

УДК 159.9**Влияние личностных особенностей женщин в период средней и поздней зрелости на удовлетворенность жизни****Стригина Ольга Леонидовна**

Магистрант,
Московский институт психоанализа,
121170, Российская Федерация, Москва, Кутузовский проспект, 34;
e-mail: olga7772959@mail.ru

Аннотация

В статье раскрываются исследования удовлетворенности жизнью, дается краткая характеристика этому понятию, описаны исследования ученых в области изучения удовлетворенности жизнью женщин в разные возрастные периоды. Основной целью статьи является выявление личностных особенностей женщин в период средней и поздней зрелости, которые могут оказывать влияние на процесс удовлетворенности жизнью (УЖ). Основным вопросом является необходимость повышения уровня УЖ в периоды средней и поздней зрелости, работая над формированием личностных особенностей, способствующих удовлетворенности жизнью. В результате проведенного анализа исследований в области изучения удовлетворенности жизнью было определено, что личностные особенности женщин в разные возрастные периоды (в период средней и в период поздней зрелости) могут оказывать влияние на удовлетворенность жизнью. Развитие у женщин личностного потенциала личности, способности управлять своими эмоциями, формирование активных взаимоотношений с социумом, работа с психологическим инфантилизмом и ответственностью, а также формирование правильной самооценки, может способствовать удовлетворенности жизнью женщин зрелого возраста. Следовательно, полученные результаты можно использовать в работе с женщинами зрелого возраста для формирования и коррекции показателей удовлетворенности жизнью, а также продолжить работу над выявлением других личностных особенностей женщин, которые будут коррелировать с показателями УЖ. При этом в перспективе исследования раскрыть гендерные особенности удовлетворенности жизни у мужчин среднего и позднего возраста.

Для цитирования в научных исследованиях

Стригина О.Л. Влияние личностных особенностей женщин в период средней и поздней зрелости на удовлетворенность жизни // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 3А. С. 116-124.

Ключевые слова

Женщины среднего возраста, удовлетворенность жизнью, женщины в период поздней зрелости, личные особенности, неудовлетворенность жизнью, психологическое благополучие.

Введение

В современных реалиях стремительные изменения, которые происходят в мировом пространстве не могут не оказывать серьезное влияние на удовлетворенность жизнью личности. Тяжелый ковидный период, от которого еще не оправилось человечество, стремительно развивающаяся цифровизация, затрагивающая практически все сферы функционирования человека, серьезная нестабильная ситуация, связанная с СВО, также оказывает влияние на процесс удовлетворенности жизнью современных женщин.

В данной статье речь пойдет о личностных особенностях женщин, которые находятся в периоде средней и поздней зрелости, которые могут влиять на процесс удовлетворенности жизни.

В результате целью исследования является – выявить личностные особенности женщин в период средней и поздней зрелости, которые могут оказывать влияние на процесс удовлетворенности жизнью (УЖ) и повысить уровень УЖ в период средней и поздней зрелости, работая над формированием личностных особенностей, способствующих удовлетворенности жизнью.

Основная часть

Понятие удовлетворенности в психологии рассматривается как субъективная оценка качества разных условий жизни, объектов, жизни в целом, деятельности личности, которая проявляется через отношение к себе, к окружающим людям. Следует отметить, что в психологической науке высокий показатель удовлетворенности жизнью называют счастьем, а близким к этому конструкт – это субъективное (или психологическое) благополучие личности [Свенцицкий, 2023].

В своих исследованиях Меренкова В.С., Солодкова О.Е. уточняют, что удовлетворенность жизни, согласно А. Аргайлу, выступает как один из базовых составляющих счастья, где радость – это эмоциональный компонент счастья, а удовлетворенность выступает в качестве когнитивной составляющей счастья, при этом автор трактует процесс удовлетворенности как рефлексивную оценку личности о том, насколько для нее все остается благополучно [Меренкова, Солодкова, 2020].

Удовлетворенность жизнью является центральным концептом при изучении субъективного восприятия жизни. Боуэн М., Чаонан Ч., Рампичини К, Скифини Д. использовали различные подходы для объяснения и описания удовлетворенности жизнью людей. Например, удовлетворенность жизнью изучалась с точки зрения человеческих ценностей (people values), а также взаимодействия членов семьи друг с другом [Bowen, 1988]; субъективное восприятие жизни рассматривалось для разных возрастов людей [Chaonan, 2001]; делался вывод о том, что счастье, или удовлетворенность жизнью, служит показателем, с помощью которого можно говорить о степени положительной или отрицательной оценки респондентами качества своей жизни [Rampichini, Schifini, 1988].

В результате можно констатировать, что процесс удовлетворенности жизнью понимается нами как определенная субъективная оценка личности, которую он сам себе дает по отношению к своему образу жизни.

В исследовании В.А. Васильевой [Васильева, 2023] определена взаимосвязь между

субъективным экономическим благополучием личности и самоотношением у респондентов среднего возраста. В результате исследования было выявлено, что чем более благоприятное у личности отношение к себе, тем выше и субъективное экономическое благополучием личности, а также более высокие показатели удовлетворенности личности в период среднего возраста. Что автор связывает с важностью самоактуализации личности, развитием качества жизни и получения радости и удовольствия от жизни в целом.

В результате исследований В.А. Васильева [Васильева, 2023] выявила, что общий уровень удовлетворенности жизнью у личности среднего возраста напрямую взаимосвязан с экономическим благополучием и интегральным уровнем самоотношения личности.

Исследователи В.С. Меренкова, О.Е. Солодкова [Меренкова, Солодкова, 2020], анализируя разные точки зрения на проблему изучения особенностей удовлетворенностью жизнью, определили, что еще не сформировалось общей теории их соотношения, но на определенном этапе теоретических исследований, авторы констатируют, что здесь сочетаются такие понятия как благополучие личности, удовлетворенность жизнью. Это понятия очень близкие, но при этом, как отмечают исследователи, удовлетворенностью жизнь входит в компоненты благополучия личности, отличаясь при этом оценочным компонентом.

Также авторы трактуют понятие удовлетворенности жизнью как элементы трех составляющих:

- благополучие
- субъективное благополучие
- удовлетворенность жизнью.

Авторы при этом уточняют, что процесс удовлетворенности жизнью характеризуется стабильностью, комплексностью, системностью и устойчивостью, но три вышеуказанных категории благополучия, субъективного благополучия и удовлетворенность жизнью – это не тождественные понятия.

Необходимо отметить, что процесс удовлетворенности или неудовлетворенностью жизнью у личности, проявляется через его поведение, эмоциональные переживания, которые в сумме формируют групповые настроения в социуме.

В современных условиях общество переживает серьезные потрясения, связанные с тяжелой экономической и политической ситуацией в нашей стране, что не может не сказываться на психологическом благополучии личности и как следствие, будет отражаться на уровне удовлетворенности жизнью.

Для личности в целом переживание психологического благополучия является важной частью доминирующего общего настроения человека, это отражается на его общем психофизическом состоянии, оказывает влияние не только на психологическое, но и на физическое здоровье личности.

Особое внимание для женщины в период средней и поздней зрелости важно уделять таким параметрам ее психического состояния как:

- общая физическая продуктивность;
- эффективная коммуникация;
- психическая активность личности;
- общий уровень активности личности.

При взаимодействии всех вышеуказанных параметров женщина формирует уровень

удовлетворенности. Поскольку для женщины среднего и зрелого возраста, объектом которого является наша работа, на первом месте по значимости является семья, то при благополучной семье (наличие мужа, детей, психологическая безопасность и комфорт в семье, финансовое благополучие и другие важные параметры для личности) женщина чувствует состояние удовлетворенности гораздо больше, чем женщина, не имеющая семью и детей.

Таким образом, следует констатировать, что на процесс удовлетворенности жизнью у женщин оказывает существенное влияние наличие семьи, карьера в профессии, общая физическая продуктивность; эффективная коммуникация; психическая активность личности; общий уровень активности личности.

Е.А. Варлашкина в своих исследованиях определила, что на процесс благополучия личности у женщин в период зрелости влияет образ физического Я, который напрямую зависит от адекватной самооценки реального и идеального образа физического Я.

Так исследователь выявила, что при заниженной самооценке реального и при завышенной самооценке идеального образов физического Я у женщин зрелого возраста связаны с неудовлетворенностью своей внешностью.

В результате Е.А. Варлашкина определила, что у женщин в период зрелости неудовлетворенность собой, что не может не повлиять негативно на процесс удовлетворенности жизнью, влияют мотивы, которые связаны со следующими личностными особенностями:

- недовольство женщин в период зрелости семейными отношениями;
- психологические проблемы взаимоотношений с мужчинами;
- проблемы с коммуникативными навыками;
- психологические проблемы, которые связаны с неуверенностью в себе.

Также в исследовании было определено, что высокий показатель удовлетворенности личности у женщин зрелого возраста обусловлен удовлетворением своего физического Я, то есть средней удовлетворенности и высокой активности ухода за собой женщины в период зрелости сохраняют желание развиваться в карьере, обладают уверенностью в себе [Малиева, 2022].

Е.С. Малиева в своих работах изучала процесс взаимосвязи личностной зрелости с другими категориями личности. Так она определила, что личностная зрелость проявляется как сочетание качеств субъекта развития личностной зрелости, куда относятся такие личностные качества как:

- самопринятие;
- самоактуализация личности;
- личностное саморазвитие;
- личностный потенциал и другие.

Далее Е.С. Малиева соотносит зрелую личность с проявлением таких важных межличностных качеств как:

- сотрудничество;
- умение проявлять взаимопонимание;
- коммуникативные качества личности;
- проявление эмпатии;
- желание совершенствовать межличностное взаимодействие и проявление конструктивного влияния личности.

Следует отметить, что к качествам эмоциональной зрелости личности она относит:

- способность саморегуляции;
- проявление самопонимания;
- самооценку личности.

В результате, согласно исследованиям Е.С. Малиевой, личностная зрелость проявляется при сочетании вышеуказанных личностных особенностей женщин. В результате, вышеуказанные качества помогают личности в период взрослости и в период зрелости сформировать удовлетворенностью жизнью, что поможет успешно проявлять себя [Малиева, 2022].

В своих исследованиях Е.С. Малиева определила, что важным составляющим в периоде зрелости для личности (в нашем исследовании мы ориентируемся на женщин) является личностная зрелость, в основе которой сформированы такие значимые личностные особенности как:

- субъективное благополучие;
- ответственность личности;
- личностный рост;
- субъектность.

В своих работах вышеуказанный автор определила обратную корреляционную взаимосвязь между зрелой личностью и враждебностью, проявлением обидчивости, мстительности, обученной беспомощности и психологического инфантилизма.

Следовательно, можно предполагать, что при организации эффективной работы с женщинами в период средней взрослости по формированию субъективного благополучия, ответственности, работы над субъектностью личности и ее личностным ростом, возможно к периоду зрелости сформировать нормальный уровень удовлетворенности жизнью, учитывая факторы, влияющие на уровень благополучия зрелой личности.

Также Е.С. Малиева выявила, что актуально исследовать личностную зрелость в периоде средней молодости от 35 до 45 лет. При этом она определила, что при формировании активных взаимоотношений с социумом, при развитии профессионального опыта личности, можно эффективно организовать процесс успешного проживания личности и создать хороший базис для развития процесса удовлетворенности жизнью личности в период зрелости [Малиева, 2022].

Е.С. Малиева определила, что в период средней взрослости для развития удовлетворенности личности важно развивать интеграцию таких особенностей как:

- интеллектуальные особенности личности;
- коммуникативные качества личности;
- эмоциональные проявления личности;
- ценностно-смысловые особенности личности;
- мотивационные компоненты развития личности [Малиева, 2022].

Также автор в качестве специального исследования для удовлетворенности жизнью выделяет работу над мотивационно-ценностным компонентом зрелой личности, в которой выделяются три важных составляющих компонента: исследуются структуры, элементы, этапы и условия оптимизации вышеуказанных особенностей личности. В результате, как считает Е.С. Малиева, использование представленной модели работы над личностью в период средней зрелости позволит эффективно развивать с одной стороны личностную зрелость, с другой стороны корректировать личностные особенности для формирования нормальной

удовлетворенности жизнью личности уже в зрелый период [Малиева, 2022].

Б.А. Ясько [Ясько, 2020] в исследованиях определяет, что личностная зрелость напрямую взаимосвязана с субъектно-деятельностной детерминацией личности в период зрелости.

А.М. Мачуха [Мачуха, 2020] определяет, что у личности в период зрелости проявляется психологический инфантилизм, который негативно влияет на процесс удовлетворенности жизнью, что влечет за собой обученную беспомощность либо ригидность черт личности, которые выражаются в сопротивляемости личности всему новому. Как правило, именно проявление ригидности мешает женщинам в период зрелости проявлять себя и пробовать реализовать себя в новых профессиональных сферах.

Как считает А.М. Мачуха, в свою очередь, психологический инфантилизм мешает зрелой личности развиваться и совершенствоваться, а значит и получать удовольствие от жизни, что влечет за собой акты личностной регрессии, которые сопровождаются снижением ответственности у личности за свою жизнь [Мачуха, 2020].

А.В. Лаврищева [Лаврищева, 2021] определила, что в период зрелости важным аспектом личностной зрелости является ценностно-смысловая сфера личности. Автор продемонстрировала, что развитие ценностно-смысловой сферы личности является важным аспектом, характеризующим успешную зрелость. Определяется ценностно-смысловая сфера сочетанием таких важных компонентов как:

- духовность;
- генеративность;
- проявление автономии;
- достижение акме [Лаврищева, 2021],

В результате для успешного развития зрелой личности важно комплексно воздействовать на такие важные элементы ценностно-смысловой сферы как:

- развитие у личности самопознания;
- формирование у личности процесса самореализации;
- проявление у личности самодетерминации;
- развитие самотрансцендентности [Лаврищева, 2021].

Заключение

Таким образом, при теоретическом исследовании влияния личностных особенностей женщин в период средней и поздней зрелости на удовлетворенность жизни было определено следующее.

Удовлетворенность жизнью мы рассматриваем как субъективную оценку качеств разных условий жизни, объектов, жизни в целом, деятельности личности, которая проявляется в отношении к себе, к окружающим людям.

Удовлетворенность жизнью является важным показателем и часто в психологической литературе трактуется как счастье или психологическое благополучие личности.

Процесс удовлетворенности жизнью базируется на следующих составляющих:

- благополучие
- субъективное благополучие
- удовлетворенность жизнью.

Для женщин в период средней и поздней зрелости важно уделять особое внимание таким параметрам как:

- общая физическая продуктивность;
- эффективная коммуникация;
- психическая активность личности;
- общий уровень активности личности.

В современных психологических исследованиях определено, что на уровень удовлетворенности женщин в период зрелости оказывает влияние уровень удовлетворения своего физического Я (когда высокий показатель удовлетворенности личности у женщин зрелого возраста обусловлен удовлетворением своего физического Я).

На процесс удовлетворенности женщин в периоде зрелости влияют такие личностные особенности как самопринятие; самоактуализация личности; личностное саморазвитие; личностный потенциал и другие.

В периоде средней зрелости при формировании у женщин активных взаимоотношений с социумом, при развитии профессионального опыта личности, можно эффективно организовать процесс успешного проживания личности и создать хороший базис для развития процесса удовлетворенности жизнью личности в период зрелости.

При работе с такими психологическими особенностями женщин как психологический инфантилизм и обученная беспомощность также возможно развивать уровень удовлетворенности жизнью личности.

При развитии ценностно-смысловой сферы личности, в частности развивая такие ее составляющие как духовность, генеративность, автономию, достижения акме возможно повлиять на уровень удовлетворенности жизнью у женщин в период средней зрелости, чтобы создать базис для успешного психологического благополучия женщин в период зрелости.

Библиография

1. Васильева В. А. Связь субъективного экономического благополучия с самоохошением у лиц среднего возраста / В. А. Васильева // Молодой ученый. – 2023. – № 19 (466). – С. 540-545.
2. Лаврищева А.В. Взаимосвязь элементов ценностно-смысловой сферы и параметров достижения личностной зрелости в период ранней и средней зрелости / А.В. Лаврищева // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – 2021. – № 2. – С. 187-205.
3. Малиева Е.С. Особенности взаимосвязи личностной зрелости с различными конструктами структуры личности // Международный научно-исследовательский журнал, Выпуск: № 8 (122), 2022. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2022.122.104>
4. Мачуха А.М. Психологический инфантилизм, обученная беспомощность, личностная ригидность и личностная зрелость как сопоставимость явлений / А.М. Мачуха, О.С. Васильева // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 68-2. – С. 444-448.
5. Меренкова В.С., Солодкова О.Е. Исследование феномена «удовлетворенность жизнью» // Комплексные исследования детства. 2020. №1. С 4-13
6. Свенцицкий А.Л. Краткий психологический словарь / А.Л. Свенцицкий. – М.: Проспект, 2023. – 512 с.
7. Ясько Б. А. Субъектно-деятельностная детерминация личностной зрелости линейного руководителя организации здравоохранения / Б. А. Ясько, М. Г. Остроушко, Б. В. Казарин // Южнороссийский журнал социальных наук. – 2020. – Т. 21. – № 1. – С. 135-156
8. Bowen M. A Day with Murray Bowen, MD. Workshop. Sponsored by the Center for Family Consultation, Chicago, Illinois, May 7, 1988.
9. Chaonan C. 2001. Aging and Life Satisfaction. Social Indicators Research. 54 (1): pp. 57-79.
10. Rampichini C., Schifini D. S. A Hierarchical Ordinal Probit Model for the Analysis of Life Satisfaction in Italy. Social Indicators Research. Studies on the Quality of Life in Italy. 1988, 44 (1): pp. 41-69.

Influence of personal characteristics of women during middle and late maturity on satisfaction

Ol'ga L. Strigina

Master student

Moscow Institute of Psychoanalysis

121170, 34, Kutuzovsky prospect, Moscow, Russian Federation;

e-mail: olga7772959@mail.ru

Abstract

The article reveals research of life satisfaction, gives a brief characterization of this concept, describes the research of scientists in the field of studying satisfaction with the life of women in different age periods. The main purpose of the article is to identify the personal characteristics of women in the period of middle and late maturity, which can influence the process of life satisfaction (HBO). The main issue is the need to raise the level of HBC during the periods of middle and late maturity, working on the formation of personality traits conducive to life satisfaction. As a result of the analysis of studies in the field of life satisfaction, it was determined that the personal characteristics of women at different age periods (during middle and late adulthood) can influence life satisfaction. The development of women's personal potential, the ability to manage their emotions, the formation of active relationships with society, work with psychological infantilism and responsibility, as well as the formation of proper self-esteem, can contribute to the satisfaction of mature women's lives. Therefore, the results obtained can be used in working with mature women to form and correct indicators of life satisfaction, as well as continue work on identifying other personal characteristics of women that will correlate with indicators of well-being. At the same time, in the future, the research will reveal the gender characteristics of life satisfaction in middle-aged and late-aged men.

For citation

Strigina O.L. (2024) Vliyanie lichnostnykh osobennostei zhenshchin v period srednei i pozdnei zrelosti na udovletvorennost' zhizni [Influence of personal characteristics of women during middle and late maturity on satisfaction]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 13 (3A), pp. 116-124.

Keywords

Middle-aged women, life satisfaction, late-adulthood women, personality traits, life dissatisfaction, psychological well-being.

References

1. Vasilyeva V. A. The connection between subjective economic well-being and self-attitude among middle-aged people / V. A. Vasilyeva // *Young scientist*. – 2023. – No. 19 (466). – pp. 540-545.
2. Lavrishcheva A.V. The relationship between the elements of the value-semantic sphere and the parameters of achieving personal maturity in the period of early and middle adulthood / A.V. Lavrishcheva // *Bulletin of Leningrad State*

- University. A.S. Pushkin. – 2021. – No. 2. – P. 187-205.
3. Malieva E.S. Features of the relationship between personal maturity and various constructs of personality structure // International Scientific Research Journal, Issue: No. 8 (122), 2022. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2022.122.104>
 4. Machukha A.M. Psychological infantilism, learned helplessness, personal rigidity and personal maturity as comparability of phenomena / A.M. Machukha, O.S. Vasilyeva // Problems of modern pedagogical education. – 2020. – No. 68-2. – pp. 444-448.
 5. Merenkova V.S., Solodkova O.E. Study of the phenomenon “life satisfaction” // Comprehensive studies of childhood. 2020. No. 1. From 4-13
 6. Svetsitsky A.L. Brief psychological dictionary / A.L. Svetsitsky. – M.: Prospekt, 2023. – 512 p.
 7. Yasko B. A. Subjective-activity determination of personal maturity of the line manager of a healthcare organization / B. A. Yasko, M. G. Ostroushko, B. V. Kazarin // South Russian Journal of Social Sciences. – 2020. – T. 21. – No. 1. – P. 135-156
 8. Bowen M. A Day with Murray Bowen, MD. Workshop. Sponsored by the Center for Family Consultation, Chicago, Illinois, May 7, 1988.
 9. Chaonan C. 2001. Aging and Life Satisfaction. Social Indicators Research. 54 (1): pp. 57-79.
 10. Rampichini C., Schifini D. S. A Hierarchical Ordinal Probit Model for the Analysis of Life Satisfaction in Italy. Social Indicators Research. Studies on the Quality of Life in Italy. 1988, 44(1): pp. 41-69.