: 10.1038/s41598-022-05042-z

28. Hays R. D. & Reeve, B. B. (2010). Measurement and Modeling of Health-Related Quality of Life. V J. Killewo, H. K. Heggenhougen, & S. R. Quah (ur.), *Epidemiology and Demography in Public Health* (str. 195–205). San Diego: Academic Press.
29. Helliwell, J. F. (2003). How's life? Combining individual and national variables to explain subjective well-being. *Economic Modeling*, 20(2), 331–360. doi: 10.1016/S0264-9993(02)00057-3
30. Hosseini, S. N., Seyed, S. M., & Adrisi, A. (2017). Socio-Economic Factors Affecting the Quality of Life of Tehranian Citizens. *Social Welfare Quarterly*, 17(66), 223–254.
31. Hult, M., Pietila, A. M., & Saaranen, T. (2020). The Factors Predicting Quality of Life Among Unemployed Adults: A Model Based on Salutogenic Approach. *Social Indicators Research*, 152(5), 1197–1211. doi: 10.1007/s11205-020-02470-0
32. Juul, F., Vaidean, G., & Parekh, N. (2021). Ultra-processed Foods and Cardiovascular Diseases: Potential Mechanisms of Action. *Advances in Nutrition*, 12(5), 1673–1680. doi: 10.1093/advances/nmab049
33. Kahn, P. H., Severson, R. L., & Ruckert, J. H. (2009). The human relation with nature and technological nature. *Current Directions in Psychological Science*, 18(1), 37–42. doi: 10.1111/j.1467-8721.2009.0160
34. Kasser, T. (2002). *The high price of materialism*. Cambridge: MIT Press.
35. Khademi, Z., Safaei, S., & Moradi Shahbaz, N. (2018). The Study of the Relationship between Social Capital and Quality of Life (Case Study: Women Aged 25-65 Years in Tehran). *Journal of Applied Sociology*, 29(2), 147–168. doi: 10.22108/jas.2017.75232.0
36. Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., ... Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS ONE*, 8(8), 1–6. doi: 10.1371/journal.phone.0069841
37. Kumar, A. (2018). Brief Introduction of Environment, Ecology and Environmental Pollution. *Journal of Modern Management & Entrepreneurship*, 8(1), 314–322.
38. Kuyken W. & Group T. W. (1995). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. *Social Science & Medicine*, 41(10), 1403–1409. doi:10.1016/0277-9536(95)00112-k
39. Lane, K. E., Davies, I. G., Darabi, Z., Ghayour-Mobarhan, M., Khayyat-zadeh, S. S., & Mazidi, M. (2022). The Association between Ultra-Processed Foods, Quality of Life and Insomnia among Adolescent Girls in Northeastern Iran. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), 6338. doi: 10.3390/ijerph19106338
40. Liu, N., Zhang, F., Wei, C., Jia, Y., Shang, Z., Sun, L., ... Liu, W. (2020). Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 Outbreak in China Hardest-hit Areas: gender differences matter. *Psychiatry Research*, 287, 112921. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112921
41. Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2004). Unemployment alters the set point for life satisfaction. *Psychological Science*, 15(1), 8–13. doi: 10.1111/j.0963-7214.2004.01501002.x
42. Mariotti, A. (2015). The effects of chronic stress on health: new insights into the molecular mechanisms of brain-body communication. *Future Science OA*, 1(3), 1–6. doi: 10.4155/fso.15.21
43. Mohsen, S., El-Masry, R., Ali, O. F., & Abdel-Hady, D. (2022). Quality of life during COVID-19 pandemic: a community-based study in Dakahlia governorate, Egypt. *Glob Health Research Policy*, 7(1), 15. doi: 10.1186/s41256-022-00246-2
44. Moller, V. & Huschka, D. (2009). Challenges for Quality-of-Life Studies in the New Millennium. V: V. Møller & D. Hauschka, *Quality of Life and the Millennium Challenge: Advances in Quality-of-Life Studies, Theory and Research* (str. 1–12). Berlin: Springer.

45. Noghaani, M., Asgharpour, A., Kermani, M., & Safa, S. (2011). The quality of life and its relation with social capital in the city of Mashhad. *Journal of Social Sciences*, 5(1), 111–140. doi: 10.22067/jss.v0i0.8733
46. Ocean, N., Howley, P., & Ensor, J. (2019). Lettuce be happy: a longitudinal UK study on the relationship between fruit and vegetable consumption and well-being. *Social Science & Medicine*, 222, 335–45. doi: 10.1016/j.socscimed.2018.12.017
47. OECD (2016). *The economic consequences of outdoor air pollution*. Paris: OECD Publishing. 10.1787/9789264257474-en
48. Österle, H. (2020). *Life engineering: Machine intelligence and quality of life*. Cham: Springer.
49. Pacek, A. C. & Radcliff, B. (2008). Welfare policy and subjective well-being across nations: An individual-level assessment. *Social Indicators Research*, 89, 179–191. doi: 10.1007/s11205-007-9232-1
50. Pichler, F. (2009). Determinants of Work-life Balance: Shortcomings in the Contemporary Measurement of WLB in Large-scale Surveys. *Social Indicators Research*, 92(3), 449–469. doi: 10.1007/s11205-008-9297-5
51. Posel, D. R. & Casale, D. M. (2011). Relative standing and subjective well-being in South Africa: The role of perceptions, expectations and income mobility. *Social Indicators Research*, 104, 195–223. doi: 10.1007/s11205-010-9740-2
52. Rahmani, A. & Sohrabi, S. (2012). The Sociological Study of the Relationship Between Life Quality and Social Capital. *Quarterly Journal of Socio-Cultural Development Studies*, 1(2), 157–175.
53. Rajović, G. & Bulatović, J. (2016). Comparative Analysis of Conditions Life in Settlements the Municipality of Berane and Settlements the Municipality of Andrijevica: A Case Study. *Evropejskij Issledovatel' (European Researcher)*, 103(2), 87–106. doi: 10.13187/er.2016.103.87
54. Rode, J. C., Rehg, M. T., Near, J. P., & Underhill, J. R. (2007). The Effect of Work/Family Conflict on Intention to Quit: The Mediating Roles of Job and Life Satisfaction. *Applied Research on Quality of Life*, 2(2), 65–82. doi: 10.1007/s11482-007-9030-6
55. Ruževičius, J. (2014). Quality of Life and of Working Life: Conceptions and Research. V: *17th Toulon-Verona International Conference: Excellence in Services*, August 28–29, 2014 (str. 317–334). Liverpool: Liverpool John Moores University.
56. Saltzman, L. Y., Hansel, T. C., & Bordnick, P. S. (2020). Loneliness, isolation, and social support factors in post-COVID-19 mental health. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(1), 55–57. doi: 10.1037/tra0000703.
57. Sapranaviciute-Zabazlajeva, L. S., Sileikiene, L., Luksiene, D., Ricardas, A. T., Milvidaite, I. & Bobak, M. (2022). Lifestyle factors and psychological well-being: 10-year follow-up study in Lithuanian urban population. *BMC Public Health* 22(1), 1011. doi: 10.1186/s12889-022-13413-4
58. Sensi, S., Paoletti, P., Koh, J., Aizenman, E., Bush, A., & Hershfinkel, M. (2011). The Neurophysiology and Pathology of Brain Zinc. *The Journal of Neuroscience*, 31(45), 16076–16085. doi: 10.1523/JNEUROSCI.3454-11.2011
59. Shah, R., Ali, F., Nixon, S., Ingram, J., Salek, S., & Finlay, A. (2021). Measuring the impact of COVID-19 on the quality of life of the survivors, partners and family members: a cross-sectional international online survey. *BMJ Open*, 11(5) 1–13. doi: 10.1136/bmjopen-2020-047680
60. Sirgy, J. M., Efraty, D., Siegel, P., & Lee, D. (2001). A New Measure of Quality of Work Life (QWL) Based on Need Satisfaction and Spillover Theories. *Social Indicator Research* 55(3), 241–302. doi: 10.1023/A:1010986923468
61. Skarupski, K., Tangney, C., Li, H., Ouyang, B., Evans, D., & Morris, M. (2010). Longitudinal association of vitamin B-6, folate, and vitamin B-12 with depressive symptoms among older

- adults over time. *The American journal of clinical nutrition*, 92(2), 330–335. doi: 10.3945/ajcn.2010.29413
62. Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339. doi: 10.1016/j.jbusres.2019.07.039
63. Sparrenberger, K., Friedrich, R. R., Schiffner, M. D., Schuch, I., & Wagner, M. B. (2015). Ultra-processed food consumption in children from a Basic Health Unit. *The Journal of Pediatrics*, 91(6), 535–542. doi: 10.1016/j.jpeds.2015.01.007
64. Stanca, L. (2010). The geography of economics and happiness: Spatial patterns in the effects of economic conditions. *Social Indicators Research*, 99(1), 115–133. doi: 10.1007/s11205-009-9571-1
65. Suksatan, W., Moradi, S., Naeini, F., Bagheri, R., Mohammadi, H., Talebi, S., ... Suzuki, K. (2021). Ultra-Processed Food Consumption and Adult Mortality Risk: A Systematic Review and Dose-Response Meta-Analysis of 207,291 Participants. *Nutrients*, 14(1), 174. doi: 10.3390/nu14010174
66. Titov, N., Staples, L., Kayrouz, R., Cross, S., Karin, E., Ryan, K., ... Nielssen, O. (2020). Rapid report: Early demand, profiles and concerns of mental health users during the coronavirus (COVID-19) pandemic. *Internet Interventions*, 21, 100327. doi: 10.1016/j.invent.2020.100327
67. Uzzell, D. & Moser, G. (2006). Environment and quality of life. *European Review of Applied Psychology*, 56(1), 1–4. doi: 10.1016/j.erap.2005.02.007
68. Van Den Berg, M., van Poppel, M., van Kamp, I., Andrusaityte, S., Balseviciene, B., Cirach, M., ... Maas, J. (2016). Visiting green space is associated with mental health and vitality: A cross-sectional study in four European cities. *Health Place*, 38, 8–15. doi: 10.1016/j.healthplace.2016.01.003
69. Van Dillen, S., De Vries, S., Groenewegen, P., & Spreeuwenberg, P. (2012). Greenspace in urban neighbourhoods and residents' health: Adding quality to quantity. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 66(6), 8. doi: 10.1136/jech.2009.104695
70. Veenhoven R. (2000). The Four Qualities of Life: Ordering Concepts and Measures of the Good Life. *Journal of Happiness Studies*, 1(1), 1–39. doi: 10.1007/978-94-007-5702-8_11
71. Veenhoven, R. (2010). Life is getting better: Societal evolution and fit with human nature. *Social Indicators Research*, 97(1), 105–122. doi: 10.1007/s11205-009-9556-0
72. Veenhoven, R. (2012). Happiness: Also known as Life Satisfaction and Subjective Well-Being. V K. C. Land, A. C. Michalos, & M. J. Sirgy (ur.), *Handbook of social indicators and quality of life research* (str. 63–77). Dordrecht: Springer.
73. Vinopal, J. (2012). The Discussion of Subjective Quality of Working Life Indicators. *Sociologia (Slovakia)*, 44(3), 385–401.
74. Worach-Kardas, H. & Kostrzewski, S. (2014). Quality of life and health state of long-term unemployed in older production age. *Applied Research in Quality of Life*, 9(2), 335–353. doi: 10.1007/s11482-013-9240-z
75. World Health Organization. (1947). The constitution of the World Health Organization. *World Health Organization Chronicle*, 1, 29.

Mateja Zakšek je diplomirala na Pedagoški fakulteti v Mariboru, smer Vzgojitelj predšolskih otrok., trenutno je študentka magistrskega študija na Fakulteti za organizacijske študije Novo mesto. Zaposlena je v enem izmed vrtcev jugovzhodne regije, kot vzgojiteljica predšolskih otrok. Je članica timov vzgojiteljskih aktivov ter vodja tima mreženja in samoevalvacije ter drugih različnih projektov znotraj skupine.

Abstract: **Environmental Impact on the Quality of Life**

Research Question (RQ): What are the environmental factors and their positive and negative effects on quality of life?

Purpose: The purpose of the research is to identify the key effects of modern quality of life factors. The aim of the research is to study the concept of quality of life and its effects and to create a quality of life model based on quality of life factors.

Method: A qualitative method of review and analysis of scientific and professional literature in the field of quality of life is used. For the purposes of the research, we used works published between 2000 and 2022.

Results: Based on a review of the literature, a model of quality of life with eight dimensions or factors was created - social interactions, natural environment, lifestyle, professional and private life, employment status and income inequality, social protection, information and communication technologies and COVID-19. At least 26 positive and 37 negative effects of the environment on the quality of life have been identified.

Organization: The research contributes to organizations by recognizing modern environmental factors and their effects on the quality of life, whereby organizations can mitigate some of the negative effects.

Society: The research contributes to the knowledge of the positive effects of the environment on the quality of life and raises awareness of the more or less favorable reality of the effects of the environment on the quality of life of modern society. By becoming aware of certain negative effects, each individual can contribute to a better quality of his life and the lives of others.

Originality: The originality of the research lies in contributing to awareness and possibly mitigating the negative effects of the environment on the quality of life.

Limitations/Future Research: The research is limited to a literature review only, which represents certain limitations in the amount of data.

Keywords: contemporary environment, quality of life, environmental factors, positive effects, negative effects.

Copyright (c) Mateja ZAKŠEK



Creative Commons License

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.