

УДК 159.9**Факторы, влияющие на удовлетворенность жизнью у людей
зрелого возраста****Кравченко Светлана Витальевна**

Соискатель,
Новосибирский государственный педагогический университет,
630126, Российская Федерация, Новосибирск, ул. Виллюйская, 28;
e-mail: kravsve@gmail.com

Андронникова Ольга Олеговна

Кандидат психологических наук,
декан,
Новосибирский государственный педагогический университет,
630126, Российская Федерация, Новосибирск, ул. Виллюйская, 28;
e-mail: andronnikova_69@mail.ru

Аннотация

Актуальность. Понятие удовлетворенности жизнью претерпевает стадию переосмысления в контексте научно-психологических подходов в фундаментальной и прикладной психологии. Улучшение качества жизни, смещение ценностей в сторону карьеры и саморазвития, развитие социальных сетей, экологический кризис и нестабильное политическое положение в стране оказывают влияние на потребности современного человека, существенно изменяют их и придают понятию удовлетворенности жизнью новые смыслы. В разные периоды взросления у людей меняется представления об удовлетворенности жизнью и роли факторов, которые на это влияют. **Цель.** В статье анализируются понятия зрелого возраста и удовлетворенности жизнью. Определяются факторы удовлетворенности жизнью, связанные с такими аспектами как здоровье, социальные отношения, финансовое благополучие, профессиональное развитие, семейная жизнь и мотивация человека. Авторская гипотеза подразумевает, что основными факторами удовлетворенности жизнью у людей зрелого возраста являются семейное благополучие, личная безопасность, профессиональная реализация и финансовое благополучие. **Выборка.** Объем выборки 100 человек. В опросе участвовали представители психологических профессий от 35 до 50 лет. Все респонденты дали согласие на участие. **Методы.** В качестве метода эмпирического исследования выбран опрос в форме анкетирования. Анкета включала расширенный список факторов, влияющих на удовлетворенность жизнью. **Результаты.** По итогам корреляционного анализа подтверждена взаимосвязь индекса жизненной удовлетворенности по итогам тестирования и удовлетворенности отдельными факторами по итогам анкетирования. Семейный фактор, как показал корреляционный анализ, достоверно взаимосвязан с индексом жизненной удовлетворенности в период зрелого возраста. Фактор работы, профессиональной самореализации прямо коррелирует с положительной оценкой себя и своих поступков.

Фактор «безопасность» прямо коррелирует с интересом к жизни. Выводы. Полученные эмпирическим путем данные, с одной стороны, подтвердили выдвинутые предположения, с другой стороны, обнаружили противоречие между важностью для лиц среднего возраста в удовлетворенности жизнью факторов безопасности и финансового благополучия и их невысокой реальной удовлетворенностью. Думается, данное обстоятельство обостряет проблему неудовлетворенности жизнью лиц среднего возраста.

Для цитирования в научных исследованиях

Кравченко С.В., Андронникова О.О. Факторы, влияющие на удовлетворенность жизнью у людей зрелого возраста // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 11А. С. 3-16.

Ключевые слова

Удовлетворенность жизнью, зрелый возраст, личная безопасность, семейное благополучие, профессиональная реализация, материальное и финансовое благосостояние.

Введение

Люди зрелого возраста, как правило, отличаются психологической устойчивостью, стабильным финансовым положением, карьерными достижениями, ценностью семейных отношений. В то же время, люди позднего зрелого возраста начинают задумываться о своей жизни на пенсии, сохранении физического здоровья и психологического благополучия. В последние годы ситуация в мире нестабильная. Covid, СВО, взрывы, рост преступности привела к тому, что люди больше стали беспокоиться за свою безопасность. Особенно это касается людей зрелого возраста, которые уже сталкивались с угрожающими ситуациями.

Современные условия жизни насыщены требованиями к человеку, снижающими психологическое благополучие. При этом, именно уровень психологического благополучия связан со способностью трансформировать свою жизнь, обеспечивая позитивное функционирование (Матюхина, Баляев, 2023, с. 117; Ryff, 2014, p. 12).

Учитывая, что люди зрелого возраста в России представляют самую большую группу населения, которая составляет на 1 января 2023 года 54 869 574 человек (Росстат, 2023), исследования удовлетворенности жизнью людей этой группы являются необходимыми для понимания факторов благополучия, а также планирования социальной политики в будущем.

Как в отечественной, так и в зарубежной психологии исследование психологического благополучия фокусируется на изучении структуры психологического благополучия и его факторов (Борисов, 2019, с. 60), однако, во-первых, в основном это исследование внешних факторов, во-вторых, выборка исследования включает студенчество или лиц пожилого возраста. Исследований факторов психологического благополучия лиц разных периодов зрелости недостаточно. Среди основных, можно выделить работу А. Мальвазо, В. Канг (Malvaso, Kang, 2022) и более узкие исследования, например, связанные с удовлетворенностью жизнью людей отдельных профессий (Harrison et al., 2023) или только одной сферой (Weiss, 2002). О роли работы в удовлетворенности жизнью пишут Г. Гедикли, М. Миралья, С. Коннолли, М. Брайан, Д. Уотсон (Longhi et al., 2023), Э. Хан, Дж. Спех, Готшлинг, Ф. и Спинат (Hahn et al., 2015). Общий же анализ факторов, оказывающих влияние на удовлетворенность жизнью человека исследован недостаточно. Это определило значимость данного исследования и позволило

сформулировать авторскую гипотезу о том, что удовлетворённость жизнью у людей зрелого возраста состоит из нескольких факторов, иерархическое распределение которых меняется в средней и поздней взрослости, главными из которых являются семейное благополучие, личная безопасность, профессиональная реализация, материальное благосостояние.

Теоретическое обоснование

В зрелом возрасте человек приходит к наивысшей точке самоактуализации, что выражается в максимальном развитии умственных, психологических и социальных навыков. Кризисы и жизненные трудности уже преодолеваются проще, поскольку в предыдущие периоды жизни человек научился с ними справляться.

Существуют различные подходы к выделению периодов зрелости [Ильин, 2012, 54]. Д. Б. Бромлей (1966) зрелый возраст делит на четыре стадии: раннюю взрослость (21–25 лет), среднюю (25–40 лет), позднюю (40–45 лет) и предпенсионный возраст (55–65 лет).

Б. Г. Ананьев относит к периоду зрелости промежуток от 18 до 60 лет. Он делит его на три периода: раннюю взрослость (18–25 лет), среднюю (26–46 лет) и позднюю (47–60 лет). У Г. Крайг те же периоды, но с иными возрастными границами (21–40, 41–60 и 60–65 лет до смерти).

Е. С. Матюхина, С. И. Баляев определили раннюю зрелость от 25 до 35 лет, среднюю от 36 до 45 лет, позднюю от 46 до 60 лет. [Матюхина, Баляев, 2023, 117-120].

В настоящей статье будет рассматриваться возраст средней зрелости, 35-50 лет.

Понятие «удовлетворённость жизнью» в психологии понимается как комплексная оценка человеком важных сфер своей жизни. Исследуя факторы психологического благополучия, мы опираемся на подходы Э. Динера, К. Рифф, которые выделяют основные компоненты психологического благополучия, тесно связывая их с проявлениями факторов (Diener, 1984, с. 571).

Н. Э. Соболева рассматривает *удовлетворённость работой* как один из главных факторов удовлетворённости жизнью. [Соболева, 2020, 371, 372].

А. Омельченко, С. Г. Максимова, О. Е. Ноянзина обращают внимание на важность факторов *социальной безопасности* для удовлетворённости жизнью людей. Особенно создание безопасной среды актуально на приграничных территориях России [Омельченко и др., 2021, 15]. А. Ж. Панзабекова, И. Е. Дигель определяют личную безопасность в качестве особенности взаимодействия индивида и окружающей среды, где человек может оказывать сопротивление угрозам и опасностям [Панзабекова, Дигель, 2020, 62, 65].

И. Г. Давыденко, С.А. Писанка установили, что *финансовое благополучие* является важным показателем в удовлетворённости жизнью, поскольку человек, находящийся в стесненном материальном положении постоянно испытывает негативные эмоции [Давыденко, Писанка, 2021, 409].

Н.В. Вязовова, М. С. Камицына [Вязовова, Камицына, 2022, 58], Е.С. Кашина [Кашина, 2022, 602] определили, что сложные отношения в семье и браке негативно влияют на удовлетворённость жизнью. И.В. Кузнецова, Н.Л. Оконешникова, Я.Е. Виноградова добавляют сюда удовлетворённость в общении [Кузнецова и др., 2023, 95].

Н. Н. Хащенко приходит к выводу, что большинство людей озабочены сохранением *экологии*, что находит свое отражение в рамках удовлетворённости жизнью [Хащенко, 2020, 148]. Е.С. Бердышева, Б.А. Белявский определяют *фактор здоровья* как важную составляющую часть удовлетворённости жизнью, которая оказывает влияние на все аспекты жизни человека

[Бердышева, 2021, 20, 21].

Т. П. Опекина раскрывает смысл понятия *самореализация*, под которым понимается способность человека достигать поставленных целей [Опекина, 2021, 12]. Реализация дает человеку социальное признание, смысл, и приводит его к удовлетворенности жизнью.

Проведенный анализ научно-методической литературы позволил выделить ключевые факторы, влияющие на этот показатель:

1. Личная безопасность (отсутствие преступности, произвола властей, катастроф);
2. Материальное и финансовое благосостояние (наличие жилья, одежды, питания, доступность образования и медицинского обслуживания);
3. Семейное благополучие (наличие семьи, гармоничные отношения в ней);
4. Профессиональная реализация (профессия по душе);
5. Наличие социальных контактов (дружба, общение);
6. Комфортная среда обитания (хорошая экология, развитая социальная инфраструктура);
7. Хорошее здоровье;
8. Достижение поставленных целей.

Перечисленные факторы взяты за основу для опроса удовлетворенности жизнью людей зрелого возраста.

Н. Э. Соболева анализирует удовлетворенность жизнью и удовлетворенность работой среди населения России по данным репрезентативного опроса 2019 года в 38 регионах. В исследовании приняло участие 12039 респондентов. Так, установлено, что в большинстве регионов РФ удовлетворенность жизнью и удовлетворенность работой зависят друг от друга в разной степени корреляции, при этом в 10 регионах эта связь не является значительной [Соболева, 2020, с. 374, 385, 386].

Г. В. Белехова, А. Л. Ивановская исследовали удовлетворенность жизнью женщин, совмещающих работу и семейную жизнь [Белехова, Ивановская, 2022]. Результаты анализа показали, что в целом женщины, которые находятся в браке больше замотивированы на трудовую деятельность. Исследование не раскрывает такие факторы удовлетворенности жизни как здоровье и уровень финансового благосостояния, как, например в исследовании В.С. Меренковой и О.Е. Соложковой [Меренкова, Соложкова, 2020].

Н. И. Хохлова, Н. В. Шаброва провели исследование удовлетворенности жизни у людей в возрасте от 58 до 75 лет. Исследуемые факторы включали в себя оценку материального состояния, самооценки, настроения, достижения целей. По итогам исследования определено, что 95% опрошенных имеют средний уровень психологического благополучия, а удовлетворенность жизнью находится на среднем и низком уровне [Хохлова, 2022, 57-59].

Анализ современных экспериментальных исследований позволил выявить отсутствие актуальных исследований удовлетворенности жизнью в отношении людей зрелого возраста.

Выборка

Для проверки гипотезы было проведено эмпирическое исследование на выявление факторов, влияющих на удовлетворенность жизнью людей возраста средней зрелости. Объем выборки 100 человек. В опросе участвовали представители психологических профессий 35 -50 лет.

Гипотеза: наиболее значимыми факторами удовлетворенности жизнью у людей зрелого возраста являются финансы, работа, семья, окружение, безопасность.

Методы: опрос в форме анкетирования.

Исследование проводилось поэтапно:

1. Формирование списка факторов, влияющих на удовлетворенность жизнью.
2. Оценка лицами зрелого возраста степени важности каждого из факторов в общей удовлетворенности жизнью.
3. Оценка уровня удовлетворенности каждым фактором лицами зрелого возраста.
4. Анализ соотношения факторов, важных для удовлетворенности жизнью, и факторов, по которым респонденты реально удовлетворены жизнью.
5. Анализ вклада каждого фактора в удовлетворенности жизнью.
6. Выявление «индекса жизненной удовлетворенности» с последующим выявлением значимых взаимосвязей между ним и факторами удовлетворенности жизнью.

В начале исследования в список факторов, влияющих на удовлетворенность жизнью лиц зрелого возраста, вошли 10: финансовое благополучие, работа (реализация), семья, окружение, безопасность, позитивное мышление, стрессоустойчивость, здоровье, религия и вера, досуг. Эти 10 факторов были сформулированы авторами статьи и представлены в тексте анкеты.

Затем проведена оценка степени важности каждого из факторов в общей удовлетворенности жизнью с помощью «Шкалы Ликерта». Важность каждого фактора предлагалось оценить, выбрав один из пяти вариантов ответов в диапазоне от 1 («полностью не согласен» в важности данного фактора) до 10 («полностью согласен»). После этого испытуемые оценили значимость каждого фактора лично для себя и был проведен анализ соотношения факторов, важных для удовлетворенности жизнью вообще и степень удовлетворенности лично для себя.

В дальнейшем проводилось тестирование по методике «Тест индекс жизненной удовлетворенности», Б.Ньюгартен, в адаптации Н. В. Паниной с последующим корреляционным анализом по критерию Спирмена для определение значимых взаимосвязей между индексом жизненной удовлетворенности и факторами удовлетворенности жизнью.

Результаты исследования

Согласно результатам анкетирования, факторы из сформированного для проведения исследования списка, имеют не одинаковую степень важности в общей удовлетворенности жизнью у лиц зрелого возраста (Рисунок 1). Лидирующие позиции в удовлетворенности жизнью заняли следующие факторы:

- фактор безопасности (7,8),
- фактор окружения, или социальных отношений (7,7),
- фактор семьи (7,6),
- фактор работы, включающий профессиональную самореализацию и карьеру (7,5),
- фактор финансов, или - финансового благополучия (7,4).

Тройку самых важных факторов в удовлетворенности жизнью, по представлению лиц зрелого возраста, принявших участие в исследовании, заняли факторы безопасности, окружения и семьи.

Перечисленные три фактора дополняются факторами работы и финансов. По представлению лиц зрелого возраста удовлетворенность жизнью связана с реализацией в профессиональной сфере. Замыкает список факторов, наиболее высоко оцененных в плане детерминантов удовлетворенности жизнью, фактор финансов или финансового благополучия.

В наименьшей степени оказались для данной выборки, состоящей из лиц зрелого возраста,

важны в удовлетворенности жизнью следующие факторы (начиная от самого не значимого): фактор религии, или веры (5,7); фактор досуга, или рекреации (6,1); фактор позитивного мышления (6,5); фактор стрессоустойчивости (6,8); фактор здоровья (7,0).

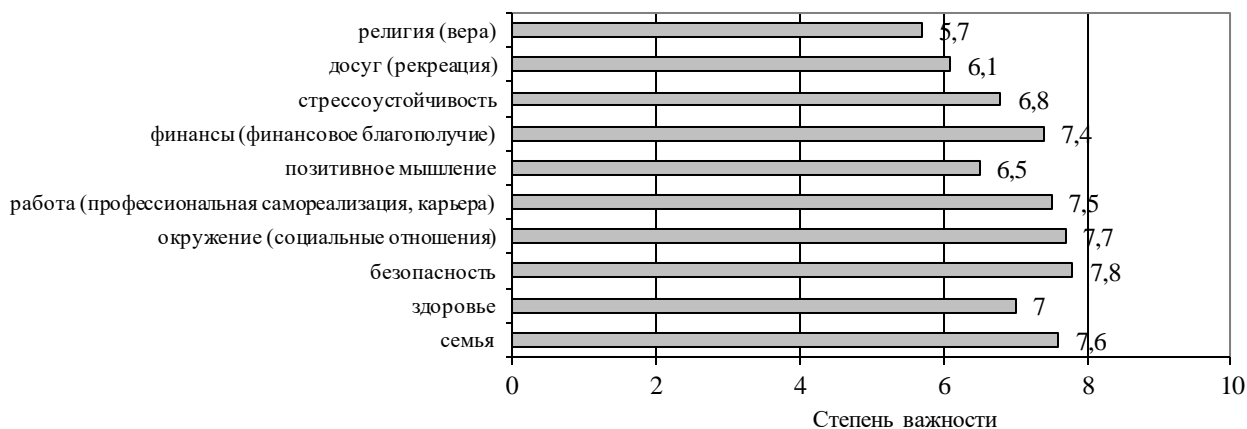


Рисунок 1 - Степень важности отдельных факторов в общей (интегральной) удовлетворенности жизнью, по мнению лиц зрелого возраста (ср.зн.)

На третьем этапе осуществлена оценка уровня удовлетворенности каждым фактором из списка лично для себя лицами зрелого возраста. В данном случае оценка проводилась по 10-балльной шкале (где 1 баллу соответствовала абсолютная неудовлетворенность респондентов каждым фактором из списка анкеты, а 10 баллам соответствовала абсолютная удовлетворенность респондентов каждым фактором из списка анкеты).

Итоги проведенного опроса представителей зрелой возрастной категории показали, что на момент анкетирования они в разной степени были удовлетворены каждым из 10-ти факторов, учитываемых в данной работе (Рисунок 2). На наиболее высоком уровне на момент исследования у лиц среднего возраста была удовлетворенность жизнью по таким факторам, как: фактор религии, или веры (8,1); фактор досуга, или рекреации (7,8); фактор семьи (7,4); фактор работы, включающий профессиональную самореализацию и карьеру (7,3); фактор окружения, или социальных отношений (6,7).



Рисунок 2 - Уровень удовлетворенности каждым фактором у лиц зрелого возраста (ср.зн.)

В меньшей степени лица возраста средней зрелости на момент проведения исследования были удовлетворены собственной жизнью по следующим факторам: фактор безопасности (4,2); фактор позитивного мышления (4,6); фактор финансового благополучия (5,3); фактор стрессоустойчивости (6,1); фактор здоровья (6,3).

На четвертом этапе был проведен анализ соотношения факторов, важных для удовлетворенности жизнью, и факторов, по которым респонденты реально удовлетворены жизнью.

В пятерку факторов, по которым респонденты оказались наиболее удовлетворены жизнью, вошли три фактора, ранее признанные участниками исследования наиболее важными. Это: фактор семьи; работы (включающий проф. Реализацию); окружения. Исходя из данных результатов, можно говорить о том, что лица зрелого возраста, принявшие участие в исследовании, чувствуют поддержку семьи, ощущают себя профессионально состоявшимися, а также довольны окружением.

В пятерку факторов, по которым респонденты на момент проведения исследования наименее удовлетворены жизнью, вошли два фактора, ранее признанные участниками исследования наиболее важными для жизненной удовлетворенности. Это: фактор безопасности и фактор финансового благополучия. Исходя из данных результатов, можно говорить о том, что лица зрелого возраста, принявшие участие в исследовании, не ощущают себя в безопасности в широком смысле (то есть ощущают угрозу опасности), а также не удовлетворены своим финансовым состоянием.

На пятом этапе проведен анализ вклада (в процентном соотношении) каждого фактора в удовлетворенности жизнью. В данном случае в процентных значениях выявлялась реальная доля каждого изучаемого фактора в удовлетворенности жизнью у лиц зрелого возраста (Рисунок 3).



Рисунок 3 - Вклад каждого фактора в удовлетворенность жизнью у лиц зрелого возраста (%)

На шестом этапе проведено тестирования лиц зрелого возраста по методике «Тест индекса жизненной удовлетворенности» Ньюгартен, в адаптации Н. В. Паниной, результаты приведены на Рисунке 4.

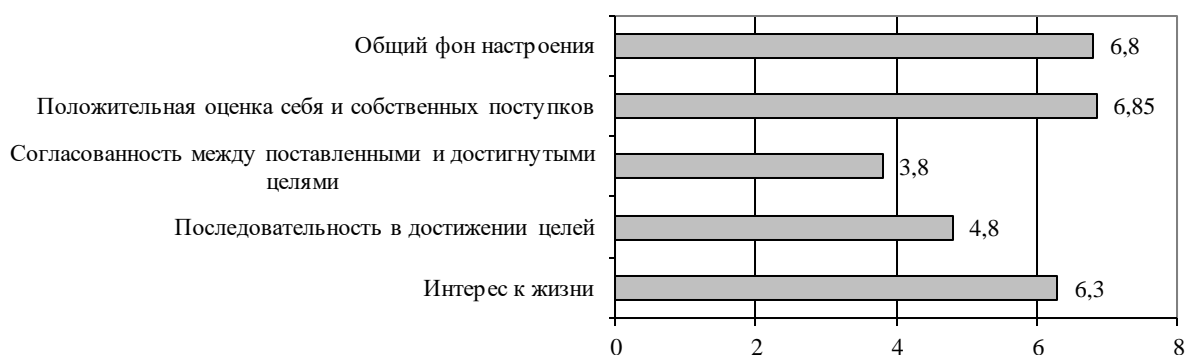


Рисунок 4 - Особенности жизненной удовлетворенности лиц зрелого возраста по методике «Тест индекс жизненной удовлетворенности» Ньюгартен, в адаптации Н. В. Паниной (ср.зн.)

Согласно результатам тестирования, в выборке лиц зрелого возраста наиболее слабой жизненная удовлетворенность оказалась по шкале «Согласованность между поставленными и достигнутыми целями» (3,8), что можно расценивать как тенденцию отсутствия убежденности испытуемых в том, что они достигли тех целей, которые считают для себя важными (есть тенденция жизненной неудовлетворенности на фоне несовпадения в постановке и достижения целей). Также невысоким можно считать результаты по данной возрастной выборке по шкале «Последовательность в достижении целей» (4,8), что можно интерпретировать как недостаточную решительность и стойкость в достижении целей. В то же время в данной возрастной выборке преимущественно положительная оценка себя и собственных поступков (6,85).

Для выявления значимых взаимосвязей между индексом жизненной удовлетворенности и факторами удовлетворенности жизнью был проведен корреляционный анализ, результаты которого приведены на Рисунке 5.

По итогам корреляционного анализа подтверждена взаимосвязь индекса жизненной удовлетворенности по итогам тестирования и удовлетворенности отдельными факторами по итогам анкетирования.

Фактор семьи, как один из важнейших факторов удовлетворенности жизнью у лиц зрелого возраста, прямо коррелирует с положительной оценкой себя и своих поступков, с одной стороны ($p \leq 0,01$), с интересом к жизни, с другой стороны ($p \leq 0,01$). Семейный фактор, как показал корреляционный анализ, достоверно взаимосвязан с индексом жизненной удовлетворенности в период зрелого возраста. Таким образом чем крепче семейные узы, тем выше удовлетворенность жизнью.

Работа как фактор удовлетворенности жизнью, прямо коррелирует с положительной оценкой себя и своих поступков ($p \leq 0,01$). Так, повышение профессиональной самореализации приводит к повышению положительной оценки себя, своих качеств и поступков. Фактор «безопасность», как показатель удовлетворенности жизни, прямо коррелирует с интересом к жизни ($p \leq 0,05$). Это означает, что при повышении чувства безопасности, в том числе состояния защищенности от кризисов наблюдается повышение интереса к жизни, увлеченности к повседневным делам.

Согласно полученным результатам, большую долю в удовлетворенности жизнью у лиц зрелого возраста занимают факторы семьи, окружения, работы.



Рисунок 5 - Взаимосвязь индекса жизненной удовлетворенности и факторов удовлетворенности жизнью у лиц зрелого возраста по итогам корреляционного анализа по критерию Спирмена

Обсуждение результатов

Факторы безопасности и финансового благополучия имеют меньшее значение в удовлетворенности жизнью у лиц зрелого возраста. В данном случае было обнаружено противоречие: факторы безопасности и финансового благополучия при опросе были названы как важные для жизненной удовлетворенности (Рисунок 1), но удовлетворенности ими в реальности у участников исследования оказалась не высокой (Рисунок 2), соответственно, их доля в общей удовлетворенности жизнью - оказалась низкой (Рисунок 3).

По итогам корреляционного анализа подтверждена взаимосвязь индекса жизненной удовлетворенности по итогам тестирования и удовлетворенности отдельными факторами по итогам анкетирования. Семейный фактор, как показал корреляционный анализ, достоверно взаимосвязан с индексом жизненной удовлетворенности в период зрелого возраста. Фактор работы прямо коррелирует с положительной оценкой себя и своих поступков. Фактор «безопасность» прямо коррелирует с интересом к жизни.

Думается, у лиц другой группы, например, у людей, не имеющих образования, проживающих не в крупных городах, а в сельской местности, факторы удовлетворенности жизнью были бы иные.

По итогам проведенного исследования выдвинутая гипотеза нашла подтверждение на уровне оценки лицами зрелого возраста степени важности каждого из факторов в общей удовлетворенности жизнью. Наиболее значимыми и важными факторами названы такие, как финансы, работа, семья, окружение, безопасность. При этом на уровне оценки уровня реальной удовлетворенности каждым фактором можно говорить, что гипотеза подтвердилась только по таким факторам, как семья, окружение, работа.

Полученные эмпирическим путем данные обнаружили противоречие между важностью для лиц среднего возраста в удовлетворенности жизнью факторов безопасности и финансового благополучия и их невысокой реальной удовлетворенностью. Представляется, что данное

обстоятельство во многом обостряет проблему неудовлетворенности жизнью лиц среднего возраста.

Практическое применение

Полученные данные о факторах, влияющих на удовлетворенность жизнью людей зрелого возраста, могут использоваться в качестве базы теоретико-исследовательской, аналитической и проектной деятельности авторов, изучающих данное направление, а также в целях развития механизма функционирования исследуемого объекта.

Заключение

Анализ научно-исследовательской литературы позволил выявить факторы, влияющие на удовлетворенность жизни: удовлетворенность работой; социальная и личная безопасность; удовлетворенность общением; самореализация, удовлетворенность физическим и психическим здоровьем; семья; удовлетворенность финансовым состоянием, комфортной средой обитания.

Анализ эмпирических исследований показал, что факторы удовлетворенности жизнью анализируются недостаточно, что затрудняет формулирование выводов по результатам экспериментов.

Настоящая работа включает в себя проведение исследования посредством прохождения пяти этапов, при этом на каждом из которых проводится анализ десяти факторов удовлетворенности жизнью. В результате исследования было установлено, что с одной стороны наибольшую важность для респондентов представляют фактор безопасности, удовлетворенности общением, семьи, работы и финансов. С другой стороны, респонденты наименее удовлетворены факторами финансов и безопасности, и более всего удовлетворены факторами семьи, общения и работы. Из чего можно сделать вывод об общей неудовлетворенности респондентов за счет таких факторов как удовлетворенность безопасностью и удовлетворенность финансовым благополучием.

Библиография

1. Белехова, Г.В., Ивановская, А.Л. Удовлетворенность балансом труда и семьи: взгляд работающих женщин (региональный аспект) // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. – 2022. – Т. 15. – № 1. – С. 209-222. - URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48058512> (дата обращения 23.01.2024)
2. Бердышева, Е.С. Вариативность ценности здоровья в социальных полях: вызовы и стимулы самосохранительных практик // Интеракция. Интервью. Интерпретация. - 2021. - Т. 13. - № 1. - С. 9-39. // URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44928197> (дата обращения 23.01.2024)
3. Борисов, Г.И. Личностные факторы достижения психологического благополучия людьми пожилого возраста // Новое в психолого-педагогических исследованиях. – 2019. – № 1(53). – С. 53-62. – EDN ASHJOY.
4. Вязова, Н.В., Камицына, М.С. Динамика удовлетворенности браком в семьях с различным стажем супружества // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2022. – Т. 21, № 1. – С. 56-65. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48205665> (дата обращения 23.01.2024)
5. Давыденко, И.Г., Писанка, С.А. В поисках доказательств неэкономических и экономических мейнстримов финансового благополучия // Вестник Академии знаний. – 2021. – № 47(6). – С. 402-413. - URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48029403> (дата обращения 23.01.2024)
6. Ильин, Е.П. Психология взрослости. – М.: Питер, 2012. - 544 с.
7. Кашина, Е.С. Семья, брак и удовлетворенность семейной жизнью // Аллея науки. – 2022. – Т. 1. - № 1(64). – С. 601-603. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=50266374> (дата обращения 23.01.2024)
8. Кузнецова, И.В., Оконешникова, Н.Л., Виноградова, Я.Е. Субъективная оценка удовлетворенности общением // И.В. Кузнецова, Н.Л. Оконешникова, Я.Е. Виноградова // Russian Journal of Education and Psychology. – 2023. – Т. 14. - № 1. – С. 91-111. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=53747343> (дата обращения 23.01.2024)

9. Матюхина, Е.С., Баляев, С.И. Психологические особенности ценностно-смысловой сферы в зрелом возрасте // Наука в жизни человека. – 2023. – № 3. – С. 116-122. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=58901106> (дата обращения: 23.01.2024)
10. Меренкова, В.С., Соложкова, О.Е. Исследование феномена «удовлетворенность жизнью» // Комплексные исследования детства. – 2020. – Т. 2, № 1. – С. 4-13. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44156905> (дата обращения: 23.01.2024)
11. Омельченко, Д.А., Максимова, С.Г., Ноянзина, О.Е. Социальная безопасность региональных социумов российского приграничья: индивидуальные и институциональные факторы // Society and Security Insights. – 2021. – Т. 4. - № 3. – С. 13-37. - URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47123168> (дата обращения 23.01.2024)
12. Опекина, Т.П. Теоретический анализ понятий самореализации, самоактуализации и самоэффективности // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. - 2021. - Т. 27. - № 2. - С. 7-15. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46340704> (дата обращения 23.01.2024)
13. Панзабекова, А.Ж., Дигель, И.Е. Личная безопасность как показатель качества жизни населения // Society and Security Insights. – 2020. – Т. 3, № 2. – С. 60-74. - URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=43001598> (дата обращения 23.01.2024)
14. Соболева, Н.Э. Факторы, влияющие на вклад удовлетворенности работой в удовлетворенность жизнью в России // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. - 2020. - № 1(155). - С. 368-390. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42561441> (дата обращения 23.01.2024)
15. Хащенко, Н.Н. Связь актуального экологического сознания личности и переживания человеком чувства единения с природой // Пензенский психологический вестник. 2020. № 2(15). С. 139-151. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44465714> (дата обращения 23.01. 2024)
16. Хохлова, Н.И. Маркеры удовлетворенности жизнью в поздней зрелости / Н. И. Хохлова, Н. В. Шаброва // Северный регион: наука, образование, культура. – 2022. – № 1(49). – С. 55-60. - URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48542763> (дата обращения 23.01.2024)
17. Численность населения Российской Федерации по полу и возрасту // Росстат [сайт]: rosstat.gov.ru – 2023. – URL: <https://rosstat.gov.ru/compendium/document/13284> (дата обращения: 23.01.2024)
18. Diener, E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. - 1984. - Vol. 95. - P. 542-575.
19. Gedikli, C., Miraglia, M., Connolly, S., Bryan, M. & Watson, D. The relationship between unemployment and wellbeing: an updated meta-analysis of longitudinal evidence. European Journal of Work and Organizational Psychology. – 2023. - № 32(1). – P. 128–144. Available from: <https://doi.org/10.1080/1359432X.2022.210685>
20. Hahn, E., Spech, J., Gottschling, J. & Spinath, F. Coping with unemployment: the impact of unemployment duration and personality on trajectories of life satisfaction. European Journal of Personality, 29(6), 635–646. Available from: <https://doi.org/10.1002/per.2034>
21. Harrison, Mark & King, Ronnel & Wang, Hui. Satisfied teachers are good teachers: The association between teacher job satisfaction and instructional quality. British Educational Research Journal. – 2023. - 10.1002/berj.3851.
22. Longhi, S., Nandi, A., Bryan, M., Connolly, S., Gedikli, C. Life satisfaction and unemployment—The role of gender attitudes and work identity. Scottish Journal of Political Economy published by John Wiley & Sons Ltd on behalf of Scottish Economic Society 20 October 2023 <https://doi.org/10.1111/sjpe.12366>
23. Malvaso, A., Kang, W. The relationship between areas of life satisfaction, personality, and overall life satisfaction: An integrated account. Front Psychol. - 2022;13:894610. Published 2022 Sep 21. doi:10.3389/fpsyg.2022.894610
24. Ryff, C.D. Psychological Well-Being Revisited: Advances in Science and Practice of eudaimonia. Psychotherapy and Psychosomatic, 2014. - Vol. 83 (1). - P. 10 – 28.
25. Weiss, H.M. Deconstructing job satisfaction: Separating evaluations, beliefs and affective experiences // Human resource management review. – 2002. – Т. 12. – №. 2. – С. 173-194.

Factors Influencing Life Satisfaction in Middle-Aged Adults

Svetlana V. Kravchenko

Applicant,
Novosibirsk State Pedagogical University,
630126, 28, Vilyuiskaya str., Novosibirsk, Russian Federation;
e-mail: kravsve@gmail.com

Ol'ga O. Andronnikova

PhD in Psychological Sciences, Dean,
Novosibirsk State Pedagogical University,
630126, 28, Vilyuiskaya str., Novosibirsk, Russian Federation;
e-mail: andronnikova_69@mail.ru

Abstract

Relevance. The concept of life satisfaction is undergoing a stage of rethinking in the context of scientific and psychological approaches in fundamental and applied psychology. Improving quality of life, shifting values toward career and self-development, the growth of social networks, the ecological crisis, and unstable political conditions in the country influence the needs of modern individuals, significantly altering them and giving new meanings to the concept of life satisfaction. At different stages of adulthood, people's perceptions of life satisfaction and the role of factors influencing it change. **Objective.** The article analyzes the concepts of middle age and life satisfaction. It identifies factors of life satisfaction related to aspects such as health, social relationships, financial well-being, professional development, family life, and personal motivation. The author's hypothesis suggests that the main factors influencing life satisfaction in middle-aged adults are family well-being, personal safety, professional fulfillment, and financial stability. **Sample.** The sample size was 100 people. The survey included representatives of psychological professions aged 35 to 50. All respondents consented to participate. **Methods.** The empirical research method chosen was a survey in the form of a questionnaire. The questionnaire included an extended list of factors influencing life satisfaction. **Results.** The correlation analysis confirmed the relationship between the life satisfaction index based on testing and satisfaction with individual factors based on the questionnaire. The family factor, as shown by the correlation analysis, is significantly related to the life satisfaction index during middle age. The work and professional fulfillment factor is directly correlated with a positive self-assessment and evaluation of one's actions. The "safety" factor is directly correlated with interest in life. **Conclusions.** The empirically obtained data, on the one hand, confirmed the proposed assumptions, and on the other hand, revealed a contradiction between the importance of safety and financial well-being factors for middle-aged individuals' life satisfaction and their relatively low actual satisfaction. This circumstance exacerbates the problem of life dissatisfaction among middle-aged individuals.

For citation

Kravchenko S.V., Andronnikova O.O. (2024) Faktory, vliyayushchie na udovletvorennost zhiznyu u lyudey zrelogo vozrasta [Factors Influencing Life Satisfaction in Middle-Aged Adults]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 13 (11A), pp. 3-16.

Keywords

Life satisfaction, middle age, personal safety, family well-being, professional fulfillment, material and financial well-being.

References

1. Belekhnova, G.V., Ivanovskaya, A.L. Satisfaction with the balance of work and family: the view of working women (regional aspect) // Economic and social changes: facts, trends, forecast. 2022. vol. 15 No. 1. pp. 209-222. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48058512> (date of application 23.01.2024) (in Russian)

2. Berdysheva, E.S. Variability of the value of health in social fields: challenges and incentives of self-preservation practices // *Interaction. Interview. Interpretation*. 2021. Vol. 13. No. 1. pp. 9-39. // URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44928197> (accessed 23.01.2024) (in Russian)
3. Borisov, G.I. Personal factors of achieving psychological well-being by elderly people // *New in psychological and pedagogical research*. 2019. № 1(53). Pp. 53-62. EDN ASHJOY. (in Russian)
4. Davydenko, I.G., Pisanka, S.A. In search of evidence of non-economic and economic mainstream financial well-being // *Bulletin of the Academy of Knowledge*. 2021. № 47(6). pp. 402-413. - URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48029403> (date of appeal 23.01.2024) (in Russian)
5. Diener, E. Subjective well-being // *Psychological Bulletin*. 1984. Vol. 95. P. 542-575.
6. Gedikli, C., Miraglia, M., Connolly, S., Bryan, M. & Watson, D. The relationship between unemployment and wellbeing: an updated meta-analysis of longitudinal evidence. *European Journal of Work and Organizational Psychology*. 2023. 32(1), 128–144. Available from: <https://doi.org/10.1080/1359432X.2022.210685>
7. Hahn, E., Spech, J., Gottschling, J. & Spinath, F. Coping with unemployment: the impact of unemployment duration and personality on trajectories of life satisfaction. *European Journal of Personality*, 29(6), 635–646. Available from: <https://doi.org/10.1002/per.2034>
8. Harrison, Mark & King, Ronnel & Wang, Hui. Satisfied teachers are good teachers: The association between teacher job satisfaction and instructional quality. *British Educational Research Journal*. 2023. 10.1002/berj.3851.
9. Ilyin, E.P. *Psychology of adulthood*, M, St. Petersburg, 2012, 544 p. (in Russian)
10. Kashina, E.S. Family, marriage and satisfaction with family life // *Alley of Science*. 2022. Vol. 1, No. 1(64). pp. 601-603. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=50266374> (accessed 23.01.2024) (in Russian)
11. Khashchenko, N.N. The connection of the actual ecological consciousness of the individual and the human experience of a sense of unity with nature // *Penza Psychological Bulletin*. 2020. No. 2(15). pp. 139-151. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44465714> (accessed 23.01.2024) (in Russian)
12. Khokhlova, N.I. Markers of life satisfaction in late adulthood // *The Northern region: science, education, culture*. 2022. № 1(49). Pp. 55-60. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48542763> (date of application 23.01.2024) (in Russian)
13. Kuznetsova, I.V., Okoneshnikova, N.L., Vinogradova, Ya.E. Subjective assessment of satisfaction with communication // *Russian Journal of Education and Psychology*. 2023. Vol. 14, No. 1. pp. 91-111. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=53747343> (date of appeal 23.01.2024) (in Russian)
14. Longhi, S., Nandi, A., Bryan, M., Connolly, S., Gedikli, C. Life satisfaction and unemployment—The role of gender attitudes and work identity. *Scottish Journal of Political Economy* published by John Wiley & Sons Ltd on behalf of Scottish Economic Society 20 October 2023 <https://doi.org/10.1111/sjpe.12366>
15. Malvaso, A., Kang, W. The relationship between areas of life satisfaction, personality, and overall life satisfaction: An integrated account. *Front Psychol*. 2022;13:894610. Published 2022 Sep 21. doi:10.3389/fpsyg.2022.894610
16. Matyukhina, E.S., Balyaev, S.I. Psychological features of the value-semantic sphere in adulthood / E.S. Matyukhina, S.I. Balyaev // *Science in human life*. 2023. No. 3. pp. 116-122. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=58901106> (date of application: 01/23/2024) (in Russian)
17. Merenkova, V.S., Solozhkova, O.E. Study of the phenomenon of “life satisfaction” // *Complex studies of childhood*. 2020. Vol. 2, No. 1. pp. 4-13. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44156905> (date of application: 01/23/2024) (in Russian)
18. Omelchenko, D.A., Maximova, S.G., Noyanzina, O.E. Social security of regional societies of the Russian borderland: individual and institutional factors // *Society and Security Insights*. 2021. Vol. 4, No. 3. pp. 13-37. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47123168> (accessed 23.01.2024) (in Russian)
19. Opekina, T.P. Theoretical analysis of the concepts of self-realization, self-actualization and self-efficacy // *Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*. 2021. Vol. 27. No. 2 pp. 7-15. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46340704> (accessed 23.01.2024) (in Russian)
20. Panzabekova, A.J., Digel, I.E. Personal safety as an indicator of the quality of life of the population // *Society and Security Insights*. 2020. Vol. 3, No. 2. pp. 60-74. - URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=43001598> (accessed 23.01.2024) (in Russian)
21. Ryff, C.D. Psychological Well-Being Revisited: Advances in Science and Practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatic*, 2014. Vol. 83 (1), P. 10-28.
22. Soboleva, N.E. Factors influencing the contribution of job satisfaction to life satisfaction in Russia // *Monitoring public opinion: economic and social changes*. 2020. No. 1(155). pp. 368-390. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42561441> (accessed 23.01.2024) (in Russian)
23. The population of the Russian Federation by gender and age // Rosstat [website]: rosstat.gov.ru 2023. URL: <https://rosstat.gov.ru/compendium/document/13284> (date of access: 01/23/2024) - online source (in Russian)
24. Vyazova, N.V., Kamitsyna, M.S. Dynamics of satisfaction with marriage in families with different matrimony experience // *Psychological and pedagogical journal Gaudeamus*. 2022. Vol. 21, No. 1. pp. 56-65. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=48205665> (accessed 23.01.2024) (in Russian)

25. Weiss, H.M. Deconstructing job satisfaction: Separating evaluations, beliefs and affective experiences //Human resource management review. 2002. T. 12. №. 2. C. 173-194.