(cc) BY

Князютенкова Светлана Анатольевна
старший преподаватель
Ковалин Андрей Сергеевич
студент
ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет»
г. Смоленск, Смоленская область

ИЗУЧЕНИЕ ФАКТОРОВ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ У ЛЮДЕЙ РАЗНЫХ ВОЗРАСТОВ

***Аннотация**: в данной статье рассмотрена проблема удовлетворенности жизнью. Раскрыты основные аспекты удовлетворенности жизнью у мужчин и женщин. Обобщены результаты исследования факторов удовлетворенности жизнью у людей разных возрастов. Выявлена зависимость изменения удовлетворенности жизнью от возрастного этапа развития.*

***Ключевые слова**: самоактуализация, удовлетворенность, жизнь, самоотношение, личность, общественное сознание, психологическое благополучие.*

Понятие «удовлетворенность жизнью» неоднозначно трактуется в научной психологии. Оно играет важную роль в жизни человека, определяя его поступки, различные виды деятельности и поведение. Известен тот факт, что подобные переживания выступают значимым фактором состояния общественного сознания, групповых настроений, ожиданий, отношений в обществе.

Исследование удовлетворенности жизнью дает возможность провести анализ того, насколько реализованы те или иные потребности людей, выявить, насколько люди удовлетворены жизнью, рассмотреть причины, которые влияют на их чувство удовлетворенности и возможность его повышения. Несмотря на имеющиеся исследования рассматриваемой проблемы, в современных социально-психологических исследованиях данный вопрос остается недостаточно изученными, особенно вопросы, касающиеся факторов удовлетворенности жизнью у людей разных возрастов. В связи с этим, особый интерес представляет период взрослости, так как он является периодом расцвета личности, ее самоактуализации.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Нами было проведено исследование, целью которого было изучение факторов удовлетворенности жизнью у людей разных возрастов.

С целью подтверждения выдвинутой гипотезы о том, что структура удовлетворенности жизнью претерпевает изменения на разных этапах взрослости, обнаруживая наиболее тесную взаимосвязь с самоотношением личности в период ранней взрослости, было проведено экспериментальное исследование, в котором приняли участие мужчины в возрасте 22–51 года (в количестве 27 человек) и женщины в возрасте 21–51 года (в количестве 27 человек). Таким образом, общее количество испытуемых в исследуемой выборке составили 54 человека.

В нашем исследовании в качестве методов диагностики удовлетворенности жизнью испытуемых использовались следующие диагностические методики: опросник «Индекс жизненной удовлетворенности», адаптированный Н.В. Паниной, позволяющий выявить показатели уровня общей удовлетворенности жизнью; опросник для изучения степени удовлетворенности своим функционированием в различных сферах И. Колера, который оценивает степень удовлетворенности испытуемых жизнью в нескольких сферах – в супружеской жизни, во взаимоотношениях с родственниками, в профессиональной сфере и в социальной сфере.

В результате нашего исследования выяснилось, что при сравнении показателей удовлетворенности жизнью у мужчин и женщин в исследуемой выборке, показатель общей удовлетворенности жизнью демонстрируется высокий уровень в разные периоды взрослости, как у мужчин, так и у женщин. Обращает внимание на себя тот факт, что уровень удовлетворенности жизнью повышается от раннего к позднему периоду взрослости. Так, высокий уровень характерен в период ранней взрослости и обнаруживается у 28% мужчин и 26% женщин в период ранней взрослости, а в период поздней взрослости процент испытуемых с высоким уровнем возрастает до 38% у мужчин и 32% у женщин. Следует отметить, что во всех возрастных периодах у испытуемых, обнаруживается незначительный процент с низким уровнем общей жизненной удовлетворенности. При

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

выявленных высоких показателях общей удовлетворенностью жизни сама структура удовлетворенности в разные периоды взрослости различна.

В результате сравнительного анализа средних значений удовлетворенности жизнью по опроснику И. Колера, в целом обнаруживается общая тенденция удовлетворенности жизнью, характерная как для мужчин, так и для женщин в исследуемой выборке. В период ранней взрослости, являющийся этапом становления зрелой личности, поиска себя, удовлетворенность жизнью имеет наибольшие значения в сфере супружеских и родственных отношений. Далее, в период средней взрослости, период расцвета личности, наибольшие значения удовлетворенности жизнью смещаются на профессиональную сферу – отношения с коллегами, содержание работы, материальное положение, жилищная ситуация и т. п. В период поздней взрослости, акценты смещаются в сторону сфер отношений с семьей, а также в социальную сферу.

Итак, по результатам проведенного исследования, мы можем сделать следующие выводы:

1. Структура удовлетворенности жизнью у взрослых мужчин и женщин в исследуемой выборке претерпевает изменения на протяжении различных этапов возрастного развития – в период ранней взрослости удовлетворенность жизнью приобретает наибольшие значения в сфере супружеских и родственных отношений, а в период средней взрослости, наибольшие значения удовлетворенности жизнью смещаются на профессиональную сферу. Также к периоду поздней взрослости акценты смешаются в сферу отношений с семьей и в социальную сферу.

2. В период средней и поздней взрослости взаимосвязь между удовлетворенностью жизнью и отношением к себе становятся в большей степени независимыми психологическими характеристиками.

Таким образом, результаты проведенного экспериментального исследования показывают, что удовлетворенность жизнью мужчин и женщин обнаруживает взаимосвязь с отношением к себе в различные периоды взрослости.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Список литературы

1. Бессокирная Г.П. Удовлетворенность работой на предприятии и удовлетворенность жизнью/ Г.П. Бессокирная, А.Л. Темницкий //Социологические исследования. – 2009. – №5. – С. 14–23.

2. Габдулина Л.И. Жизненная удовлетворенность, счастье и их обусловленность ценностными и смысложизненными ориентациями личности / Л.И. Габдулина // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2003. – С. 59–65.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)