

**ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА**

На правах рукопису

ГОРБАЛЬ ІРИНА СТЕПАНІВНА

УДК 159.923-057.75:316.61

**СОЦІАЛЬНО – ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ
СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕНСІОНЕРІВ**

19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи

ДИСЕРТАЦІЯ

**на здобуття наукового ступеня кандидата
психологічних наук**

Науковий керівник:

Галецька Інна Іванівна

кандидат психологічних наук,

доцент

ЛЬВІВ – 2016

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕНСІОНЕРІВ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ	11
1.1. Теоретико-методологічні підходи до розуміння суб'єктивного благополуччя	11
1.2. Аналіз соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя	23
1.3. Модель суб'єктивного благополуччя пенсіонерів у пізній дорослості	31
Висновки до розділу 1	43
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕНСІОНЕРІВ	44
2.1. Програма емпіричного дослідження суб'єктивного благополуччя пенсіонерів. Характеристика досліджуваної групи	44
2.2. Формування психодіагностичного інструментарію дослідження компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів	53
2.3. Методичні засади дослідження соціально-психологічних та соціально-демографічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів	59
2.4. Психологічний аналіз емпіричних показників компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів	68
Висновки до розділу 2	81
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕНСІОНЕРІВ ЯК СОЦІАЛЬНОЇ ГРУПИ	83
3.1. Міжособистісна комунікація та соціальний статус як основні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів	83
3.2. Відмінності соціально-психологічної обумовленості когнітивного та афективного аспектів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів	104

3.3. Відмінності у структурі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів залежно від статі	116
Висновки до розділу 3	124
РОЗДІЛ 4. ЗМІСТ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ З ПЕНСІОНЕРАМИ У КОНТЕКСТІ ЇХНЬОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	126
4.1. Залежність показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів від способу життя	126
4.2. Особливості соціально-психологічної детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із різним способом життя	132
4.3. Основні напрями соціально-психологічної підтримки суб'єктивного благополуччя осіб, що вийшли на пенсію за віком	144
Висновки до розділу 4	162
ВИСНОВКИ	164
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	167
ДОДАТКИ	204

ВСТУП

Актуальність дослідження. Вихід на пенсію якісно змінює становище людини у суспільстві, її соціальний статус, захищеність, рівень доходів, спосіб життя. Адаптація до нових обставин життя, нової соціальної ролі у пенсіонерів за віком співпадає із періодом можливої кризи пізньої дорослості, появою інволюційних змін в організмі, що на суб'єктивному рівні позначається на оцінках якості власного життя. Період пізньої зрілості пов'язаний з аналізом людиною життєвого досвіду, узагальненням минулих досягнень, переоцінкою змісту власного існування, смислу життя (М. Л. Смульсон, О. Г. Коваленко), що позначається, зокрема, і на суб'єктивному благополуччі.

Дослідженню суб'єктивних оцінок якості життя людини, що позначаються термінами «суб'єктивне благополуччя», «психологічне благополуччя», «щастя», присвячено чимало праць західних (Н. Бредберн, М. Аргайл, Е. Дінер, М. Селігман, А. Кларк, Д. Канеман, Н. Шварц, Р. Раян, Е. Дісі, С. Любомирські, К. Ріфф, М. Чіксентміхайі, А. Вотерман та ін.) та вітчизняних (Е. Л. Носенко, І. Ф. Аршава, Т. В. Данильченко, Е. І. Кологривова, Л. З. Сердюк, Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко, С. В. Карсканова та ін.) вчених. Попри це, існує значна теоретико-методологічна неоднозначність у розумінні змісту та розмежуванні цих понять. Водночас робиться акцент на їх ролі у реалізації життєвих цінностей (І. А. Джидар'ян), задоволенні базових потреб особистості, ефективній самореалізації, налагодженні міжособистісних стосунків та наповненні життя позитивними емоціями (Ж. П. Вірна, Т. В. Данильченко) в утвердженні суб'єктності (А. В. Брушлинський, К. А. Абульханова-Славська), активної творчої позиції людини (Т. М. Титаренко, В. Франкл, М. Чіксентміхайі), спрямованості дій щодо реалізації та актуалізації своїх потенцій (В. О. Татенко), життєвих цінностей (З. С. Карпенко). Відтак, суб'єктивне благополуччя розкриває актуальні аспекти ставлення людини до власного життя, що містять у собі потенції для розкриття себе, продовження розвитку особистості.

Хоча чимало досліджень присвячено вивченню чинників суб'єктивного благополуччя (економічних – М. ван Праг, К. Нікерсон, Р. Лукас, Е. Дінер, Й. Геогергелліс, Р. Бісвас-Дінер, Л. Джордж, П. Шинс; національно-культурних – Р. Веерговен, У. Шимак, С. Ойші; міжособистісних – Р. Амато, Р. Веерговен, Р. Лукас, П. Левінсон, С. Любомирські, О. Г. Коваленко, Т. В. Данильченко; особистісно-психологічних – Б. Хеді, А. Верінг, Д. Маєрс, Н. Хаєс, Р. Еммонс, К. Женг, К. ДеНеве, Р. Куммінс та ін.), недостатньо уваги приділяється аналізу форм прояву та чинників суб'єктивного благополуччя на різних етапах життя. У пізній дорослості зміни соціальних обставин та життєвих орієнтирів визначають особливу переоцінку власного життя, що може позначатися на переживанні суб'єктивного благополуччя. Соціальна значущість та недостатня систематизованість теоретичних уявлень про соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів зумовили вибір теми дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження здійснювалось у межах науково-дослідницьких тем кафедри психології філософського факультету Львівського національного університету імені Івана Франка «Психологічний вимір соціального буття особистості» (номер держреєстрації № 0106U005912) та «Багатовимірність особистості: психологічний ракурс» (номер держреєстрації № 0112U003261), а також держбюджетних науково-дослідних тем «Структурно-функціональна модель психологічного здоров'я особистості» (номер держреєстрації № 0110U001364) та «Формування життєвої перспективи засобами психологічного тренінгу» (номер держреєстрації № 0112U001270).

Тема дисертації затверджена вченою радою Львівського національного університету імені Івана Франка (протокол № 36/12 від 24.12.2014 р.) та узгоджена бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології НАПН України (протокол № 2 від 24.12.2015 р.).

Мета роботи полягає у встановленні змісту соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя осіб, що вийшли на пенсію за віком, як

основи здійснення психологічної підтримки пенсіонерів із різним способом життя.

Для досягнення поставленої мети було визначено такі **завдання дослідження**:

1. Проаналізувати існуючі підходи до розуміння явища суб'єктивного благополуччя та визначити зміст цього поняття, встановити ключові детермінанти і розробити теоретичну модель соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів.

2. Обґрунтувати методичні засади дослідження суб'єктивного благополуччя пенсіонерів та його соціально-психологічних чинників, підібрати психодіагностичний інструментарій для їхнього аналізу.

3. Визначити роль соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із урахуванням соціально-демографічних характеристик.

4. На основі отриманих результатів окреслити основні напрями психологічної роботи із пенсіонерами за віком, із урахуванням способу життя та демографічних характеристик, для підтримки їхнього суб'єктивного благополуччя.

Об'єкт дослідження: суб'єктивне благополуччя пенсіонерів у віці пізньої зрілості.

Предмет: соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя осіб, що вийшли на пенсію за віком.

Методи дослідження. Теоретичні методи – аналіз, синтез, систематизація, порівняння, моделювання – застосовувалися для узагальнення теоретико-методологічних основ дослідження суб'єктивного благополуччя осіб, що вийшли на пенсію за віком. Для емпіричного дослідження соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів використано методи анкетування та тестування, зокрема: шкалу задоволеності життям Е. Дінера та опитувальник якості життя К. Буркхардт – для дослідження когнітивного компоненту суб'єктивної оцінки якості життя загалом та окремих його сфер,

шкалу афективного балансу Н. Бредберна, модифікацію семантичного диференціалу Ч. Осгуда для виявлення параметрів ставлення до життя – для заміру його емоційного компоненту; шкалу депресивності В. Зунга, опитувальник SF-36 для аналізу оцінок стану здоров'я, тест життєстійкості С. Мадді, опитувальник емоційного інтелекту С. Холла та анкету для визначення соціально-демографічних показників – для визначення дескрипторів соціально-психологічних чинників. Математико-статистичне опрацювання даних здійснено із застосуванням комп'ютерного пакету STATISTICA 8.0 методами описової математичної статистики (для аналізу якісних параметрів одержаних результатів), аналізу надійності шкал (за індексом α -Кронбаха), кореляційного, порівняльного, кластерного, дискримінантного, регресійного, багатofакторного експлораторного та конфірматорного видів аналізу. Метод наукової інтерпретації застосовано для пояснення отриманих результатів та методологічно обґрунтованого опису соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у тому, що:

– *уперше:*

1) на основі узагальнення теоретико-методологічних підходів до розуміння суб'єктивного благополуччя сформульовано його інтегративне визначення як когнітивно-емоційного компоненту настанови людини на життя;

2) встановлено специфіку соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя у пенсіонерів із різним способом життя, зокрема, роль ресурсів соціально-психологічної адаптації для забезпечення суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату, якості комунікації у близькому оточенні – для пенсіонерів, основна активність яких зосереджена у побутово-сімейній сфері, та переживання власної незалежності та самостійності у вирішенні життєвих завдань – для соціально активних пенсіонерів;

– *поглиблено уявлення про:*

1) провідну роль характеристик міжособистісної комунікації у забезпеченні переживання суб'єктивного благополуччя у пізній дорослості, визначено, що здатність до інтерперсональної взаємодії, соціальний статус та оцінка якості

стосунків у батьківській сім'ї – основні соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів;

2) відмінності чинників когнітивного та афективного аспектів суб'єктивного благополуччя – провідну роль здатності до налагодження взаємодії з іншими в обумовленні задоволеності життям та значення емоційної стабільності і матеріального становища у визначенні афективного балансу літніх людей;

3) провідне значення переживання самотійності у щоденній активності чоловіків та важливість позитивної взаємодії у референтній групі і позитивної оцінки стосунків з батьками у минулому для жінок як чинників суб'єктивного благополуччя;

– *дістали подальшого розвитку:*

1) методологічні засади дослідження суб'єктивного благополуччя у пізній дорослості з урахуванням особливостей перебігу когнітивних процесів та актуальних екзистенційних питань;

2) стратегії соціально-психологічної роботи із пенсіонерами за віком із метою підтримки їхнього суб'єктивного благополуччя з урахуванням способу життя та соціально-демографічних характеристик.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання запропонованих напрямів роботи з пенсіонерами практичними психологами, соціальними працівниками, фахівцями у сфері неперервної освіти з метою ефективною адаптації пенсіонерів до життя після припинення трудової діяльності, сприяння їхньому особистісному розвитку, а також у прогностичних цілях, для визначення готовності до прийняття нової соціальної ролі особами, що готуються вийти на пенсію. Основні положення дослідження можуть бути використані у навчальних курсах з соціальної психології, вікової психології, геронтопсихології, позитивної психології.

Виявлені тенденції формування суб'єктивних оцінок якості життя пенсіонерів під впливом соціально-психологічних чинників **впроваджено** у роботу Львівського Університету Третього Віку при Благодійному фонді «Відкрите серце» (Довідка № 45 від 23.07.2015 р.). Результати дослідження лягли

в основу групових занять у центрах спілкування для літніх людей ГО «Самопоміч» у м. Львові (Довідка № 261 від 1.09.2015 р.). Теоретичні напрацювання та емпіричні результати впроваджено в навчальний процес у Львівському національному університеті імені Івана Франка (Довідка № 3838-Н від 27.08.2015 р.) та Дрогобицькому державному педагогічному університеті (Довідка № 1394 від 27.08.2015 р.), зокрема у викладання курсів «Соціальна психологія», «Вікова психологія», «Геронтопсихологія» та «Психологія здоров'я».

Апробація результатів дисертації. Основні теоретичні положення та результати емпіричних досліджень доповідалися: на Міжнародній конференції EFOS (м. Вроцлав, Польща, 2012), Міжнародній Інтернет-конференції «Beyond Sciences Initiative» (м. Торонто, Канада, 2016), Міжнародних науково-практичних конференціях «Соціалізація особистості в умовах системних змін: теоретичні і прикладні проблеми» (м. Київ, 2013, 2014), I Міжнародній науково-практичній конференції «Розвиток особистості у рамках просторово-часової організації життєвого шляху» (м. Одеса, 2013), VI Міжнародній науково-практичній конференції «Психологічні аспекти національної безпеки» (м. Львів, 2012), Міжнародних медичних конгресах студентів та молодих вчених (м. Тернопіль, 2012, 2013 рр.), Міжнародній науковій конференції «Духовність. Культура. Наука» (м. Львів, 2012), Міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми та перспективи педагогіки і психології у сучасному суспільстві» (м. Київ, 2013), Міжнародній науково-практичній конференції студентів та молодих вчених «Актуальні питання сучасної медицини» (м. Харків, 2013 р.), Всеросійській науково-практичній конференції з міжнародною участю «Личность и ее жизненный мир» (м. Омськ, 2013), круглому столі «Форум Університетів Третього Віку» (м. Львів, 2014), науково-практичній конференції студентів та молодих вчених «Психологічні проблеми сучасності» (м. Львів, Україна, 2011-2015 рр.) та ін. Результати дисертації обговорювалися на методологічних семінарах кафедри психології та звітних конференціях Львівського національного університету імені Івана Франка (2011-2015 рр.).

Публікації. Основний зміст роботи відображено у 21 публікації, із них 9 статей – у наукових фахових виданнях, включених до переліку МОН України, і 2 – у зарубіжних наукових виданнях.

Структура та обсяг дисертації. Робота складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел, що нараховує 377 найменувань, із них 219 – іноземними мовами, та додатків. Загальний обсяг дисертації становить 271 сторінку, основний зміст викладено на 166 сторінках. Текст дисертації містить 15 таблиць і 10 рисунків, що займають 23 сторінки. Додатки розміщено на 67 сторінках.

РОЗДІЛ 1

СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕНСІОНЕРІВ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

У розділі окреслено основні підходи до розуміння суб'єктивного благополуччя, розкрито особливості переживання суб'єктивного благополуччя пенсіонерів у віці пізньої дорослості, які припинили трудову діяльність, проаналізовано зовнішні (формальні), соціально- та індивідуально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя, запропоновано теоретичну модель чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів.

1.1. Теоретико-методологічні підходи до розуміння суб'єктивного благополуччя

Змістовне наповнення концепту «суб'єктивне благополуччя». В умовах сучасного розвитку суспільства, акцентуванні не стільки на виживанні, скільки на забезпеченні комфортного існування людства та кожної окремої особи, орієнтації на підвищення якості життя, у зарубіжній та вітчизняній психології зростає інтерес до вивчення численних аспектів позитивного функціонування особистості (Е. Дінер, М. Аргайл, М. Селігман, К. Ріфф, М. Чіксентміхайі, Д. А. Леонт'єв, І. Ф. Аршава, Е. Л. Носенко, О. М. Знанецька, Л. З. Сердюк, Т. В. Данильченко, Е. І. Кологривова, П. П. Фесенко, Т. Д. Шевеленкова та ін.). Велика частина досліджень у цій сфері зосереджена на суб'єктивній оцінці життя людини, індивідуальному змісті переживання щастя, що обумовлене не стільки об'єктивними показниками, скільки ставленням особистості до себе, навколишнього світу загалом та окремих його сторін [7; 72; 119; 191; 223; 287] та описується терміном «суб'єктивне благополуччя». Водночас, існує значна теоретико-методологічна неоднозначність у розумінні змісту цих переживань: два базові підходи до трактування благополуччя у західній науковій традиції – гедоністичний та еудемонічний [128; 324; 330; 366; 367], що виникли в руслі

однойменних філософських вчень, не до кінця розкривають предметне поле та специфіку досліджуваного феномену, тому як за кордоном, так і в українській психології розвивається ряд альтернативних концепцій суб'єктивного благополуччя. Багатогранність феномену зумовлює складність побудови єдиної систематизованої їх класифікації, кожна теорія робить акцент на окремому аспекті життя людини, із якого виводиться бачення природи та змісту суб'єктивних оцінок її життя.

Гедоністична психологія, що, за твердженням Р. Веєрговена, покликана з'ясувати, «що робить переживання (досвід) і життя приємним та неприємним» [370, с. ix], ґрунтується на філософських ідеях Арістіпа [35, с. 88-89], Епікура [182, с. 17], Т. Гоббса [26] про те, що відчуття щастя пов'язане із досягненням задоволення та уникнення страждання. С. А. Кириленко вказує на наявність так званої «здатності до задоволення» [64, с. 155], яка ґрунтується на можливості розмежовувати приємне та неприємне. Більшість прихильників цієї концепції – Е. Дінер, Е. Кларк, Ф. Андрес, М. Аргайл, Р. Чан, Е. Су, Р. Еммонс та ін. – оперують поняттям «суб'єктивне благополуччя». Цей підхід характеризує благополуччя з позицій індивідуального ставлення людини до себе, навколишнього світу загалом та окремих його сторін [116; 191; 220; 302; 358], що залежить від задоволення потреб людини, перш за все тих, що пов'язані із соціальною взаємодією [113; 128]. У випадку невдоволеності у певній сфері людина шукає способів відновлення позитивного стану [147, с. 177]. Т. В. Данильченко оперує поняттям «суб'єктивне соціальне благополуччя», апелюючи до необхідності визначення посередницької ролі соціальних груп у сприйманні людиною життєвих подій на індивідуальному та суспільному рівнях [37; 38, с. 51], що дає змогу визначити цілісність позитивного переживання людиною як суспільною істотою власного існування.

Отже, основна увага у руслі цього підходу приділяється здатності людини адаптуватися до умов навколишнього соціального середовища та отримати бажане в актуальних обставинах. Таке бачення важливе у процесі організації досліджень, адже пов'язане із спробами об'єктивізувати переживання

суб'єктивного благополуччя як результат втілення потреб. Р. Раян та Е. Дісі зазначають, що поняття суб'єктивного благополуччя виникло як кількісний показник, «первинний індекс благополуччя» [324, с. 145], що, утім, не розкриває його сутнісних особливостей, якісної специфіки потреб та значення соціальних стосунків у його виникненні.

Еудемонічний підхід виходить із розуміння людини у першу чергу не як механізму, спрямованого на задоволення власних потреб, продиктованих умовами існування та індивідуально-типологічними особливостями, а як особистості, орієнтованої на втілення чеснот [5], реалізацію тих потреб, які закладені у людській природі та ведуть до особистісного зростання [246], відчуття сенсовності життя. Вимірами щастя вважаються наявність у людини цілей в житті, здатність бути самостійною, компетентною, аутентичною, рух до самоактуалізації тощо. Психологічне благополуччя трактується К. Ріфф як позитивний аспект психічного здоров'я людини (виявлені також позитивні кореляції його показників із станом функціонування фізичних систем організму [324, р. 146]) та може бути розкрито через поняття самоактуалізації А. Маслоу, особистісної зрілості Г. Олпорта, повно функціонуючої особистості К. Роджерса, індивідуації К. Юнга [329; 330]. Психологічне благополуччя визначається як прагнення до досконалості, що відображає реалізацію істинного потенціалу людини [328, с. 100]. Т. Кашдан підкреслює, що це поняття описує зміст психологічного здоров'я [273], що описується як «втілення соціального, емоційного та духовного благополуччя (як ресурсу і стану), оскільки є потенційною передумовою забезпечення життєвих потреб щодо активного способу життя, досягнення власних цілей, адекватної та оптимальної взаємодії з людьми, соціальним й іншим оточенням» [22, с. 319], «здатність будувати адекватні способи реалізації смислових устремлінь» [62, с. 1], зокрема, його вищий, особистісно-смисловий компонент, або рівень особистісного здоров'я, що характеризується якістю смислових стосунків людини [16].

Близьким до такого трактування психологічного благополуччя є уявлення М. Аргайла про щастя як «щось схоже на особистісну рису» [166], завдяки якій

відбувається активність людини на шляху до її самоздійснення. Це поняття розробляється також у дослідженнях М. Фордіса [242], П. Хіллса [261; 262], С. Любомирські [287] та ін. Аутентичне щастя, за М. Селігманом [339], досягається через відкриття людиною позитивних якостей, їх розвиток та реалізацію у різних сферах життя – на роботі, в сім'ї, у повсякденному житті. Велика роль тут відводиться позитивним емоціям, підкреслюється їх зв'язок із психологічним та фізичним здоров'ям і довголіттям [116]. Тобто досягнення позитивного стану людиною можливе завдяки реалізації позитивних психологічних якостей у процесі розкриття свого потенціалу.

Отже, еудемонічний підхід, оперуючи поняттям «психологічне благополуччя», дає змогу побачити його особистий зміст, підкреслює важливість ефективної взаємодії людини зі світом, реалізації умінь щодо його цілеспрямованого перетворення, а також здатності зберегти власну неповторну сутність та втілення її у процесі цієї взаємодії [339]. Обидва підходи намагаються дати відповідь на питання «що таке щастя?», переводять його із категорії філософсько-побутової у науково-методологічну, утім виходять із концептуально відмінних поглядів на особистість та її життєву активність. Гедоністичний підхід більше уваги приділяє соціальним обставинам життя та впливу суспільства на те, як людина оцінює зміст власного існування, а позитивність його розглядає як досягнення стану задоволеності потреб, тобто таке бачення можна розглядати як *соціально-психологічне*. Еудемонічний підхід акцентує увагу на особливостях особистості, необхідних для позитивного функціонування, що полягає у продовженні її розвитку, його можемо визначити як *особистісно-психологічний*.

Ряд концепцій суб'єктивного благополуччя або феноменів, близьких до нього за значенням, не належать до одного із описаних підходів, а намагаються їх інтегрувати, зосереджуючи увагу на певному аспекті життя та трактуючи його як важливий у досягненні задоволеності власних потреб та продовженні особистісного зростання.

Теорія самодетермінації (self-determination theory) Р. Раяна та Е. Дісі [208; 324] розкриває обумовленість руху людини до самореалізації як внутрішніми

мотивами втілення свого життєвого покликання, так і суспільними вимогами та стандартами, до яких треба адаптуватися. Самодетермінація здійснюється шляхом задоволення основних потреб – в автономії, компетентності та приналежності, що визначає здатність людини до особистісного зростання (внутрішньо мотивованого), інтегрованості (інтерналізації та прийняття культури, правил поведінки, суспільних норм), благополуччя (задоволеності життям та психологічного здоров'я), самоконгруентності [324, с. 146-147]. Роль цих потреб різниться залежно від соціального контексту життя людини. Отже, умовами для особистісного зростання та забезпечення психологічного здоров'я доцільно розглядати не лише особистий аспект життя людини, але й її стосунок із соціумом, що у працях О. С. Савельєвої [113], Р. Раяна та Е. Дісі [323; 324] вказується тісно пов'язаним із суб'єктивним благополуччям. Фактично, щоб дійти до повноцінного функціонування, людина повинна задовольнити основні потреби, лише після цього вона буде спрямована на саморозвиток, самореалізацію.

М. Чіксентміхайі доводить, що переживання щастя можливе, коли людина залучена до діяльності, яка її захоплює, перебуває у стані «**поток**у» (flow) [146], який деякими дослідниками ототожнюється із переживанням високого суб'єктивного благополуччя [197, с. 196; 301]. Згідно з цією концепцією, досліджуваний феномен пов'язаний із важливістю активної ролі людини у процесі задоволення її потреб. Окрім високого рівня домагань, для стану «поток» важливу роль відіграє мотивація: суб'єктивне благополуччя пов'язане із інтринзивною мотивацією до діяльності, прагненням до самовизначення, незалежністю [367]. Уявлення про стан потоку близькі до вчення Г. С. Сковороди про «сродну працю» [111] – природну схильність до праці, здатність людини із задоволенням і радістю виконувати ту чи іншу роботу та отримувати справжню насолоду не стільки від результатів, скільки від самого процесу [121]. Це також співзвучно із уявленнями К. Юнга про життєвий шлях людини та необхідність слідування своєму призначенню [155] та В. Франкла про цінності творчості, які людина реалізує через діяльність, корисну для інших людей та суспільства в цілому [144, с. 173-176]. Г. С. Сковорода дійшов до висновку, що праця

приносить найвищу насолоду і повне щастя тоді, коли вона є складовою частиною загальної суспільної трудової діяльності. Процвітання суспільства перебуває у прямій залежності від міри праці усіх його членів [131]. Л. А. Найдьонова також вказує на неможливість визначення благополуччя для окремої людини в умовах абстрагування від благополуччя громади, до якої ця людина належить [96]. Таким чином, у теорії «потоків» отримання задоволення та рух до самореалізації не протиставляються, а розкриваються як єдине ціле через правильну організацію життєвої активності особи, що пов'язана із забезпеченням власного та соціального благополуччя. Оскільки у дисертаційному дослідженні значна увага приділяється відмінностям суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із різним способом життя, ця модель важлива для розуміння його специфіки.

Описані аспекти позитивного функціонування останніми роками усе частіше стають об'єктами досліджень у вітчизняній психології (Е. Л. Носенко, І. Ф. Аршава, Т. В. Данильченко, О. М. Знанецька, Ж. П. Вірна, Л. З. Сердюк, В. М. Духневич, О. М. Васильченко, Е. І. Кологривова, Н. В. Грисенко, А. В. Шамне, А. В. Большакова та ін.), утім єдиної позиції щодо змісту позитивного функціонування особистості немає (існують різні погляди на співвідношення базових понять гедоністичного та еудемонічного підходів – їх ототожнення [15], розуміння суб'єктивного благополуччя як складової частини психологічного [62; 119; 128] та бачення психологічного благополуччя одним із компонентів суб'єктивного благополуччя [10; 80; 109; 149]). Водночас, уявлення українських та російських дослідників суттєво доповнюють теоретичну основу вчення про суб'єктивне благополуччя, адже їхнє трактування феномену лежить в межах аксіологічного та суб'єктно-вчинкового підходів, утверджених та домінуючих у сучасній науковій думці.

Суб'єктивне благополуччя, що у ряді досліджень описується філософською категорією «щастя» [81; 167; 257; 268; 270 та ін.], крізь призму соціально-нормативних ціннісних установок у руслі аксіологічного підходу З. С. Карпенко [60] розглядається як **ціннісно-сміслові утворення**. І. А. Джидарьян описує цей феномен як цінність, що не має самодостатньої сутності, але «проходить» через

інші цінності, будучи «побічним продуктом» їхньої реалізації [44, с. 48]. Л. В. Куліков розкриває зміст суб'єктивного благополуччя через сукупність ідеалів (еталонів) людського життя [81, с. 507], з якими людина порівнює власне життя та життя інших людей. Реалізація цих цінностей визначена усією сукупністю умов соціалізації, як у суб'єктивному, так і в об'єктивному планах. Т. В. Данильченко визначає соціальне порівняння як важливий, утім негативний фактор суб'єктивного благополуччя: чим частіше людина порівнює себе з іншими, тим нижчим є її суб'єктивне благополуччя [41, с. 105], адже це – ознака суперечливості чи відсутності її особистих внутрішніх стандартів.

Розглядаючи поняття якості життя, задоволеності життям, суб'єктивного, психологічного, соціального та інших аспектів благополуччя, Ж. П. Вірна зазначає, що головною для їх забезпечення є система цінностей, які є визначальними факторами задоволення базових потреб особистості, її ефективного функціонування у напрямі професійної та особистої самореалізації, міжособистісних стосунків та наповнення життя позитивними емоціями [20, с. 107]. Р. М. Шаміонов розглядає суб'єктивне благополуччя як «поняття, що виражає ставлення людини до власної особистості, життя та процесів, які мають важливе для неї значення з точки зору засвоєних нормативних уявлень про «благополучне» зовнішнє та внутрішнє середовище, і характеризується переживанням задоволеності» [147, с. 176], як «якісну (оцінкову) сторону суб'єктивної реальності, що вибудовується індивідом на основі соціальних норм, установок та власного досвіду» [148, с. 107]. Формування суб'єктивного благополуччя відбувається на основі оцінювання конкретних ситуацій в житті з точки зору їх значення, смислу та ієрархічної системи цінностей. Суперечність між комбінаціями ціннісно-сміслових одиниць може призводити до зниження рівня задоволеності та подальшої дезадаптації. Отже, у межах аксіологічного підходу підкреслюється соціально-психологічна природа явища суб'єктивного благополуччя, що визначається через систему уявлень про себе, своє життя, стосунки, стан та ін., оцінка міри реалізації потреб здійснюється на основі соціально створених ідеалів хорошого життя.

Суб'єктно-вчинковий підхід у сучасній психології (К. А. Абульханова-Славська, А. В. Брушлинський, С. Л. Рубінштейн, В. А. Романець, Г. О. Балл, В. О. Татенко, Л. Ф. Бурлачук та ін.) передбачає розуміння людини як цілісної інтегрованої самодіяльної істоти [133], здатної на здійснення вчинку як високоморального, відповідального, вільного, творчого діяння, що є способом автентичного буття [42]. Суб'єктність передбачає позицію творця власного життєвого шляху [78], дії щодо реалізації та актуалізації своїх потенцій [133], а, за визначенням А. В. Вороніної, за умови руху людини цим шляхом виникає стан психологічного благополуччя – переживання змістовної наповненості та цінності життя загалом як засобу досягнення внутрішніх, соціально орієнтованих цілей, що є умовою реалізації її потенційних можливостей та здібностей [21]. Положення цього підходу близькі до уявлень К. Ріфф, до яких у своїх дослідженнях звертається чимало українських вчених (О. М. Знанецька, Т. В. Данильченко, І. Ф. Аршава, В. І. Лазаренко, С. В. Карсканова, Л. М. Яворовська та ін.). Зазначають пов'язаність цього феномену із позитивною орієнтацією на майбутнє [156], когнітивно складною, позитивною Я-концепцією [54], здатністю до саморегуляції [100], дружлюбним, емпатійним, не маніпулятивним ставленням до інших [14], ефективністю навчальної діяльності [100] та фахового зростання [63]. П. П. Фесенко та Т. Д. Шевеленкова пов'язують психологічне благополуччя із переживанням задоволеності власним життям, що відображає одночасно як актуальні, так і потенційні аспекти життя особистості [142; 153], цим трактуванням у своїх дослідженнях користується і В. І. Лазаренко [83]. Ця теорія має особливе значення, адже вказує на соціально-психологічний механізм виникнення суб'єктивної оцінки якості життя, її обумовленість, з одного боку, особистими смислами, а з іншого – тим оточенням, що є референтним для людини та у якому відбувається формування ціннісної сфери. У пізній дорослості зміни соціальних обставин та життєвих орієнтирів визначають особливу переоцінку власного життя, що може позначатися на структурі чинників суб'єктивного благополуччя.

Отже, сучасна психологія через поняття «суб'єктивне благополуччя» розкриває зміст переживання людиною позитивності свого існування. Останнє осмислюється дослідниками по-різному, що зумовило виникнення численних підходів до розуміння явища. Однак, окреслені концепції дають змогу комплексного трактування суб'єктивного благополуччя.

Структура суб'єктивного благополуччя. Аналізуючи існуючі у сучасній психології типології суб'єктивного благополуччя, Т. В. Данильченко вказує на те, що значна частина з них опирається на традиційні сфери прояву психіки [38, с. 50], тому виокремлюється, зокрема, соціальне, духовне, фізичне, матеріальне, психологічне благополуччя [15; 80]. Утім, існують значні труднощі у дослідженні окремих компонентів суб'єктивного благополуччя через нестачу методичного інструментарію та його неоднозначність [37], дослідження цих окремих компонентів фактично зводиться до визначення задоволеності функціонуванням у різних життєвих сферах, сума показників якого не може бути прирівняна до цілісного переживання суб'єктивного благополуччя.

Інший підхід запропонував М. Аргайл, що на основі емпіричних досліджень [167, с. 77] вивів структуру суб'єктивного благополуччя, що включає два компоненти – афективний та когнітивний. Афективний компонент (афективний баланс (affective balance) [176], гедоністичний рівень афекту (hedonic level of affect) [362, с. 45], емоційний комфорт [154; 308]) є чистим чуттям, мало чутливим до когнітивної адаптації та захисних спотворень [361], та включає два незалежні параметри – частоту переживання позитивних емоцій (радості) та відсутність негативного афекту (тривоги, пригніченості) [315; 369]. Шкали опитувальників тісно корелюють із показниками психічного здоров'я [171], тому часто для їх діагностики застосовують методики для визначення оцінки досліджуваним стану власного здоров'я [250], а негативний афект заміряють шкалами для визначення рівня депресії [163; 317; 368; 376]). Показники позитивного та негативного афектів пов'язані між собою, однак не є прямо протилежними [6; 176; 263; 221; 365], перший більше пов'язаний з ситуаційними чинниками, другий – із

диспозиційними [248], що має прикладне значення, адже свідчить про те, що, позбавивши людину ознак депресії, неможливо одночасно зробити її щасливою.

Когнітивний, або рефлексійний компонент – задоволеність життям (life satisfaction) [216, с. 25] або наповненість, повнота життя (contentment) [362, с. 45] – це узагальнене судження, у якому відображається міра, у якій реалізовані прагнення людини (чого саме вона бажає у житті та в якій мірі це отримує); є більш динамічним та формується у процесі творення суджень про якість власного життя [284, с. 141] на основі індивідуальних критеріїв [316]. Серед чинників формування цього судження є як особистісні, так і середовищні характеристики (фінансові, професійні, соціальні, сімейні, культурно-духовні тощо), які, пройшовши крізь призму особистості, були сприйняті нею та набули певної особистої значущості. Тому задоволеність життям вважається судженням, створеним на основі сталого диспозиційного компоненту особистості (за твердженням М. Селігмана, існує «генетично детермінований потенціал щастя» [116]), впливів середовища та головно рівня задоволеності життям у минулому [275; 312], тому у дослідженнях задоволеність життям вимірюють у різних аспектах: як задоволеність життям загалом [307], як середній її рівень за певний період, як суму показників задоволеності у різних життєвих сферах [6].

Аналогічно виділяючи у структурі суб'єктивного благополуччя емоційний та когнітивний компоненти, Е. І. Кологривова вказує, що воно супроводжується переживанням актуальної значимості майбутнього, що втілюється в формуванні особистих прагнень [72, с. 8]. А. В. Шамне, натомість, у феноменологічну картину суб'єктивного благополуччя включає, окрім задоволення життям, також довіру до світу та людей, відчуття потоку, внутрішню мотивацію [150], що вказує на існування поведінкового (мотиваційно-поведінкового, на думку А. В. Курової [82]) компоненту суб'єктивного благополуччя.

Теоретичний аналіз дає змогу припустити, що він пов'язаний із спрямованістю особистості. У теорії множинних розбіжностей А. Міхалош [294] підкреслює, що ключовим у процесі формування переживання суб'єктивного благополуччя є порівняння оцінок людиною свого теперішнього життя та

досягнень порівняно із тим, чого вона хоче досягнути; тим, що мають інші; тим, що було найкращим у минулому; тим, що особа очікувала отримати зараз 3 роки тому (тобто порівняння із мірою прогресу); тим, що людина очікує отримати у майбутньому, через 5 років; тим, чого людина заслуговує; тим, що людині потрібно [294, с. 347]. Чим більше співпадінь між тим, що потрібне людині, тим, чого від неї прагнуть інші, і тим, що чого вона уже досягла, тим вищим є її суб'єктивне благополуччя [165]. Очевидно, віддаленість цих оцінок спонукає людину до активності залежно від рівня домагань, у чому розкривається мотиваційна, спонукальна функція суб'єктивного благополуччя, адже від нього залежить міра реалізації людиною конкретних життєвих цілей, джерелами яких є як базові потреби, так і вимоги суспільства. За С. Л. Рубінштейном, спрямованість особистості як характеристика мотиваційної сфери, сукупність потреб та мотивів людини, «динамічна тенденція» [112, с. 684-685] визначає основну лінію діяльності людини, фактично даючи змогу зрозуміти, чого людина хоче від життя, конкретизуючись через сферу ціннісно-сміслових відносин та визначають вибір мотивів, прийомів і способів взаємодії з людьми [95, с. 174].

Оскільки суб'єктивне благополуччя є оцінкою всього, що людина має у житті, його можна розглядати як частину її Я-концепції, «емпіричного Я» [42], яке включає сукупність усього, що людина вважає своїм, у тому числі й узагальнене переживання власного благополуччя. Розглядаючи Я-концепцію як сукупність настанов у ставленні людини до себе – тривалих стійких систем позитивних і негативних оцінок, емоційних переживань і тенденцій діяти «за» або «проти» щодо соціальних об'єктів [114] – Р. Бернс вказує на три її складові: когнітивну, афективну та поведінкову [12]. Когнітивна складова як сукупність переконань щодо себе та усього, що стосується людини, у контексті оцінки якості життя представлена поняттям задоволеності життям. Емоційна складова настанови визначена як афективний компонент феномену та визначається співвідношенням позитивних та негативних переживань. забезпечується мотиваційно-спонукальною функцією суб'єктивного благополуччя. Поведінковий компонент настанови зумовлений попередніми двома складовими та

розкривається поняттям психологічного благополуччя як телеологічного аспекту позитивного функціонування людини, руху до самореалізації.

Як і у будь-якій настанові, у комплексному ставленні до життя людини поведінкова складова може бути реалізована у певній діяльності або залишитися на рівні емоційно-когнітивного переживання. Згідно із уявленнями Е. В. Голубевої, домінуюча система мотивів обумовлює два види спрямованості – егоїстично-прагматичну, в основі якої лежить особисте благополуччя, вигода, престиж, та суспільно-гуманістичну, що характеризується домінуванням мотивів служіння загальній справі, суспільству, духовній задоволеності [29]. Виходячи із цих міркувань, вважаємо, що особиста спрямованість є медіатором у процесі переходу між рівнями позитивного функціонування: маючи низький рівень домагань, орієнтуючись на задоволення примітивних потреб, людина залишається на рівні гедоністичного задоволення, будучи спрямованою на продовження особистісного зростання, суб'єктивне благополуччя для неї є важливим підґрунтям руху у цьому напрямі. Якщо ціннісно-сміслова сфера людини орієнтована на саморозвиток, реалізацію власного потенціалу, спрямованість є, за висловом А. Н. Леонтьєва, «сміслоутворюючим мотивом» [85, с. 279], задоволеність власним життям та позитивний емоційний фон сприяють більш ефективній реалізації життєвих цілей (у такому разі гедоністичне задоволення є лише «побічним продуктом» еудемонічної активності [159, с. 231; 209]). Якщо спрямованість особистості є тільки «мотивом-стимулом» [85, с. 279], тобто особистісне функціонування пов'язане із реалізацією базових потреб, досягненням стану розслаблення, безтурботності, то рівень суб'єктивного благополуччя характеризує міру досягнення людиною бажаного стану (за висловом Е. Тефлера, «гедоністичні переживання можуть ними і закінчитися» [351]), утім не пов'язується із самореалізацією.

Отже, у результаті теоретичного аналізу запропоновано розглядати суб'єктивне благополуччя як складову настанови на життя. *Суб'єктивне благополуччя – це когнітивно-емоційна оцінка особою якості власного життя загалом та окремих його сфер, яка формується на основі міри задоволеності*

потреб (у першу чергу тих, що мають соціальний контекст), *еталонних уявлень*, *сформованих у процесі соціалізації*, та *об'єктивних* (умов життя та діяльності, задоволеності базових потреб, стану здоров'я тощо) *чинників*, *сприйнятих та інтеріоризованих*. Воно, з одного боку, створює predisпозицію до визначення подальшої «життєвої стратегії» – поведінкового компоненту настанови на життя, зокрема, до досягнення еудемонічного благополуччя через рух до самореалізації; з іншого боку, суб'єктивне благополуччя може бути результатом втілення життєвих цілей.

1.2. Аналіз соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя

Значна частина досліджень суб'єктивного благополуччя присвячена вивченню чинників його формування та стабільності (Е. Дінер, К. Нікерсон, Д. Канеман, У. Шимак, Р. Куммінс, А. Міхалош, І. Ф. Аршава, Е. В. Князева, С. Ф. Зелінська та ін.). Встановлено, що різноманітні події у житті людини – виграш у лотерею [224; 354], втрата роботи за вислугою років [224, с. 134] та через звільнення [189; 192; 226; 258; 358, с. 10] та віднайдення нової [188] (вплив цієї події на суб'єктивне благополуччя опосередкований рівнем матеріального забезпечення [358, с. 11]), одруження [220; 267, с. 14-15; 280; 350] та розлучення [247; 286], хоч і пов'язані у тій чи іншій мірі зі зміною окремих показників досліджуваного феномену, в цілому не визначають його загального рівня. Теорія адаптації (Adaptation Level Theory, Hedonic Treadmill Theory, Set-Point Theory) пояснює це наявністю базового рівня суб'єктивного благополуччя, на який людина постійно повертається після того, як певні події трапляються у її житті. Крім того, люди постійно шукають нових рівнів стимуляції для отримання задоволення через те, що постійно відбувається звикання до попередніх (феномен «гедоністичного кільця» (“hedonic treadmill” [177])). Аналогічний механізм Р. Соломон описує для розуміння мінливості емоційних складових суб'єктивного благополуччя – прагнення людини відновити переживання позитивних емоцій у

ситуації домінування в емоційному фоні у конкретний момент протилежних їм негативних [346]. Утім, це не пояснює причин неоднозначності результатів досліджень різних авторів: міра звикання до обставин життя для кожного відмінна, що зумовлено рядом індивідуально-психологічних особливостей.

Ряд теорій, навпаки, надміру абсолютизують значення індивідуально-психологічних якостей (часто генетично обумовлених [116, с. 69-74; 287, с. 20-21]) – перш за все рис «великої п'ятірки» [167; 197], хоча, наприклад, екстраверсія та нейротизм пояснюють лише 32% дисперсії у рівні задоволеності життям протягом тривалого часу [258]. Р. Куммінс з колегами описують складні гомеостатичні механізми [201; 203; 204] як комплекс особистих якостей та когнітивних утворень – екстраверсії, емоційної стійкості, високої самооцінки, оптимізму, локусу контролю [212], відчуття власної гідності [203], що є своєрідним пом'якшуючим «буфером» при реагуванні на різко змінні обставини життя у людей різного віку [227]. Крім того, слід звертати увагу на суб'єктивність сприймання серйозності життєвих подій [335, с. 28]. Важливий при цьому механізм порівняння – з іншими людьми, зі своїм минулим досвідом та своїми еталонними уявленнями про життя [324, с. 145], значимість якого доводиться різною мірою пристосування до таких змін у житті як набуття інвалідності [304] чи різке примноження статків у дорослому віці, порівняно із матеріальним статусом батьківської сім'ї [322].

На основі результатів наукових досліджень чинників суб'єктивного благополуччя вважаємо за доцільне виокремити декілька їх блоків, що відрізняються між собою стосунком до людини: інтраперсональні, зовнішні, соціально-психологічні.

Серед **інтраперсональних чинників** важливі як короткотривалі стани (настрій [335], вплив якого нетривалий, але у сонячні дні люди частіше декларують позитивне ставлення до життя, аніж у похмурі [336]), так і стабільні індивідуально-психологічні риси. Численні дослідження вказують на прямі кореляції високих показників *екстраверсії* та обернені – *нейротизму* – як із когнітивним [239, с. 1226; 255; 257, с. 57-59; 293], так і з афективним [197; 255]

компонентами суб'єктивного благополуччя, причому ці показники однакові для представників різних національностей [8; 67, с. 163; 333, с. 583], що дає підстави Л. Френсісу визначити щастя як «стабільну екстраверсію» [243]. У. Шимак з колегами [334] запропонували медіаторну модель зв'язку індивідуально-психологічних рис та задоволеності життям, коли екстраверсія та нейротизм здійснюють опосередкований вплив на когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя і прямий – на афективний.

Утім, зв'язки суб'єктивного благополуччя із екстраверсією та нейротизмом детермінують не більше 20% розподілу показників задоволеності життям (у східно-азіатському дослідженні цей результат склав усього 12% від сукупної дисперсії) та негативного афекту, ще нижчим (19%) є відсоток від загального розподілу для позитивних переживань [232; 374]. Із задоволеністю життям корелюють *відкритість до досвіду* [257], *впевненість у собі*, здатність брати на себе *відповідальність* за власні дії, *відчуття внутрішнього контролю* над подіями в житті [67, с. 163], уникнення людиною використання захисного механізму витіснення, *внутрішній локус контролю*, *висока самооцінка* [212] та позитивне самоставлення [53], відсутність *інтрапсихічних конфліктів* [284, с. 143], *оптимізм* [300], «*задоволеність собою*» як позитивна установка до власної особистості [202]. Крім того, задоволеності життям сприяє здатність ставити перед собою *адекватні життєві завдання* [134, с. 306].

Описані психологічні особливості, в основному, мають когнітивне походження. Водночас, дослідники приписують щасливим людям подекуди нереалістично позитивний погляд на власну особистість та невиправданий оптимізм, перебільшену віру в контроль над зовнішніми обставинами, в той час як менш щасливі люди у своїх судженнях більш обачні. У дослідженнях *атрибутивних стилів* людей із високим суб'єктивним благополуччям [167] було виявлено, що вони сприймають позитивні події у своєму житті як глобальні, стабільні та такі, що сталися завдяки самій людині, тоді як люди із низьким рівнем благополуччя так трактують негативні події. Перші сприймають ситуації в житті загалом як приємніші, в першу чергу згадують радісні моменти, інших

людей бачать як позитивних. Переживання суб'єктивного благополуччя супроводжується *соціальною активністю*, схильністю до *лідерства*, прагненням до *незалежності*, *емоційною залученістю у стосунки з людьми* [72], визначає здатність втілювати у життя прагнення, знаходити рівновагу між задоволенням власних потреб та потреб суспільства [71].

Серед причин зниження показників суб'єктивного благополуччя – поганий стан психічного та фізичного *здоров'я* [284, с. 161-162], негативні очікування щодо свого здоров'я [359, с. 17]. Водночас, вказується на важливу роль позитивних емоцій та оптимістичних суджень про життя у підтриманні здоров'я [313] та довголіття [116; 205; 235], тоді як часті негативні емоції корелюють із численними фізичними захворюваннями – кардіологічною патологією, діабетом, артритом, остеопорозом, хворобою Альцгеймера, утворенням ракових пухлин та ін. [234]. Слід зазначити, що зв'язки показників суб'єктивного благополуччя та збереженості фізичного здоров'я виявлені в умовах контролю інших детермінуючих змінних: віку, статі, соціоекономічного статусу та ін. Крім того, часте переживання позитивних емоцій пов'язане із наявністю позитивних ресурсів [244], ефективністю соціальної адаптації [233], тому частота їх переживання визначає стабільність загального позитивного самопочуття, позитивність ставлення до себе та свого життя, підвищує показники когнітивного компоненту та загального рівня суб'єктивного благополуччя [206].

Отже, серед вказаних психологічних особливостей, пов'язаних із суб'єктивним благополуччям, є як когнітивні утворення (оптимізм, позитивне ставлення до себе, віра у здатність контролювати власне життя), які описують позитивність у ставленні людини до себе та свого життя, так і афективні особливості – емоційна стійкість, ефективність захисних механізмів, відсутність інтрапсихічних конфліктів, що вказує на важливість збереженості структурно-процесуального компоненту психічного здоров'я [23, с. 93] для його забезпечення.

Зовнішні (формальні) чинники – це перш за все економічні, професійні показники, характеристики політично-суспільного режиму, а також соціально-

демографічні характеристики. Т. В. Данильченко зазначає, що серед «об'єктивних» чинників суб'єктивного благополуччя у більшості літературних джерел вказуються економічні ресурси, політичні свободи та здоров'я [39, с. 167], хоча переліки цих чинників суттєво варіюються.

Економічні показники суттєво детермінують суб'єктивне благополуччя. Встановлено пряму кореляцію рівня доходів та задоволеності життям [302; 358]: особи із високим рівнем прибутків в загальному на 17% частіше декларують те, що вони щасливі [224, с. 124]. Утім, цей зв'язок не абсолютний, а визначається чинниками як особистого, так і суспільного характеру, як сталими ціннісними орієнтаціями, так і випадковими життєвими обставинами. У чоловіків прагнення до примноження статків вище, а рівень суб'єктивного благополуччя, порівняно із жінками, нижчий [220; 302, с. 486; 358], та тісніше пов'язаний із безпосереднім рівнем доходів [224, с. 128]. Цей зв'язок більш виражений у дорослому віці, тоді як для студентів [214; 363] та осіб літнього віку [249] втрачає значення. Кореляція фінансового забезпечення та суб'єктивного благополуччя більш значуща у державах із невисоким рівнем доходів [214; 222; 224; 337; 360], що пов'язують із частішим переживанням її мешканцями негативного афекту [176; 215]. Згідно із теорією перспектив Д. Канемана та А. Тверські [266], людям простіше підвищувати свої прагнення, збільшувати потреби, аніж знижувати їх та відмовляти собі у чомусь, тому різкі темпи економічного зростання держави не призводять до стрімкого підвищення суб'єктивного благополуччя її мешканців, у той час як погіршення економічної ситуації суттєво позначається на його показниках. Хоча, в цілому, збільшення заробітку позитивно впливає на задоволеність життям [207; 269].

Суттєво зазначити, що у взаємозв'язку суб'єктивного благополуччя та рівня фінансового забезпечення простежено двосторонню детермінацію: не лише наявність хорошого матеріального становища веде до задоволеності людини своїм існуванням, але й відчуття щастя збільшує шанси на примноження грошей. У лонгітюдних дослідженнях показано, що благополучні у різних сферах життя люди у майбутньому заробляють більше, аніж ті, в кого нижчі показники рівня

суб'єктивного благополуччя [225; 293; 358], адже воно додає віри у власні сили та стимулює до подальшого розвитку.

Зв'язок суб'єктивного благополуччя із економічними показниками у значній мірі опосередковується індивідуально-психологічними особливостями. Зокрема, матеріалізм як особиста орієнтація на збагачення був визначений як негативна детермінанта задоволеності життям. Прагнення до примноження статків [320], до фінансового успіху [183] та велика роль грошей у житті [214] обернено корелюють рівнем суб'єктивного благополуччя. З усіх життєвих сфер матеріалісти не задоволені у першу чергу своїми соціальними стосунками [375]. Е. Дінер та С. Ойші показали протилежність впливів цінності грошей та кохання на рівень задоволеності життям [214]. Пошук фінансового збагачення часто відбувається коштом нехтування задоволенням інших потреб, а також не має однозначно встановлених меж, тому матеріалістам непросто відчувати задоволеність, будучи орієнтованими на ресурс, який априорі не приносить задоволення від його отримання.

Кореляцію між суб'єктивним благополуччям та фінансовими устремліннями регулює рівень доходів. У добре фінансово забезпечених людей статистична значущість оберненої кореляції цих показників нівелюється [224; 375], бо особи, матеріальне становище яких нижче середнього, відчувають нестачу фінансів для досягнення певних цілей, здійснення яких і зумовлює підвищення суб'єктивних оцінок якості життя [302, с. 497]. Те ж саме стосується позитивної кореляції суб'єктивного благополуччя та рівня освіти [279; 354]: особи із престижною, вищою освітою, з одного боку, мають вищий соціальний статус та визнання, а з іншого – більше можливостей для проведення часу та різноманітних занять, які приносять позитивні переживання.

Аспекти *професійної реалізації* мають чимале значення у детермінації суб'єктивного благополуччя [6; 14; 46; 99; 192; 358 та ін.]. Встановлено, що безробіття обернено пов'язане із суб'єктивним благополуччям, а порівняно нещасливі люди частіше стають безробітними [193]. Суб'єктивне благополуччя чоловіків у більшій мірі залежить від роботи, звільнення чи відсутності роботи

тривалий час для жінок є менш важливою подією [280]. Українськими дослідниками виявлено, що більш благополучні педагоги мають менші показники емоційного вигорання [33], а прояв позитивних цінностей у педагогічній діяльності сприяє підвищенню показників суб'єктивного благополуччя учнів [99].

Широко вивчалися особливості феномену суб'єктивного благополуччя у різних *суспільно-політичних обставинах*. Демократичний устрій створює для людей суттєво кращі умови для переживання суб'єктивного благополуччя, ніж тоталітарний [333, с. 583-584], основною умовою для цього є наявність громадських та особистих свобод. Можливість бути активно залученим у громадську активність, що, з одного боку, є умовою формування соціального капіталу, а з іншого – дає людині відчуття контролю та можливість почуватися частиною цілого, суспільства, є важливими детермінантами суб'єктивного благополуччя [362, с. 52-53]. Високий матеріальний статус громадян, демократія, якісне управління державою, довірливий та толерантний мікроклімат у культурі описують понад 75% відмінностей між суб'єктивним благополуччям представників різних націй [315].

Демографічні характеристики як *вік* та *стать* мають неоднозначну роль у детермінації суб'єктивного благополуччя, М. Аргайл називає їх, поряд із матеріальним станом, найменш значимими чинниками його переживання [6]. У жінок, порівняно із чоловіками, виявлено вищий рівень задоволеності життям [67; 220], утім він описується як пов'язаний у першу чергу не з біологічною статтю, а з її соціальним аспектом. У дослідженні гендерної ідентичності чоловіків було виявлено, що фемінні чоловіки частіше задоволені життям та такою важливою його сферою, як робота, у той же час рівень когнітивної оцінки якості життя у маскулінних досліджуваних суттєво нижчий [34]. Н. П. Гапон вказує на екзистенційний вимір феномену «гендер» [25], що підкреслює важливість суб'єктивного благополуччя у забезпеченні тих аспектів функціонування особистості, що пов'язані з її самовизначенням, реалізацією цінностей.

Отже, становище людини у суспільстві у значній мірі визначає її оцінки якості життя. Водночас, згідно із описаними теоріями динаміки благополуччя, ці

чинники мають відносний вплив, адже існує також внутрішній механізм підтримки рівня благополуччя. Слід також відзначити виявлену залежність впливів цих чинників від особливостей особистості та специфіки їх ролі у соціальній взаємодії людини.

Третій блок чинників суб'єктивного благополуччя – **соціально-психологічні особливості**, провідна роль серед яких відводиться аналізу *інтерперсональних* чинників. Люди, що задоволені взаємодією з іншими, частіше переживають позитивні емоції, рідше – негативні, а також описують своє життя як повноцінне [223]. З іншого боку, суб'єктивне благополуччя визнане також хорошим предиктором якісних соціальних контактів [288]. Т. В. Данильченко пропонує розрізняти потреби у соціальній залученості, соціальному схваленні та соціальній підтримці [40, с. 66], міра задоволеності яких трактується як умова суб'єктивного благополуччя.

У дослідженнях підкреслюється важлива роль соціальної підтримки у пізній зрілості [257; 342] як можливості відчувати свою роль у суспільстві, встановлювати контакти з іншими, отримувати необхідний фізичний та емоційний супровід, матеріальну допомогу тощо. Виявлено залежність показників задоволеності життям від наявності друзів, сім'ї та якості цих стосунків [284, с. 143], нестача інтимності у стосунках веде до зниження цих показників, тобто від референтних груп [41]. Важливу роль у забезпеченні суб'єктивного благополуччя людини відіграє *сім'я*. Особи, що перебувають у шлюбі, почуваються щасливішими, аніж неодружені [220], адже сім'я дозволяє уникнути негативних стереотипів девіанта, є джерелом матеріальної та емоційної підтримки [318; 362]. Розлучення як втрата цієї підтримки та як результат пережитого під час розриву стресу призводить до зниження показників суб'єктивного благополуччя [164; 190]. О. М. Васильченко зазначає, що на суб'єктивне благополуччя як на соціальне уявлення про якість власного життя мають вплив репродуктивні уявлення та стереотипи, що є одними із найстількіших [18]. З іншого боку, суб'єктивне благополуччя кожного із членів молодого подружжя визначене як один із ключових чинників збереження шлюбу [59].

Серед соціально-психологічних чинників важливим є соціальне порівняння на індивідуальному, груповому та суспільному рівнях [41], воно опосередковує суб'єктивне благополуччя людей із різним соціальним та матеріальним статусом, різними особистісними якостями.

Отже, суб'єктивне благополуччя як складне соціально-психологічне утворення детерміноване трьома основними групами чинників. Когнітивно-емоційна оцінка людиною якості власного життя визначається формальними аспектами її життя як економічний статус, робота, політичний устрій, певними індивідуально-психологічними якостями когнітивної та афективної природи, а також соціально-психологічними чинниками, серед яких ключова роль належить соціальній підтримці та якості стосунків з оточенням. Слід зазначити, що перші дві групи чинників трактуються дослідниками як такі, що впливають на суб'єктивне благополуччя власне через систему соціально-психологічних якостей. Водночас, недостатньо уваги у літературі присвячено аналізу соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя різних соціальних груп, більшість досліджень здійснена серед студентів, що не відображає специфіки описаних детермінантів. Зокрема, їхні формальні показники можуть у значній мірі відрізнятися від досліджуваних у віці середньої дорослості, а особливо від пенсіонерів. Тому вважаємо за доцільне розкрити специфіку цих показників у групі осіб пізньої зрілості, що припинили трудову діяльність, та виявити особливості переживання ними суб'єктивного благополуччя.

1.3. Модель чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів у пізній дорослості

Збільшення середньої тривалості життя призвело до зростання частки осіб літнього віку у більшості розвинутих країн. Старість у суспільстві інституціоналізована у категорії «пенсіонер», що передбачає не просто отримання соціальних виплат, але й набуття нової ролі та нових форм активності у соціумі. Офіційний вихід на пенсію, із яким розпочинається післятрудоий етап соціалізації

[79], якісно змінює положення людини у суспільстві, її статус, захищеність, рівень доходів, спосіб життя, стан здоров'я. На цьому етапі життя людина стоїть перед вибором подальшого життєвого шляху у позиції індивіда чи активної особистості, що позначається на виборі нею ролі у соціальному процесі, осмисленні цієї ролі та формуванні ставлення до світу та оточуючих.

Найбільшим суспільним прошарком серед пенсіонерів є особи, що припинили трудову діяльність у зв'язку з віком. Згідно із даними статистичного щорічника України [130, с. 315], на початку 2013 року у нашій країні налічувалося 10,4 млн. пенсіонерів (23% населення), 85,5% з них припинили трудову діяльність [65, с. 10]. Порівняно із працюючими пенсіонерами, соціальне положення яких не так суттєво змінюється, та пенсіонерів за вислугою років, у яких час адаптації до нової соціальної ролі не співпадає із періодом можливої кризи пізньої дорослості, пенсіонери за віком мають справлятися із соціальними труднощами поряд із віковими особливостями, що робить їх специфічною соціальною категорією із притаманними їм особливостями.

Стереотипні образи літніх людей як нічим не вдоволених і норовливих, а представників молодшого покоління – як безтурботних та авантюрих – не завжди відповідають дійсності та часто є причиною дискримінації [13], тому існує значний науковий інтерес до вивчення вікових особливостей суб'єктивного благополуччя. Водночас, основний акцент у цих дослідженнях робиться на порівняння його показників у період ранньої та середньої дорослості та у літніх досліджуваних, причому якщо у 1960-х роках молодість вважалася важливою умовою підвищення рівня суб'єктивного благополуччя, то на сьогодні із такою думкою сперечається чимало дослідників [220; 299 та ін.]: часто спостерігається навіть зростання показників позитивного функціонування з віком. Така неоднозначність результатів вказує на те, що вікові зміни є не єдиним та визначальним чинником зміни суб'єктивної оцінки якості життя, важливо враховувати описані вище чинники.

Різне соціальне становище пенсіонерів за віком обумовлюється рядом соціально-демографічних критеріїв, що дозволяють стверджувати про відмінності у мірі пристосування до нових умов життя та особливості допомоги, якої вони

можуть потребувати. Серед важливих аспектів – матеріальний, критерій стану здоров'я, сімейний статус, спосіб життя, а також вік.

Матеріальне становище пенсіонерів визначається розміром пенсії та наявністю додаткових джерел доходу. Аргументом необхідності реформування системи пенсійного забезпечення України є незначна частка заможних осіб-пенсіонерів у суспільстві [92], чимало із них живуть за «межею бідності», але знаходять спосіб задовольняти базові потреби, або й відчують нестачу коштів на це. Відповідно, для великої частини пенсіонерів фінансове забезпечення є прямою детермінантою суб'єктивного благополуччя (згідно з результатами досліджень залежності його показників від матеріального стану людини).

Різне сімейне положення пенсіонерів також може суттєво позначатися на їх суб'єктивному благополуччі. Подружні стосунки дуже важливі, адже часто із партнером є можливість отримати бажану любов, підтримку, статус, фінансову та інформаційну підтримку [47]. З іншого боку, усамітнене життя літньої пари часто буває затьмарене взаємними образами, претензіями, розчаруваннями у забезпеченні один одного увагою та піклуванням, що може у значній мірі позначатися на суб'єктивних переживаннях щодо різних сфер їхнього життя.

За станом здоров'я пенсіонери також значно різняться між собою. Самопочуття визначає те, наскільки людина здатна себе обслуговувати, виконувати домашню роботу, а також міру її соціальної активності. Загальна тенденція до зміни фізіологічних процесів з віком стереотипно визначає старість як фазу розвитку по низхідній. Інволюційні ознаки проявляються у зовнішньому вигляді, зменшенні життєвої активності, обмеженості фізичних можливостей, у зниженні сили та рухливості психічних процесів [151; 157]. Збільшується частота хронічних захворювань, порушень, пов'язаних із незбалансованим харчуванням, проблем через вживання медикаментів та, з іншого боку, необхідність їх приймати для підтримання кращого самопочуття. Чимало уваги приділяють змінам когнітивної сфери пенсіонерів: збільшується час на опрацювання інформації, ускладнюється засвоєння нових знань, відбувається кристалізація когнітивних функцій [4, с. 103-104; 169; 195; 213; 303; 333; 344, с. 784-785; 372; 373]. Попри те, що чимало

досліджень описують типові для старості фізіологічні зміни, їх поява суттєво відрізняється у людей залежно від культуральної приналежності, соціального статусу, віку, матеріального стану, попереднього життєвого досвіду та активності тощо [163; 194; 245; 332]. Значну роль відіграє суб'єктивне сприймання стану свого здоров'я – ті, хто декларує краще самопочуття та перебіг когнітивних функцій [161; 230; 303, с. 171], більш успішно виконують різні завдання, що стосуються функціонування психічних процесів. Краще здоров'я – фізичне та когнітивне – також у тих пенсіонерів, які активно залучені у різні види активності, а не ведуть пасивний спосіб життя. Фізичне самопочуття, відчуття тілесного комфорту у пізній дорослості відіграють важливу роль у забезпеченні суб'єктивного благополуччя, є умовою позитивних переживань [355]. З іншого боку, високі показники суб'єктивного благополуччя сприяють кращій збереженості стану здоров'я пенсіонерів, запобігають виникненню фізичних захворювань, зумовлених психогенними чинниками (наприклад, психосоматичних розладів), пов'язані із кращою роботою серцево-судинної системи, попереджають передчасну смерть [313], причому ці результати справджуються як для жінок [290], так і для чоловіків [310].

Життєва активність пенсіонера у цілому визначається обраним ним способом життя, що напряду впливає на процеси адаптації до нових соціальних умов. Під способом життя розуміється сукупність типових видів (способів) життєдіяльності, що розглядаються у єдності із умовами життя, які їх визначають [143], характеристика залученості та включеності людини у певні сфери діяльності [123]. Це, окрім роботи, також громадська, соціо-культурна, сімейно-побутова діяльність, усі види діяльності, де можливий прояв активності людини. Т. М. Титаренко звертається до поняття «практики», що відображає взаємопроникнення соціального та індивідуального, внаслідок якого формуються певні способи, форми життя, засоби буття у повсякденності, що мають регулятивну функцію, синтезують досвід та наочне, актуальне сприйняття ситуації, та сприяють самоідентифікуванню, конструюванню себе [137, с. 20]. Серед пенсіонерів за віком чимало тих, хто активно включається у соціальну активність: беруть участь у програмах

неперервної освіти, залучені у центри спілкування для пенсіонерів, є членами громадських організацій. Іншу групу складають особи, що займають активну позицію щодо організації побутового та сімейного життя; окрема категорія пенсіонерів – люди, що ведуть пасивне життя (переглядають телебачення, читають газети тощо). Самотні пенсіонери, що не мають фінансової чи фізичної спроможності самостійно жити, мешкають у геріатричному пансіонаті, їхній спосіб життя окреслюється умовами життя та правилами функціонування у закладі, а також обставинами, через які вони туди потрапили.

Водночас, слід звернути увагу на деяку загальну тенденцію в активності пенсіонерів: провідним видом діяльності стає особлива «внутрішня робота», спрямована на прийняття свого життєвого шляху, осмислення теперішнього і минулого досвіду, з чим пов'язана плідна здорова старість [87, с. 7], тому їх часова орієнтація переважно спрямована у минуле, яке в силу вікових особливостей стає їхнім теперішнім, і, за твердженням О. В. Полуніна [104], може варіюватися у широкому діапазоні, старші люди живуть у полоні спогадів [48]. На думку М. Л. Смульсон, екзистенційна проблема смислу у цей період вирішується «тут і тепер». Від специфіки часово-просторових координат у пізній зрілості залежать особливості ментальної моделі світу особи [127], що лежить в основі особистісного розвитку. Аналізуючи уявлення літніх людей про власний життєвий досвід, О. О. Зарецька вказує на втрату векторності цілей, акцентуванні на обмеженості діяльності, формуванні узагальненої концепції життя [50].

Основним завданням пізнього етапу зрілості Е. Еріксон називає переконання у тому, що життя не було марним і має цінність [158], що знаменує ефективне проходження вікової кризи, розв'язання інтрапсихічного конфлікту «цілісність-відчай» та досягнення стану Его-ідентичності [158; 237], що проявляється у задоволеності прожитим життям, усвідомлення виконаності основних життєвих цілей. На думку українських дослідників, успішне проходження кризи пізньої зрілості передбачає саморозвиток [125, с. 32], подолання дементивності, досягнення мудрості та інтегративності [126], реалізація пенсійної зрілості [51; 106]

як адекватного усвідомлення і реалізації власного потенціалу відповідно до внутрішніх індивідуальних можливостей та зовнішніх запитів суспільства.

Соціально-психологічні особливості пенсіонерів залежать від етапу пізньої зрілості. Процес старіння генетично запрограмований, він супроводжується функціональними та структурними змінами в організмі. Попри це, вікові періодизації пізньої дорослості суттєво різняться між собою, єдиної думки щодо них серед дослідників немає, особливо суперечливими є позиції дослідників щодо того, коли людина стає «літньою». М. Горман зазначає, що типово людину починають вважати літньою, коли вона уже не може активно залучатися у ті активності, що були характерні для неї раніше [252].

Початок цього життєвого періоду традиційно визначають від 50 до 65 років, що ґрунтується на різних критеріях (посилення дії онтогенетичних законів гетерохронності і, як наслідок, наростання протиріч у перебігу психічних процесів [1, с. 625]; розуміння часу та його плинності [260] тощо). Іноді акцентують увагу на більш ранньому початку етапу пізньої зрілості у жінок, порівняно із чоловіками [2; 74; 91], що пов'язане у більшій мірі власне із нормативно встановленим більш раннім виходом жінок на пенсію, що, утім, не є тотожним до настання старості. Попри це, у дослідженнях процесів старіння населення довкола світу [162; 175] за переломний береться вік 60 років, яким позначають вступ людини до пізньої дорослості. Погляди дослідників на наступні під етапи пізньої дорослості більш узгоджені. В цілому, виділяють її початок (передстаречий чи власне літній вік), що завершується приблизно до 69 (згідно з І. Бернсайд [253], С. Г. Струмлінім [132]) – 74 (згідно з ВООЗ) років, власне старість (до 74-89 років, іноді у межах цього етапу виокремлюють старість і пізню старість), та глибокий старечий етап (85-90 років і далі), який за рішенням ООН також поділяють на 5-річні етапи, що пов'язано із збільшенням соціальних виплат.

Вікові періодизації суттєво відмінні між собою не лише щодо біологічних, але й щодо соціальних та функціональних аспектів, що різняться залежно від епох та культур, соціальних груп та ін. На кожному описаному етапі людині притаманна специфічна соціальна ситуація розвитку, активність визначається виконанням тих

життєвих завдань, сімейних чи соціальних функцій, які не виконувались чи недостатньо добре виконувались раніше [122]. Слід зважати на постнекласичне розуміння особистісного розвитку у сучасній психології [73; 137, с. 58], згідно з яким структурованої організації життя сучасної особистості неможливо побачити. Життєвий шлях розглядається як ритмічна послідовність циклів самоконструювання, що вибудовується спільно із значущим оточенням [137].

Утім, соціальний контекст функціонування дещо відмінний на кожному етапі пізньої зрілості [107]. Для людини у віці від 55 років до виходу на пенсію важливого значення набуває очікування та підготовка до «відставки», а, отже, засвоєння нової соціальної ролі та змін різних аспектів життя. Суб'єктивне сприймання людьми виходу на пенсію різниться: одні чекають на це, щоб мати змогу займатися улюбленою справою (адже, зберігаючи достатню працездатність, компетентність, інтелектуальний потенціал, прагнуть займати активну життєву позицію), інші бояться, що стануть непотрібними суспільству, відділяться від референтної групи, втратять бачення майбутнього, певність у ньому, ще частині байдуже, що відбудуватиметься після 60-ти, вони вже давно не працюють з повною віддачею і вихід на пенсію не потребуватиме суттєвого перерозподілу життєвої енергії [1, с. 629-632] (тоді як для перших двох категорій вихід на пенсію різко змінює структуру хронологічного та психологічного часу).

Через декілька років після виходу на пенсію до моменту суттєвого погіршення здоров'я відбувається осмислення людиною свого нового соціального статусу, зміна кола спілкування – із професійного на сімейне оточення та середовище однолітків; деякі близькі починають втрачати свою інтимність і сприймаються більш узагальнено. Особливо характерне у цей час прагнення підтримати почуття власної гідності та потрібності [107]. М. Л. Смульсон описує важливе значення метанаративу «значущий інший» у суб'єктивній картині світу літньої людини [124], О. О. Зарецька зазначає збільшення потреби обговорювати набутий досвід, ділитися ним у пізній зрілості [50], адже у цьому процесі актуалізуються особистісні смисли.

Погіршення стану здоров'я у літньому віці зумовлює специфічну соціальну ситуацію розвитку, яка, в основному, обумовлена спілкуванням, окрім рідних, з лікарями та сусідами по палаті у лікарні. Окрім лікування, боротьби з хворобами, психічна реальність людини часто зайнята переосмисленням, іноді «прикрашанням» життя. Осіб, що досягли віку 75-80 років, вікові психологи відносять до довгожителів. Близькі починають гордитись тим, що у сім'ї живе справжній довгожитель; з'являються нові друзі і знайомі [107]. Загалом, з віком основна комунікативна активність людини зводиться до сімейного кола, відбувається звуження середовища спілкування, актуальності набувають питання її прийняття у новому соціальному статусі літньої особи та можливостей до активної взаємодії з людьми. На думку О. Г. Коваленко, зосередження спілкування на процесі налагодження емоційних стосунків з окремими суб'єктами із близького оточення потрібне для корекції смислу життя та для управління власними емоційними станами [69].

Обливість емоційної сфери пенсіонерів є ще більш неоднорідними. Їх прояви варіюють від синхронних із загальним фізичним станом організму зниженням ефективності перебігу емоційних процесів (надмірної інертності чи лабільності емоцій, збільшення ролі та місця негативних емоцій у загальному емоційному фоні аж до виникнення специфічних для цього віку депресивних порушень, зниження здатності до контролю емоцій або емоційної черствості, зниження емпатійності [97; 145; 178, с. 491; 228]), що негативно позначається на якості життя людини [129; 241; 303, с. 159], підвищує ризик суїцидів та смертності від соматичних захворювань, до виявлених покращень прояву усіх афективних явищ та станів [48; 179, с. 346; 180; 196; 254; 277, с. 324], до кардинально протилежних. Результати досліджень західних психологів вказують на «парадокс старіння»: попри зниження ефективності перебігу процесів в організмі, в емоційній сфері є чимало позитивних новоутворень, що сприяють адаптації, зокрема, кращі показники емоційного контролю, менша частота негативних емоцій, особливо злості, дистимії, тривоги, поряд із збільшенням частоти позитивних переживань. Цей результат може бути пов'язаний із особливим соціально-економічним

становищем пенсіонерів у розвинутих державах, рівень життя яких суттєво вищий, ніж на пострадянському просторі, людина після завершення трудової діяльності має достатньо матеріальних ресурсів на те, щоб займатися цікавими для неї активностями, проводити час різноманітно, отримувати від нього задоволення.

Результати досліджень вказують на деякі вікові зміни особистості. У пенсіонерів виявлено порівняно нижчий рівень нейротизму, підвищення показників за шкалами доброзичливості та сумлінності [238; 297; 343]. Відмічається покращення показників самоствавлення у літніх людей, що залишаються на роботі попри досягнення пенсійного віку, що підвищує у них також рівень психологічного благополуччя [117]. У значній мірі вікові зміни індивідуально-психологічних якостей обумовлені генетично [298, с. 368]; реалізація творчого потенціалу пенсіонерів залежить від розвинутої суб'єктності, когнітивних здібностей, характерологічних особливостей тощо, а також від соціальних обставин життя – умов проживання, стосунків у родині [94]. Це дає змогу припустити, що особи, які володіють певним набором рис, мають більше шансів на продуктивну щасливу старість. Для осіб, що проживають у геріатричних закладах, предиктором тривалого життя було виявлене відчуття контролю власного життя [264]. Продовжують тривалість життя пенсіонерів також диспозиційний оптимізм [251; 285], здатність до планування життя, осмисленість та усвідомлення своїх дій [322], що дозволяє літнім людям, з одного боку, не так гостро переживати стресові обставини життя, а з іншого – піклуватися про власне здоров'я, забезпечуючи тим самим добре фізичне функціонування.

Отже, зміни у сферах матеріального забезпечення, самопочуття, соціальної активності та ін. є типовими для пенсіонерів за віком; оскільки ці сфери пов'язані із переживанням суб'єктивного благополуччя, система чинників цього явища може бути дещо відмінною від інших досліджуваних груп. Попри стереотипні уявлення про те, що із наближенням старості людина починає гостро переживати нереалізованість власних життєвих цілей, результати численних іноземних досліджень вказують на те, що задоволеність життям часто не тільки не зменшується, але іноді навіть дещо зростає з віком [220, с. 291]. Зниження цього

показника спостерігається лише на пізніх етапах старості (після 75-80 років) [231, с. 21], що пов'язують в основному із погіршенням фізичного здоров'я та обмеженням фізичних можливостей.

Більш суперечливою є інформація щодо афективного компоненту суб'єктивного благополуччя. За даними Е. Дінера з колегами, інтенсивність емоційних переживань з віком зменшується, тому обидва аспекти емоційного благополуччя – частота переживання як позитивних, так і негативних афектів – зменшується [220; 231; 299]. В інших дослідженнях [307; 348] виявлено нижчий, порівняно із молодшим поколінням, прояв лише позитивних переживань, у той час як негативний афект у пізній дорослості стає більш виразним. Кардинально протилежні дані Л. Карстенсен з колегами [179]: з віком стабільним чи навіть вищим стає показник позитивних емоцій, у той час як рівень негативного афекту знижується; порівняно із молоддю, у літніх людей менш виразні ознаки депресивності [277].

У цілому, попри ці суперечності, дослідники сходяться на думці про U-подібну форму графіка показників суб'єктивного благополуччя протягом життя, коли мінімальний його рівень людина переживає у віці 35-50 років [174; 191; 218; 341], а пік показників спостерігається близько 60 років [296]. Суспільні уявлення про старших людей не відповідають цим результатам, адже, на думку С. Баса, життєва ситуація старшого покоління на сьогоднішній день відмінна від їхніх попередників: воно є здоровішим і має змогу залучатися у більшу кількість активностей [170]. Згідно з теорією адаптації, великий життєвий досвід старших людей дозволяє їм краще пристосовуватися до обставин, тому життєві зміни не сприймаються так емоційно гостро, як у молодшому віці [218]. Крім того, з віком у людини збільшується кількість досягнень, те, чого вона прагне, стає реальністю, тоді як нових планів та бажань стає менше. Наближення реального і бажаного у житті людини і є головною умовою оптимістичної оцінки свого існування та джерелом позитивних переживань [295].

Серед чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів особливо важливе значення відіграють ті, що мають соціально-психологічний зміст. Зокрема,

головними джерелами відчуття щастя пенсіонери називають наявність близької людини, стосунки в сім'ї, з чоловіком чи дружиною, дітьми, іншими рідними [326]. Наступні за значимістю – стан здоров'я та активності (соціальна робота, волонтерство, церква тощо), відчуття потрібності та піклування, а також продовження особистісного розвитку та почуття гумору. К. Ріфф вказує на виняткове значення «орієнтації на інших» [326, с. 205] – піклування про людей та наявність позитивних стосунків з ними – у детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів.

За умов відсутності глибокої ідентифікації пенсіонера із стереотипами старості – коли показники суб'єктивного віку людини не перевищують її паспортного віку або є нижчими з нього, – а, отже, сприйманням себе як усе ще соціально залученої та спроможної до повноцінного життя та самореалізації, у літніх людей вищими є показники суб'єктивного благополуччя, а також функціонування пам'яті та загального стану здоров'я [347].

Чимало уваги приділяється питанням соціального супроводу і соціальної підтримки літніх людей [342]. Емоційно благополучнішими (навіть у стресових умовах) є пенсіонери із міцною соціальною мережею [313, с. 385]; наявність останні пов'язана також із переживанням осмисленості життя, чітких цілей у житті [276], із збереженістю когнітивних функцій [173], меншою хворобливістю та більшою тривалістю життя [327]. Великої ролі надають наявності друзів, з якими пенсіонерів об'єднує спільність інтересів, схожість досвіду, спрямованість у минуле [32]. Уповільненню темпів старіння та підвищенню суб'єктивного благополуччя пенсіонерів сприяє також соціальний інтерес, бажання бути серед людей, перебування у ситуаціях взаємодії з іншими, коли є необхідність надавати та отримувати соціальну підтримку [340].

Особливості спілкування людей у пізній дорослості розкриває теорія соціальної селективності (Socioemotional Selectivity Theory) [180]. Сприймання часу, на думку Л. Карстенсен з колегами, є ключовим елементом у детермінації людської мотивації та ціннісної ієрархії протягом усього життя [282]: якщо молодь мотивована «інвестувати» у майбутнє, їхні цілі пов'язані із отриманням знань,

інформації та інших ресурсів, необхідних пізніше, то цілями літніх людей, часові горизонти майбутнього яких звужуються, є такі, які мають внутрішній зміст, як, наприклад, створення глибоких стосунків чи принесення користі іншим, тоді як цілі молодих людей частіше пов'язані із навчанням та подоланням нових випробувань у житті [172]. Досягти своїх цілей пенсіонери найімовірніше можуть у взаємодії з близькими, з якими встановлена емоційна близькість [277, с. 326; 282], тому їхня соціальна мережа поступово звужується на користь отримання глибокого емоційного стосунку [259]. Такі тенденції простежуються серед пенсіонерів різних культур та національностей [200]. Маючи змогу обирати собі коло спілкування, взаємодіяти з тими, хто викликає позитивні емоції, літні люди почуваються більш задоволеними життям [340] та мають вищі показники емоційного благополуччя [313].

У руслі аксіологічного підходу пізня дорослість розглядається як вища стадія зрілості та як самостійний етап розвитку, потенціал якого полягає у набутті особливого морального ресурсу життєдіяльності замість фізичного та енергетичного, та відкриває перспективу вищих форм особистої реалізації – духовної цілісності [115]. Зміщення часового фокусу у минуле та теперішнє пов'язане із необхідністю досягнення Его-ідентичності, прийняттям конечності свого існування та продовженням отримання задоволення від поточного моменту.

Отже, у результаті аналізу наукових уявлень про зміст суб'єктивного благополуччя як соціально-психологічного утворення, його структури та основних чинників, а також на основі даних про тенденції особистісного зростання у пізній зрілості та про трансформації життєвого простору особи після виходу на пенсію, що проявляються у фізичній, матеріальній, сімейній, професійній та ін. сферах і, відтак, позначаються на організації життя та його якості, розроблено модель чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів (рис. 1.1). Суб'єктивне благополуччя як когнітивно-емоційна оцінка якості життя, виникає під впливом трьох груп чинників: інтерперсональних (тих індивідуально-психологічних якостей, які визначають ставлення до себе та середовища), зовнішніх (формальних, «об'єктивних», тих умов мікро- та макросередовища, у яких перебуває особа) та



Рис. 1.1. Система чинників суб'єктивного благополуччя як когнітивно-афективного компоненту настанови на життя у пенсіонерів

соціально-психологічних (особливостей стосунку людини із макросередовищем, що можуть проявлятися, наприклад, через вікові стереотипи, нову соціальну роль та адаптацію у ній, та суб'єкт-суб'єктної міжособистісної комунікації, соціальної залученості, соціальної підтримки тощо). Оскільки припинення трудової діяльності за настанням віку, передбаченого для цього законодавством, є, з одного боку, об'єктивною обставиною життя пенсіонерів, а з іншого – підґрунтям для виникнення змін у стосунку із мікро- та макросередовищем, зокрема, через зміни соціальної ролі, розподілу часу та організації активності, в емпіричному дослідженні основну увагу зосереджено на тих дескрипторах, що окреслюють формальні (перш за все демографічні) та соціально-психологічні чинники. Завданням дослідження є встановлення місця соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів.

Висновки до розділу 1

1. У результаті узагальнення існуючих поглядів на зміст суб'єктивного благополуччя як складного соціально-психологічного утворення, у руслі

системного підходу визначено суб'єктивне благополуччя як когнітивно-емоційну оцінку особою якості власного життя загалом та окремих його сфер, яка формується на основі міри задоволеності потреб (у першу чергу тих, що мають соціальний контекст), еталонних уявлень, сформованих у процесі соціалізації, та об'єктивних (умов життя та діяльності, задоволеності базових потреб, стану здоров'я тощо) чинників, сприйнятих та інтеріоризованих. Воно, з одного боку, створює predisпозицію до визначення подальшої «життєвої стратегії» – поведінкового компоненту настанови на життя, зокрема, до досягнення еудемонічного благополуччя через рух до самореалізації; з іншого боку, суб'єктивне благополуччя може бути результатом втілення життєвих цілей.

2. Виділено три основні групи чинників суб'єктивного благополуччя – інтерперсональні (екстраверсія, нейротизм, відкритість до досвіду, впевненість у собі та позитивне самоствавлення, внутрішній локус контролю, висока самооцінка, відсутність інтрапсихічних конфліктів, оптимізм, схильність до лідерства та ін.), зовнішні (формальні) (економічні ресурси, працевлаштованість, характеристики політично-суспільного режиму, демографічні характеристики) та соціально-психологічні (соціальна залученість, схвалення, підтримка, соціальне порівняння).

3. Соціальні обставини життя пенсіонерів пов'язані із звуженням кола спілкування, припиненням професійної самореалізації, набуттям нових соціальних ролей, частим погіршенням матеріального стану. Трансформація часової перспективи створює особливий зміст особистої самореалізації, пов'язаної з інтеграцією минулого досвіду та узагальненням власних життєвих досягнень. Ці особливості життя пенсіонерів лягли в основу запропонованої моделі чинників суб'єктивного благополуччя, у якій ключова роль належить зовнішнім та, головне, соціально-психологічним чинникам, у яких, з однієї сторони, відбивається реакція людини на обставини її життя, а з іншого, які є відображенням стосунку пенсіонера із його макро- та мікрооточенням.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕНСІОНЕРІВ

У другому розділі представлено програму емпіричного дослідження, окреслено його основні етапи, критерії підбору досліджуваних, та здійснено характеристику групи пенсіонерів за віком. На основі запропонованої теоретичної моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів описано емпіричні дескриптори компонентів суб'єктивного благополуччя та його чинників, обґрунтовано вибір відповідного психодіагностичного інструментарію та методів опрацювання даних. Наведено результати аналізу числових значень компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із урахуванням демографічних показників.

2.1. Програма емпіричного дослідження суб'єктивного благополуччя пенсіонерів. Характеристика досліджуваної групи

Емпіричне дослідження проводилося у три етапи. На I етапі – **підготовчому** – на основі аналізу методологічних засад організації досліджень позитивного функціонування, зокрема, у пізній дорослості [159; 160; 198; 211; 278; 338; 349; 357; 371] здійснювалися розробка, підбір та апробація методик дослідження, пошук цільової аудиторії, пілотне дослідження.

На цьому етапі у дослідженні взяли участь 56 осіб віком 62-88 років, середній вік $74,1 \pm 7,6$ років, 39 жінок та 17 чоловіків, поділені на дві групи. У першу увійшли 28 осіб літнього віку, які на час проведення дослідження проживали у геріатричному пансіонаті не менше 2 місяців, у другу потрапили 28 осіб, які на момент проведення дослідження проживали у власному домі або з сім'ями. Формування групи здійснювалося за методом приблизного моделювання: близько третини мешканців пансіонату складають особи чоловічої статі, решта – жінки, що відображено у групі – 8 чоловіків та 20 жінок. Опираючись на ідею

Н. С. Пряжнікова [107] про відмінності соціальної ситуації (та активності людини у залежності від неї) на різних етапах пізньої дорослості, виокремлено категорії людей за віком. Серед 62-70-річних досліджуваних із геріатричного пансіонату 2 чоловіків та 9 жінок, 71-80-річних – 3 чоловіків та 5 жінок, понад 81-річних – 3 чоловіків та 6 жінок.

При формуванні групи осіб, що проживають у власному домі, враховано статеві та вікові характеристики досліджуваних. За цими параметрами здійснювався стратометричний підбір досліджуваних. У цій групі 20 жінок та 8 чоловіків: 10 жінок та 2 чоловіків віком 63-70 років, 5 жінок та 4 чоловіків – 71-80 років та 5 жінок і 2 чоловіків старші за 81 рік. Додатково враховувався ряд соціально-демографічних показників: рівень освіти, професії, які обіймали до виходу на пенсію, сімейний стан. Також досліджуваним ставилося запитання про домінуючі види їхньої активності. Отримані результати було поділено на три підгрупи: активне проведення часу (наприклад, порання на городі чи в саду, готування їжі, прибирання, догляд внуків, походи на ринок тощо), пасивне (розмови зі співмешканцями, перегляд телебачення, читання книг, газет тощо) та поєднання обох видів діяльності. Цей дескриптор поряд із місцем проживання було розглянуто як характеристику способу життя людини.

На основі аналізу отриманих результатів було виявлено декілька факторів, що можуть знижувати якість дослідження. Опитувальник ціннісних орієнтацій Ш. Шварца [60], що входив до переліку опитувальників для вивчення соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя, не є адаптованим для роботи із літніми людьми через його великий обсяг та складність формулювання тверджень, тому був вилучений із переліку методик для основного етапу. Також було виявлено, що серед пенсіонерів, які живуть у власних помешканнях, наявні особи із високою громадською активністю, які за психологічними якостями відрізняються від тих, чий спосіб життя пов'язаний із побутово-сімейною активністю. Тож з метою більш повного аналізу соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів за віком до участі у дослідженні було залучено окрему групу соціально активних пенсіонерів.

II етап – **основний** – передбачав визначення показників когнітивного та афективного компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів та їх соціально-психологічних та демографічних чинників на основі аналізу дескрипторів цих чинників (емоційного інтелекту, життєстійкості, суб'єктивного віку, способу життя, об'єктивної частоти взаємодії з близькими, показників матеріального становища, рівня освіти та ін.). Основні змінні емпіричного дослідження визначено на основі біопсихосоціального підходу [236; 353]. Окрім цього, для кожної шкали методик, обраних для дослідження, обчислювався показник α -Кронбаха для перевірки надійності отриманих нею даних, зважаючи на вікові особливості досліджуваних.

Із збереженням принципів підбору досліджуваних було сформовано три підгрупи непрацюючих пенсіонерів за віком (всього 204 особи) (табл. 2.1): тих, що живуть у геріатричному пансіонаті (52 особи), тих, що зосереджені на побутово-сімейній сфері (102 особи), та пенсіонерів, спосіб життя яких вирізняється соціальною та громадською активністю, вони є слухачами Університету Третього Вік або учасниками центрів спілкування для літніх людей тощо (50 осіб). У геріатричному пансіонаті 4 осіб (7,7%) активно проводять вільний час (займаються домашніми справами, гуляють по місту тощо), для 30-ти (57,7%) характерний пасивний спосіб проведення часу (перегляд телебачення, читання книг, рукоділля тощо), ще 18 досліджуваних (34,1%) комбінують ці види діяльності на дозвіллі. У досліджуваних із інших двох груп види діяльності суттєво активніші та різноманітніші: 18 осіб (36%) із центрів спілкування та УТВ та 23 особи (22,5%) із тих, хто мешкає у власному домі, вказали, що їхні буденні справи зазвичай активні, 24 (48%) та 46 (45,1%) людей із відповідних двох груп по-різному, як активно, так і пасивно проводять час, решта 8 (16%) та 33 (32,4%) особи пасивні.

Користуючись класифікацією дозвіллевих уподобань О. О. Захарко [52], проаналізовано зміст активності пенсіонерів за мотиваційно-самодетермінаційними критеріями. У мешканців геріатричного пансіонату

Таблиця 2.1

Характеристика основної досліджуваної групи пенсіонерів за віком

Дескриптор		Мешканці геріатр. пансіонату N=52		Соціально активні пенсіонери N=50		Пенсіонери, активні у побут.-сім. сфері N=102		Загалом N=204	
		% від N=204	N	% від N=204	N	% від N=204	N	%	N
Стать	Чоловіки	9,3	19	6,9	14	15,2	31	31,4	64
	Жінки	16,2	33	17,6	36	34,8	71	68,6	140
Вік	61-70 років	15,2	31	15,7	32	28,4	58	59,3	121
	71-80 років	8,3	17	8,8	18	17,6	36	34,8	71
	Понад 81 рік	2	4	0	0	3,9	8	5,9	12
Освіта	Вища	4,4	9	12,7	26	22,1	45	39,2	80
	Неповна вища	0	0	1	2	1,5	3	2,5	5
	Середня спеціальна	13,7	28	8,3	17	15,2	31	37,3	76
	Середня	6,9	14	2,5	5	8,3	17	17,6	36
	Неповна середня	0,5	1	0	0	3	6	3,4	7
Професія	Знакова система	1,8	3	3,4	7	5,9	12	10,8	22
	Природа	3,9	8	3	6	2,5	5	9,3	19
	Людина	8,3	17	8,3	17	25,5	52	42,2	86
	Машина	7,8	16	7,4	15	11,3	23	26,4	54
	Художній образ	1	2	0,5	1	2,5	5	3,9	8
	Не визначено	3	6	2	4	2,5	5	7,4	15
Сімейний стан	Неодружені	7,4	15	2	4	0,5	1	9,8	20
	Одружені	3	6	8,8	18	11,3	50	36,3	74
	Вдівці / вдови	13,7	28	11,3	23	23	47	48	98
	Розлучені	1,5	3	2,5	5	2	4	5,9	12
Частота взаємодії з рідними	Декілька разів на тиждень	3,2**	5	7**	11*	13,4**	21*	23,6**	37
	Щотижня	5,7**	9	2,5**	4*	7,6**	12*	15,9**	25
	Декілька разів на місяць	5,7**	9	8,3**	13*	11,5**	18*	25,5**	40
	Щомісяця	7,6**	12	6,4**	10*	3,8**	6*	13,7**	28
	Лише на великі свята	5,7**	9	1,3**	2*	3,2**	5*	10,2**	16
	Ніколи	5,1**	8	1,3**	2*	0,6**	1*	7**	11
Розмір пенсії, в місяць	До 1000 грн.	20,1	41	5,9	12	6,9	14	32,8	67
	1000-1500 грн.	4,9	10	15,7	32	30,1	62	51	104
	1500-2000 грн.	0,5	1	2,5	5	10,3	21	13,2	27
	Понад 2000 грн.	0	0	0,5	1	2	4	2,5	5
Матеріал. допомога від рідних	Є	9,8	20	12,7	26	27,5	56	50	102
	Немає	15,7	32	11,8	24	22,5	46	50	102

Примітка. * N=42, N=63 та N=157 для соціально активних, пенсіонерів з контрольної групи та загальної досліджуваної групи відповідно.

** % при N=157.

просоціальна активність (як громадська діяльність, додаткове навчання тощо) зустрічається в описах вільного часу 18 разів (прибирають, допомагають рідним, куховарять тощо) (у 17,3% випадків), індивідуалістська активність (творчість, розвиток своїх здібностей тощо) – у 8 випадках (7,7%), пізнавальна активність (читання, вивчення та написання віршів тощо) зазначено у 13 випадках (12,5%), найбільше – 45 разів (43,4%) – зустрічається опис видів амотивованої активності (перегляд телебачення (без вибору конкретних програм, фільмів тощо), сидіння в холі, відвідування концертів у клубі тощо).

У групах пенсіонерів, що не потрапили в обставини соціальної депривації, більш вираженою є просоціальна активність: із усіх описів вільного часу у групі «соціально активних» осіб вона займає 38,3% (51 випадок), у групі тих, хто зосереджений на сімейних стосунках – 34,2% (93 випадки). Інші три види активності приблизно у рівній мірі представлені у першій із цих підгруп (індивідуалістська – 18 %, згадувалася 24 рази, пізнавальна та амотивована – по 21,8%, по 29 разів), тоді як у другій групі домінують амотивовані способи проведення часу – вони займають 33,5% від загальної кількості запропонованих досліджуваними видів активності (91 раз). Пізнавальна активність в описах цієї групи пенсіонерів представлена 51 раз (18,8%), індивідуалістська – 37 разів (13,6%). Великий відсоток так званих «амотивованих» видів активності у пізній дорослості закономірний, адже у цей період життя дуже важливим є аналіз минулого досвіду, увага до власного внутрішнього світу, тому необхідним є спокійне проведення часу, що зовні виглядає як пасивність, але насправді ведеться серйозна внутрішня робота.

Розподіл досліджуваних за статтю та за віком приблизно відповідає загальній статистиці кількості пенсіонерів у країні: чоловіки складають близько третини населення у віці після 60 років (станом на 2012 рік на 1828 жінок у віці понад 60 років припадало 1000 чоловіків, серед міського населення – 1793/1000 [110, с. 38-41], для Львівської області цей показник – 1757/1000, для міського населення – 1673/1000 [120, с. 25]), кількість осіб віком понад 81 рік суттєво менша, ніж молодших пенсіонерів за віком (по Львівській області станом на 2011

рік проживало 218 тис. осіб віком 60-69 років (0,09% від загальної кількості населення), майже 185 тис. осіб віком 70-79 років (0,07%) та лише 75,5 тис. осіб віком 80-89 років (0,03%) [120, с. 23-25]. Це свідчить про достатню репрезентативність досліджуваної групи.

У досліджуваній групі велика кількість осіб із вищою та середньою спеціальною освітою. Інтерес соціально активних людей до продовження освіти та самопізнання неможливо обґрунтувати лише високим рівнем здобутої раніше освіти (хоча серед них понад 50% її мають), адже майже така ж частка (44,1%) у групі досліджуваних, зосереджених на побутово-сімейній сфері, також високо освічені. Серед мешканців геріатричного пансіонату більшість здобули середню чи середню спеціальну освіти, з чим може бути пов'язане складне матеріальне становище на пенсії та нестача коштів для самостійного проживання, що часто називається причиною потрапляння у дім для літніх людей.

Аналіз професійної діяльності досліджуваних здійснювався на основі класифікації професій Е. А. Клімова. Серед соціально активних пенсіонерів та мешканців геріатричного пансіонату домінуючими видами професій були ті, що стосуються роботи з людьми та технікою, у третій групі основний вид професійної діяльності досліджуваних (понад 50%) був зосереджений у сфері «людина-людина».

Майже половина досліджуваних із загальної групи овдовіли, найбільша частка таких людей мешкають у геріатричному пансіонаті, втративши важливе джерело підтримки, зокрема і матеріальної, в особі шлюбного партнера. Найбільше одружених пенсіонерів у групі тих, чия активність зосереджена у сферах побуту та сім'ї, серед соціально активних досліджуваних привертає увагу порівняно велика частота розлучень, серед мешканців геріатричного пансіонату більше чверті осіб ніколи не були у шлюбі.

Досліджувані, що мешкають у геріатричному пансіонаті, порівняно рідше бачаться з рідними, що є однією із характеристик їхніх умов життя як таких, що створюють соціально-психологічну депривацію. Серед осіб, чия активність зосереджена на домашній роботі, лише одна людина повідомила, що не

зустрічається з рідними, понад 20% осіб бачаться з рідними декілька разів на тиждень. Серед останніх велика частина (42 особи) мешкає в одному домі з кимось із близьких (імовірно, коло їхніх близьких у їхньому сприйманні не вичерпується тими, з ким вони мешкають), хоча частина з них просто пропустили питання «Якщо Ви проживаєте окремо від рідних, як часто Ви зустрічаєтеся з ними?» через спільне проживання (N=39; 38,3%).

Матеріальне становище досліджуваних визначене на основі питання про розмір пенсії (у місяць) та наявності чи відсутності фінансової підтримки з боку рідних. Найменш забезпеченими є мешканці геріатричного пансіонату, найбільш – пенсіонери, чия активність зосереджена у побутово-сімейній сфері, як за рахунок вищої пенсії (що у значній мірі може бути пов'язане із вищим рівнем освіти та кращою роботою у трудовий період соціалізації), так і за рахунок більшої підтримки з боку близьких. Щодо останньої, загальна група поділена порівну за цим показником – однакова кількість пенсіонерів мають матеріальну підтримку близьких та живуть лише на власний кошт.

Досліджуваним повідомлялося, що дослідження присвячене вивченню того, як вони ставляться до себе та свого життя. Дослідження ґрунтувалося на принципах конфіденційності та добровільності, із гарантуванням анонімності результатів. Опитування проводилося в індивідуальній формі, в силу об'єктивних обставин, зокрема, фізичної неспроможності деяких досліджуваних (поганий зір, післяінсультні стани та зумовлена ними обмежена можливість до письма та ін.), деякі бланки методик дослідником заповнювалися під час бесіди із досліджуваним. На основі додаткової бесіди з досліджуваними (у геріатричному пансіонаті також із медперсоналом та психологом) було вилучено із дослідження також результати тих осіб, чиї когнітивні функції порушені (часткова чи повна дезорієнтація у часі, просторі, власній особі, порушення критичності в оцінках дійсності тощо).

III етап – аналізу результатів та формування висновків і рекомендацій – передбачав математико-статистичне опрацювання (із використанням комп'ютерного пакету Statistica 8.0), аналіз, інтерпретацію та узагальнення

результатів емпіричного дослідження: визначення провідних чинників різних аспектів суб'єктивної оцінки пенсіонерами якості життя; виявлення структури соціально-психологічних та соціально-демографічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із різним способом життя.

Аналіз та інтерпретація результатів включали чотири блоки.

По-перше, на основі досліджень показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів порівняно із молодшими когортами [179; 218; 220; 231; 301; 309; 348 та ін.] здійснювався аналіз рівнів афективного балансу та задоволеності життям у загальній групі досліджуваних та залежно від демографічних показників: статі, сімейного стану, рівня освіти, розміру пенсії (таким чином здійснювався контроль впливу цих об'єктивних чинників на суб'єктивне благополуччя). На основі визначення зв'язків між різними компонентами феномену продемонстровано цілісність оцінок пенсіонерами якості життя.

По-друге, із використанням методів математичної статистики (кореляційного, порівняльного, регресійного та дискримінантного аналізу) проводився відбір тих дескрипторів, які найтісніше пов'язані із виділеними компонентами суб'єктивного благополуччя та вказують на значення тих чи інших соціально-психологічних та демографічних чинників у його забезпеченні.

По-третє, здійснювався аналіз факторних моделей цих чинників серед досліджуваних пенсіонерів із загальної досліджуваної групи та в умовах контролю показників статі та способу життя. На основі отриманих результатів описано структури соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя осіб, що вийшли на пенсію за віком, пенсіонерів-чоловіків та пенсіонерок-жінок, мешканців геріатричного пансіонату, осіб, що займають активну життєву позицію, та пенсіонерів, чий спосіб життя орієнтований на активність у побутово-сімейній сфері.

По-четверте, запропоновані структури лягли в основу розробки рекомендацій для психологів, соціальних працівників, фахівців у сфері неперервної освіти до організації психологічної роботи із пенсіонерами з метою підтримання їхнього суб'єктивного благополуччя.

2.2. Формування психодіагностичного інструментарію дослідження компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Для емпіричної перевірки запропонованої моделі чинників суб'єктивного благополуччя як когнітивно-емоційної оцінки якості життя в групі осіб, що за настанням віку припинили трудову діяльність, розроблена схема емпіричного дослідження, яка включає три групи показників (табл. 2.2): власне суб'єктивне благополуччя як комплексне явище, його соціально-психологічні та демографічні чинники.

Схема емпіричного дослідження суб'єктивного благополуччя передбачала вивчення його як двокомпонентного явища – сукупності суджень про якість життя (когнітивний компонент) та емоційних оцінок життя (афективний компонент), кожен із яких розглядався у контексті двох складових. Когнітивне благополуччя вивчалось із позицій загальної оцінки та оцінки якості різних життєвих сфер. Афективне благополуччя досліджувалося на основі аналізу співвідношення частоти та інтенсивності позитивних і негативних переживань та емоційно-вольових позицій у ставленні до життя.

Задоволеність життям як когнітивний аспект суб'єктивного благополуччя визначає загальні судження людини про власне життя [312]. Його діагностика здійснювалася на основі шкали задоволеності життям Е. Дінера [6; 212] (Додаток А.1). Показник α -Кронбаха для загальної шкали задоволеності життям у досліджуваній групі – 0,82, що вказує на її внутрішню надійність та можливість використання у роботі із пенсіонерами.

Для оцінки **задоволеності різними сферами життя** використано методику оцінки якості життя К. Буркхардт (Додаток А.2) [316]. Окрім аналізу окремих показників методики, методом багатofакторного аналізу здійснене їх узагальнення для окреслення основних сфер життя пенсіонерів, задоволеність якими пов'язана із загальним судженням про якість життя (табл. 2.3). Виокремлені фактори разом описують 56% сукупної дисперсії (Додаток А.2).

Таблиця 2.2

Схема емпіричного дослідження компонентів моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Явище	Досліджуваний аспект	Дескриптор	Методики
Суб'єктивне благополуччя	<i>Когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя</i>	- загальна задоволеність життям - задоволеність сферами життя	Шкала Е. Дінера Шкала К. Буркхардт
	<i>Афективний компонент суб'єктивного благополуччя</i>	- афективний баланс - ставлення до життя	Шкала Н. Бредберна Модифікований семантичний диференціал
Соціально-психологічні чинники	<i>Соціальна селективність</i>	- спосіб життя	Анкета
	<i>Соціальна залученість</i>	- сімейний стан - спільність проживання - частота зустрічей з близькими - матеріальна допомога від близьких	Анкета
	<i>Здатність до встановлення глибоких емоційних стосунків</i>	- емоційний інтелект - рівень депресивності - оцінка стану психологічного здоров'я	Опитувальник Н.Холла Шкала В. Зунга SF-36
	<i>Здатність до адаптації до нового соціального статусу</i>	- життестійкість	Шкала С. Мадді
	<i>Ідентифікація зі стереотипами старості</i>	- суб'єктивний вік - оцінка стану фізичного та психологічного здоров'я	Анкета SF-36
Соціально-демографічні чинники		- вік - стать - розмір пенсії - рівень освіти	Анкета

Перший фактор «задоволеність автономією» складають оцінки якості матеріальної сторони життя пенсіонера, стану здоров'я та його самостійності. Можливість давати собі раду у повсякденних справах, не звертатися по допомогу до інших у пенсіонерів суб'єктивно пов'язана в першу чергу із матеріальною

спроможністю долати труднощі, а також із хорошим самопочуттям. Показник внутрішньої надійності фактора $\alpha=0,62$.

Таблиця 2.3

Факторні навантаження змінних, об'єднаних у фактори для опису задоволеності різними аспектами життя пенсіонерів

Показник	Факторне навантаження
Фактор 1 «задоволеність автономією»	
Матеріальні вигоди	0,701049
Здоров'я	0,599414
Самостійність	0,669748
Фактор 2 «задоволеність компетентністю»	
Освіта	0,745572
Робота	0,675285
Фактор 3 «задоволеність причетністю»	
Творчість	0,676996
Соціалізація	0,834922
Суспільна активність	0,631782
Фактор 4 «задоволеність стосунками з батьками»	
Батьки	0,808562

Фактор 2 розкриває зміст задоволеності компетентністю, перш за все професійною, на основі оцінки своєї роботи у минулому, що, поряд із акцентуванням дослідників на незначній її ролі, виокремлена як окремий фактор задоволеності пенсіонерів власним життям. α -Кронбаха для цього фактора $\alpha=0,69$.

«Задоволеність причетністю» – фактор 3, що включає оцінку людиною суспільної активності, соціалізації та творчого самовираження. Високі значення показників, що входять у фактор, описують інтерес до стосунків з іншими, знайомства із новими людьми, відчуття реалізації власних можливостей, тобто розуміння себе як частини власного життя, відчуття його наповненості та змістовності [291, с. 323]. Показник α -Кронбаха $\alpha=0,68$.

Фактор 4 представлений лише шкалою задоволеності стосунками з батьками. В особистих бесідах досліджувані чимало уваги приділяють розповідям про батьківську сім'ю, спогади відіграють важливу роль у житті людини та можуть позначатися на загальному рівні суб'єктивного благополуччя.

Перші три виділені фактори є показниками міри задоволеності тих потреб людини, що, за концепцією Р. Раяна та Е. Дісі, визначають її спрямованість до самодетермінації [323; 324]. Фактично, оцінки людиною задоволеності тими життєвими сферами, що входять у структури зазначених факторів, визначають міру задоволеності потреб, від яких залежить особистісне зростання, інтегрованість, благополуччя людини. Якщо ці три параметри мають вектор у майбутнє, то оцінка стосунків з батьками стосується минулого пенсіонера. Тобто на основі оцінок різних сфер життя людини можна простежити цілісність суб'єктивного благополуччя пенсіонерів.

Високі кореляції перших трьох латентних факторів із шкалами задоволеності життям Е. Дінера та афективного балансу Н. Бредберна свідчать про їхню високу конструктну валідність. Отже, ключовими для задоволеності пенсіонерами власного життя можемо вважати переживання власної незалежності при вирішенні життєвих завдань, відчуття правильності вибору професії та «орієнтацію на інших» [326]. Водночас, фактор «задоволеність стосунками з батьками» має значно менш суттєві зв'язки з цими шкалами та дещо більше пов'язаний із когнітивним, а не афективним компонентом суб'єктивного благополуччя. Якість взаємодії у батьківській сім'ї тісно корелює із стосунками у власній сім'ї [58; 139], тому, імовірно, цей фактор має опосередкований вплив на суб'єктивне благополуччя, а пряме питання про задоволеність стосунками, яких уже немає, актуалізує їхній когнітивний зміст.

Афективний баланс як показник емоційного благополуччя людини визначається співвідношенням між частотою та інтенсивністю переживання позитивних та негативних емоцій. Для вивчення його було використано опитувальник афективного балансу Н. Бредберна [118; 176] (Додаток А.3). Згідно із дослідженнями С. Чарльз [184], опитувальник придатний для досліджень осіб літнього віку. Показники внутрішньої надійності α -Кронбаха для досліджуваної групи: за шкалою позитивних емоцій – 0,72, негативних – 0,61.

Ставлення до життя як сукупність життєвих позицій людини при сприйманні, осмисленні та освоєнні дійсності, які визначаються набором

емоційних, когнітивних та поведінкових характеристик, які приписуються власному життю, їх смислового та конотативного наповненню [28; 70; 311; 319; 356], досліджувалася із використанням авторської методики (Додаток А.4), розробленої на основі техніки семантичного диференціалу Ч. Осгуда. Досліджуваним пропонувалося у кожній із 18 пар прикметників-антонімів обрати той, що найточніше описує їхнє ставлення до власного життя, та визначити, наскільки яскраво ця риса проявляється, за 7-бальною шкалою. За допомогою процедури багатofакторного аналізу і подальшої перевірки якості його проведення виділено компоненти ставлення людини до власного життя.

Три виділені фактори описують 52,4% сукупної дисперсії, а їхні власні значення більші за 1, тобто згідно із критерієм Кайзера вони можуть вважатися достатньо значущими (Додаток А.4). Для з'ясування розподілу показників по факторах було використано метод обертання осей Varimax normalized (максимізація дисперсій квадратів вихідних факторних навантажень), що дало змогу отримати інтерпретативні групи показників. Отримані фактори відображають аналогічні до виділених Ч. Осгудом характеристик самооцінки особистості чи оцінки іншої людини, пов'язані із емоційною привабливістю, вольовою регуляцією та оцінкою активності, тому їхні назви такі ж, як у класичному варіанті семантичного диференціалу (табл. 2.4).

До фактора 1 «оцінка» потрапили шкали «радісне-сумне», «хороше-погане», «світле-темне», «приємне-неприємне», «добре-погане», «улюблене-ненависне» (усі – із прямими значеннями), фактор відображає домінуючий емоційний фон – позитивний чи негативний – при оцінюванні життя.

Фактор 2 «сила» об'єднує пари характеристик «розслаблене-напружене», «поблажливе-жорстке» та «прямолінійне-заплутане», що стосується осмислення життєвих труднощів як таких, що можуть чи не можуть бути подоланими власними силами, впевненості, незалежності у їх вирішенні. Е. І. Головаха та Н. В. Паніна виділяють компонент ставлення до життя, пов'язаний із тим, наскільки об'єктивно людина може поставити перед собою життєві цілі та наскільки вони відповідають її можливостям [28]. Надміру спрощена оцінка

життєвих труднощів та переоцінка власних можливостей може привести до стресу «зруйнованої надії» [117, с. 43], що часто провокує виникнення захворювань, складність яких у пенсіонерів ще вища на фоні вікових інволюційних змін.

Таблиця 2.4

Розподіл показників опитувальника та їх факторні навантаження

Показник	Факторне навантаження
Фактор 1 «оцінка»	
Радісне – сумне	0,7406
Хороше – погане	0,7721
Світле – темне	0,7200
Приємне – неприємне	0,6708
Добре – зле	0,7244
Улюблене – ненависне	0,7192
Фактор 2 «сила»	
Розслаблене – напружене	0,6508
Поблажливе – жорстоке	0,6989
Прямолінійне – запутане	0,7764
Фактор 3 «активність»	
Активне – пасивне	0,6083
Незалежне – залежне	0,6165
Енергійне – мляве	0,7535

Фактор 3 «активність» складають шкали «активне-пасивне», «незалежне-залежне» та «енергійне-мляве». Він описує те, наскільки активним творцем власного існування людина себе відчуває. Переживання можливості змінювати власне життя, управляти ним для пенсіонерів є важливим чинником довголіття та хорошого здоров'я [283], тому цей чинник трактується як складова дескриптора суб'єктивного благополуччя.

Виділені фактори мають високі показники внутрішньої надійності ($\alpha=0,85$ для фактора «оцінка», $\alpha=0,66$ для фактора «сила», $\alpha=0,62$ для фактора «активність»). Оцінка конструктивної валідності латентних факторів опитувальника на основі аналізу їхніх зв'язків із шкалами задоволеності життям Е. Дінера, афективного балансу Н. Бредберна, депресивності В. Зунга та суб'єктивної оцінки стану здоров'я SF-36 Дж. Веера (Додаток А.4) також вказує на високі її значення.

Емпірична обґрунтованість запропонованої факторної моделі ставлення пенсіонерів до життя доведена результатами конфірматорного факторного аналізу в рамках методу структурного моделювання (Додаток А.4). На якість факторної моделі вказують статистично значущі кореляції кожного із компонентів виділених факторів усередині фактора (при $p > 0,05$), відношення статистики χ^2 до кількості ступенів вільності $\chi^2/df=3,1$, статистика $RMSEA=0,05$, індекси $GFI=0,930$, $AGFI=0,8$, що є задовільними показниками для якісної факторної моделі.

2.3. Методичні засади дослідження соціально-психологічних та демографічних чинників суб'єктивного благополуччя

Ґрунтуючись на теоретичній моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, побудовано емпіричне дослідження для встановлення їхньої ролі у детермінації когнітивних та емоційних оцінок якості життя людини після виходу на пенсію за віком. Вибір дескрипторів для визначення соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів здійснювався із урахуванням фактичних можливостей досліджуваних до заповнення запропонованих бланків опитувальників, їх невеликого обсягу та доступності формулювань та інструкцій. Ґрунтуючись на сучасних дослідженнях про чинники суб'єктивного благополуччя та особливості функціонування людини у пізній дорослості виокремлено п'ять груп дескрипторів, що описують основні соціально-психологічні чинники досліджуваного феномену у пенсіонерів: міра соціальної залученості [40], соціальна селективність [180; 181], здатність до встановлення глибоких емоційних стосунків [69], здатність до адаптації до нового соціального статусу [89], ідентифікація зі стереотипами старості [75; 88] (табл. 2.2).

Міра соціальної залученості пенсіонера як характеристика включеності людини у соціальну мережу, де вона має можливість задовольняти потреби у комунікації, вивчалася на основі аналізу відповідей на питання анкети про сімейне оточення людини та стосунки у ньому. Оскільки у літньому віці

основним середовищем спілкування людини стають рідні та близькі [107], стосунки з колегами по роботі поступово втрачають значення, більше часу починає приділятися взаємодії у сім'ї, оцінюємо соціальну залученість на основі характеристик цієї взаємодії зі слів досліджуваних. Дескрипторами цього соціально-психологічного чинника суб'єктивного благополуччя виступають *сімейний стан* пенсіонерів, *спільність проживання* з кимось з рідних (чоловіком / дружиною, дітьми тощо) чи факт самостійного проживання, *частота зустрічей з близькими* (оцінена за градацією від спільного проживання, а, отже, можливості щоденно взаємодіяти, до відсутності змоги спілкуватися з близькими), наявність чи відсутність *матеріальної допомоги від близьких* (як показник готовності близького оточення підтримувати пенсіонера в умовах зниження прибутків після припинення трудової діяльності) (Додаток А.9).

Соціальна селективність як чинник суб'єктивного благополуччя пов'язана із тенденцією літніх людей звужувати коло спілкування до рідних та близьких з метою отримання миттєвих вигод від спілкування з ними – через отримання позитивних переживань у процесі взаємодії [180; 277]. Відсутність необхідності пристосування до індивідуальних особливостей широкого кола людей дає змогу у меншій мірі витратити особистий енергетичний потенціал, що в силу інволюційних змін в організмі редукується, спілкування у звичному оточенні відбувається за встановленими у ньому правилами комунікації, про які людина знає. В таких умовах можливим є більш ефективне налагодження взаємодії, оцінювання життя як наповненого позитивними контактами, а, враховуючи провідне значення «орієнтації на інших» у пенсіонерів [326] – більш позитивних оцінок свого існування в цілому.

Отже, з виходом людини на пенсію через ряд соціальних та вікових особистих змін виникає необхідність зміни способу життя для покращення самопочуття та задоволення основних потреб. Відтак, дескриптором соціальної селективності як чинника суб'єктивного благополуччя у роботі виступає *спосіб життя* як сукупність стійких способів та форм організації соціокультурного життя [152], сукупність типових видів життєдіяльності людини, що береться у

єдності з умовами життя [143], характерних для історично конкретної системи соціальних стосунків. Фіксуючи особливості спілкування, поведінки та складу мислення людей у сферах праці, побуту, дозвілля, суспільно-політичній та культурній діяльності, поняття «спосіб життя» дає типологічну характеристику того, як переломлюються і втілюються реальні умови життєдіяльності (природні, економічні, соціально-політичні, культурні тощо) у повсякденному житті окремих індивідів та соціальних спільнот [98]. Спосіб життя відображає зміст соціальної взаємодії людини у різних сферах життєдіяльності, певні моделі поведінки, що визначаються набором цінностей і норм [152], що є близьким до розуміння стилю життя як певного стандарту, під який підлаштовується особистість [141]. Трикомпонентна модель способу життя включає стиль, рівень та якість життя [73; 117], де перший вважається соціально-психологічною складовою [19], другий – економічною (як міра задоволеності матеріальних, культурних та духовних потреб), третій – соціологічною (як міра комфорту у задоволеності людських потреб), кожна з яких набуває специфічних рис у пенсіонерів.

Інформація про спосіб життя досліджуваних була отримана із анкети, на основі аналізу відкритого питання про основні види діяльності, притаманні пенсіонерам, а також про їхнє постійне місце проживання – у геріатричному пансіонаті чи у власному домі та факт проживання наодинці або з кимось (Додаток А.9). За способом життя на основі аналізу основних форм активності, способів проведення часу пенсіонерами, обумовлених місцем проживання та мірою соціальної залученості, їх було об'єднано у три підгрупи. Мешканці геріатричного пансіонату найчастіше ведуть пасивний спосіб життя, їхнє життя обмежується умовами закладу і спілкуванням із персоналом та співмешканцями. «Соціально активні» пенсіонери мають вищий, порівняно з іншими, відсоток просоціальної активності, до цієї групи увійшли люди, що відвідують навчальні курси в Університеті Третього Віку, центри спілкування для літніх людей, беруть участь у громадських активностях на благодійних засадах тощо. До ще однієї групи увійшли пенсіонери, основні способи проведення часу яких зосереджені навколо спілкування з рідними та занять, пов'язаних із домашньою побутовою

роботою. Порівняно з першими, їхня життєдіяльність значно активніша та проходить в оточенні близьких, утім, ця активність не орієнтована на взаємодію із широкими колами людей та пізнання нового. Представники підгруп відрізняються між собою за характером взаємодії із соціумом: у мешканців геріатричного пансіонату вона обмежена, у відвідувачів центрів для старших людей – розширена, у третій досліджуваній групі – зосереджена на колі близьких.

Оскільки у літературі підкреслюється виняткове значення міцної соціальної підтримки, **здатності встановлювати тісні глибокі стосунки** у пізній дорослості [69; 326, с.198-199], важливими дескрипторами соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів вважаємо характеристики емоційної сфери людини, як ті, що безпосередньо визначають можливість побудови ефективної комунікації через розуміння переживань інших людей, так і ті, котрі пов'язані із особистою емоційною гармонійністю. Із використанням методики Н. Холла (Додаток А.5) [57, с. 633-634] у роботі визначено рівень *емоційного інтелекту* пенсіонерів, який розглядається як риса особистості, що забезпечує здатність відчувати емоції інших та диференціювати і контролювати власні переживання, та є важливою умовою забезпечення «орієнтації на інших». Зокрема, увагу приділено таким його аспектам як емоційна обізнаність, управління своїми емоціями, самомотивація, емпатія та розпізнавання емоцій інших. Показники α -Кронбаха для описаних шкал: «емоційна обізнаність» $\alpha=0,70$, «управління своїми емоціями» $\alpha=0,71$, «самотивація» $\alpha=0,76$, «емпатія» $\alpha=0,80$, «розпізнавання емоцій інших» $\alpha=0,76$, загальна шкала емоційного інтелекту $\alpha=0,92$.

Через існування суперечностей щодо психічного функціонування на пізніх етапах зрілості, зокрема, численні наукові розвідки депресивності літніх людей [97; 146; 178; 277; 316], а також підкреслення важливості відсутності депресивних симптомів як обов'язкового, хоч і не достатнього показника емоційного аспекту суб'єктивного благополуччя [6; 176; 221; 263; 365], здійснено скрінінг-діагностику рівня *депресивності* за шкалою В. Зунга (Додаток А.6) в адаптації Т. І. Балашової [105, с. 82-83; 315], що розглядається як дескриптор здатності

встановлення емоційно глибоких конструктивних стосунків з людьми. Згідно із А. Беком з колегами [265], симптоматика депресії пов'язана із негативним баченням себе, свого майбутнього та свого оточення, стосунки з іншими трактуються у негативному сенсі, до них немає інтересу. Питання №19 опитувальника «Я відчуваю, що іншим людям стане краще, коли я помру» було вилучене з метою дотримання етичних принципів дослідження. Попри це, показник α -Кронбаха у загальній шкалі є достатньо високим, щоб стверджувати про внутрішню надійність використаного опитувальника для вивчення особливостей цієї групи ($\alpha=0,75$).

За методикою Short Survey - 36 (SF-36) Дж. Веера (Додаток А.7) [76; 364], визначаючи *суб'єктивні оцінки стану власного психологічного здоров'я*, пенсіонери вказують на особливості власного емоційного стану загалом та у стосунку з іншими. Методика визначає такі показники психологічного здоров'я: життєздатність (життєва активність) – відчуття себе повним сил та енергії чи, навпаки, обезсиленим; соціальне функціонування – міра, у якій фізичний чи емоційний стан обмежує соціальну активність (спілкування); рольове функціонування, обумовлене емоційним станом – міра, у якій емоційне стан заважає виконанню роботи чи іншої повсякденної діяльності (у тому числі великі затрати часу, зменшення об'єму роботи, зниження її якості тощо); психічне (емоційне) здоров'я, що характеризується відсутністю депресивного настрою, тривоги, загальним показником позитивних емоцій.

Показники α -Кронбаха вказують на внутрішню узгодженість питань у шкалах: «життєздатність» – $\alpha=0,71$, «соціальне функціонування» – $\alpha=0,59$, «рольове функціонування, обумовлене емоційним станом» – $\alpha=0,76$, «психологічне здоров'я» – $\alpha=0,76$, для загальних шкал оцінки здоров'я – фізичне – $\alpha=0,78$, психічне – $\alpha=0,68$.

Життєстійкість як система уявлень про себе, світ та свої стосунки зі світом, що характеризує міру здатності особистості витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість і не знижуючи успішності діяльності, розглядається як ключова при опосередкуванні зв'язку стресових

факторів та душевного та соматичного здоров'я та успішності діяльності [86, с. 5], пов'язана із збереженням психологічного здоров'я у процесі самоздійснення особистості [83]. У роботі життєстійкість виступає дескриптором **здатності людини до адаптації до нового соціального статусу пенсіонера**, що є важливим чинником суб'єктивного благополуччя, адже визначає ставлення до актуального становища людини на фоні змін форм активності та змісту соціальної комунікації. Для діагностики життєстійкості використано методику С. Мадді (Додаток А.8) (в адаптації Д. А. Леонтьєва та Е. І. Рассказової) [86]. Вивчалися особливості взаємозв'язків суб'єктивних оцінок якості життям людини із такими аспектами життєстійкості як залученість – «переконаність, що участь у життєвих подіях дає максимальний шанс знайти щось вартісне і цікаве для особистості» [291, с. 323], задоволеність від своєї діяльності; контроль – переконаність у власній спроможності вплинути на події життя, відсутність відчуття безпорадності, самостійність у виборі свого шляху; прийняття ризику – переконаність, що життєві події – позитивного чи негативного змісту – сприяють її розвитку завдяки накопиченню знань та досвіду, а, отже, готовність діяти за відсутності гарантій отримання успішного результату. Показники α -Кронбаха для описаних шкал: «участь» $\alpha=0,91$, «контроль» $\alpha=0,88$, «прийняття ризику» $\alpha=0,75$, «життєстійкість» $\alpha=0,95$, що вказує на високі показники внутрішньої узгодженості питань у шкалах.

Ще одним соціально-психологічним чинником суб'єктивного благополуччя у теоретичній моделі визначено **ідентифікацію пенсіонера із стереотипами старості**. Як зазначалося у розділі 1, вікові періодизації пізньої зрілості у значній мірі визначаються суспільними уявленнями про старість, адже єдиних закономірностей інволюції організму не існує, вони мають суттєві індивідуальні відмінності, єдиної структурованої організації життя після 55-ти чи 60-ти, як і у будь-якому іншому віці, віднайти неможливо [73; 137]. Попри це, зміна звичних у минулому людини форм активності [252], поряд із досягненням нею певного віку, з яким у суспільстві людина отримує право на завершення трудової діяльності та отримання соціальних виплат, часто призводить до сприймання її іншими як

літньої. Безумовно, соціальні стереотипи зумовлюють динаміку самооцінки, поступово людина починає сама переживати себе як стару. Згідно із результатами дослідження Я. Стефана з колегами, задоволеність життям у пізній дорослості пов'язана із сприйняттям людиною себе молодшою за свій паспортний вік [361]. Оцінка ідентифікації зі стереотипами старості у пенсіонерів здійснювалася на основі аналізу блоку запитань анкети про суб'єктивний вік людини – те, на який вік вона почувається загалом, на який вік оцінює власну активність, зовнішність та сферу інтересів (Додаток А.9).

Для визначення особливостей соціальних уявлень про пенсіонерів, з якими вони можуть ідентифікуватися, та для кращого розуміння їхньої ролі у формуванні Я-образу пенсіонера (крізь призму поняття «суб'єктивний вік») отримані результати оцінок пенсіонерами задоволеності власним життям (за опитувальником Е. Дінера), афективного балансу (за методикою Н. Бредберна) та ставлення до життя (за модифікованою методикою семантичного диференціалу) порівнювалися із оцінками, які приписують пенсіонерам як соціальній групі представники молодшого покоління. Для цього було проведене додаткове дослідження, у якому взяли участь 205 осіб віком 17-56 років, поділені на 2 категорії: 116 досліджуваних (середній вік $20,5 \pm 2,9$ років) в анкетах (Додаток А.10) зазначили, що мають в близькому оточенні – серед рідних, що мешкають з ними в одному домі або з якими бачаться принаймні один раз на тиждень – когось із пенсіонерів; 89 осіб (середній вік $28,1 \pm 6,1$ років) не мають у близькому середовищі спілкування осіб, що досягли віку пізньої зрілості. Досліджуваним були запропоновані три вказані вище опитувальники і дане завдання оцінити, як, на їхню думку, на ці питання могла б відповісти особа-пенсіонер. Для першої групи завданням було оцінити суб'єктивне благополуччя когось із близьких з їхнього оточення, якщо таких людей було більше, ніж один – кожного із них на окремому бланку, для другої групи – уявити собі середньостатистичного пенсіонера та відповісти на питання опитувальників так, як, на їхню думку, відповів би він / вона. Додатково досліджуваним, котрі зазначили про існування у їхньому оточенні близької людини-пенсіонера, ставилося запитання про якість

їхніх стосунків із цією особою, яку слід було оцінити за шкалою від 1 до 10, де 1 – найгірша, 10 – найкраща суб'єктивна якість стосунків.

На основі отриманих результатів здійснено аналіз існуючих соціальних стереотипів щодо літніх людей, визначено вплив на них наявності реального контакту з пенсіонерами та якості стосунків із ними. Отримані результати дали змогу простежити відмінності суб'єктивних оцінок власного життя пенсіонерами та людьми, з якими вони взаємодіють, а також окреслити соціальну значущість проведеного дослідження та проілюструвати важливість реформування соціальної політики щодо питань покращення якості життя літніх людей.

Стереотипи старості пов'язують літній вік також із погіршенням стану здоров'я, загальним збільшенням значимості ролі біологічних аспектів життя [90]. Відтак, *суб'єктивні оцінки стану фізичного та психологічного здоров'я* пенсіонери також можуть у значній мірі наділяти змістом, детермінованим соціальними уявленнями. Для визначення цих суб'єктивних оцінок у роботі використано методику Short Survey - 36 (SF-36) Дж. Веера (Додаток А.7), показники якої трактуються як дескриптори ідентифікації із стереотипами старості та пов'язані із суб'єктивним благополуччям. Виокремлено два індикатори: суб'єктивне фізичне та психологічне здоров'я. Суб'єктивне фізичне здоров'я визначене за такими показниками: фізичне функціонування – міра, у якій фізичний стан обмежує виконання фізичних навантажень (самообслуговування, ходьба, підйом по сходах, перенесення тяжких речей тощо); рольове функціонування, обумовлене фізичним станом – вплив фізичного стану на повсякденну рольову діяльність (роботу, виконання повсякденних обов'язків); інтенсивність болю та його вплив на здатність займатися повсякденною діяльністю; загальний стан здоров'я – оцінка свого стану здоров'я у цей момент і його перспектив. Показники α -Кронбаха вказують на внутрішню узгодженість питань у шкалах: «фізичне функціонування» – $\alpha=0,88$, «рольове функціонування» – $\alpha=0,75$, «інтенсивність болю» – $\alpha=0,83$, «загальний стан здоров'я» – $\alpha=0,65$.

Із даних анкети було отримано інформацію також про **демографічні** характеристики досліджуваної групи: вік, стать, розмір пенсії та рівень освіти

пенсіонерів, які при аналізі даних використовувалися і для контролю ролі соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя, і як потенційні його чинники.

Для аналізу зв'язку дескрипторів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів та його соціально-психологічних чинників застосовано ряд **математико-статистичних методів**. Надійність та валідність дослідження забезпечувались використанням адаптованих методик та перевіркою внутрішньої надійності шкал опитувальників. Для опрацювання результатів дослідження використовувались методи програми Statistica версії 8.0.

Серед методів статистичної обробки результатів використано методи описової статистики для аналізу якісних параметрів одержаних результатів. Перевірка узгодженості розподілів досліджуваних ознак із нормальним дала змогу застосовувати індуктивні методи статистичної обробки результатів [9]. Зокрема, на основі кореляційного аналізу за критерієм Пірсона було встановлено зв'язки дескрипторів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів та його соціально-психологічних чинників. Окрім цього, на підставі даних порівняльного аналізу (параметричних критеріїв – однофакторного дисперсійного аналізу та критерію Ст'юдента [9]) встановлено відмінності числових показників суб'єктивних оцінок якості життя пенсіонерів різної статі, із різним сімейним станом, рівнем освіти, рівнем матеріального забезпечення, тобто із урахуванням соціально-демографічних показників. Проведення кластерного аналізу із використанням методів побудови ієрархічного дерева кластеризації та аналізу К-середніх [140] дало змогу виділити підгрупи досліджуваних залежно від рівня суб'єктивного благополуччя. Дискримінантний аналіз використано з метою визначення дескрипторів, що найтісніше пов'язані із таким поділом, а, отже, вказують на значення тих чи інших соціально-психологічних чинників у забезпеченні суб'єктивного благополуччя. Регресійний аналіз застосовано з метою визначення ступеня важливості цих чинників у детермінації окремих компонентів досліджуваного явища.

Багатофакторний експлораторний аналіз [55] дав змогу описати структури соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із загальної досліджуваної групи, залежно від статі та способу життя (значущість навантажень аналізованих змінних у факторних моделях перевірялася із використанням конфірматорного факторного аналізу [140, с. 44-46]). Цей математико-статистичний метод використовувався також при роботі із модифікацією семантичного диференціалу для оцінки ставлення людини до життя для виокремлення показників цього аспекту суб'єктивного благополуччя. Окрім цього, конфірматорний факторний аналіз застосовано для визначення якості розробленої методики та кореляційний аналіз за критерієм Пірсона – для визначення конструктивної валідності описаних показників. Показник α -Кронбаха використовувався для встановлення внутрішньої узгодженості питань у шкалах запропонованої методики та інших опитувальників у роботі.

2.4. Психологічний аналіз емпіричних показників компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Соціально-демографічна обумовленість компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів. Численні дослідження [174; 179; 218; 231; 299] вказують на покращення показників суб'єктивного благополуччя у людей після 60 років, порівняно із молодшими віковими когортами. Попри зміни в основних сферах життя людини після виходу на пенсію [87; 92; 97; 107; 151; 228 та ін.], описаний феномен «парадоксу старіння» як підвищення когнітивних суджень людини про власне життя, так і емоційних оцінок життя. Водночас, більшість суб'єктивних оцінок якості життя пенсіонерів потрапляють в область середніх значень, деяким тяжінням до вищого полюсу (Додаток Б). На таку тенденцію вказує чимало дослідників суб'єктивного благополуччя [176; 205; 215; 271], вона не пов'язана з віком людини, проявляється у різних досліджуваних групах та пояснюється здатністю пристосовуватися до обставин: навіть суттєві зміни в

житті з часом стають звичними умовами і не є ключовим фактором формування його оцінки.

Показники когнітивного компоненту суб'єктивного благополуччя – задоволеності життям (за шкалою Е. Дінера) $\bar{x}[5;35]=20,7$; задоволеності окремими сферами життя (за шкалою К. Буркхардт) $\bar{x}[1;7]_{\min}=3,57$ та $\bar{x}[1;7]_{\max}=5,27$. За опитувальником Е. Дінера $M_0=5$ для 4 із 5 питань, виняток становить лише твердження «Якби я міг прожити життя знову, я би не змінив у ньому практично нічого», із яким найчастіше досліджувані не погоджуються ($M_{00}=3$, $N=43$; $M_{01}=2$, $N=39$). Імовірно, аналізуючи життєвий досвід, досліджувані чимало уваги приділяють його негативному змісту, що може бути пов'язано з об'єктивно складними обставинами на попередніх вікових етапах (наприклад, життя у воєнні та повоєнні роки), або із відчуттям нереалізованості потенційних можливостей. Водночас, усвідомлюючи недосконалість існування, потенційні втрачені шанси, загалом на життя пенсіонери дивляться доволі позитивно.

Найбільше задоволення пенсіонерам приносить можливість допомагати іншим ($\bar{x}[1;7]=5,27$) та стосунки з батьками ($\bar{x}[1;7]=5,22$). У пізній дорослості важливим завданням є інтеграція. Крім того, одним із важливих аспектів функціонування старших людей є потреба ділитися знаннями та досвідом [50; 107; 127], адже це – свідчення її соціальної цінності, важливості. На цьому фоні привертає увагу порівняно менша задоволеність досліджуваних своєю участю в організаціях та суспільних справах ($\bar{x}[1;7]=4,66$), тобто значення набуває не стільки взаємодія із широкими колами людей, а власне зміст цієї взаємодії, можливість приносити користь іншим своєю діяльністю.

Досліджувані порівняно менш задоволені якістю власного здоров'я ($\bar{x}[1;7]=3,57$), матеріальним становищем ($\bar{x}[1;7]=4,43$) та активним відпочинком ($\bar{x}[1;7]=4,53$) – тими аспектами життя, які традиційно трактуються як такі, що з віком набувають негативної динаміки: погіршення самопочуття через інволюційні процеси в організмі, фінансового забезпечення через припинення трудової діяльності та необхідність жити на соціальні виплати, можливостей проводити час

так, як хотілося б, в умовах збільшення частки вільного часу через погане здоров'я чи нестачу коштів. Власне, оцінка якості функціонування у цих сферах може бути зумовлена як об'єктивними змінами, так і суспільними очікуваннями щодо їх появи.

Характеристикою показників афективного компоненту суб'єктивного благополуччя пенсіонерів є те, що частота переживання позитивних емоцій дещо вища, порівняно із негативним афектом. На думку А. Міхалоша [295], з віком зменшується кількість потреб та зростає результативність у досягненні попередніх прагнень, що є суттєвою підставою для збільшення частоти та інтенсивності позитивних переживань з віком. На думку Л. Карстенсен [180], літні люди вибудовують власне життя так, щоб максимально досягати позитивних переживань, тобто забезпечувати власне афективне благополуччя. Водночас, відмінності між показниками переживання позитивного та негативного афекту не є суттєвими, що може бути також пов'язано із обставинами життя: якщо досліджувані із заможних європейських держав справді чимало уваги приділяють позитивним емоціям, адже мають достатньо можливостей для реалізації потреб, то для українських пенсіонерів характерними є чимало труднощів у фінансовій, сфері охорони здоров'я, міжособистісної взаємодії та ін., що, безумовно, не дає змоги повністю зосередитися на отриманні задоволення від теперішнього, змушує думати про отримання необхідного у найближчому майбутньому.

Згідно із результатами опитування модифікованою методикою семантичного диференціалу, пенсіонери схильні приписувати власному життю характеристики хорошого, світлого, приємного, улюбленого ($\bar{x}[1;7] \geq 5$) (рис. 2.1, Додаток Б), що дає змогу стверджувати про загальне переживання сенсовності власного життя, а також, імовірно, дає ресурси для подолання труднощів, з якими вони можуть зіткнутися. Водночас, досліджувані часто характеризують життя як «складне», «напружене», «жорстоке», «заплутане», «залежне», «метушливе», що вказує на осмислення його як такого, де є чимало труднощів, подолання яких не завжди можливе силами самої людини. Поряд із соціально очікуваним зниженням

ефективності функціонування організму, оцінки життя пенсіонерів доволі високі

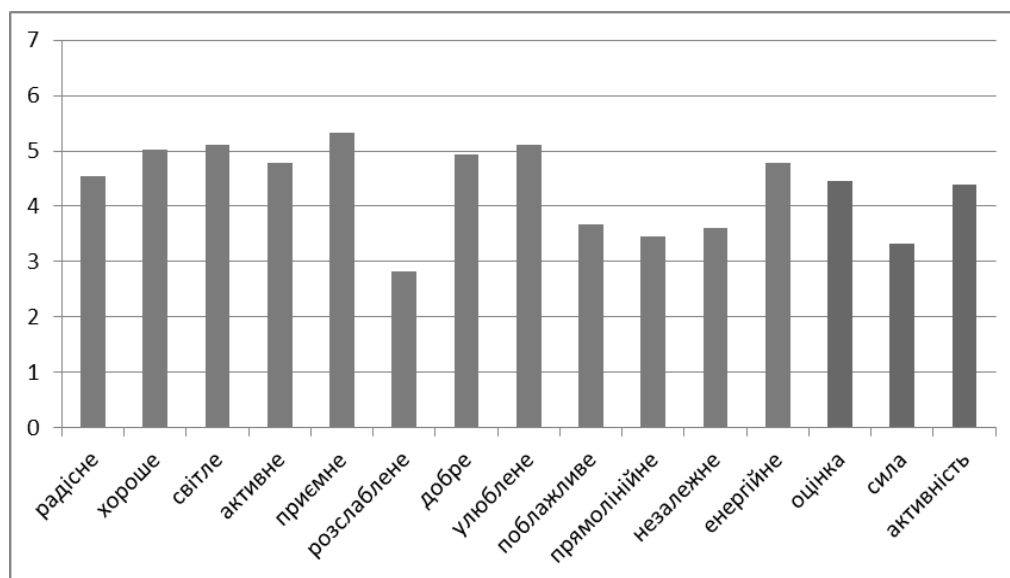


Рис. 2.1. Порівняння середніх показників ставлення пенсіонерів до власного ЖИТТЯ

за параметрами його активності. Фактично, літні люди вказують на доволі велику кількість складних обставин свого життя, що потребують ресурсів для їх подолання, сил для виходу із них (фактор «сила»), утім декларують також переживання власної здатності подолати їх, бути активними у процесі вирішення проблем (фактор «активність»), а також віру у наявність позитивного виходу, оптимістичну орієнтацію на життя (фактор «оцінка»), що дає змогу зробити висновок про переживання пенсіонерами наявності у них як емоційних, так і фізичних ресурсів для подолання невдач у житті. Попри існуючі стереотипні уявлення про літніх людей як позбавлених життєвих сил та дефіцитарних, вони декларують достатню ресурсність для вирішення своїх завдань. Відповідно до суб'єктно-вчинкового підходу [133], на будь-якому етапі життя людина завдяки своїй природі володіє потенціалом для самостійного творення життя, є цілісною та самодостатньою. Тому, навіть будучи обмеженими у використанні традиційно трактованих у соціумі ресурсів, що забезпечують молодим людям активне життя, пенсіонери усе ж обізнані щодо власних переваг. Згідно з теорією «потоків» [146; 199], провідним у забезпеченні суб'єктивного благополуччя є не уникнення

проблем, а активна позиція у процесі їх вирішення, прийняття на себе тих завдань, які стоять перед людиною та наявність мотивації до їх розв'язання.

На основі кореляційного аналізу даних було встановлено особливості переживання суб'єктивного благополуччя пенсіонерів залежно від соціально-демографічних особливостей. Практично не виявлено статистично значущих відмінностей когнітивних та афективних показників суб'єктивного благополуччя у досліджуваних залежно від віку (табл. 2.5), хоча дослідниками вказується, що на пізніх етапах старості показники суб'єктивного благополуччя дещо погіршуються [231, с. 21]. Аналіз статистично значущих кореляцій дає змогу констатувати, що паспортний вік людини визначає переживання спроможності самостійно давати собі раду в житті, без допомоги інших справлятися із життєвими завданнями. Серед пенсіонерів молодші більш задоволені автономією, що визначається, у першу чергу, високими оцінками самостійності ($r=-0,15$): об'єктивне погіршення стану здоров'я, збільшення потреби у допомозі з боку інших можуть призводити до відчуття безпорадності, залежності від інших. Окрім цього, на відміну від пенсіонерів старшого віку, молодші у більшій мірі вірять у здоланність життєвих труднощів, у

Таблиця 2.5

Зв'язки паспортного віку пенсіонерів із дескрипторами суб'єктивного благополуччя

Дескриптори суб'єктивного благополуччя		Паспортний вік
Когнітивний аспект	Задоволеність життям	-0,04
	Задоволеність автономією	-0,13*
	Задоволеність компетентністю	0,01
	Задоволеність причетністю	-0,05
	Задоволеність стосунками з батьками	0,06
Афективно-вольовий аспект	Позитивні емоції	0,05
	Негативні емоції	0,11
	Афективний баланс	-0,03
	Інтенсивність емоцій	0,10
	Оцінка	-0,11
	Сила	-0,13*
	Активність	-0,13*

Примітка. * – коефіцієнт кореляції Пірсона статистично значущий при $p<0,05$.

те, що їхні старання не будуть марними (фактор «сила») та у наявність достатньої кількості енергетичних ресурсів для життя, його активного провадження (фактор «активність»). У цілому, переживання суб'єктивного благополуччя мало детермінується біологічними, зокрема, віковими чинниками, важливим підґрунтям цього феномену є диспозиційний компонент особистості та реакція на актуальну життєву ситуацію. Попри це, на пізніх етапах старості соціальний супровід та підтримка інших людей часто є як біологічно обумовленою необхідністю, так і суб'єктивно бажаною обставиною для покращення показників суб'єктивного благополуччя, тоді як пенсіонерам, що лише вступили у новий соціальний статус, переживання суб'єктивного благополуччя у більшій мірі приносять впевненість у здатності самотійно проходити труднощі.

Не виявлено значних відмінностей у рівні суб'єктивного благополуччя серед літніх чоловіків та жінок у результаті проведеного порівняльного аналізу ($p > 0,05$) (Додаток Б), хоча жінки декларують дещо вищу задоволеність життям ($\bar{x}[5;35]=20,2$ у жінок та $\bar{x}[5;35]=19,7$ у чоловіків, $p > 0,05$), а чоловікам притаманні мінімально вищі показники афективного балансу ($\bar{x}[0;20]=11,8$ у жінок та $\bar{x}[0;20]=12$ у чоловіків, $p > 0,05$). Крім того, жінки вважають своє життя більш активним, порівняно із чоловіками ($\bar{x}[1;7]=5$ у жінок та $\bar{x}[1;7]=4,5$ у чоловіків, $p < 0,05$), натомість пенсіонери-чоловіки більш задоволені творчим самовираженням ($\bar{x}[1;7]=4,5$ у жінок та $\bar{x}[1;7]=4,9$ у чоловіків, $p < 0,05$) (Додаток Б). Імовірно, це пов'язано із соціальними очікуваннями, згідно з якими мужчина повинен бути активним у різних сферах, проявляти ініціативу, ставити цілі та досягати бажаного; в умовах зниження фізіологічних можливостей організму та змін у соціальній сфері реалізація цієї функції, порівняно із попередніми етапами життя, може об'єктивно погіршуватися, що зумовлює нижчі показники задоволеності цим аспектом життя, порівняно із жінками, очікування до яких щодо активності життя в цілому менші.

Вплив інших демографічних показників, зокрема, розміру пенсії та рівня освіти пенсіонерів, на емпіричні показники їхнього суб'єктивного благополуччя суттєво вищий, однак здійснюється по-різному на кожен із його компонентів. Із

рівнем освіти пов'язані перш за все когнітивні судження про якість життя, тоді як статистично значущих відмінностей між показниками афективного балансу у пенсіонерів, що здобули різну освіту, виявлено не було (Додаток Б). Найбільш задоволені життям особи із вищою освітою, порівняно з іншими досліджуваними, вони декларують, що їхнє життя доволі наближене до ідеалу. Високими є також показники когнітивного благополуччя у пенсіонерів, що здобули тільки неповну середню освіту, які вказують, що найбільше з усіх осіб отримували бажане від життя.

Максимальні показники когнітивного благополуччя у пенсіонерів із полярними рівнями здобутої освіти вказують на наявність медіаторних чинників, що визначає цей зв'язок. Ними, імовірно, можуть виступати рівень домагань у кар'єрній сфері та соціальні очікування, а також особливості системи цінностей. Особи, що навчалися в університеті чи інституті, отримали в суспільстві вищий соціальний статус, а, отже, повагу від оточуючих, та мали більше шансів реалізувати себе, обрати собі престижнішу та більш високо оплачувану роботу. Ті ж, хто закінчив лише обов'язкову шкільну програму, не ставили собі за мету досягнути значних успіхів у роботі та загалом стати успішними людьми згідно із власними досягненнями; аналогічно, очікування інших до них не були настільки високими. Не маючи стільки можливостей, скільки люди з вищою освітою, ці досліджувані у знано більшій мірі звикли цінувати навіть мінімальні успіхи, тому, з огляду на співвідношення ресурсів та досягнень їхнє життя також виглядає для них хорошим.

Це підтверджується порівнянням оцінок інтегральних шкал опитувальника К. Буркхардт: особи із вищою освітою суттєво більш задоволені автономією та (професійною) компетентністю, порівняно з іншими досліджуваними, тобто вказують на задоволеність тих потреб, що створюють суттєве підґрунтя для самодетермінації. Наявність дивідендів від вищого соціального статусу осіб із вищою освітою засвідчує їх більша задоволеність розвагами та активним відпочинком, а, отже, знанням варіантів цікавого проведення вільного часу та можливостями його реалізації. Натомість, із усіх життєвих сфер, оцінених

пенсіонерами, досліджувані із неповною середньою освітою, порівняно з усіма іншими пенсіонерами, найбільш задоволені стосунками з дітьми. Відтак, доцільно зробити висновок про відмінні системи цінностей у цих досліджуваних. Згідно з аксіологічним підходом до розуміння суб'єктивного благополуччя [20; 44; 147], воно визначається на основі порівняння самооцінки із існуючими соціальними нормами та еталонами «благополучного» життя. Імовірно, в оточенні цих людей базовими визнавалися різні цінності, що вплинуло, зокрема, і на вибір ними подальшого життєвого шляху, у тому числі й рівня освіти.

Розмір пенсії також визначає обидва базові компоненти суб'єктивного благополуччя не в однаковій мірі (Додаток Б). У цілому, чим вищим є матеріальне забезпечення пенсіонерів, тим більше вони задоволені життям, утім ця закономірність простежується лише по мірі зростання пенсії до середніх показників. У людей із високими соціальними виплатами показники задоволеності життям знаходяться в межах усереднених значень ($\bar{x}[5;35]=21,7$), утім, відхилення від медіани значно виразніші. Тобто чим більшими є прибутки людини, тим більшою є імовірність того, що вона почуватиметься більш задоволеною за інших, однак такою ж є можливість нижчих когнітивних оцінок якості життя. Вища пенсія пов'язана також із зниженням інтенсивності переживань – як позитивних, так і негативних, а, отже, є гарантією стабільності та наявності засобів для вирішення життєвих труднощів (на те ж саме вказують високі показники фактора «сила», тобто трактування життєвих обставин як здоланих, хоч і непростих). В оцінюванні аспектів життя більш матеріально забезпечені пенсіонери декларують вищу задоволеність автономією та компетентністю, тобто відчують, що мають ресурси для самостійного життя, і що такі соціальні виплати – результат їхньої роботи у минулому.

Внутрішня єдність компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів. Зважаючи на відмінності обумовленості різних компонентів суб'єктивного благополуччя соціально-демографічними чинниками, доцільною видається перевірка узгодженості цих компонентів, їх взаємодії. Кореляційний аналіз вказує на те, що усі виокремлені аспекти переживання суб'єктивного

благополуччя пенсіонерів тісно пов'язані між собою (Додаток Б), тобто вони є складовими єдиного цілісного психологічного явища. Водночас, аналіз їх взаємозв'язків дає змогу детальніше зрозуміти бачення пенсіонерами щасливого життя.

Складність когнітивної складової суб'єктивного благополуччя визначається численними зв'язками загального рівня задоволеності життям із оцінками його окремих сфер. Оцінки кожної сфери мають значення, адже вихід на пенсію у досліджуваних у часі збігається із періодом пізньої зрілості, завданнями для якого є інтеграція досвіду у єдину картину власного життя, формування його узгодженого образу. На цьому етапі життя людини головною стає «внутрішня робота», спрямована на прийняття свого життєвого шляху, осмислення теперішнього і минулого досвіду, з чим пов'язана плідна здорова старість [87, с. 7], вона здійснює переоцінку пережитих подій та формує цілісну оцінку життя. Крім того, судження про якість життя формується на основі узагальнення її досягнень у різних аспектах життя – у сімейній сфері, у налагодженні стосунків з іншими, у професійних успіхах, із урахуванням власного самопочуття та ін., адже, згідно із положеннями суб'єктно-вчинкового підходу [134], основною характеристикою людини є її цілісність, прагнення до реалізації свого потенціалу.

Задоволеність різними аспектами життя у різній мірі позначається на когнітивному аспекті суб'єктивного благополуччя у чоловіків та жінок (Додаток Б). Стосунки із чоловіком у значній мірі визначають задоволеність життям жінок ($r=0,42$), тоді як статистично значущих кореляцій між цими показниками у чоловіків не спостерігається ($r=0,21$). Попри емансипацію як характеристику соціокультурного простору другої половини ХХ століття, зміну соціальних ролей, поширення маскулінної жіночої суб'єктивності [24, с. 274], роль сімейної сфери у житті жінки залишається великою, задоволеність нею значно обумовлює задоволеність життям в цілому. У жінок рівень задоволеності життям визначається також задоволеністю рівнем освіти ($r=0,37$), творчим самовираженням ($r=0,29$) та розумінням себе ($r=0,19$), аналогічних кореляцій серед чоловіків не виявлено.

Емпіричні показники афективного компоненту суб'єктивного благополуччя перш за все визначають оцінки людиною якості стосунків з людьми: як з близькими (дітьми – $r=0,22$, членом подружжя – $r=0,24$, друзями – $r=0,34$), так і з ширшими соціальними колами (задоволеність суспільною активністю – $r=0,30$, соціалізацією – $r=0,27$, можливістю допомагати іншим – $r=0,37$). Привертає також увагу те, що значно більше оцінки якості життя у різних сферах визначають переживання пенсіонерами негативних емоцій. Крім того, досліджувані частіше почуваються радісними, коли задоволені можливостями допомагати іншим ($r=0,26$), активно проводити вільний час ($r=0,24$), здобутою освітою ($r=0,25$). Важливим є переживання людиною своєї значимості, адже у стосунках з іншими вона має змогу реалізувати себе через допомогу молоді порадами, а одноліткам – підтримкою та розумінням. Попри це, як і було обґрунтовано у концепції соціоемоційної селективності [180], позитивні переживання у старшому віці не пов'язані із інтеграцією із широкими колами спілкування, важливості набуває зміст цієї комунікації, її наповненість, цікавість, а не обсяг. Окрім цього, хоча у літературі роль професійної сфери після виходу на пенсію вважається другорядною, було виявлено її тісний зв'язок із всіма базовими аспектами переживання суб'єктивного благополуччя. Імовірно, наявність успішної кар'єри пенсіонерів у минулому, з одного боку, визначає їх вищий актуальний соціальний статус, а з іншого – є підставою для гордості за себе, свої успіхи у минулому. На підтвердження ідей М. Чіксентміхайі з колегами [199; 301], провівши значну частину життя у діяльності, яка їм не подобалася, пенсіонери, що не задоволені освітою і роботою, на етапі пізньої дорослості не мають змоги до кінця назвати себе емоційно благополучними.

Основними аспектами життя, незадоволеність якими призводить до частого переживання тривоги, пригнічення та ін., є особиста незалежність ($r=-0,36$) та соціальна залученість ($r=-0,31$). Переживання нестачі матеріальних та фізіологічних ресурсів для самостійного подолання труднощів у пенсіонерів корелює із зростанням частоти негативних емоцій, адже це суб'єктивно наближає їх до поширеного в суспільстві образу старих людей, обмежених у своїх

можливостях, безпорадних, які потребують допомоги, а, отже, виключені з активного життя. Щодо соціальної залученості, то пенсіонери почувають більше радості, якщо мають змогу відчувати свою значущість, що реалізується у допомозі близьким, а нижча суб'єктивна оцінка здатності допомагати близьким пов'язана із частим переживанням негативних емоцій ($r=-0,25$). До збільшення частки тривоги, пригніченості в емоційному фоні людини у пізній дорослості веде також невідповідність її можливостей та потреб у соціальній причетності як такої, у тому числі незадоволеність здатністю бути соціально активною ($r=-0,28$), встановлювати стосунки з новими людьми ($r=-0,19$), творчо виражатися ($r=-0,25$).

Отже, можна зробити висновок, що афективний аспект суб'єктивного благополуччя, порівняно із когнітивним, більш виразно пов'язаний власне із соціальною залученістю пенсіонера. Частоту переживання позитивних емоцій визначає задоволеність спілкуванням у вузькому оточенні рідних та близьких через можливість відчувати себе у ньому значущим. Роль переживання особистої значущості підтверджується зв'язками показників переживання позитивних емоцій із задоволеністю професійною сферою, у якій людина своєю діяльністю приносить користь іншим та реалізує свій «потік» [146], тобто ця частина її життя має зміст. Частота негативного афекту більша у тих, хто переживає себе вилученим із соціальної взаємодії як такої, не має змоги вибудовувати стосунки з людьми, а також у пенсіонерів із гіршим матеріальним становищем та станом здоров'я, причиною чому може бути як страх втрати позиції у суспільстві, загроза відмови соціуму від них через їхню несамостійність, так і дискомфорт унаслідок неможливості задоволення базових потреб, на що в актуальних умовах їхнього життя не вистачає ресурсів. Виходячи з цього, важливими напрямками надання соціально-психологічного супроводу пенсіонерам є, з одного боку, забезпечення переживання ними власної цінності у стосунку з іншими, а з іншого – створення умов та захист матеріального становища та стану здоров'я цих людей.

Більш задоволені різними аспектами життя пенсіонери не лише частіше переживають позитивні та рідше – негативні емоції (що підтверджується високими кореляціями показників з методики К. Буркхардт із аспектом ставлення

до життя «оцінка», що характеризує домінуючий емоційний стан при оцінюванні життя), але й трактують життєві труднощі як здоланні, оцінюють власні сили вище, а також бачать своє життя активнішим, динамічнішим, порівняно із пенсіонерами, що вказують на незадовільність окремих сторін власного життя. Так, задоволеність автономією ($r=0,19$) та причетністю ($r=0,22$) дає людині не лише переживання радості, приємності, але й сповнює психологічним (та суто матеріальним) ресурсом для боротьби із негараздами, адже наближає її життя до уявного ідеалу, на основі якого формуються власні критерії суб'єктивного благополуччя [44].

Аналогічно до когнітивного компоненту суб'єктивного благополуччя, афективний його аспект у жінок також у значно більшій мірі, порівняно із чоловіками, пов'язаний із задоволеністю компетенцією ($r=0,29$ у жінок, $p<0,01$ у жінок, $r=0,18$, $p>0,01$ у чоловіків). Ця статистично значуща кореляція афективного балансу пов'язана перш за все із частішим переживанням позитивних емоцій жінками-пенсіонерками, яким подобається їхня освіта ($r=0,30$); у той же час, жінки, що вказують на незадоволеність освітою, в цілому не відчують частіше негативних емоцій. Професійний аспект життя жінок не є у них виключно важливим, однак наявність успіхів у ньому підвищує самооцінку жінки, а, отже, дає більше підстав радіти життю. Натомість чоловіки на етапі пізньої зрілості ключового значення надають переживанню власної незалежності ($r=0,34$) та соціальній залученості ($r=0,35$), відчуттям себе повноцінним активним членом суспільства, а також можливостям наповнювати життя новими враженнями, активно відпочивати ($r=0,45$).

Отже, суб'єктивне благополуччя пенсіонерів у різних його аспектах набуває середніх показників, що пов'язано, з одного боку, із їхньою здатністю адаптуватися до змінних життєвих обставин, з іншого – власне із реакцією на ці ситуації, тому очікуваного в зарубіжній літературі покращення показників, порівняно із молодшими досліджуваними групами, та в пострадянській – зниження показників в силу погіршення побутово-економічних умов життя після припинення трудової діяльності, не спостерігається. Серед демографічних

показників вік та стать людини не відіграють вагомої ролі у забезпеченні її суб'єктивного благополуччя, оцінка власного життя пов'язана у значній мірі із рівнем освіти та розміром пенсії, що дає змогу констатувати значення соціального статусу пенсіонера у визначенні його задоволеності життям та позитивного емоційного фону, підкреслює роль соціально-психологічної адаптації у цей віковий період.

Суб'єктивне благополуччя є цілісним феноменом, що включає у себе когнітивні та афективні аспекти оцінювання власного життя та формує когнітивно-емоційну складову настанови людини на життя. Особливого значення для пенсіонерів при створенні судження та емоційного ставлення до життя набуває аспект соціальної залученості, тобто суб'єктивне переживання себе частиною соціуму. Якість комунікації із близькими визначає частоту переживання людиною позитивних емоцій, тоді як загальна включеність у соціальний контекст, можливість взаємодіяти з людьми в цілому не стільки веде до зростання частоти радісних переживань, скільки знижує частоту негативних емоцій. Крім того, судження про своє життя як таке, в якому у людини достатньо ресурсів для незалежного функціонування, детермінує віру у власну здатність подолати труднощі, а також бути активним, енергійним, творцем власного життя, тобто дає змогу продовжувати реалізовувати власну людську сутність як самодостатньої відповідальної, спрямованої на розвиток особистості.

Висновки до розділу 2

1. Представлена у розділі програма емпіричного дослідження суб'єктивного благополуччя пенсіонерів включала три етапи: підготовчий, на якому здійснювалися планування, підбір та апробація методик, пошук досліджуваних; основний етап, який передбачав визначення показників компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів та дескрипторів його соціально-психологічних та демографічних чинників; етап аналізу результатів та формування висновків, на якому відбувалося визначення структур чинників

суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із урахуванням статі та способу життя та підготовка рекомендацій щодо роботи із пенсіонерами з метою підтримки їхнього суб'єктивного благополуччя.

2. Основну досліджувану групу склали 204 пенсіонерів 60-88 років, враховано різні вікові категорії та близький до загальноукраїнського розподіл за статтю. Усі особи на час проведення дослідження вийшли на пенсію та не працевлаштовані. Досліджувані поділені на підгрупи за способом життя, під яким розуміємо сукупність способів життєдіяльності людини, форм її життєвої активності. Особливості досліджуваної групи визначалися відсутністю у них когнітивних розладів.

3. Трактування суб'єктивного благополуччя як інтегральної оцінки якості життя людини, компонентами якої є судження про життя (когнітивний аспект) та емоційне ставлення до нього (афективний аспект) покладене в основу вибору його емпіричних показників: загальної задоволеності життям та задоволеності окремими його сферами, що розкриває зміст когнітивних суджень людини про життя; співвідношення частоти та інтенсивності позитивних і негативних емоцій – афективний баланс – та ставлення до життя, через які розглянуто афективний аспект суб'єктивного благополуччя.

4. В основі вибору дескрипторів соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя лежать ідеї аксіологічного підходу про виникнення суб'єктивного благополуччя як результату порівняння людиною власного життя із сукупністю еталонів людського існування, соціальними нормами, установками, та уявлення про особливості соціального функціонування людини після виходу на пенсію у пізній дорослості (М. Л. Смульсон, Л. І. Магдисюк, О. Г. Коваленко, Г. С. Абрамова, Н. С. Пряжніков, Г. С. Лідерс, М. Е. Елютіна, Д. Мрочек, К. Ріфф, Л. Карстенсен, А. Міхалош та ін.). Відтак, було підібрано блок опитувальників та розроблена анкета для визначення числових показників цих дескрипторів. Зокрема, показники сімейного стану, спільності проживання з близькими, частоти зустрічей з ними, наявності матеріальної допомоги від рідних у роботі виступають показниками міри соціальної залученості; спосіб життя розглянуто як

дескриптор чинника соціальної селективності; здатність до встановлення глибоких емоційних стосунків з іншими встановлювалася через діагностику показників емоційного інтелекту та депресивності; здатність до адаптації у новому соціальному статусі пенсіонера визначалася життестійкістю особ; міра ідентифікації із стереотипами старості – показниками суб'єктивного віку та оцінками стану фізичного та психічного здоров'я.

5. Числові значення суб'єктивних оцінок пенсіонерами якості власного життя знаходяться в межах середніх значень, що пояснюється здатністю людини адаптуватися до змінних умов середовища навіть за несприятливих обставин. З усіх життєвих сфер пенсіонери найбільш задоволені можливостями допомагати іншим, ділячись досвідом і знаннями, та стосунками з батьками. Це вказує на те, що суб'єктивні оцінки якості життя літніх людей інтегрують у собі досвід минулого та її орієнтації на майбутнє, на підготовку гідного наступного покоління. Частота переживання позитивного афекту, порівняно із негативним, у досліджуваних вища, утім ці відмінності незначні.

РОЗДІЛ 3

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕНСІОНЕРІВ ЯК СОЦІАЛЬНОЇ ГРУПИ

У третьому розділі на основі математико-статистичного аналізу числових значень дескрипторів соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя проаналізовано їхню роль у визначенні оцінок якості життя та їх окремих компонентів у пенсіонерів. Встановлено провідне значення особливостей міжособистісної взаємодії та соціального статусу у забезпеченні переживання суб'єктивного благополуччя осіб, що припинили трудову діяльність за віком. Розкрито системи чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів залежно від статі.

3.1. Міжособистісна комунікація та соціальний статус як основні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Найвідчутнішими змінами у житті людини після виходу на пенсію є зміни у соціальній сфері – набуття нового соціального статусу пенсіонера, трансформація кола спілкування та переоцінка пріоритетів в інтеракції, протистояння віковим стереотипам. Оцінка якості життя, що у цей період набуває особливого значення, адже пов'язана із вирішенням людиною основного завдання етапу пізньої зрілості – досягнення Его-інтеграції, – формуючись у цих умовах, набуває соціально-психологічного змісту. Для з'ясування ролі таких соціально-психологічних чинників як соціальна залученість, соціальна селективність, здатність до встановлення глибоких емоційних контактів з людьми, здатність адаптуватися до нової соціальної ролі, ідентифікація із віковими стереотипами у визначенні суб'єктивного благополуччя пенсіонерів було проведено аналіз їхнього впливу на комплексну модель досліджуваного явища та його окремі компоненти через аналіз зв'язків дескрипторів суб'єктивного благополуччя та цих соціально-

психологічних характеристик. Таким чином, визначено, які із чинників відіграють провідне значення у детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів.

Першим кроком на цьому етапі аналізу став поділ досліджуваних із основної досліджуваної групи (N=204) на підгрупи за показниками суб'єктивного благополуччя. За результатами кластерного аналізу можна стверджувати, що усі досліджувані пенсіонери належать до однієї із двох категорій: із високим (N=119) або низьким (N=85) рівнем суб'єктивного благополуччя (рис. 3.1, Додаток В). Здійснена на основі 36 показників, які статистично відрізняються між собою ($p < 0,05$), класифікація, дає змогу стверджувати про існування певних чинників, що зумовлюють такі відмінності.

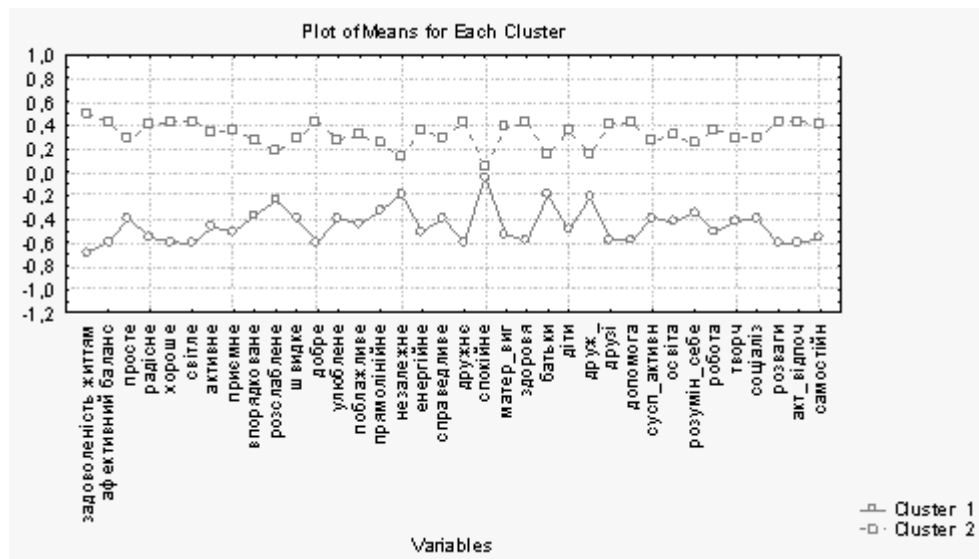


Рис. 3.1. Графік виділених кластерів досліджуваних за рівнем суб'єктивного благополуччя

Застосування методу дискримінантного аналізу було спрямоване на виділення тих дескрипторів, що вплинули на такий поділ, а, отже, на з'ясування міри значимості описаних соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя. Методом покрокового включення виявлено, що найбільше значення у запропонованій класифікації мають показник рівня депресивності, спільності проживання з близькими, суб'єктивної оцінки стану фізичного здоров'я та емоційного інтелекту. Високі показники λ -Вілкса у запропонованій

моделі класифікації мають також такі дескриптори: суб'єктивна оцінка психологічного здоров'я, життєстійкість, рівень освіти та розмір пенсії.

Водночас, частина дескрипторів, що описують соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя у теоретичній моделі, були виключені із моделі детермінації явища: стать, паспортний вік, суб'єктивний вік, частота зустрічей пенсіонера з рідними та наявність матеріальної допомоги від них (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Роль дескрипторів соціально-психологічних характеристик у визначенні рівня суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Дескриптор	λ Вілкса при включенні у модель	Рівень значущості p
Включені у модель		
Депресивність	0,621378	0,000200
Спільність проживання з близькими	0,611170	0,001127
Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я	0,596282	0,015945
Емоційний інтелект	0,599126	0,009458
Суб'єктивна оцінка психолог. здоров'я	0,586087	0,117179
Життєстійкість	0,587654	0,084622
Рівень освіти	0,588200	0,075713
Розмір пенсії	0,585550	0,131363
Виключені з моделі		
Стать	0,577921	0,601383
Паспортний вік	0,578341	0,715857
Суб'єктивний вік	0,575792	0,320456
Частота зустрічей з рідними	0,576955	0,439775
Наявність матеріальної допомоги	0,577380	0,500323

Примітка. λ -Вілкса для моделі $\lambda=0,57874$; $F(8,195)=17,743$; $p<0,01$.

Отримані результати дають змогу зробити проміжні висновки про значення соціально-психологічних чинників у детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів. Хоча дискримінантний аналіз як метод не простежує прямого впливу однієї ознаки на іншу, встановлені ним детермінанти здійсненої класифікації вказують на важливу роль цього показника у забезпеченні досліджуваного явища. Відтак, проаналізуємо отримані результати у їх соціально-психологічному контексті.

Рівень депресивності, емоційний інтелект та суб'єктивна оцінка психологічного здоров'я у дослідженні виступають дескрипторами здатності людини до встановлення глибоких емоційних контактів з іншими, що відіграє у пізній дорослості вагомую роль у світлі переоцінки значимості міжособистісної інтеракції, погіршення здатності до пристосування до нових обставин і, як наслідок, труднощів налагодження контактів із широкими колами людей через динамічність та мінливість таких стосунків. Усі дескриптори у значній мірі визначають поділ досліджуваних на осіб із високим та низьким суб'єктивним благополуччям, що вказує на провідну роль здатності до налагодження змістовної, емоційно насиченої взаємодії з людьми у забезпеченні цього явища.

Життєстійкість також включена у систему детермінації суб'єктивного благополуччя, її високі показники пов'язуємо із здатністю адаптуватися до нової соціальної ролі. Можливість пристосовуватися не лише у ситуаціях міжособистісного спілкування, але й у нових умовах життя – із часто нижчими, ніж раніше, доходами, погіршенням самопочуття, зміною ставлення інших через новий соціальний статус – визначається прийняттям людиною цих змін, готовністю шукати у них щось позитивне, продовжувати активно творити своє життя.

Потреби у соціальній залученості у пізній дорослості, як і на будь-якому етапі життя, мають важливе значення, однак акценти у них у цей період життя робляться на якості стосунків: вагомим є не стільки здобути широке коло знайомств, скільки мати близькість та тепло у спілкуванні з найближчими. Для цього необхідним є як усвідомлення своїх потреб та переживань, так і наявність стабільного емоційного фону, відсутність проблем в афективній сфері. Депресивна симптоматика не є сприятливою для переживання суб'єктивного благополуччя, але і її відсутність не свідчить про суб'єктивно високі оцінки якості життя. Водночас, наявність ознак депресії супроводжується абулією, апатією щодо задоволення навіть базових потреб, у тому числі соціальних, тому домінування в емоційному фоні переживань пригнічення, тривоги, неспокою

знижують імовірність зацікавленості людини до стосунків як таких, та здатності розуміння іншої людини унаслідок труднощів із власним внутрішнім світом.

Окрім цього, несприятливим для переживання суб'єктивного благополуччя є також низький показник життестійкості, адже ця особистісна риса пов'язана із екзистенційною здатністю людини протистояти життєвим стресам, вірити у власну здатність подолати їх, продовжувати цікавитися життям навіть в умовах, несприятливих для особистісного зростання, почувати себе господарем власного життя, а не підданим фатуму.

Інші дескриптори не дають змоги настільки однозначно стверджувати про роль соціально-психологічних чинників у визначенні суб'єктивного благополуччя пенсіонерів. Так, спільність проживання із близькими включена у систему чинників визначення рівня суб'єктивного благополуччя людини, однак інші дескриптори соціальної залученості людини – частота зустрічей з близькими, якщо вони мешкають окремо від них (чи від когось із інших значимих для себе осіб) та наявність їхньої матеріальної допомоги у цю модель не входять. Згідно з теорією соціоемоційної селективності [180], основним для людини у пізній зрілості є вирішення актуальних потреб, адже їхня часова перспектива, порівняно із молодшими поколіннями, звужена. Пенсіонери орієнтовані на отримання моментальних задовольень, тому спільність проживання дає постійне відчуття єдності з близькими, більшу імовірність отримання допомоги від них в актуальний момент, а очікування зустрічі з ними може обтяжувати.

Дещо специфічною у системі детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів є роль демографічних чинників. Стать та вік – ті показники, що є біологічно обумовленими – не пов'язані із наведеним вище поділом досліджуваних за рівнем досліджуваного явища, тоді як суспільно присвоєні – рівень освіти та розмір пенсії – включені у модель. Це дає змогу стверджувати про значення не стільки усіх демографічних чинників, але тих із них, що визначають соціальний статус людини, її положення у суспільстві. Відтак, суб'єктивна оцінка якості життя пенсіонерів пов'язана також із тим, як їх сприймає оточення, наскільки статусними вони змогли стати упродовж

професійно активного періоду життя, наскільки продуктивними були у процесі здобуття місця у соціумі.

Методом дискримінантного аналізу не вдалося проаналізувати ролі таких дескрипторів як сімейний стан, що обраний для оцінки міри соціальної залученості людини, та способу життя як показника ефективності соціальної селективності, оскільки вони не представлені порядковими чи інтервальними шкалами. Для встановлення їхньої ролі у детермінації суб'єктивного благополуччя для кожного досліджуваного було обчислене середнє значення усіх дескрипторів суб'єктивного благополуччя, включених у поділ на основі кластерного аналізу, та методом порівняльного аналізу встановлено наявність статистично значущих відмінностей за цим інтегральним показником у групах пенсіонерів із різним сімейним станом та способом життя.

Виявлено суттєву роль обох досліджуваних показників (Додаток В). Найвищим є суб'єктивне благополуччя одружених пенсіонерів, адже поряд із ними є близька людина для спільного проведення часу, долання почуття самотності. Найнижчим є цей інтегральний показник неодружених досліджуваних. Вони ніколи не мали досвіду сімейного життя, що відрізняє їх від розлучених та овдовілих пенсіонерів, які, навіть попри втрату партнера, декларують вищий рівень суб'єктивного благополуччя. За результатами дослідження К. Ріфф [326], стосунки у сім'ї розцінюються самими пенсіонерами як основний предиктор суб'єктивного благополуччя. У сімейному колі людина отримує необхідний тісний емоційний зв'язок, який дозволяє усвідомлювати свою особисту значимість.

Спосіб життя також тісно пов'язаний із суб'єктивним благополуччям пенсіонерів. У результаті аналізу тесту Шеффе слід вказати на те, що цей індикатор описує не лише міру соціальної селективності, але й, як і попередньо проаналізований показник – соціальну залученість, причому саме остання більш значима для переживання суб'єктивного благополуччя. Так, статистично значущими є відмінності інтегральних показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, що живуть у геріатричному пансіонаті, порівняно з тими, хто

проживає у власних помешканнях – самі чи з рідними, незалежно від того, які їм притаманні основні форми активності після завершення трудової діяльності. Саме інтегрованість людини у суспільство, включеність у соціальний контекст, порівняно із проживанням в обмеженому внутрішнім розпорядком дня та одним і тим же контингентом співмешканців будинку для літніх людей, більш сприятливі для вищих суб'єктивних оцінок життя. Це пов'язано із нестачею можливостей для взаємодії з людьми, одноманітність стилю життя, а також переживання себе як приречених на самотню старість, покинутість близькими, безконтрольність свого життя. Отже, з однієї сторони, можна говорити про соціально-психологічне підґрунтя цього переживання, з іншої – про його індивідуально-психологічну обумовленість (через самооцінку, Я-концепцію, локус контролю тощо).

Хоча відмінності інтегральних показників суб'єктивного благополуччя у пенсіонерів, що по-різному організують свій час за межами геріатричного закладу, не є статистично значущими, когнітивно та афективно дещо щасливішими є пенсіонери, чия діяльність зорієнтована на просоціальну активність у побутово-сімейній сфері, порівняно із тими досліджуваними, що займаються саморозвитком, пізнанням нового у межах роботи освітніх та соціалізаційних центрів для пенсіонерів. Тому можна стверджувати про деяке значення чинника соціальної селективності у детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів: ті, хто більше часу приділяє спілкуванню з рідними та діяльності у їхньому вузькому оточенні, щасливіші, порівняно із тими людьми, що після настання віку пізньої зрілості продовжують шукати нових знайомств та вражень. Водночас, для більш детального з'ясування можливих мотивів вибору пенсіонерами саме таких способів організації життя було проведено аналіз чинників їхнього суб'єктивного благополуччя у кожній із зазначених груп, що буде описаний далі.

У ході кореляційного аналізу з'ясувалося, що індикатори соціально-психологічних чинників, об'єднаних у групи характеристик, важливих для суб'єктивного благополуччя пенсіонерів – міжособистісної взаємодії та соціального статусу – пов'язані між собою (Додаток В). З цього можна зробити

висновок про системність їхніх впливів. Так, показники депресивності та емоційного інтелекту корелюють обернено ($r=-0,43$), тобто описують єдиний психологічний феномен, що визначає здатність до налагодження глибокого емоційного стосунку. Показник факту спільного проживання з близькими корелює із низькими показниками депресивності ($r=-0,38$) та розвинутим емоційним інтелектом ($r=0,40$), тобто умови соціальної залученості більш сприятливі для прояву тих рис особистості, що забезпечують ефективну емоційно наповнену міжособистісну комунікацію. Показник життєстійкості обернено пов'язаний із розміром пенсії ($r=-0,21$): особи, що мають нижчі соціальні виплати, у більшій мірі схильні долати стресові ситуації, не втрачаючи віру у доцільність активності, якою займаються, та здатність контролювати своє життя. Менш стресостійкими виявилися пенсіонери із вищою пенсією: краща матеріальна забезпеченість, імовірно, уберігає їх від обмеженості можливостей задовольняти основні потреби, тому їхнє життя виглядає менш стресовим і, як наслідок, немає необхідності для розвитку здатностей до подолання труднощів (адже, згідно з С. Мадді [274], життєстійкість – це якість, що змінюється впродовж життя, удосконалюючись під впливом життєвих обставин, у які потрапляє людина та які долає).

До системи чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів можна включити також чинник суб'єктивного здоров'я. У результаті кореляційного аналізу встановлено, що оцінки людиною свого фізичного та психологічного здоров'я формуються унаслідок двосторонньої соціально- та індивідуально-психологічної детермінації та пов'язані із суб'єктивним віком людини: чим молодшою, порівняно із паспортним віком, людина себе почуває, тим краще фізичне ($r=0,21$) та психологічне ($r=0,20$) здоров'я декларує. Тобто ідентифікація із стереотипами старості людини відображається на її оцінках власного здоров'я, адже соціально очікувано, що із виходом на пенсію після досягнення літнього віку людина втрачає енергетичний потенціал та її самопочуття поступово погіршується. Хоча напряду суб'єктивний вік не визначає суб'єктивного

благополуччя, він є медіатором впливу ставлення до здоров'я на оцінки якості життя пенсіонерів.

Більш соціально обумовленим є показник оцінки фізичного здоров'я. Високі його значення корелюють із вищою освітою людини. Більш здоровими фізично себе почувають також пенсіонери, що живуть з кимось із рідних. Це, імовірно, пов'язано із наявністю допомоги у побуті, а, отже, відсутністю необхідності випробовувати свої фізичні можливості на повну і, як наслідок, переконуватися у втраті фізичних сил на виконання деяких видів активності. У той же час, оцінки психологічного здоров'я більш особистісно детерміновані. Вони статистично значуще корелюють із рівнем депресивності ($r=-0,37$), як і оцінки фізичного здоров'я ($r=-0,27$), та життєстійкістю ($r=0,33$). Це свідчить про те, що оцінки фізичного здоров'я більше піддаються стереотипам, тоді як оцінки психічного функціонування людина в основному формує на основі власного самопочуття та особистих уявлень про норму.

Отже, хоча за результатами дискримінантного аналізу суб'єктивний вік виключений з системи чинників інтегрального рівня суб'єктивного благополуччя, це не може достеменно вказувати на відсутність значення ідентифікації людини із стереотипами старості у забезпеченні переживання нею суб'єктивного благополуччя. Суб'єктивний вік як утворення, пов'язане із сприйманням людиною суспільного образу пенсіонера як особливої соціальної одиниці, опосередковано впливає на суб'єктивне благополуччя через показник самопочуття.

Для кращого розуміння специфіки формування образу себе пенсіонерами (крізь призму уявлень про свій вік та соціальний статус пенсіонера) на основі суспільних уявлень про них було проведено дослідження за участі молодших вікових груп, що мало на меті проілюструвати міру відповідності соціального образу суб'єктивного благополуччя пенсіонера та його власного бачення якості життя (Додаток Д). У дослідженні взяли участі ті, хто у близькому оточенні має особу, що досягнула віку пізньої дорослості та у зв'язку з цим вийшла на пенсію

(підгрупа 1 – 116 осіб), та особи, що мало спілкуються із пенсіонерами (підгрупа 2 – 89 осіб).

Оцінюючи задоволеність пенсіонерів життям, представники обох підгруп молодшого покоління визначили її вищою, аніж самі літні люди ($p < 0,05$), вважаючи, що життя пенсіонерів більш наближене до ідеального, та що у житті вони отримували більше з того, чого хотіли. Імовірно, останні не розуміють до кінця усіх труднощів, з якими можуть стикатися пенсіонери, причому близькість спілкування з пенсіонерами не сильно позначається на цій відмінності.

Водночас, пенсіонери зазначають, що частіше (хоч і не на рівні статистичної значущості) переживають позитивні емоції, ніж думають про них молоді люди. Ті, хто мешкає поряд із літньою людиною, вважають, що пенсіонери переживають суттєво менше негативних емоцій, ніж є насправді. Навіть оцінки тих, хто не має пенсіонерів у близькому оточенні, ближчі до оцінок самих пенсіонерів, хоч молоді люди також припускають меншу частоту негативних переживань старшого покоління. Загалом, молодь недооцінює інтенсивність емоцій літніх людей: як позитивні, так і негативні переживання пенсіонерів видаються їм не такими насиченими, як про це зазначають останні, молодь вважає пенсіонерів більш урівноваженими та стриманими. Можливо, це пов'язано із фактичним хорошим емоційним контролем пенсіонерів, який, за твердженням деяких дослідників [180; 196; 254], покращується з віком, та з існуючим стереотипом про те, що життя пенсіонерів – сіре, одноманітне та визначене, тому причин для глибоких переживань у них небагато.

Спільність проживання сприяє формуванню більш позитивного образу пенсіонерів: вони вважають, що літні люди частіше переживають позитивні та рідше – негативні емоції, порівняно із тими, хто мало взаємодіє з цими людьми ($p < 0,05$). Цим можна обґрунтувати те, що суб'єктивно благополучнішими почуваються пенсіонери, що живуть з рідними: у цьому стосунку вони не тільки отримують підтримку та піклування, але й підтримують позитивний Я-образ. Щоправда, у цьому контексті важливий стосунок з близькими: ті особи, що відзначили вищу якість стосунків із рідними літнього віку, більш позитивно

сприймають їхнє життя (задоволеність життям $r=0,24$, афективний баланс $r=0,42$, шкали «оцінка» $r=0,38$ та «активність» $r=0,27$), аніж ті, що мають із близькими пенсіонерами конфліктну взаємодію.

Аналіз семантичного диференціалу дав змогу виявити ще одну особливість уявлень про життя пенсіонерів – неоднозначність, суперечність їхнього інтрапсихічного світу. Якщо раніше вказувалося, що, хоч і не у значній мірі, літні люди відзначають у себе вищу частоту переживання позитивних емоцій, то характеристики, якими вони описують власне життя, суттєво негативніші, аніж у молоді, що оцінює життя пенсіонерів (шкала «оцінка»). Незалежно від близькості комунікації, інші сприймають життя у старості як більш радісне, приємне, добре, ніж самі пенсіонери. З одного боку, такий результат може свідчити про нечіткість, неоднозначність сформованого образу емоційної сфери літніх людей, а з іншого – про відображення у суспільних уявленнях реальної амбівалентності внутрішнього світу пенсіонерів.

Стереотип про літніх людей у молодшого покоління, особливо у тих, хто мало взаємодіє з пенсіонерами, є також щодо складності життя після виходу на пенсію. Ті, хто не має в близькому оточенні пенсіонерів, описують їхнє життя як напружене, хаотичне, заплутане, складне, самі ж пенсіонери зазначають меншу міру проблемності власного існування, відчувають наявність життєвих сил для їх подолання (шкала «сила»). Імовірно, це пояснює страх старості та небажання молоді думати про потенційне настання цього етапу життя: він асоціюється із нездоланими труднощами. Усе ж більшою вірою у ресурсність пенсіонерів відзначаються ті, хто живе з ними поряд (рис. 3.2), крім того, наділяючи життя літніх людей такими характеристиками як «спокійне», «впорядковане», «енергійне» та ін.

Порівняно з молоддю, пенсіонери підкреслюють у своєму житті значну пасивність, тобто думка про втрату енергійності та динамічності життя у пізній дорослості виходить не стільки із суспільних уявлень, скільки декларується самими пенсіонерами та має, імовірно, більш об'єктивне підґрунтя, аніж є відображенням ідентифікації із стереотипом.

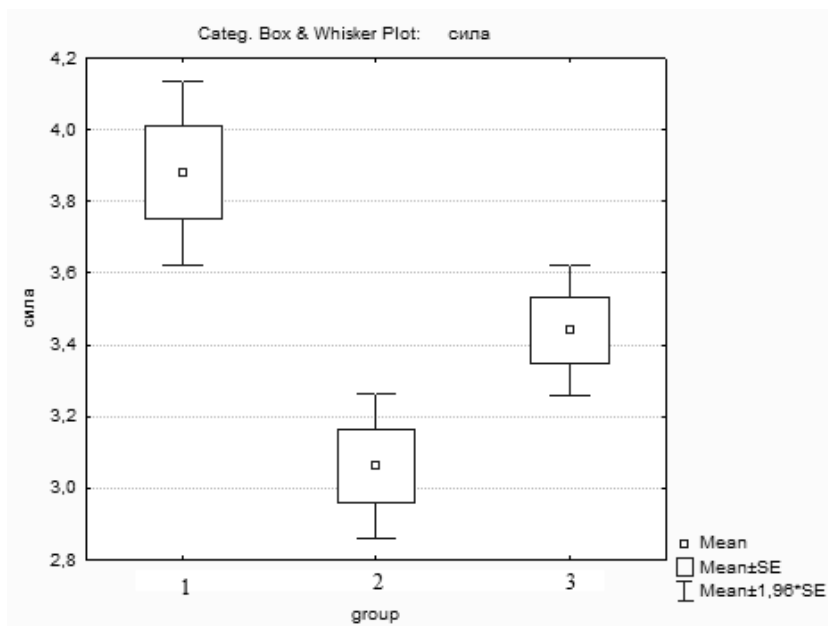


Рис. 3.2. Відмінності уявлень про наявність у пенсіонерів ресурсів для подолання труднощів в житті

Примітка. 1 – особи, що тісно спілкуються з пенсіонерами; 2 – особи, що мало взаємодіють з пенсіонерами; 3 – пенсіонери

Відтак, у суспільстві старість асоціюється із дефіцитами, обмеженою самостійністю, неоднозначністю емоційних переживань, одноманітністю та відсутністю причин для насичених емоційних переживань. Водночас, самі пенсіонери по-іншому бачать своє життя: як не настільки складне і обмежене, хоч і в цілому таке, в якому можна було реалізувати більше можливостей. Щодо усталених уявлень про пасивність життя пенсіонерів, то вони виходять у більшій мірі від самих літніх людей, адже інші бачать їхнє життя більш активним. З цього можна зробити висновок, що уявлення людини про власний вік, у роботі, услід за Я. Стефаном [361], окреслене поняттям «суб'єктивний вік», визначається як актуальним самопочуттям, так і очікуваними у певному віці та соціальному статусі формами активності. Суб'єктивний вік має важливе значення як медіатор впливу суб'єктивного здоров'я людини на показники її суб'єктивного благополуччя.

Після визначення дескрипторів, що найтісніше пов'язані із показниками суб'єктивного благополуччя, на основі процедури багатofакторного аналізу було

проведено аналіз латентної структури матриці кореляцій їх дескрипторів, з метою з'ясування системності їх впливу на досліджуване явище, а, отже, визначення тих чинників, у структурі яких вони діють.

Отримана згідно із критеріями кам'яного осипу та Кайзера факторна структура із чотирьох факторів у сумі пояснює 57,2% сукупної дисперсії (Додаток Е). Аналіз факторних навантажень латентних ортогональних факторів, отриманих у результаті ротації методом обертання осей Varimax normalized (максимізації дисперсій квадратів вихідних факторних навантажень) дав змогу операціоналізувати запропоновану у другому розділі систему соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, а представлення змінних, що описують базові компоненти благополуччя, у матриці факторних навантажень, та перевірка їх статистичної значущості процедурою конфірматорного факторного аналізу дали змогу простежити важливість аналізованих чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів.

Перший фактор, що описує найбільший відсоток сукупної дисперсії отриманої структури (31,2%), об'єднав у собі дескриптори, що інтерпретуються як характеристики здатності до налагодження глибоких емоційних взаємин, а саме – суб'єктивну оцінку психологічного здоров'я (із факторним навантаженням 0,538), рівень депресивності (-0,656) та емоційний інтелект (0,569) (табл. 3.2).

Досліджувані ознаки, об'єднані на основі найвищих факторних навантажень у другий фактор, а саме показник проживання з близькими (0,572), наодинці чи у геріатричному пансіонаті, розмір пенсії (0,541) та життєстійкість (-0,798), описують умови пристосування людини до актуальних життєвих обставин та нової, порівняно із трудовим періодом життя, соціальної ролі пенсіонера. Літні люди легше адаптуються до зміни соціального статусу, якщо вони не перебувають в умовах соціальної ізоляції – мешкають принаймні у відкритому соціальному середовищі, у власному помешканні чи з кимось з близьких, тобто якщо об'єктивні обставини їхнього життя сприятливі для міжособистісної комунікації. У випадку життя в умовах соціальної депривації адаптацію до

соціального статусу пенсіонера забезпечує розвинута життєстійкість – особиста якість, що сприяє ефективному виходу із стресових ситуацій із збереженням внутрішньої гармонійності. Водночас, як зазначалося, вищим показникам життєстійкості сприяє також нижча пенсія – адже така об’єктивна трудність сприяє розвитку психологічного ресурсу для кращого справляння із проблемами.

Таблиця 3.2

Факторна модель чинників суб’єктивного благополуччя пенсіонерів

Дескриптор	Факторне навантаження	Коефіцієнт кореляції Пірсона	
		Шкала задоволеності життям	Шкала афективного балансу
Здатність до налагодження глибоких емоційних взаємин			
Суб’єктивна оцінка психолог. здоров'я	0,538	0,41*	0,46*
Депресивність	-0,656	-0,49*	-0,53*
Емоційний інтелект	0,569	0,46*	0,31*
Адаптація до соціальної ролі			
Проживання з рідними	0,572	0,39*	0,23*
Розмір пенсії	0,541	0,20*	0,05
Життєстійкість	-0,798	0,07	0,23*
Опірність до соціальних стереотипів			
Рівень освіти	0,718	0,13	0,11
Суб’єктивна оцінка фізичного здоров'я	0,566	0,28*	0,25*
Суб’єктивна оцінка якості стосунків з батьками			
Задоволеність стосунками з батьками	0,758	0,14*	0,13

Примітка. * - статистично значущі коефіцієнти кореляції Пірсона при $p < 0,05$.

Показники рівня освіти та суб’єктивної оцінки фізичного самопочуття за найвищими факторними навантаженнями об’єднані у фактор 3, який описує міру протистояння людини стереотипам про пенсіонерів. Численні упередження, пов’язані з віком, у психологічній науці отримали назву «ейджизм» та доволі широко досліджуються у вітчизняній [31; 75; 88; 108] та зарубіжній [168; 187; 310] літературі. Традиційно у суспільстві побутує думка про фізично обмежених, обезсилених, позбавленим життєвих сил людей після 60-ти, які припиняють трудову діяльність у зв’язку із неспроможністю залишатися фізично активними та виконувати щоденні види активності. Аналогічно, поширене уявлення про

погіршення інтелектуальних здібностей у пізній дорослості, порушення психічних функцій, а також про те, що раніше у людей було менше можливостей для здобуття якісної освіти та професійного становлення. Відтак, якщо суб'єктивно людина не відчувається погано, не страждає від погіршення здоров'я, а також якщо рівень її освіти високий (що також може бути для неї суб'єктивним критерієм збереженості когнітивних функцій, загального інтелектуального рівня), то, оцінюючи якість власного життя, вона більш схильна наділяти його позитивними характеристиками – в основному на рівні формування судження про життя.

Окремим соціально-психологічним чинником суб'єктивного благополуччя пенсіонерів є якість стосунків у батьківській сім'ї. Дескриптор, що потрапив у цей фактор, мало пов'язаний із іншими характеристиками, що досліджуються у роботі (Додаток Е). Попри зрілий вік, задоволеність стосунками з батьками залишається фактором підвищення суб'єктивного благополуччя на етапі підведення підсумків прожитого життя.

Отже, у результаті виділення факторів у системі дескрипторів чинників суб'єктивного благополуччя та його показників визначено існування чотирьох основних факторів, що впливають на переживання щастя пенсіонерами: здатність до встановлення емоційно глибоких стосунків з людьми, адаптація до нової соціальної ролі, опірність стереотипам та суб'єктивна якість стосунків у батьківській сім'ї. Аналіз факторних навантажень інтегральних змінних задоволеності життям та афективного балансу дає змогу стверджувати, що перший фактор найважливіший у системі детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів. Щоб визначити їх статистичну значимість, додатково проводився конфірматорний факторний аналіз (Додаток Е) [140].

Так, для шкали задоволеності життям факторне навантаження у факторі 1 складає 0,752, для шкали афективного балансу 0,767 (Додаток Е). Конфірматорним аналізом підтверджено значимість фактора 1 «здатність до налагодження глибоких емоційних стосунків» у детермінації задоволеності життям (28% його сукупної дисперсії) та афективного балансу (43,8%) (табл. 3.3).

Основу переживань щастя у пізній дорослості визначає можливість встановлення взаємодії з іншими, у якій особа матиме змогу реалізувати потребу у соціальній причетності та отримуватиме відчуття підтримки. Підґрунтям для цієї здатності є почуття внутрішньої збалансованості, гармонійності інтрапсихічного світу, переживання себе цілісною, ресурсною особистістю. Фактично, можна говорити про домінуючу роль блоку емоційних чинників, що мають прояв на особистісному та інтерперсональному рівнях. Таке розуміння основних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів створене на основі інтеграції положень аксіологічного та суб'єктно-вчинкового підходів: з одного боку, людина прагне до створення для себе таких умов, де буде змога реалізувати себе як самодостатню, творчу особистість, здатну до саморозвитку, з іншого – це можливо лише у соціальній взаємодії, через набуття та реалізацію цінностей.

Таблиця 3.3

Вага соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Соціально-психологічний чинник	Задоволеність життям		Афективний баланс	
	Факторне навантаження	% дисперсії змінної	Факторне навантаження	% дисперсії змінної
Здатність до налагодження глибоких емоційних взаємин	0,752*	56,6	0,767*	58,8
Адаптація до соціальної ролі	0,022	>1	-0,240*	5,8
Опірність до соціальних стереотипів	0,222	4,9	0,080	>1
Суб'єктивна оцінка якості стосунків з батьками	0,200*	4	0,110	1,2
Факторна модель загалом	-	65,5	-	66,4

Примітка. * – статистична значущість у факторній моделі підтверджена ($p < 0,05$).

До фактора 1 із найвищими у структурі факторними навантаженнями увійшли також більшість додаткових показників суб'єктивного благополуччя. Зокрема, здатність налагоджувати стосунки з людьми пов'язана із позитивним емоційним наповненням суджень про життя (шкала «оцінка», факторне навантаження 0,732), адже, згідно із рядом досліджень [50; 107; 127; 180; 326], саме стосунки з людьми, головню з близьким оточенням, визначають суб'єктивне

благополуччя у пізній дорослості, адже у них реалізуються базові потреби цього періоду життя – передача життєвого досвіду, осмислення своєї потреби, доцільності прожитого життя. Ця здатність забезпечує також оцінювання життєвих труднощів як таких, що можуть бути подоланими власними силами завдяки переживанню самоефективності (шкала «сила», 0,652), адже позитивний стосунок з оточуючими передбачає відчуття їхньої підтримки, віри у людину; задоволеність власною незалежністю (0,508), адже дає суб'єктивне відчуття ресурсної наповненості, а не пригніченості та позбавленості життєвих сил та енергії (Додаток Е).

Факторні навантаження змінних задоволеності життям та афективного балансу у факторі 2 значно менші (0,022 та -0,240 відповідно). Утім, його роль у детермінації емоційного компоненту суб'єктивного благополуччя пенсіонерів статистично підтверджена конфірмаційним аналізом (Додаток Е): адаптація у соціальному статусі на 5,8% пояснює розподіл значень змінної «афективний баланс» (табл. 3.3). Відтак, наявність зовнішніх – сприятливих життєвих обставин – чи внутрішніх – добре розвинутої життєстійкості – ресурсів дає літній людині позитивніший афективний баланс, тобто збільшення частки позитивних емоцій при оцінюванні якості власного життя. Крім того, пенсіонери частіше оцінюють обставини свого життя як прості та однозначні (шкала «сила»), як динамічніші та наповненіші подіями (шкала «активність»), якщо мають добру соціальну мережу та не обмежені у спілкуванні з близькими, та матеріально забезпечені завдяки пенсії, здобутій у трудовий період життя. Водночас, високі показники життєстійкості пов'язані із більш скептичним ставленням до життя, підкреслюванням таких його рис як складність, заплутаність, напруженість, а також пасивність, несамоствійність: імовірно, саме наявність такої риси особистості дає їм змогу менше ідеалізувати своє життя, що в силу інволюційних та соціальних змін набуває змін (не завжди позитивних), зберігати позитивний емоційний фон (вищі показники афективного балансу) та, таким чином, краще пристосовуватися до нового соціального статусу.

За результатами конфірматорного аналізу, значення фактора 3 «опірність до соціальних стереотипів» у системі детермінації суб'єктивного благополуччя незначне (табл. 3.3). Попри те, що у літературі багато уваги приділяється тому, як негативно позначається ейджизм на різних аспектах якості життя у старості [31; 75; 88; 108; 168; 187; 310], за результатами дослідження, здатність людини протистояти очікуванням соціуму щодо неї статистично значуще не здатна пояснити розподілу дисперсії досліджуваних ознак. Водночас, цей фактор особливо тісно пов'язаний із задоволеністю компетентністю (факторне навантаження 0,696) та автономією (факторне навантаження 0,504).

Фактор 4 «Суб'єктивна оцінка якості стосунків з батьками» має значення при поясненні когнітивного змісту суджень про життя (визначає 4% розподілу значень змінної «задоволеність життям»). Аналіз факторних навантажень інших компонентів фактора показав, що найтісніше з усіх допоміжних дескрипторів суб'єктивного благополуччя задоволеність стосунками у батьківській сім'ї пов'язана із задоволеністю причетністю (факторне навантаження 0,452) та показником емоційного інтелекту (0,426). Такий результат закономірний: сім'я як первинна соціальна група закладає основу подальшої міжособистісної взаємодії, дає приклади її організації, моделі для побудови стосунків. Позитивний зміст стосунків з батьками тісно пов'язаний із змістовними, наповненими стосунками з іншими людьми, а також із розвинутими навиками знаходження з ними спільної мови та налагодження емоційно насичених стосунків.

У результаті, можемо стверджувати про двосторонню обумовленість суб'єктивного благополуччя у пізній дорослості – через стосунок у мікро- та у макросередовищі, де перше має домінуючу роль, адже суттєво більш значущими у детермінації показників суб'єктивного благополуччя є здатності до налагодження інтерперсональної взаємодії, аніж до підтримання соціально очікуваного статусу. Такий результат має важливе прикладне значення: попри те, що більшість публікацій із обраної проблематики стартують із декларування збільшення частки літніх людей у суспільствах та необхідності провадження масової соціальної політики для покращення якості життя цієї верстви населення,

найефективнішою соціальною та психологічною роботою з пенсіонерами буде у менших масштабах, із застосуванням індивідуального підходу та орієнтацією на якість їхнього інтерперсонального спілкування, а не функціонування у суспільстві в цілому.

Отже, на основі отриманих даних можна стверджувати про існування системи соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів (рис. 3.3). Серед них ключову роль відіграють дві групи характеристик: інтерперсональна взаємодія та позиція в соціумі.

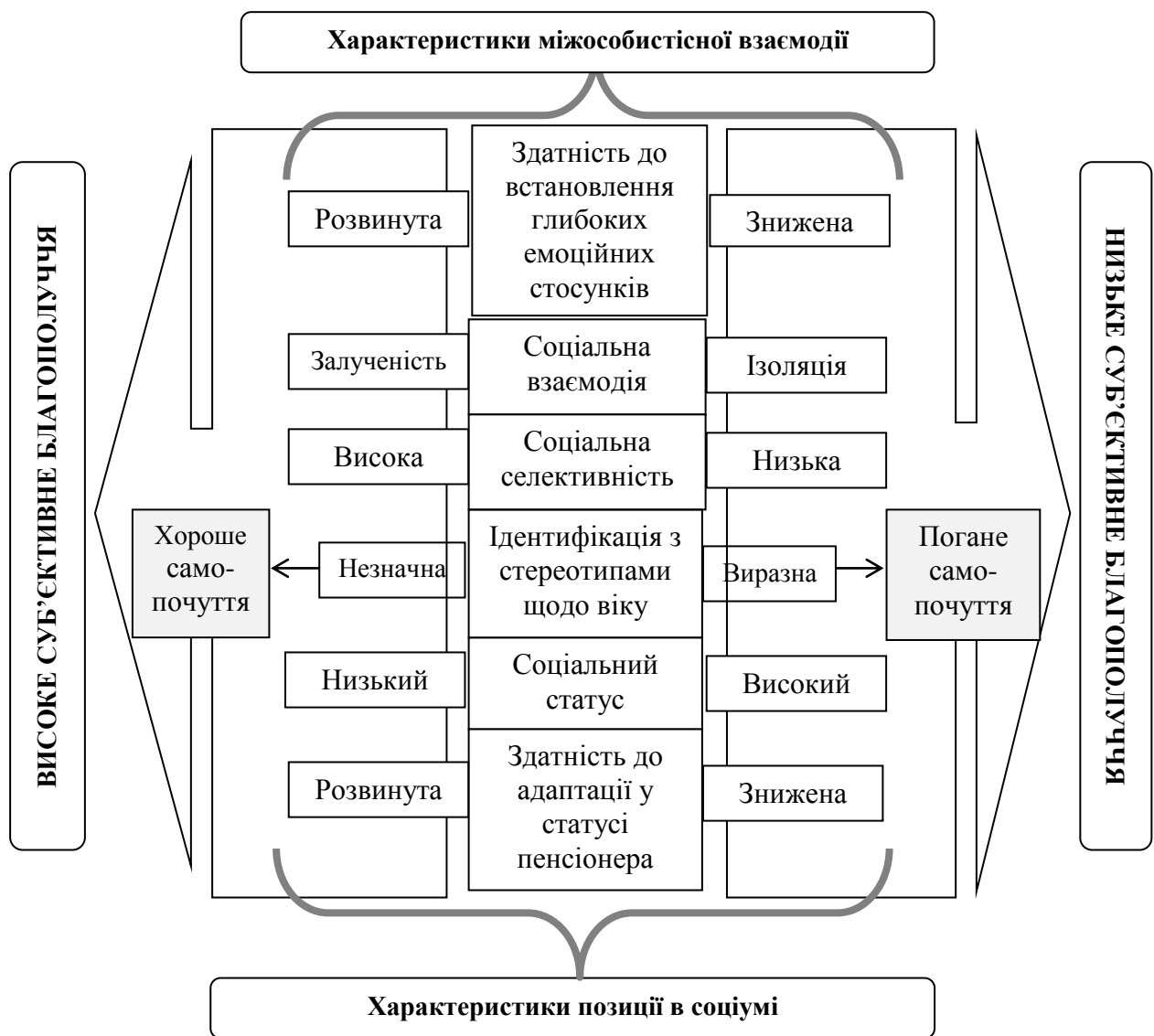


Рис. 3.3. Вплив соціально-психологічних чинників на суб'єктивне благополуччя пенсіонерів

Високі суб'єктивні оцінки якості життя людини – когнітивні судження про позитивність свого існування в цілому та окремих його сфер, загальний емоційний фон та афективне ставлення до життя – пов'язані із соціальною залученістю людини, тобто наявністю близького оточення, що сприяє переживанню себе включеним у соціальну взаємодію, дає змогу задовольняти потреби у спілкуванні. Суб'єктивне благополуччя пенсіонерів корелює із здатністю будувати із цим оточенням глибокі емоційні стосунки, тобто високим розвитком тих якостей особистості, що сприяють розумінню своїх емоцій та емоцій інших – емоційний інтелект, здатністю до їх ефективного контролю та відсутністю не відповідних ситуації негативних емоцій – тривоги, пригніченості, страху тощо. Основа цих здатностей, імовірно, закладена на ранніх етапах соціалізації, у процесі сімейного виховання, тому роль у детермінації суб'єктивного благополуччя відіграє якість стосунків з батьками. Важливою у пізній зрілості є можливість задовольняти власні комунікативні потреби у вузькому колі близьких, поступовому зниженні інтересу до налагодження широких соціальних контактів, концентрації на глибини та якості стосунків із близькими.

Окрім цього, благополучніше почуваються пенсіонери, що впродовж трудового етапу соціалізації набули вищого соціального статусу – здобули хорошу освіту та мають вищу пенсію, адже це свідчення ефективної самореалізації і змістовності власного життя, що після припинення трудової діяльності сприяє їхньому переживанню свого існування як більш ціннісного, змістовного, цікавого, підконтрольного їм та прожитого доречно, та прийняттю нового соціального статусу пенсіонерів, пошуку його позитивних сторін.

Самопочуття людини, як фізичне, так і психологічне, також визначає специфіку її оцінок якості життя у пізній зрілості, причому власне самопочуття тісно пов'язане не лише із об'єктивним станом здоров'я, але й із тим, якими є її уявлення про себе як про літню людину у світлі існуючих суспільних уявлень. Водночас, цей показник доволі мало пов'язаний із загальними оцінками якості

життя, визначаючи задоволеність лише окремими його сферами (перш за все аспектам професійної компетентності).

Низькі показники афективного балансу та задоволеності життям частіше спостерігаються у пенсіонерів, що мають низькі показники емоційного інтелекту та високий рівень депресивності, тобто їхня емоційна сфера не сприяє встановленню важливих у пізній дорослості емоційно наповнених стосунків з близькими. Окрім цього, об'єктивні обставини їхнього соціального функціонування – соціальна ізоляція, більш виражена у мешканців геріатричного пансіонату, однак присутня також у людей, що живуть самотньо, утім не мають змоги часто зустрічатися з близькими – також не сприяють високому суб'єктивному благополуччю. Частина пенсіонерів, не знаходячи в оточенні рідних задоволення потреб у соціальній причетності, займають активну життєву позицію, взаємодіють із великою кількістю людей, тим самим не реалізуючи соціальної селективності. До певної міри цим соціально активні пенсіонери підвищують оцінки власного життя, однак вони все одно нижчі, аніж у тих, хто зосереджений на активності у побутово-сімейній сфері.

Невдоволені життям пенсіонери частіше мають нижчий соціальний статус, а, отже, нестачу матеріальних благ для задоволення базових потреб та переживання нереалізованості свого потенціалу впродовж продуктивного періоду життя, тому не можуть прийняти нової соціальної ролі. З іншого боку, адаптації у статусі пенсіонера не сприяє також низька життєстійкість, тобто нездатність переживати стресові ситуації як випадкові, що не залишають негативного відбутку на існуванні в цілому, є досвідом, а не свідченням беззмістовності існування. Нижче суб'єктивне благополуччя декларують також пенсіонери із поганим самопочуттям, перш за все через їхнє прийняття на себе вікових стереотипів про обмеженість власних фізичних можливостей та емоційні дефіцити.

Відповідно до аксіологічного підходу до розуміння суб'єктивного благополуччя, воно є продуктом соціальної взаємодії, адже формується під впливом суспільних уявлень та завдяки засвоєнню людиною соціальних норм

[147], від змісту яких значно залежить позитивне чи негативне змістове наповнення оцінок власного життя [20]. Виходячи із знань про період життя людини після виходу на пенсію за віком, стає зрозумілим виразний соціально-психологічний зміст описаної системи, адже провідними ціннісними орієнтаціями цього періоду та основними потребами, що мають бути задоволеними для реалізації особистісного потенціалу, є налагодження конструктивної взаємодії із близькими людьми, віднайдення порозуміння із собою та світом, інтеграція досвіду і планів на майбутнє, прийняття змін соціальних ролей та пристосування до них.

3.2. Відмінності соціально-психологічної обумовленості когнітивного та афективного аспектів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Попри цілісність явища суб'єктивного благополуччя, описана факторна структура вказує на існування дещо відмінної системи детермінації компонентів суб'єктивного благополуччя. З цієї причини регресійний аналіз проводився окремо для різних його показників для більш детального розуміння відмінностей системи детермінації когнітивного та афективного аспектів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів.

Важливими для задоволеності життям пенсіонерів є такі чинники, як соціальна залученість, здатність встановлювати емоційно наповнені стосунки з іншими та здатність адаптуватися до нової соціальної ролі (Додаток В). Когнітивне судження про якість життя відмінне у людей, що мають змогу жити з кимось з рідних, та у тих, хто живе сам чи у геріатричному пансіонаті; у тих, хто отримує матеріальну допомогу від близьких і у тих, хто живе виключно на власні кошти; у людей із високим та низьким емоційним інтелектом та різним психологічним здоров'ям; у пенсіонерів із різним рівнем життєстійкості та розміром пенсії. Окреслені чинники пояснюють 41,6% дисперсії даних індикатора когнітивного благополуччя, тобто окреслюють більш ніж третину чинників, що сприяють формуванню позитивних суджень про якість життя у пізній дорослості.

Порівняно із задоволеністю життям, соціально-психологічна обумовленість афективного балансу пенсіонерів значно більш різноманітна та неоднозначна (Додаток В). Крім того, прогностична здатність цієї моделі порівняно менша – 33,4%. До неї також входять індикатори соціальної залученості (проживання з близькими та частота зустрічей з ними, наявність матеріальної допомоги рідних), здатності будувати глибокі емоційні стосунки з іншими (емоційний інтелект, суб'єктивна оцінка психологічного компоненту здоров'я), здатності адаптуватися до соціальної ролі пенсіонера (життестійкість), а, окрім цього, показники ідентифікації із стереотипами старості (оцінка фізичного стану здоров'я та суб'єктивний вік) і ряд соціально-демографічних показників (розмір пенсії, рівень освіти, вік). Імовірно, оскільки афективний баланс описує емоційний компонент суб'єктивного благополуччя, він є більш нестабільним та реактивним, тому спостерігається більше різноманіття чинників, що його визначають, порівняно із раціональнішим когнітивним компонентом. Крім того, емоційне благополуччя у більшій мірі залежить від соціально-демографічних показників – як біологічно детермінованих (в силу вікових змін соціальної ситуації розвитку пенсіонерів, зумовлених у тому числі ставленням до змісту свого існування, міжстатевими та гендерними відмінностями сприймання реальності та емоційного реагування на нього [25; 45]), так і показників соціального статусу, що може сприйматися як показник успішності свого життєвого шляху. Оскільки соціальні стереотипи більш емоційно забарвлені, аніж раціонально обґрунтовані, їхній більший вплив на афективний баланс, а не на задоволеність життям, також є закономірним. Така різноманітність чинників, з одного боку, вказує на складність організації цього компоненту суб'єктивного благополуччя, а з іншого, пов'язана із труднощами впливу на нього у ході реалізації соціально-психологічного супроводу, у той час як когнітивний компонент благополуччя у більшій мірі може піддаватися корекції.

Кожен із описаних соціально-психологічних чинників був більш детально вивчений на основі кореляційного та порівняльного аналізів з метою з'ясування специфіки його ролі у формуванні когнітивного та афективного компонентів

суб'єктивного благополуччя та можливих напрямів їх корекції у ході надання соціально-психологічної допомоги пенсіонерам на різних рівнях. В однаковій мірі найбільш задоволені життям та емоційно позитивно налаштовані досліджувані, що перебувають у шлюбі, як і зазначалося для інтегрального показника суб'єктивного благополуччя. Найнижчі ці показники у розлучених та неодружених пенсіонерів, навіть овдовілі вказують, що їхнє життя їм більше подобається. Імовірно, особи, що ніколи не мали партнера або ті, чий сімейний досвід не був вдалим, не відчують, що реалізувати себе у сімейній сфері (на це також вказує порівняно нижча задоволеність у них стосунками із чоловіком чи дружиною (Додаток В)), а, отже, підводячи підсумки життя, переживають це як незавершеність життєвого плану. Спільне проживання з кимось із близьких або принаймні у власному помешканні, за межами середовища соціальної депривації, більше позначається на позитивних когнітивних судженнях про життя ($r=0,39$ при $p<0,01$), аніж на афективному благополуччі ($r=0,23$ при $p<0,05$). Пенсіонери, що живуть у геріатричному пансіонаті, порівняно із тими, що мають власний дім, частіше декларують негативні емоції ($r=-0,30$ при $p<0,01$), тоді як статистично значущого зниження у них показника позитивних емоцій, порівняно з іншими, не простежено ($r=0,05$). Порівняно із афективним балансом, задоволеність життям вища також за умови надання пенсіонерам матеріальної допомоги рідними ($r=0,21$ при $p<0,05$) – ще одного аспекту соціальної залученості, що дає змогу відчути піклування про себе, а не покинутість та необхідність самому вирішувати проблеми.

Показово, що значимішим для суб'єктивного благополуччя пенсіонерів – як для когнітивного, так і для афективного компоненту – є не показник частоти відвідування рідними, а широта соціальної мережі в оточенні рідних, яка досліджувалася питаннями про кількість дітей, внуків та правнуків. Чим більше їх у пенсіонерів, тим більш задоволеними життям та емоційно благополучними вони є. Згідно із Н. С. Пряжніковим [107], людям після 60-ти стає особливо важливою можливість передачі досвіду майбутнім поколінням. Власне, ще й тому

спілкування з близькими, особливо з молодшими за себе, поряд із уникненням переживань щодо соціальної ізоляції відіграє у пізній дорослості важливу роль.

При дослідженні ролі здатності до налагодження глибоких емоційно насичених контактів з людьми кореляційний аналіз виявився мало інформативним. Усі компоненти емоційного інтелекту – як ті, що пов'язані із диференціацією і розумінням своїх переживань ($r=0,39$) та управління своїми переживаннями ($r=0,36$), так і ті, що забезпечують розуміння емоцій інших ($r=0,33$) та управління ними ($r=0,35$) – тісно пов'язані з показником задоволеності життям. Отже, однаково важливим для встановлення тісного контакту з іншими необхідними є як розуміння потреб та переживань цієї людини, так і власна емоційна гармонійність. Останній аспект підтверджується оберненою кореляцією задоволеності життям із показником депресивності ($r=-0,39$) та прямою – із узагальненим числовим показником суб'єктивної оцінки психологічного компоненту здоров'я ($r=0,41$) та окремих його аспектів (Додаток В).

Аналогічні результати простежено для афективного балансу, із дещо вищими коефіцієнтами кореляції для шкал депресивності ($r=-0,53$) та оцінки психологічного компоненту здоров'я ($r=0,46$), та нижчими – для показника емоційного інтелекту (зв'язок інтегральної шкали EQ та показника афективного балансу $r=0,46$). Це можна пояснити природою основних компонентів суб'єктивного благополуччя: оскільки афективний баланс пов'язаний із емоційним ставленням до життя, важливішим у його формуванні є показник гармонійності особистості, збалансованості власних переживань, тоді як когнітивне благополуччя дещо більш пов'язане саме із розумінням переживань, не їх змістовою наповненістю, а із осмисленням. Водночас, ці відмінності не є значимими, що вкотре вказує на цілісність досліджуваного явища, з одного боку, а їхні високі значення – на важливість здатності налагоджувати емоційні стосунки з людьми у пізній дорослості, з іншого. Слід також зазначити, що якщо досліджувані дескриптори соціальної залученості не можуть піддаватися психокорекційним впливам, то дескриптори здатності до встановлення емоційно насичених стосунків є психологічними якостями, а, отже, можуть бути розвинуті

чи актуалізовані у ході психологічної допомоги. До роботи з першими повинні бути залучені соціальні працівники, тоді як роль психолога зводиться до їх переосмислення та прийняття (наприклад, примирення із смертю шлюбного партнера чи опрацювання переживань щодо нереалізованості людини у сімейній сфері через не вступання у шлюб).

Інтегральний показник задоволеності життям не є прямо статистично пов'язаним із життєстійкістю та жодним із її компонентів. При більш детальному аналізі виявлено, що життєстійкість сприяє оцінці умов життя людиною як кращих ($r=0,28$). Тобто у когнітивному плані пристосування пенсіонерів до нової соціальної ролі перш за все визначаються звиканням до життєвих умов, що часто пов'язані із погіршенням матеріального забезпечення, зменшенням кількості коштів, імовірно – необхідністю відмовляти собі в отриманні деяких благ, що були доступними раніше. Тісніше життєстійкість корелює із афективним балансом ($r=0,23$), перш за все із частотою переживання позитивних емоцій ($r=0,27$). Це означає, що відчуття наявності внутрішніх ресурсів для подолання стресових обставин, віра у власну спроможність долати труднощі дає людині переживання радості, адже пов'язані із вірою у себе, позитивною самооцінкою, переживанням себе як спроможної, самодостатньої особи. Така віра, у свою чергу, сприяє їхньому кращому адаптуванню у ролі пенсіонерів, адже дає змогу долати можливі фрустрації, що виникають як в силу об'єктивних обмежень, так і суспільних стереотипізованих сприймань. Особливо значимим для збалансованості емоційних оцінок життя пенсіонерів є такий компонент життєстійкості як залученість ($r=0,26$): частіше позитивні і рідше – негативні емоції переживають люди, які попри припинення трудової діяльності знаходять у своїй актуальній життєвій ситуації щось цікаве для себе, тобто які прийняли нову соціальну роль, не переживають її як обмежену та приречену на соціальну ізоляцію, але які отримують задоволення від того, чим займаються. Водночас, пенсіонери із низьким компонентом залученості частіше переживають негативні емоції і рідко радіють, адже переживають себе «поза» життям, відкинутими на другорядний план, тобто не приймають нового статусу, не шукають способів

отримувати задоволення від збільшення частки вільного часу та можливості проводити його на власний розсуд.

Окремо досліджувалася соціально-психологічна зумовленість додаткових дескрипторів когнітивного та афективного благополуччя (Додаток В). Серед потреб, що сприяють самодетермінації [323; 324], оцінка задоволеності автономією пенсіонера на 52,5% пояснюється таким набором індикаторів: рівень депресивності, суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я, емоційний інтелект, розмір пенсії, частота зустрічей з рідними та рівень освіти. Закономірно, що значення соціальної залученості у цій моделі порівняно незначне, серед перелічених дескрипторів немає більш однозначних як спільність проживання чи наявність фінансової підтримки. Встановлено, що більш задоволені автономією також пенсіонери, яких частіше, аніж інших, навідують їхні близькі ($r=0,25$). Водночас, основну роль тут відіграють емоційні аспекти налагодження комунікації та показники соціальної адаптації – ідентифікація із соціальним статусом пенсіонера (адже встановлено статистично значущу кореляцію цього дескриптора суб'єктивного благополуччя із показником суб'єктивного віку, $r=0,25$), стан здоров'я на основі оцінки самопочуття ($r=0,48$), соціально-демографічні показники соціального статусу – рівень освіти ($r=0,20$) та розмір пенсії ($r=0,37$).

Слід вказати також на обернену кореляцію значень цього компоненту задоволеності життям та такого аспекту життестійкості як прийняття ризику ($r=-0,17$), що, на перший погляд, не є очевидною. Пенсіонери, які у житті свідомо більше йшли на ризик, трактуючи його наслідки не як потенційні успіх чи невдачу, але як обов'язково здобутий досвід – неважливо, позитивний чи негативний – у пізній дорослості у меншій мірі задоволені власною незалежністю, аніж ті, хто вів поміркованіше життя, мало ризикував, остерігаючись промахів. Імовірно, тепер, у період переосмислення минулого, останні мають змогу відзначити у себе порівняно більше досягнень, аніж втрат, що підвищує загальну оцінку життя. До того ж, маючи вибір та уникаючи обставин, які могли б обернутися не в їхню сторону, такі люди берегли власні енергію та здоров'я, а задоволеність останнім визначена як важливий компонент задоволеності

незалежністю у пізній дорослості. Крім того, мало ризикуючи, вони у меншій мірі мають необхідність просити про допомогу інших, а, отже, справді можуть оцінити себе як більш самостійних у проходженні життєвих випробувань.

Основним чинником задоволеності пенсіонера власною компетентністю є рівень освіти: чим більш освіченою є особа, тим у продуктивний період свого життя більше можливостей для здобуття хорошої роботи вона мала. Утім, це лише частково пояснює задоволеність професійною реалізацією, всього система чинників включає 9 показників (не лише тих, що пов'язані із професійною сферою, але й тих, що забезпечують міжособистісну комунікацію на різних рівнях, тобто мова йде про компетентність у широкому сенсі, як прагнення пережити власну здатність бути успішною у виконанні діяльності у тій чи іншій ділянці [208]), що разом описують досліджуване явище на 40,5% (Додаток В).

У пенсіонерів, задоволених компетентністю, порівняно вищі показники за шкалою «залученість» із опитувальника життєстійкості ($r=0,16$), тобто вони сприймають події життя як цікавіші та змістовніші, отримують максимальне задоволення від діяльності, якою займаються, тобто мають вищі показники інтринзивної мотивації до діяльності [208; 323]. Вони також мають високий рівень емоційного інтелекту та розвинуту здатність емоційного контролю, почуваються внутрішньо гармонійно, що дає їм змогу приймати важливі рішення (у професійній сфері і не тільки, зокрема, імовірно, обрати собі той рід діяльності, що у продуктивний період життя приносив задоволення та переживання корисності власної роботи), керуючись розумом, а не емоціями. Задоволені компетентністю люди, як правило, декларують кращу якість сімейних стосунків ($r=0,24$ зі шкалою задоволеності стосунками з дружиною чи чоловіком, $r=0,38$ – стосунками з дітьми). Сім'я – те найближче середовище, де людина має змогу бути собою, висловлювати свої переживання, якими не завжди можливо поділитися з інших сферах, наприклад, на роботі. Утім, в сім'ю як у довірливе оточення привносяться зазвичай не лише позитивні, але й негативні переживання через події в інших аспектах життя і конфлікти, що можуть виникати, зумовлені зовнішніми чинниками. Відтак, невдоволеність у професійній сфері може

призводити до наповнення негативними емоціями сімейного життя, яке також страждає від цього і не приносить бажаної позитивної віддачі, тому у пізній дорослості при аналізі життя обидві ці сфери оцінюються не максимально високо.

Задоволеність причетністю лише на 25,2% пояснюється досліджуваними соціально-психологічними чинниками (Додаток В). Найпотужніші серед них – емоційні: більш задоволені взаємодією із близькими та з людьми в цілому навіть не ті пенсіонери, що проживають із ними на спільній території, але ті, хто мають особисті якості, що дають змогу встановлювати ці контакти за будь-яких обставин (емоційний інтелект). Велике значення відіграє також життестійкість: особи із розвинутими якостями, що сприяють ефективному подоланню стресових ситуацій, зберігаючи внутрішню рівновагу, краще пристосовуються до реалій пізньої дорослості, у яких доволі частою обставиною є втрата раніше актуальних стосунків, смерть близьких, вимушене усамітнення. Як і задоволеність компетентністю, високі оцінки задоволеності причетністю пов'язані із тим аспектом життестійкості, що дає змогу переживати свою щоденну діяльність як цікаву (кореляція зі шкалою «залученість» $r=0,22$). Ця якість сприяє віднайденню позитивного змісту у тих стосунках, які людина має, а не прагнути до ідеальної комунікації і звертати увагу перш за все на невідповідність їй.

Задоволеність стосунками з батьками у найменшій мірі вдалося обґрунтувати, виходячи із обраної комбінації досліджуваних чинників (4,9%). Разом показники емоційного інтелекту, спільності проживання з близькими, суб'єктивної оцінки фізичного здоров'я та наявності матеріальної підтримки рідних пояснюють навіть менше 5% дисперсії значень цього аспекту задоволеності пенсіонерів життям. Цей аспект суб'єктивного благополуччя пов'язаний із загальною задоволеністю життям ($r=0,14$), головню із задоволеністю умовами життя ($r=0,15$), а також із оцінкою власної незалежності ($r=0,18$), задоволеністю матеріальними вигодами ($r=0,21$), стосунками (з друзями ($r=0,17$), шлюбним партнером ($r=0,20$), дітьми ($r=0,23$)), розумінням себе ($r=0,25$) (Додаток В). Отже, задоволеність стосунками з батьками більш доцільно розглядати не у контексті залежності від соціально-психологічних чинників,

окреслених емоційними та міжособистісними особливостями, а як predisпозицію до формування задоволеності іншими аспектами життя, перш за все матеріальними благами, стосунками з близькими людьми та оцінкою себе. Зв'язок задоволеності батьківською сім'єю та матеріальною стороною життя може лежати у руслі оцінки людиною «стартового капіталу» у дитинстві: можна припустити, що ті пенсіонери, які вважають власне життя складеним матеріально успішно, у певній мірі бачать основу цього у вдалому фінансовому вихованні та надійній позиції їхньої сім'ї у час, коли вони починали самотійне життя (а, отже, мали підтримку для більш успішного старту). Водночас, вихідці із бідних сімей, навпаки, подальші життєві невдачі частково можуть списувати на об'єктивну неможливість досягнення успіху через погану матеріальну забезпеченість. Окрім цього, задоволеність стосунками з батьками корелює із позитивними оцінками взаємодії у власній сім'ї та в близькому оточенні, адже ще класичними психоаналітиками описано, як сімейні сценарії визначають особливості побудови людиною стосунків у дорослому віці. Врешті, сім'я як первинна референтна група закладає основи самооцінки, самоповаги, ставлення до себе. Якщо на етапі підведення підсумків життя людина пригадує перш за все позитивний зміст власних дитячо-батьківських стосунків, у якому формувалося позитивне бачення себе, то частіше декларує також задоволеність тими сферами життя, що залежать від неї самої: розуміння себе, власна незалежність, здатність бути самоєфективним, долати життєві завдання власними силами.

Розподіл дисперсії емоційного ставлення до життя пенсіонерів, як і базовий афективний компонент суб'єктивного благополуччя, дещо менш повно описується обраними дескрипторами. Домінуючий емоційний фон при оцінюванні якості життя (шкала «оцінка») на 28,7% описує статистична модель, перші три складові якої закономірно включають дескриптори, що стосуються емоційної сфери – рівень депресивності, суб'єктивна оцінка психологічного здоров'я та емоційний інтелект, тоді як наступні три є соціально-демографічними характеристиками – розмір пенсії, вік, рівень освіти (Додаток В). Саме останні три показники, імовірно, при підбиванні підсумків минулого, набувають

найзначнішого емоційного резонансу, пригадування невдач у них чи прийняття того стану справ, який є, виразно позначаються на загальному емоційному фоні. Водночас, домінуючий емоційний фон пенсіонерів порівняно мало визначається власне міжособистісним аспектом життя пенсіонерів. Так, серед статистично значущих дескрипторів немає показника проживання з близькими, кореляційним аналізом не виявлено важливих кореляцій цих показників із широтою соціальної мережі чи частотою зустрічей з близькими. У той же час, більш оптимістичним ставлення до життя пенсіонерів робить більший розмір пенсії ($r=0,21$), точніше, як вказувалося вище, хороші соціальні виплати знижують частоту переживання негативних емоцій, однак не обов'язково стають підставою для позитивних.

Оцінка життєвих труднощів з позицій їх здоланності власними силами (шкала «сила») більш складна та в результаті регресійного аналізу була пояснена системою із 8 чинників лише на 22% (Додаток В). Залученість до соціальної взаємодії (проживання з близькими чи наодинці), здатність до емоційної близькості (рівень депресивності та емоційний інтелект), здатність адаптуватися до старості (життєстійкість), несхильність приймати на себе стереотипи щодо віку (суб'єктивний вік), а також ряд соціально-демографічних характеристик (вік, стать, рівень освіти) визначають цей аспект оцінки якості життя. Відтак, оцінка труднощів у пенсіонерів пов'язана як із об'єктивними обставинами життя, так і з інтерперсональним аспектом – соціальною перцепцією, стосунками з людьми, тобто долання цих труднощів у значній мірі відчувається більш здійсненим, якщо є підтримка інших. Особливою тут є роль життєстійкості: високі її показники ($r=-0,15$), перш за все таких її компонентів як «контроль» ($r=-0,16$) та «прийняття ризику» ($r=-0,23$), пов'язані із низькими значеннями за шкалою «сила», і навпаки. Це означає, що більш складним та обтяжливим життя сприймають пенсіонери, яким притаманно сприймати його як таке, яким вони самі управляють, на яке впливають та яке контролюють, а також як таке, де перемоги і поразки є умовами здобуття досвіду, а не підставою для судження про життя як хороше чи погане. Натомість, ті, хто частіше сприймає події життя як наперед заплановані і невіддільні особистому контролю, хто не бере уроків із

помилки, які здійснює, частіше приписують життю ідеалістичні характеристики як «просто», «розслаблене», «прямолінійне». В останніх таке трактування життя, імовірно, формується за принципом захисного механізму реактивного утворення: якщо вони не бачать шансів для подолання складних обставин, то несвідомо їх бачення стає ідеалізованим. З іншого боку, слід зважати на те, що життестійкість, згідно із трактуванням С. Мадді [292], є набутою якістю, що розвивається в умовах потрапляння до кризових ситуацій та ефективного їх додання. Можливо, низькі показники життестійкості у пенсіонерів, що ідеалізують життя, зумовлені відсутністю об'єктивного переживання ними значної кількості складних подій. Така позиція, водночас, доволі небезпечна, адже особиста ресурсність цих досліджуваних обмежена і адаптація до життя у пізній дорослості у них може проходити складно, що може позначитися як на суб'єктивному благополуччі, так і на інших аспектах життя – стосунках з людьми, самопочутті тощо. Досліджувані із високими показниками життестійкості, констатуючи наявність труднощів, описують життя як складне та заплутане, утім мають достатній внутрішній ресурс для адаптації до обставин та для копіngu і, як наслідок, більш сприятливий фон для загального суб'єктивного благополуччя.

Ставлення до життя як активного чи пасивного у пенсіонерів найменш міжособистісно детерміноване. Воно у більшій мірі пов'язане із особистою гармонією (низькими показниками депресивності), фізичним самопочуттям, хоча інші, вище описані дескриптори, також відіграють важливу роль. Провідну роль серед чинників оцінок життя із погляду активності-пасивності (що у цілому пояснюють 27,5% дисперсії) відіграють рівень освіти та розмір пенсії (Додаток В), тобто демографічні соціально-статусні показники. Детальніший аналіз вказує на те, що найбільш активним життя вважають пенсіонери із найвищою пенсією ($r=0,26$, $p<0,05$), однак не із найвищою освітою ($r=0,02$, $p>0,05$), а з неповною середньою. Недивно, адже їхня робота, найімовірніше, була пов'язана із важкою фізичною працею і життя справді було динамічним та рухливим. Як активніше життя сприймають також пенсіонери, у яких більша соціальна мережа – більше дітей ($r=0,26$) та внуків ($r=0,28$), а, отже, більше

можливостей для комунікації, залучення до соціальної взаємодії (на це ж вказує кореляція аналізованого показника із частотою зустрічей пенсіонера з рідними $r = -0,18$).

Отже, можемо стверджувати про більш виразний соціально-психологічний зміст когнітивного компоненту суб'єктивного благополуччя, адже він визначається як у цілому, так і в окремих його аспектах, тими якостями, що проявляються у міжособистісній комунікації, а також власне змістом цієї комунікації. Принципово важливими є такі чинники як соціальна залученість, здатність встановлювати емоційно наповнені стосунки з іншими та здатність адаптуватися до нової соціальної ролі та до прийняття тих життєвих обставин, у які людина потрапляла впродовж життя, які долала та з якими стикається в актуальний час. Пенсіонери, які мають хороший контакт з близькими, почуваються не лише більш задоволені життям у цілому, але й оцінюють свої сили для подолання життєвих труднощів як достатні для самостійного проходження цих ситуацій. Навіть просте перебування когось із близьких у зоні щоденного доступу, можливість взаємодії з ними дає відчуття змістовної наповненості життя. Першочергову роль тут відіграють представники молодших поколінь – діти та внуки, яким старша людина має бажання та потребу передавати життєвий досвід. Водночас, ще більш потужним чинником задоволеності життям виступає емоційний інтелект як комплексна характеристика, з одного боку, власної емоційної гармонійності та контрольованості, а з іншого – розуміння переживань інших, тобто особливе значення мають не об'єктивно сприятливі обставини для встановлення контактів (навіть у геріатричному пансіонаті зустрічаються досліджувані із високими показниками суб'єктивного благополуччя), а особиста спрямованість на організацію ефективного спілкування.

Соціально-психологічна детермінація афективного компоненту суб'єктивного благополуччя, порівняно із когнітивним, значно складніша та менш однозначна. Окрім описаних чинників, необхідних для задоволеності життям, її значно детермінують також здатність людини протистояти стереотипам старості

(головно переживати свій вік як молодший, аніж паспортний, почуватися молодшою за об'єктивний вік, тоді як для задоволеності життям суб'єктивний вік не має важливого значення) та ряд демографічних показників як вік, стать, розмір пенсії та рівень освіти. Власне позитивний емоційний фон у більшій мірі обумовлений індивідуально-, а не соціально-психологічно, роль міжособистісного аспекту у його забезпеченні вторинна, порівняно із емоційною збалансованістю та внутрішньою гармонією. Остання значно залежить від економічного становища людини, головно від розміру пенсії, який є каталізатором зниження негативних переживань. Із отриманих результатів можна зробити висновок про складність корекції емоційного аспекту суб'єктивного благополуччя, його зумовленість складнішими механізмами та тими чинниками, які не піддаються психологічним впливам, адже пов'язані з об'єктивними умовами життя. Навіть розвиток особистісних якостей, що сприятимуть налагодженню якісних стосунків з людьми, не стане гарантією переживання позитивних емоцій як основного емоційного фону, особливо в умовах підведення підсумків життя. Відтак, доцільною у психологічній роботі є орієнтація на підвищення когнітивного благополуччя, формування позитивних суджень про своє життя та про себе у ньому, що може бути досягнуто у спільній роботі соціальної та психологічної служб.

3.3. Відмінності у структурі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів залежно від статі

Хоча рівень суб'єктивного благополуччя не має статистично значущих відмінностей у людей різної статі, з точки зору прикладної значущості доцільно здійснити аналіз чинників суб'єктивного благополуччя чоловіків та жінок літнього віку, адже врахування відмінностей актуальних та обставин життя минулого, організації життєвої активності, соціальних очікувань, особистісних якостей тощо може бути важливим у процесі організації психологічної роботи з

пенсіонерами з метою підвищення задоволеності життям та досягнення позитивного афективного балансу.

Оскільки особливості взаємодії з оточенням мають одне із ключових значень у визначенні специфіки оцінок якості життя пенсіонерів, було висунуто припущення про те, що існують відмінності у структурах чинників суб'єктивного благополуччя чоловіків та жінок, які, з огляду на статево-гендерні особливості, специфіку соціалізації та ін. по-різному вибудовують стосунки з іншими людьми. Обсяг підгруп при виконанні процедури багатофакторного аналізу менший, аніж у загальній досліджуваній групі, відмінності відтвореної та кореляційної матриць не були достатньо статистично значущими для того, щоб отримані факторні моделі вважати якісними, тому на цьому етапі багатофакторний аналіз проводився із залученням усіх зазначених у розділі 2 дескрипторів соціально-психологічних та демографічних чинників. Аналізувалися факторні навантаження змінних «задоволеність життям» та «афективний баланс» (перевірка значущості яких проводилася методом конфірматорного аналізу) з метою визначення їх соціально-психологічної обумовленості.

Із описаної 6-факторної моделі, яка пояснює майже 65% сукупної дисперсії змінних (Додаток Ж), для чоловіків встановлено статистичну значущість трьох чинників суб'єктивного благополуччя – психологічних ресурсів соціально-психологічної адаптації, емоційного інтелекту та матеріальної допомоги рідних.

Найтісніше із дескрипторами суб'єктивного благополуччя чоловіків пов'язані показники життєстійкості, рівня депресивності, суб'єктивної оцінки психологічного здоров'я, які разом описують психологічні ресурси ефективної соціально-психологічної адаптації пенсіонера. Емоційно стабільні чоловіки у пізній дорослості краще справляються із стресовими ситуаціями, мають більше внутрішніх ресурсів для подолання труднощів, і це – запорука їхньої соціальної адаптації та суб'єктивного благополуччя, як когнітивного (цей фактор пояснює майже 40% дисперсії значень задоволеності життям), так і, особливо, афективного (59,1% дисперсії афективного балансу) компонентів (табл. 3.4, Додаток Ж).

Окрім цього, важливе значення у детермінації суб'єктивного благополуччя чоловіків відіграють якості, необхідні для встановлення ефективної комунікації з людьми через розуміння змісту емоційних переживань (факторне навантаження шкали «емоційний інтелект» у цьому факторі 0,642). У значній мірі здатність до налагодження тісних стосунків з людьми у чоловіків визначає задоволеність основних самодетермінаційних потреб – у приналежності (0,568), компетентності (0,775), автономії (0,747), а також пов'язана із ставленням до життя як до активного, насиченого (0,536), адже у позитивній взаємодії з іншими особа здобуває позитивні ресурси для долаання труднощів.

Таблиця 3.4

Роль соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів-чоловіків

Чинник	Задоволеність життям		Афективний баланс	
	Факторне навантаження	% дисперсії змінної	Факторне навантаження	% дисперсії змінної
Психологічні ресурси соціально-психологічної адаптації	0,630*	39,7	0,769*	59,1
Емоційний інтелект	0,409*	16,7	0,230*	5,3
Нечасті зустрічі з рідними	-0,019	>1	-0,176	3,1
Суб'єктивна оцінка здоров'я	0,124	1,5	0,021	>1
Соціально-демографічні чинники	-0,017	>1	0,004	>1
Матеріальна самостійність	-0,284*	8,1	-0,027	>1
Факторна модель загалом	-	66,1	-	67,6

Примітка. * – статистична значущість у факторній моделі підтверджена ($p < 0,05$).

Водночас, у системі чинників суб'єктивного благополуччя чоловіків значне місце займає потреба у самостійності, перш за все фінансовій: значно нижче якість свого життя оцінюють пенсіонери, яким допомагають матеріально їхні близькі, фактор 6 «матеріальна самостійність» пояснює 8,1% розподілу числових значень задоволеності життям. Така допомога для них, імовірно, є показником некомпетентності, неуспішності організації свого життя, у якому вони не забезпечили себе до старості, тому когнітивне судження про якість життя суттєво

погіршується, при цьому не позначаючись значно на афективному благополуччі пенсіонера.

Власне, якщо стосунки з людьми в цілому мають доволі важливе значення для суб'єктивного благополуччя чоловіків, то взаємодія з близькими – не настільки однозначна. Показник частоти зустрічей з рідними не пов'язаний із задоволеністю життям ($r=-0,08$, $p<0,05$) та з афективним балансом ($r=-0,16$, $p<0,05$). Можна припустити, що у випадку частого навідування пенсіонера-чоловіка родичі пропонують йому допомогу у тих справах, які він звик робити самостійно і такі пропозиції для нього – апелювання до його несамотійності, неспроможності зарадити собі у житті. Імовірно, для чоловіків-пенсіонерів важливий не стільки факт взаємодії, скільки той ресурс, який вони можуть із неї взяти. Якщо це – насичення позитивними переживаннями, тоді вони відіграють позитивне значення в оцінці якості життя. Якщо ж цей стосунок підкреслює негативні наслідки старіння, втрату попередніх здатностей до самостійного задоволення потреб, то його наявність корелює із показниками суб'єктивного благополуччя обернено.

Оскільки старість асоціюється у суспільстві у першу чергу із втратою фізичних сил та погіршенням здоров'я, суб'єктивне благополуччя чоловіків залежить також від самопочуття. Зокрема, задоволеність життям вища у тих, хто вказує на краще фізичне ($r=0,26$, $p<0,05$) та психологічне ($r=0,33$, $p<0,05$) здоров'я, останнє корелює також із позитивним афективним балансом ($r=0,36$, $p<0,05$). Цей результат також можна пояснити важливістю відповідності чоловіка соціальним очікуванням, тоді як втрата життєвих сил віддаляє його від образу того, хто може сам про себе дбати.

Отже, у структурі соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя чоловіків важливу роль відіграють ресурси для соціально-психологічній адаптації, якості, що сприяють налагодженню стосунків з людьми, а також переживання власної самостійності, перш за все в економічній сфері (рис. 3.4). Комунікативні потреби літніх чоловіків для підтримання високого суб'єктивного благополуччя повинні бути реалізовані через спілкування із

ширшим, аніж сімейне, колом, адже звуження взаємодії до близького оточення пов'язане із роздумами про втрату звичної активної позиції, що погіршує когнітивні оцінки якості життя. Водночас, афективний баланс пенсiонера не визначається матеріальною самостійністю, більш ніж на половину його значень детермінуючись здатністю зберігати внутрішню гармонію та налагоджувати стосунки з оточенням. Деяка незначна роль у структурі чинників суб'єктивного благополуччя літніх чоловіків належить також суб'єктивній оцінці стану здоров'я, однак самопочуття не є визначальним у забезпеченні переживання щастя.

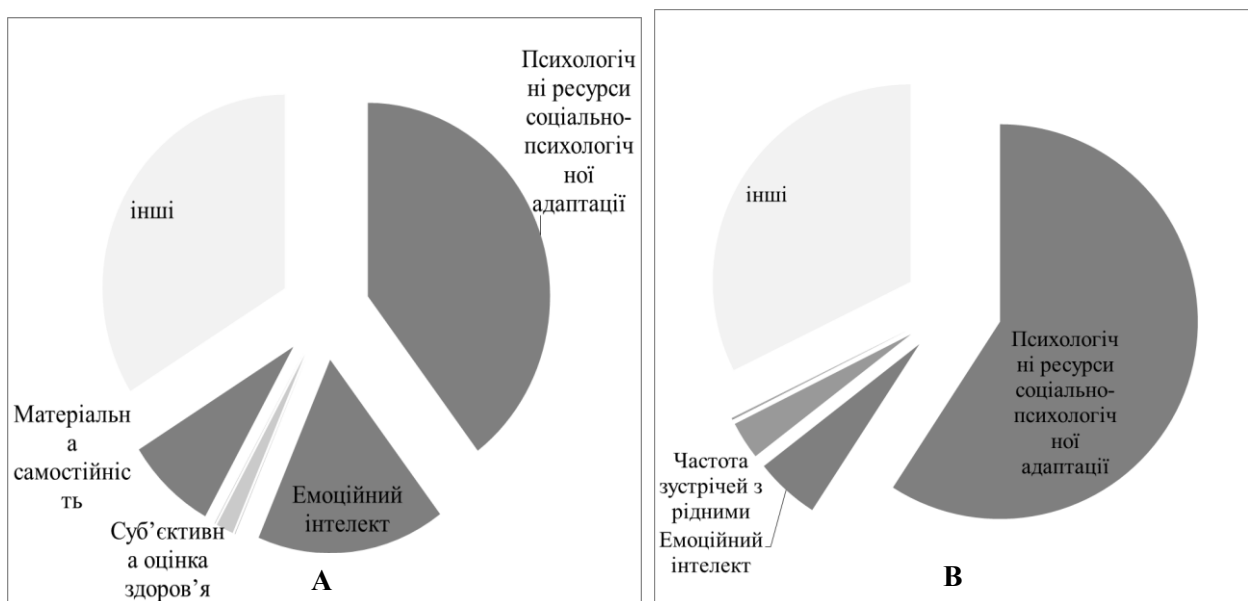


Рис. 3.4. Соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсiонерів-чоловіків: А – задоволеності життям, В – афективного балансу

Структура соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя жінок дещо відмінна (табл. 3.5). Отримана 5-факторна модель, що описує 56,4% сукупної дисперсії значень змінних (Додаток Ж), верифікована конфірмаційним аналізом, дає змогу стверджувати про існування трьох основних соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя жінок – здатності налагоджувати глибокі емоційні стосунки з людьми, ресурсів для адаптації до соціальної ролі пенсiонерки та задоволеності стосунками з батьками.

Перший фактор найкраще пояснює розподіл значень дескрипторів суб'єктивного благополуччя та описує здатність людини налагоджувати стосунки з іншими. Отже, незалежно від статі, ця здатність є провідним чинником суб'єктивного благополуччя людей, що припинили трудову діяльність за віком. У жінок вона пояснює 64% розподілу значень оцінки задоволеності життям та 68,2% значень показника афективного балансу.

Таблиця 3.5

Роль соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерок-жінок

Чинник	Задоволеність життям		Афективний баланс	
	Факторне навантаження	% дисперсії змінної	Факторне навантаження	% дисперсії змінної
Налагодження глибоких емоційних взаємин	0,800*	64	0,826*	68,2
Адаптація до соціальної ролі	0,092	>1	-0,172*	3
Опірність до соціальних стереотипів	0,091	>1	0,053	>1
Соціально-економічний статус	0,088	>1	-0,167	2,8
Суб'єктивна оцінка якості стосунків з батьками	0,174*	3	0,044	>1
Факторна модель загалом	-	69,5	-	74,4%

Примітка. * – статистична значущість у факторній моделі підтверджена ($p < 0,05$).

Труднощі у процесі адаптації до нової соціальної ролі, прийняття на себе статусу «пенсіонерка» у літніх жінок більше впливають на афективний компонент суб'єктивного благополуччя, зумовлюючи зниження частоти позитивних емоцій при оцінюванні свого життя, підвищення частки негативних переживань (цей фактор, до якого входять показники рівня життестійкості (-0,790) та частоти зустрічей з рідними (-0,641) (Додаток Ж), описує майже 3% значень за шкалою «афективний баланс» (цей показник, за результатами перевірки конфірмаційним аналізом, є значущим). Здатність жінок протистояти стресовим ситуаціям, зберігати внутрішню рівновагу в складних обставинах життя, зокрема, при виході на пенсію, що дослідниками розглядається як особливо напружений та стресовий у житті людини, підвищується за наявності підтримки близьких, у разі частих

зустрічей з ними. Тобто, якщо чоловікам важливо довести собі та іншим власну незалежність, здатність самотійно зарадити собі у повсякденних справах, то жінки потребують комунікації з рідними, адже це – передумова розвитку у них внутрішніх ресурсів для кращої адаптації у новому статусі.

На відміну від чоловіків, для жінок стосунки з власними батьками відіграють роль у забезпеченні суб'єктивного благополуччя, головно когнітивного його аспекту (фактор пояснює 3% його значень). Така міжстатева відмінність результату пов'язана, імовірно, із тим, що жінки більше уваги приділяють сімейному життю, більше ним переймаються, тому для них батьківська сім'я відіграє важливу роль у подальшому житті, адже є або зразком для наслідування, або поштовхом до змін. Позитивні стосунки з батьками, імовірно, сприяли налагодженню позитивних стосунків у власній сім'ї (про що свідчить, хоч і статистично не значуща, відмінність показників задоволеності стосунками з батьками у пенсіонерів із різним сімейним станом: найнижча вона у розлучених жінок (Додаток Ж)).

Певне значення у детермінації числових показників афективного балансу жінок відіграє їхній соціально-економічний статус (хоча цей показник не підтверджений як статистично значущий). Цей зв'язок зворотний: чим вищим є розмір пенсії, тобто чим успішнішою жінка була у трудовий період, тим більше у її емоційному світі негативних переживань, хоча, попри це, вона більш схильна оцінювати життя як активне (0,663) (Додаток Ж). Імовірно, у пізній дорослості, розмірковуючи про підсумки власного життя, жінки, що присвятили багато уваги в житті кар'єрі, професійному зростанню, усе ж шкодують про те, що цей час не використали по-іншому, наприклад, на сімейну сферу. Тому, хоча їхнє життя було активним і динамічним, емоційно вони ним не вдоволені настільки, як пенсіонерки із нижчою пенсією, які, імовірно, знайшли способи реалізації себе в інших, окрім професійної, сферах.

На основі встановленої структури чинників (рис. 3.5) можна пояснити 67% розподілу значень задоволеності життям та майже три чверті (74%) розподілу значень афективного компоненту суб'єктивного благополуччя жінок.

Проаналізовані соціально-психологічні чинники у значній мірі визначають афективний баланс пенсіонерок – здатність встановлювати соціально значимі, емоційно глибокі стосунки з іншими, адаптуватися до нової соціальної ролі, а також розмір пенсії як показник соціально-економічного статусу. Останній, втім, не підвищує частоти позитивних переживань, а навіть навпаки – пов'язаний із нижчим афективним балансом, але позитивно позначається ставленні до життя – як до активного, динамічного.

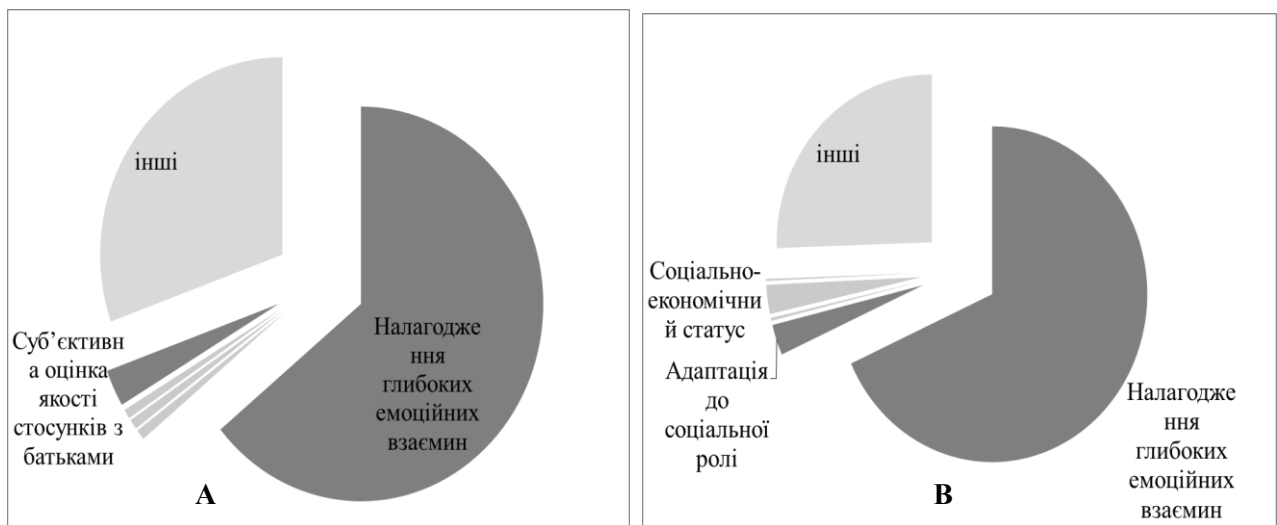


Рис. 3.5. Соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерок-жінок: А – задоволеності життям, В – афективного балансу

Когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя жінок визначається в основному якостями особистості, що забезпечують позитивні стосунки з іншими, та якістю стосунків з власними батьками, тобто судження про життя пенсіонерок головню пов'язане із інтерперсональним аспектом їхнього життя.

Отже, на основі проведеного аналізу можна зробити висновок про дещо відмінне значення міжособистісної комунікації у визначенні суб'єктивного благополуччя пенсіонерів залежно від статі. Для жінок визначальним чинником досліджуваного явища є здатність встановлювати глибокі емоційні стосунки у першу чергу з близькими, бути у близькому контакті з рідними, що є для них передумовою посилення особистих ресурсів для подолання труднощів та адаптації до нової ролі. Натомість у чоловіків із суб'єктивним благополуччям

пов'язані ті ж соціально-психологічні якості, що сприяють налагодженню ефективної комунікації, утім більшого значення набуває переживання внутрішньої гармонії та позитивний стосунок зі світом в цілому, тоді як надміру тісна взаємодія з рідними навіть погіршує суб'єктивні оцінки якості життя, створюючи умови, в яких чоловік отримує допомогу та не долає життєві проблеми самотійно, як звик це робити, виконуючи делеговані йому суспільством функції. Виглядає, що теорія соціально-емоційної селективності [180; 181] справедлива для жінок, для яких справді провідну роль у пізній дорослості починає відігравати спілкування з близькими; водночас, чоловіки усе ще прагнуть залишатися соціально активними, обмеження кола спілкування до рідних пригнічує їх та особливо – зумовлює судження про своє життя як похмуре, нецікаве, беззмістовне.

Задоволеність життям жінок-пенсіонерок суттєво пов'язана із суб'єктивною оцінкою ними якості стосунків з власними батьками, тоді як для чоловіків цей результат мало значимий. Взаємодія у батьківській сім'ї пов'язана із реальними стосунками та задоволеністю ними у власній сім'ї, яка для жінок, згідно із традиційними суспільними уявленнями, є однією з основних сфер самореалізації та розкриття себе.

Отриманий результат викликає інтерес та може мати значне прикладне застосування. Якщо робота з літніми жінками повинна бути орієнтована на аналіз змісту стосунків у мікросередовищі, то для чоловіків увагу варто зосереджувати на самооцінці, розвитку впевненості у своїх силах та спроможності самотійно долати труднощі.

Висновки до розділу 3

1. У ході емпіричного дослідження обґрунтовано систему соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів. Здатність до налагодження тісної емоційно насиченої взаємодії з іншими та здобута у трудовий період соціалізації позиція людини в суспільстві визначені основними

соціально-психологічними чинниками суб'єктивного благополуччя у пізній дорослості. Частина значень суб'єктивних оцінок якості життя пенсіонерів можна також пояснити задоволеністю стосунками у батьківській сім'ї, у яких були закладені базові схеми побудови міжособистісної взаємодії у дорослому віці та розвинуті індивідуально-психологічні якості, що сприяють налагодженню цієї взаємодії.

2. Попри існуючі стереотипи старості у суспільстві, пенсіонери у цілому оцінюють життя як доволі активне та динамічне, оптимістично налаштовані щодо нього, тобто відчують наявність у себе фізичних та психологічних ресурсів, утім, водночас, вказують на складність і заплутаність життя – на те, що труднощі, які повинні долати, забирають чимало сил та енергії. Водночас, встановлено важливість готовності прийняти новий соціальний статус та ресурсів, що сприяють адаптації у ньому. Осмислення своєї ролі в соціумі як другорядної, невдоволеність професійними досягненнями та неприйняття соціальної ролі пенсіонера знижують рівень суб'єктивного благополуччя людини після виходу на пенсію.

3. Виявлено, що когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя – задоволеність життям – має виражений соціально-психологічний зміст та визначається мірою соціальної включеності людини, наявністю розвинутих якостей для встановлення емоційно тісної взаємодії з іншими та прийняття соціальної ролі пенсіонера. Емоційний компонент суб'єктивного благополуччя – афективний баланс – у пенсіонерів залежить головно від переживання емоційної стабільності, психологічного здоров'я та матеріального становища особи.

4. Системи чинників суб'єктивного благополуччя літніх чоловіків та жінок різняться між собою перш за все роллю міжособистісної комунікації у визначенні оцінок якості життя. Для жінок особливо важливо підтримувати позитивні стосунки з близьким оточенням, що створює для них ресурси для адаптації до обставин. Чоловіки не потребують збільшення уваги до себе з боку рідних, постійні зустрічі з ними навіть знижують показники суб'єктивного благополуччя, адже не дають змоги переконатися у власній самостійності.

РОЗДІЛ 4

ЗМІСТ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ З ПЕНСІОНЕРАМИ У КОНТЕКСТІ ЇХНЬОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

У розділі окреслено особливості рівня та соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із різним способом життя. Обґрунтовано особливості надання психологічної підтримки пенсіонерам на різних рівнях: психологічного консультування та психокорекції, психоедукації, соціального супроводу, взаємодії у референтних групах з метою забезпечення високих показників суб'єктивного благополуччя.

4.1. Залежність показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів від способу життя

Важливим аспектом життя людини після припинення трудової діяльності стає зміна основних форм активності, що описується поняттям «спосіб життя» – сукупність стійких способів та форм організації соціокультурного життя соціальної групи, суспільства в цілому [152], та сукупність типових видів життєдіяльності людини, що береться у єдності з умовами життя [143], характерних для історично конкретної системи соціальних стосунків. Фіксуючи особливості спілкування, поведінки та складу мислення людей у сферах праці, побуту, дозвілля, суспільно-політичній та культурній діяльності, поняття «спосіб життя» дає типологічну характеристику того, як переломлюються і втілюються реальні умови життєдіяльності (природні, економічні, соціально-політичні, культурні тощо) у повсякденному житті окремих індивідів та соціальних спільнот [98]. У понятті комплексно розглядаються основні сфери життєдіяльності людини та особливості її соціальної взаємодії у них, певні моделі поведінки, що визначаються набором цінностей і норм [152], що є близьким до розуміння стилю життя як певного стандарту, під який підлаштовується особистість [141].

Трикомпонентна модель способу життя включає стиль, рівень та якість життя [79; 117], де перший вважається соціально-психологічною складовою [19], другий – економічною (як міра задоволеності матеріальних, культурних та духовних потреб), третій – соціологічною (як міра комфорту у задоволеності людських потреб), кожна з яких набуває специфічних рис у пенсіонерів. Н. І. Голова вказує на те, що обмеження фізичних можливостей, поряд із зміною соціальної ролі визначає вибір нової життєвої позиції, що пов'язано із адаптацією до нових умов життя і подальшим процесом соціалізації [27, с. 19]

За способом життя на основі аналізу основних форм активності, способів проведення часу пенсіонерами, обумовлених місцем та обставинами проживання, їх було об'єднано у три підгрупи. Мешканці геріатричного пансіонату (код групи 1) найчастіше ведуть пасивний спосіб життя, їхнє життя обмежується умовами закладу і спілкуванням із персоналом та співмешканцями. «Соціально активні» пенсіонери (код групи 2) мають вищий, порівняно з іншими, відсоток просоціальної активності, до цієї групи увійшли люди, що відвідують навчальні курси в Університеті Третього Віку, центрах спілкування для літніх людей, беруть участь у громадських активностях на благодійних засадах тощо. До ще однієї групи увійшли пенсіонери, основні способи проведення часу яких зосереджені навколо спілкування з рідними та занять, пов'язаних із домашньою побутовою роботою (код групи 3). Порівняно з першими, їхня життєдіяльність значно активніша та проходить в оточенні близьких, утім, ця активність не орієнтована на соціальну взаємодію із широкими колами людей та пізнання нового. Представники підгруп відрізняються між собою за характером взаємодії із соціумом: у мешканців геріатричного пансіонату вона обмежена, у відвідувачів центрів для старших людей – розширена, у третій досліджуваній групі – зосереджена на колі близьких.

За результатами порівняльного аналізу було встановлено, що більшість показників суб'єктивного благополуччя суттєво відрізняються у досліджуваних із різним способом життя (рис. 4.1). Найвищі вони у групі 3, тобто у людей, чия активність зосереджена на спілкуванні з рідними. Найменш задоволені життям

пенсіонери із геріатричного пансіонату: соціальна депривація, з якою вони часто стикаються, поряд із умовами проживання невисокої якості, а також усвідомлення власної нездатності самостійно піклуватися про побут та іноді – про фізичний стан – не дають змоги сформувати уявлення про життя як хороше, будучи доказами його неуспішності, що зумовлює невдоволення. Попри найвищі серед усіх пенсіонерів оцінки умов власного життя, представники групи 2 вказують на те, що прагнули б отримати від життя більшого, ніж мають, а також внесли б у минуле немало змін, якби була така можливість.

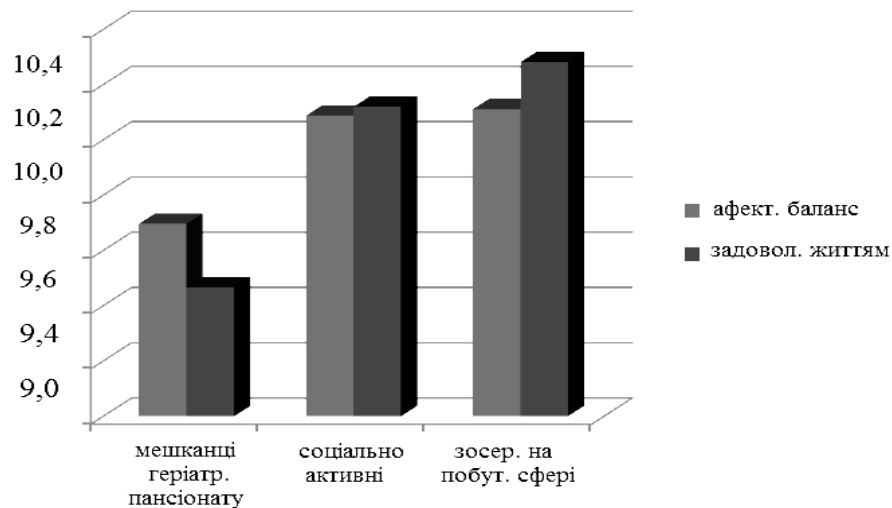


Рис. 4.1. Відмінності числових показників задоволеності життям та афективного балансу у пенсіонерів із різним способом життя (дані стандартизовані)

Чимало відмінностей виявлено у досліджуваних із трьох підгруп в оцінках різних життєвих сфер (Додаток 3). Пенсіонери, чий спосіб життя пов'язаний із виконанням домашньої роботи та спілкуванням з близькими, найбільш задоволені автономією, хоча цей результат практично такий же і у групі 2. Для мешканців геріатричного пансіонату характерне суттєве зниження задоволеності автономією. Крім того, вони особливо невдоволені стосунками з дітьми (яких у частини просто немає, а частина відчуває себе покинутими ними, через що змушені жити у домі для старших людей) ($\bar{x}_1[1;7]=3,25$; $\bar{x}_2[1;7]=5,14$; $\bar{x}_3[1;7]=5,88$), здоров'ям

($\bar{x}_1[1;7]=2,81$; $\bar{x}_2[1;7]=3,6$; $\bar{x}_3[1;7]=3,94$) та самостійністю ($\bar{x}_1[1;7]=3,27$; $\bar{x}_2[1;7]=5,02$; $\bar{x}_3[1;7]=5,21$).

Порівняно із мешканцями геріатричного пансіонату, досліджувані, що не живуть в умовах соціальної депривації, вище оцінюють задоволеність власною компетентністю та соціальною причетністю. Відвідувачі УТВ найбільш задоволені своєю освітою ($\bar{x}_1[1;7]=4,17$; $\bar{x}_2[1;7]=5,44$; $\bar{x}_3[1;7]=4,93$), імовірно, у тому числі через участь у навчальних програмах таких центрів. Вони також мають найвищі показники задоволеності соціальною залученістю, що закономірно та відповідає змісту їхнього способу життя, тоді як мешканці геріатричного пансіонату переживають себе відкинутими соціумом, не задоволені суспільною активністю ($\bar{x}[1;7]=3,85$) та можливістю різноманітно і цікаво проводити час ($\bar{x}[1;7]=3,44$), що у цілому відповідає умовам їхнього життя.

Емоційний компонент суб'єктивної оцінки якості життя також найвищий у досліджуваних, чия активність зосереджена у побутово-сімейній сфері. Виявлено статистично значущу відмінність числового показника афективного балансу досліджуваних, що мешкають у геріатричному закладі, порівняно з тими, хто живе не в умовах соціальної депривації, їхній емоційний фон більш збалансований, що не пов'язано із особливостями їхньої основної активності – соціальної чи сімейної. Особи, що живуть в умовах соціальної депривації, частіше за інших пенсіонерів переживають негативні емоції. Їхні обставини життя складні, як у контексті об'єктивних умов та незадоволеності базових потреб, складного матеріального становища, так і у психологічному плані, у розумінні того, що старість доводиться проводити серед чужих людей у стигматизованому соціумом місці. Водночас, вони порівняно часто декларують також наявність позитивних емоцій, навіть частіше, аніж досліджувані із третьої групи (хоча ці відмінності не є статистично значущими).

Слід звернути увагу на велику інтенсивність емоцій у мешканців геріатричного пансіонату (Додаток 3), що також не є сприятливою обставиною загального суб'єктивного благополуччя у пізній дорослості, адже вказує на гостре неприйняття певного аспекту свого життя, що суперечить досягненню Его-

інтеграції. Що стосується досліджуваних із групи 3, їхній афективний баланс забезпечується найменшою серед усіх пенсіонерів частотою та інтенсивністю переживання як позитивних, так і негативних емоцій. Умови їхнього життя зосереджені навколо звичного та близького їм оточення, тому вони у меншій мірі, аніж досліджувані з іншими способами життя, переживають стрес адаптації до нових обставин життя.

Ставлення до життя пенсіонерів, спосіб життя яких побудований навколо сімейно-побутової сфери, серед усіх досліджених пенсіонерів найбільш позитивне. Вони частіше за інших наділяють життя такими характеристиками як «радісне», «улюблене», «добре». У них також більше внутрішніх ресурсів для подолання труднощів, тому вони видаються їм здоланнішими, не такими складними, як, наприклад, особам, що перебувають в умовах соціальної депривації. Мешканці геріатричного пансіонату сприймають життя найбільш песимістично, адже не бачать перспектив покращення умов власного життя, відчують відкинутість від життя, крім того, домінуючі пасивні види діяльності у закладі зумовлюють оцінку життя як в'ялого та повільного. Хоча, слід звернути увагу, що навіть їхні, найнижчі серед усіх досліджуваних оцінки, знаходяться в межах середніх значень, що може бути пов'язано із необхідністю усіх пенсіонерів знаходити компроміс між реальністю та тим, що вони хотіли б мати у житті, щоб віднайти внутрішній спокій у старшому віці, а також із тенденцією до завищення оцінок якості власного життя при заповненні опитувальників [270].

Отже, найщасливішими почуваються особи, що після виходу на пенсію більшість часу приділяють домашній роботі та спілкуванню з рідними. Цей результат можна пояснити прийняттям ними нової соціальної ролі та адаптованості до життя на пенсії. Особи, що після припинення трудової діяльності зацікавлені у продовженні навчання, спілкуванні з широкими колами людей, відтак, перебувають у пошуку Его-інтеграції, тому деякі життєві сфери оцінюються ними як такі, що не приносять достатньо задоволення. Зокрема, їх не влаштовує стан здоров'я та матеріальне становище, які, найімовірніше, поступово погіршуються, порівняно із попередніми етапами їхнього життя, і це досліджувані

не приймають до кінця, адже такі обставини сприймаються як небезпека втрати власної самостійності.

Л. І. Магдисюк зазначає, що поширений на сьогодні культ молодості не дає людям побачити переваги пізньої зрілості, взяти для себе користь та віднайти зміст у цей період життя [88]. Ідентифікуючись із такими уявленнями, соціально активні пенсіонери своїм способом життя протистоять їм, намагаються показати собі та близьким власну енергійність, хоча за цим може стояти страх її втрати. У них найвищі показники задоволеності власною залученістю у життя через часту взаємодію із іншими, утім рівень когнітивного благополуччя соціально найактивніших досліджуваних порівняно нижчий, аніж у тих, хто більшість часу приділяє близьким. Л. Карстенсен з колегами [179] вважають, що у літньому віці людина шукає способів звузити коло спілкування, уникаючи надміру емоційних переживань, стресових для організму, тоді як досліджувані із цієї підгрупи продовжують шукати способів залишатися активними членами соціуму. У такому разі, цей спосіб життя можна трактувати як зумовлений неприйняттям нового соціального статусу.

Можна зробити висновок, що найбільш сприятливою діяльністю у пізній дорослості є проведення часу у родинному колі із можливістю займатися домашніми справами, тобто провадити просоціальну активність, спрямовану на допомогу рідним. За таких умов людина має найбільші показники загальної задоволеності життям та задоволеності окремими його сферами, та показники афективного благополуччя. Такі пенсіонери відчують меншу вдоволеність власною соціальною залученістю, однак це не знижує загального рівня суб'єктивного благополуччя, а, отже, для них не є пріоритетним завданням. Такі обставини життя свідчать про прийняття нового соціального статусу пенсіонера. Попри високу задоволеність участю у суспільній діяльності, «соціально активні» пенсіонери менш задоволені реалізованістю базових потреб цього віку. Крім того, часті зміни кола спілкування ведуть до збільшення стресів: згідно з Н. Хазратовою, переживання приватності, інтимності є важливою потребою

людини, а її нестача є джерелом дистресу [256], що погіршує показники емоційного благополуччя.

Особи, що мешкають у геріатричному пансіонаті, демонструють найнижчі показники як задоволеності життям та окремими його сферами, так і афективного балансу. Вищими, ніж у інших досліджуваних, є лише їхні оцінки власних стосунків з батьками, утім, враховуючи відсутність такої позитивної взаємодії з іншими близькими і смерть батьків, це може бути лише додатковим чинником зниження суб'єктивного благополуччя, адже пов'язане із переживанням втрати єдиних людей, від яких вони отримували розуміння та підтримку. Несприятливими для суб'єктивного благополуччя цих людей є, імовірно, у першу чергу умови їхнього життя – обмежені можливості для задоволення потреб, стигматизованість місця проживання, соціальна депривація.

4.2. Особливості соціально-психологічної детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із різним способом життя

У 5-факторній структурі соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя *мешканців геріатричного пансіонату*, що пояснює 59,7% сукупної дисперсії змінних (Додаток 3), виділено чотири статистично значимі у детермінації суб'єктивного благополуччя чинники (табл. 4.1).

Найбільше значення у детермінації суб'єктивних оцінок якості життя у цій групі мають психологічні ресурси для ефективної соціально-психологічної адаптації – високі оцінки власного психологічного здоров'я, емоційний інтелект та життєстійкість. Ця група дескрипторів на 63,9% пояснює розподіл значень задоволеності життям та на 63,7% – афективного балансу, а також значну частину додаткових дескрипторів суб'єктивного благополуччя: позитивне ставлення до життя (шкала «оцінка» 0,828), задоволеність власною автономією (0,587), причетністю (0,538). Тобто, особливу значимість для суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату має здатність розуміти емоційний стан себе

та інших людей, що допомагає вибудовувати емоційні стосунки з людьми (та є ключовими у міжособистісній взаємодії, на відміну від спільної діяльності [30]).

Таблиця 4.1

Роль соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату

Чинник	Задоволеність життям		Афективний баланс	
	Факторне навантаження	% дисперсії змінної	Факторне навантаження	% дисперсії змінної
Психологічні ресурси соціально-психологічної адаптації	0,799*	63,9	0,798*	63,7
Соціальний статус	-0,065	>1	-0,216*	4,7
Фінансове становище	-0,097	>1	-0,047	>1
Оцінка стосунків з батьками	0,046	>1	0,204*	4,2
Нечаста взаємодія з рідними	-0,255*	6,5	-0,198*	3,9
Факторна модель загалом	-	72	-	76,6

Примітка. * – статистична значущість у факторній моделі підтверджена ($p < 0,05$).

Задоволенню потреб у спілкуванні в умовах соціальної депривації сприяють емоційна гармонійність, відсутність домінування негативних переживань в емоційному фоні. Те ж саме стосується життєстійкості: якими б стресами не було наповнене життя мешканців геріатричного пансіонату, якщо вони мають розвинуту здатність ефективно їм протистояти та зберігати внутрішню рівновагу після життєвих випробувань, вони більш імовірно будуть переживати суб'єктивне благополуччя. Відтак, визначальним у детермінації цього переживання у них є соціально-психологічний чинник здатності адаптуватися до актуальних обставин, тоді як власне умови відіграють вторинну роль. Цей результат має важливе прикладне значення, адже означає, що попри несприятливі обставини, у яких живуть досліджувані із цієї підгрупи, завдяки розвитку тих індивідуально-психологічних якостей, які сприяють забезпеченню цієї адаптації, можна досягнути суттєво кращих показників їхнього суб'єктивного благополуччя.

Порівняно меншу, однак статистично значиму роль, згідно із результатами конфірматорного аналізу (Додаток 3), відіграє частота взаємодії з рідними.

Причому, тенденція, що простежується у загальній групі пенсіонерів, для мешканців геріатричного пансіонату не справджується: чим частіше рідні провідують їх у закладі, тим нижчими є показники когнітивного та афективного благополуччя. Можна припустити, що відвідування близькими для цих літніх людей – каталізатор до роздумів, чому їх покинули, тоді як нечасте спілкування з ними дає змогу поступово примиритися із образою, пристосуватися до думки про їхню відсутність поряд. Крім того, сам факт переселення у геріатричний пансіонат за наявності близьких, які є у доступі та мають час і можливість приходити до пенсіонера, імовірно, може бути свідченням не особливо теплих стосунків між ними, тому уникнення їх літньою людиною і паралельне підвищення оцінок якості життя закономірні.

Рівень освіти (0,826) та задоволеність компетентністю (0,503) складають фактор 2 «соціальний статус», який до певної міри пояснює розподіл значень за шкалою афективного балансу, причому, знижуючи його рівень за позитивних значень (-0,216). Можна припустити, що ефективність свого професійного самовираження (задоволеність яким складає основу шкали) досліджувані вбачають причиною неуспішності в інших сферах, головню – в міжособистісних стосунках з близькими, що привело їх до завершення життя у домі для літніх людей.

4,2% значень афективного компоненту благополуччя описує також задоволеність пенсіонерів якістю стосунків із власними батьками. Враховуючи наявність не надто позитивного досвіду у пізній зрілості – факту переселення у будинок для літніх людей – спогади про хороші стосунки з минулого є важливою умовою збільшення частоти позитивних емоцій. Крім того, мешканці геріатричного пансіонату, задоволені стосунками з батьками, вказують на те, що суб'єктивно почуваються молодшими за однолітків, що не мали позитивної взаємодії у батьківській сім'ї, що також є умовою суб'єктивного благополуччя у літньому віці.

Отже, проведений аналіз дає змогу констатувати провідне значення здатності мешканців геріатричного пансіонату адаптуватися до обставин їхнього

життя для покращення показників суб'єктивного благополуччя. Наявність особистих ресурсів для адаптації до актуальних обставин життя, нечасте спілкування з рідними, а також досвід позитивних стосунків з батьками та незначні кар'єрні успіхи – основні чинники суб'єктивного благополуччя цих пенсіонерів (рис. 4.2). Складні життєві обставини в умовах соціальної депривації, у яких перебувають мешканці геріатричного пансіонату, не є сприятливим чинником суб'єктивного благополуччя, утім якості, пов'язані із хорошим доданням труднощів, збереженням внутрішньої гармонії за будь-яких умов та умінням встановлювати стосунки з людьми, розуміти їх на емоційному рівні дають змогу прийняти реалії життя та ставити перед собою цілі, які можливо у них реалізувати, щоб оцінювати міру їх досягнення співвідносно до власних ресурсів. Найважливішими для свого переживання щастя мешканці геріатричного пансіонату відзначають ті аспекти життя, у яких в силу об'єктивних обставин можуть бути відчутно обмежені – спілкування з людьми, стійкість перед стресами та соціальними упередженнями, ці аспекти життя для них є основними цінностями, що, згідно з положеннями аксіологічного підходу, лежать в основі суб'єктивного благополуччя [81; 147].

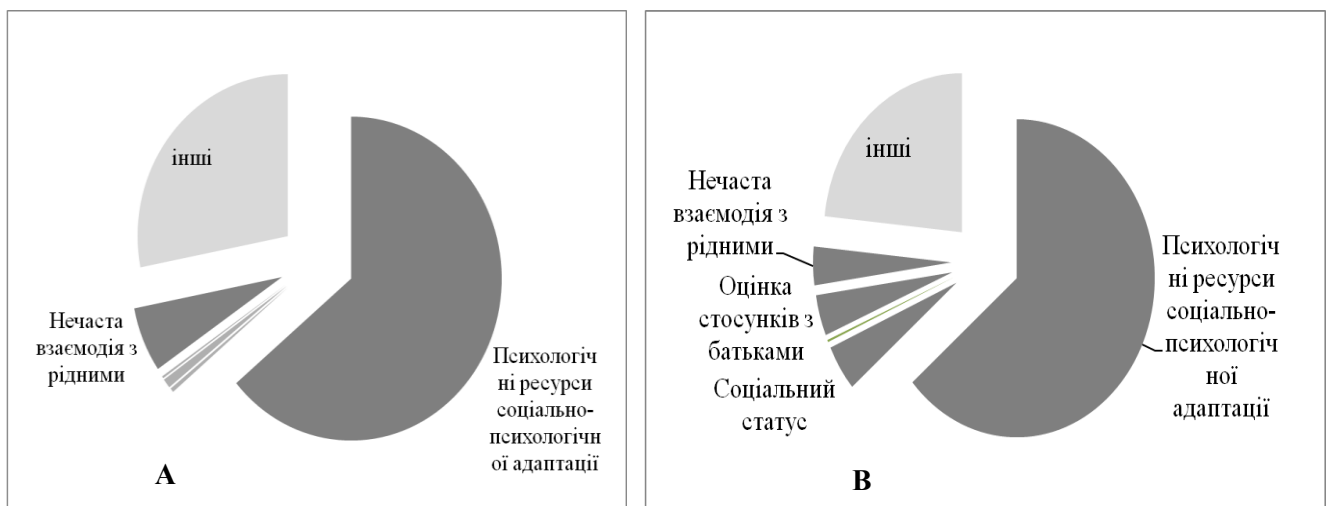


Рис. 4.2. Система соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату: А – задоволеності життям, В – афективного балансу

Багатофакторний аналіз дескрипторів суб'єктивного благополуччя та його соціально-психологічних та соціально-демографічних корелятивів у групі пенсіонерів, чий спосіб життя орієнтований на побутово-сімейну сферу, дав змогу проаналізувати систему чинників суб'єктивного благополуччя на основі 5-факторної моделі, що пояснює 55,8% сукупної дисперсії (Додаток 3). Найважливіші, статистично значущі чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів цієї групи – здатність налагоджувати стосунки з іншими та хороше самопочуття (табл. 4.2).

Таблиця 4.2

Роль соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, чий спосіб життя орієнтований на активність у побутово-сімейній сфері

Чинник	Задоволеність життям		Афективний баланс	
	Факторне навантаження	% дисперсії змінної	Факторне навантаження	% дисперсії змінної
Здатність до налагодження емоційно глибоких стосунків	0,717*	51,4	0,642*	41,2
Хороше самопочуття	0,130*	1,7	0,327*	10,7
Низький суб'єктивний вік	0,025	>1	-0,045	>1
Соціальний статус	0,033	>1	-0,060	>1
Матеріальна допомога рідних	0,316	10	0,136	1,8
Факторна модель загалом	-	63,3	-	54,3

Примітка. * – статистична значущість у факторній моделі підтверджена ($p < 0,05$).

Як і у групі мешканців геріатричного пансіонату, основу детермінації суб'єктивної оцінки якості життя цих досліджуваних складають якості, що забезпечують налагодження стосунків з людьми. Згідно з теорією соціо-емоційної селективності [180; 181], позитивна взаємодія з іншими є першочерговою для забезпечення афективного благополуччя у пізній дорослості, ефективне спілкування у цей період пов'язане із налагодженням емоційних стосунків для корекції власного емоційного фону та підтримки життєвого сенсу [69]. Більше того, ці психологічні якості у пенсіонерів визначають не тільки емоційний, але й, навіть дещо у більшій мірі, когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя.

Другим важливим чинником суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із цієї групи є суб'єктивно хороше самопочуття, як фізичне, так і психологічне. Зосередження активності на домашній роботі в осіб із окресленим способом життя передбачає можливість бути спроможними виконувати різні види завдань, що стосуються побуту, а центрування спілкування на рідних потребує доброго психологічного стану для підтримання взаємодії. З віком вони відчують погіршення фізичних можливостей організму та здатності контролю емоцій, що у першу чергу позначається на емоційному фоні, зниженні настрою.

Окремим, п'ятим фактором, виокремлена матеріальна допомога рідних, яка на 10% визначає значення задоволеності життям, та 1,8% – значення афективного балансу, однак ці показники не є статистично значущими (Додаток 3). Хоча із покращенням матеріального становища, завдяки допомозі близьких пенсіонери оцінюють життя як менш проблемне та складне, визначаючи його труднощі такими, які можна подолати (факторне навантаження шкали «сила» 0,444, адже гроші є ресурсом для вирішення частини труднощів), загального підвищення суб'єктивного благополуччя поряд із цим не спостерігається.

Порівняно із мешканцями геріатричного пансіонату, у системі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, активність яких зосереджена у побутово-сімейній сфері, значно меншу роль відіграє життєстійкість. Це, імовірно, пов'язано з тим, що умови життя пенсіонерів, що мешкають самотійно або з близькими у власних помешканнях, не настільки складні, і для адаптації до них не є необхідними особливі особисті ресурси. Аналіз факторних навантажень вказує на доволі рівномірний розподіл показників життєстійкості між різними факторами, тобто опірність до стресових ситуацій у цих пенсіонерів визначається комбінацією особистісних та зовнішніх ресурсів, що, водночас, вказує на складність детермінації суб'єктивного благополуччя.

Зокрема, у структурі першого фактора, як у групі досліджуваних із геріатричного пансіонату, життєстійкість в цілому також можна протрактувати як рису, необхідну для збереження внутрішньої стабільності у напружених ситуаціях, якість, що сприяє адаптації до обставин життя, наприклад, до переходу

у новий соціальний статус пенсіонера. Також життєстійкість вища у пенсіонерів із кращим самопочуттям.

Водночас, життєстійкість пенсіонерів, орієнтованих на проведення часу з рідними, вища, якщо соціальні обставини життя несприятливі: розмір пенсії порівняно з однолітками нижчий, а допомоги від рідних немає, вони мешкають окремо від рідних та обмежені у спілкуванні з ними. Крім того, матеріальна підтримка рідних пов'язана із нижчими показниками життєстійкості: більш опірними до стресу та схильними вірити у свої сили самостійно справитися із негараздами є літні люди, що об'єктивно недоотримують підтримки від близьких, тоді як ті, хто має фінансове сприяння, навпаки, вказують на те, що стреси виводять їх із рівноваги.

Відтак, життєстійкість може розглядатися додатковим, латентним чинником, що здатний підвищувати рівень суб'єктивного благополуччя пенсіонерів в умовах негативних тенденцій у соціальній сфері їхнього життя. Пенсіонерам, що ведуть спосіб життя, орієнтований на побутово-сімейну сферу, важливо підтримувати тісне спілкування з рідними, однак мати певну міру незалежності, у тому числі фінансової, для того, щоб почуватися повноцінними учасниками власного життя, і більш позитивно його оцінювати.

Отже, система чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, зосереджених на побутово-сімейній сфері включає дві основні групи чинників – здатність до встановлення стосунків з іншими та самопочуття (рис. 4.3). Аналіз інших, менш значущих факторів дає змогу припустити, що, порівняно із мешканцями геріатричного пансіонату, ці літні люди прагнуть комунікації перш за все у середовищі близьких, із якими, очевидно, стосунки є більш позитивними. Специфічною є роль життєстійкості, значення якої зростають, з однієї сторони, за умов наявності психологічних та фізичних ресурсів для ефективної адаптації у статусі пенсіонера, а з іншої – у несприятливих соціальних обставинах, в умовах відсутності підтримки близьких та несприятливих об'єктивних (перш за все пов'язаних із матеріальним становищем) показників.

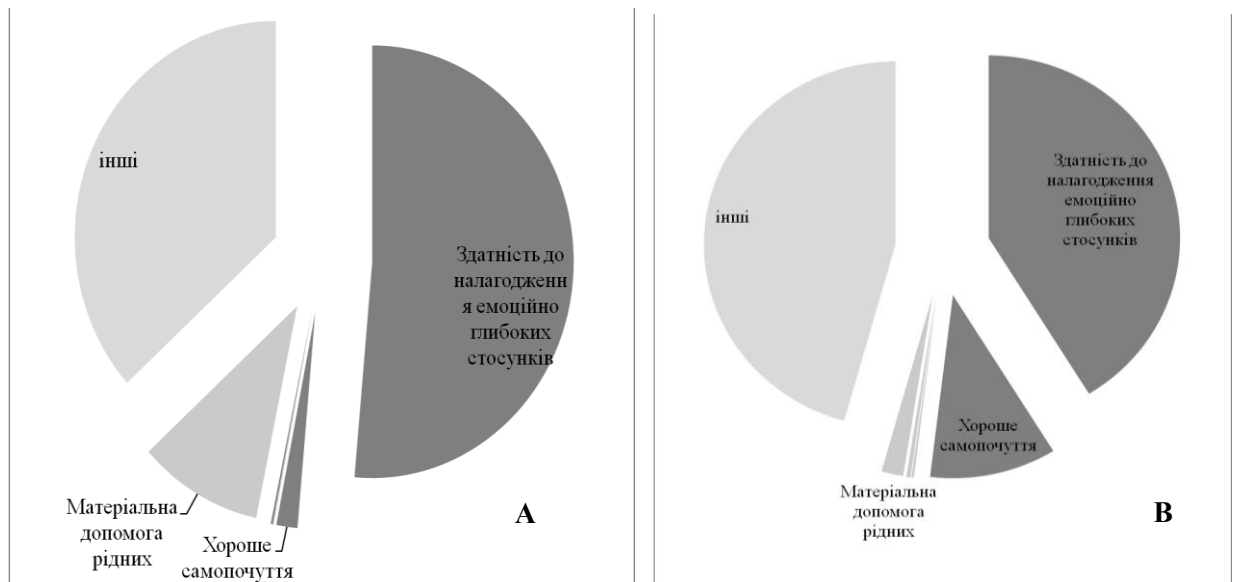


Рис. 4.3. Система соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, орієнтованих на побутово-сімейну сферу: А – задоволеності життям, В – афективного балансу

Слід зазначити, що описана структура чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, орієнтованих на побутово-сімейну сферу, розкриває меншу частину змісту досліджуваного явища, порівняно із аналогічною структурою, описаною для мешканців геріатричного пансіонату. Такий результат можна пояснити більшим різноманіттям життєвих обставин, у яких знаходяться перші, а, відтак, більшою кількістю об'єктивних чинників, не врахованих у дослідженні, а також інтраперсональних характеристик, задіяних до реагування на ці обставини, тоді як життя у геріатричному пансіонаті більш монотонне, і реакції на нього більш прогнозовані та менш індивідуально обумовлені. Крім того, соціально-психологічна обумовленість когнітивного та афективного компонентів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із способом життя, орієнтованим на побутово-сімейну активність, практично не відрізняється, що свідчить про більшу цілісність оцінок якості життя.

Структура чинників суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів – тих, що займають активну громадську позицію, відвідують центри спілкування для літніх людей, навчальні курси тощо – отримана на основі виокремлення 7 факторів, що пояснюють 66,1% сукупної дисперсії (Додаток 3).

Частина її показників є доволі суперечливими, перш за все ті, що стосуються змісту інтерперсональної взаємодії цих пенсіонерів. Крім того, велика частина виділених чинників у цій структурі не мають достатньої статистичної значущості, щоб стверджувати про їх роль у забезпеченні рівня суб'єктивного благополуччя. Імовірно, запропоновані у роботі дескриптори соціально-психологічних чинників не розкривають зміст детермінації цього феномену соціально активних пенсіонерів, або він обумовлений іншими, зовнішніми чи інтраперсональними чинниками, що не вивчалися у роботі (табл. 4.3).

Таблиця 4.3

Роль соціально-психологічних чинників у системі детермінації суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів

Чинник	Задоволеність життям		Афективний баланс	
	Факторне навантаження	% дисперсії змінної	Факторне навантаження	% дисперсії змінної
Психологічне здоров'я	0,656*	43	0,808*	65,3
Задоволеність активністю	0,075	>1	-0,008	>1
Розмір пенсії	0,114	1,3	-0,016	>1
Задоволеність самодетермінаційних потреб	0,320*	10,2	0,167*	2,8
Фізичне самопочуття	0,288*	8,3	0,120	1,4
Життєстійкість	0,119	1,4	0,064	>1
Проживання з рідними	0,044	>1	0,130	1,7
Факторна модель загалом	-	65	-	71,6

Примітка. * – статистична значущість у факторній моделі підтверджена ($p < 0,05$).

У найбільшій мірі на когнітивний та афективний аспекти суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів впливає показник психологічного здоров'я (та обернений показник депресивності), що відображає психоемоційну стабільність особи, домінування позитивних переживань в емоційному фоні, що позначається у першу чергу на здатності людини знаходити ефективну взаємодію з іншими та переживати власну внутрішню гармонійність. Водночас, порівняно із іншими двома групами досліджуваних, цей фактор менше дескрипторів, що безпосередньо пов'язані із потребою у глибокої емоційної комунікації з іншими, у тому числі з близькими.

Показники благополуччя соціально активних пенсіонерів є вищими у випадку їх матеріальної підтримки з боку рідних, але частота їх зустрічей відіграє протилежну, негативну роль у визначенні рівня суб'єктивного благополуччя. Звуження кола спілкування до найближчого оточення є типовим для осіб у пізній дорослості, тоді як широкі соціальні зв'язки вважаються прерогативою молодих людей, однак соціально активні пенсіонери почуваються щасливішими, нечасто взаємодіючи з близькими. Попри це, важливим для них є переживання стабільності – матеріальної та психоемоційної.

Вибір соціально активного способу життя досліджуваними із цієї групи визначається, окрім прагнення продемонструвати собі та близьким власну незалежність та самостійність у проходженні труднощів, ще й прагненням до самодетермінації як активного внутрішньо мотивованого втілення свого покликання, реалізації свого потенціалу [208] задля переживання суб'єктивного благополуччя. Важливість задоволення потреб у компетентності та причетності для досягнення суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів особливо виражена щодо когнітивного компоненту благополуччя. Окрім цього, великого значення набуває задоволеність стосунками з батьками.

Роль у визначенні когнітивного аспекту суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів відіграє також суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я. Позитивне фізичне самопочуття сприяє задоволеності власною автономією, адже дає змогу самостійно вирішувати буденні завдання.

Отже, система чинників суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів (рис. 4.4), порівняно із особами, що мешкають у геріатричному пансіонаті та тими, чия активність зосереджена на побутово-сімейній сфері, вказує на більшу індивідуально-, а не соціально-психологічну детермінацію суб'єктивної оцінки якості життя. Для соціально активних пенсіонерів важливо почуватися самостійними та здатними власними силами долати щоденні труднощі. Як вказує Т. Б. Партико, основними життєвими орієнтирами таких пенсіонерів є прагнення довести власну індивідуальність, незалежність від рідних [305]. Ті пенсіонери, що, попри соціальну активність, багато часу проводять з

близькими, почуваються суттєво старшими, порівняно із тими, чий спосіб життя зосереджений на побутово-сімейній сфері. Їхні показники суб'єктивного благополуччя, особливо його когнітивних компонентів, дещо нижчі, ніж у групі досліджуваних, орієнтованих на побутово-сімейну сферу, що дає змогу припустити, що вони перебувають у процесі Его-інтеграції, у пошуку змісту власного існування. Більш оптимістично дивляться на життя люди, які фізично спроможні проявляти значну активність, адже інтенсивна залученість у соціальну діяльність приносить їм відчуття динамічності життя, сприяє соціально-психологічній адаптації [102].

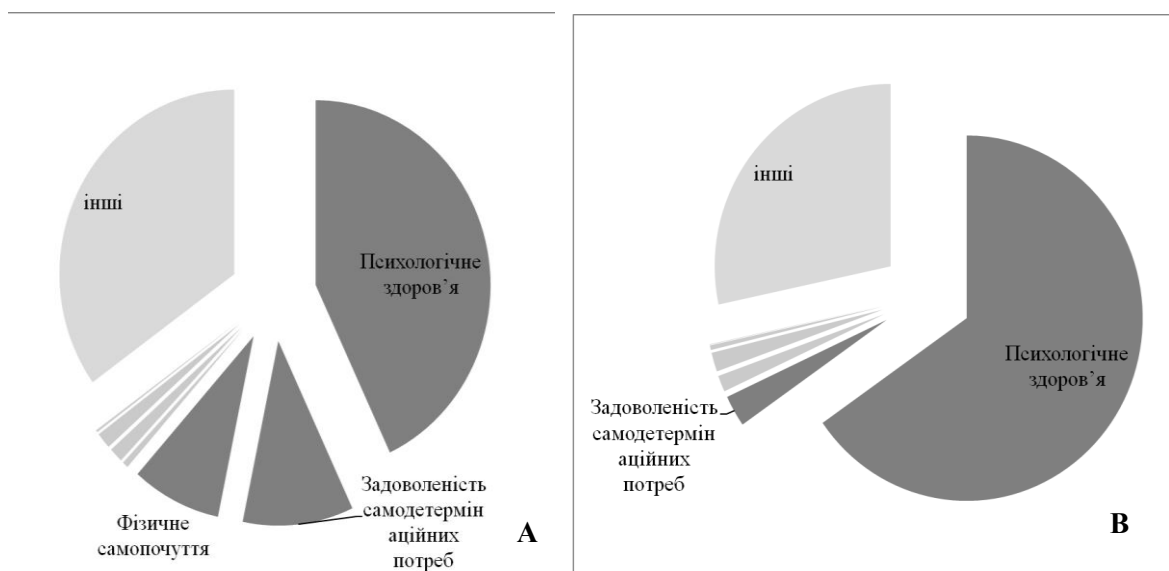


Рис. 4.4. Система соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів: А – задоволеності життям, В – афективного балансу

Отже, на основі аналізу відмінностей структур суб'єктивного благополуччя у пенсіонерів із різним способом життя було виявлено специфіку його соціально-психологічних чинників, а також виявлено, які із домінуючих занять у пізній дорослості є найбільш сприятливими для забезпечення високого суб'єктивного благополуччя. Виявлено провідну роль здатності до встановлення глибоких, емоційного наповнених стосунків у забезпеченні суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату. Живучи в умовах соціальної депривації,

основною потребою цих людей є забезпечення міжособистісної взаємодії. Тому наявність особистих ресурсів для налагодження контактів з іншими та реальної здатності до комунікації з людьми сприяють покращенню рівня суб'єктивного благополуччя.

Визначальним чинником суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, що більшість часу проводять за домашньою роботою та спілкуванням з рідними, також є здатність ефективно взаємодіяти з іншими, перш за все, підтримувати позитивні стосунки з близькими, від яких вони потребують як емоційної, так і фінансової підтримки. Важливими для них є також хороше фізичне самопочуття та на цій основі – здатність виконувати щоденну побутову роботу, провадити ефективну просоціальну діяльність у домі.

Що стосується соціально активних пенсіонерів, їхній спосіб життя продиктований перебуванням на шляху до Его-інтеграції, у процесі долання кризового етапу пізньої дорослості, пошуку узгодження життєвого досвіду та формування цілісного бачення минулого, утвердження власної самостійності. Ключовим завданням на цьому етапі життя досліджуваних є досягнення самодетермінації, тому суб'єктивне благополуччя соціально активних пенсіонерів залежить від задоволеності потреб у компетентності, автономії, причетності, що є основою її досягнення. Часта взаємодія з рідними тісно пов'язана із зниженням числових значень базових компонентів суб'єктивного благополуччя та суб'єктивним переживанням себе як немолодої, літньої людини. Спосіб життя, пов'язаний із великою соціальною активністю цих пенсіонерів, визначається прагненням подолати стереотипи старості, позбутися уявлення про себе як про літніх людей, з обмеженими можливостями та відсторонених від подій навколо, що комунікують виключно у колі сім'ї.

Окреслені відмінності чинників суб'єктивного благополуччя визначають специфіку організації соціально-психологічного супроводу для представників кожної із досліджуваних груп.

4.3. Основні напрями психологічної підтримки суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із різним способом життя

Виходячи із визначених провідних чинників суб'єктивного благополуччя осіб, що за настанням віку припинили трудову діяльність, та встановлення його важливого значення для хорошого фізичного та психологічного самопочуття на цьому етапі життя, важливим завданням вбачаємо розробку рекомендацій щодо соціально-психологічної роботи із пенсіонерами на різних рівнях. Зокрема, залученими до роботи із літніми людьми можуть бути психологи, соціальні працівники, фахівці у сфері неперервної освіти; окрім цього, важливу роль у сприянні процесу соціалізації у післятрудоий період відіграють особи із близького оточення, зміст стосунків з якими, як було встановлено, має суттєвий вплив на суб'єктивні оцінки якості життя.

Аспекти соціально-психологічної роботи із пенсіонерами. Попри існуючі уявлення про застарілі погляди пенсіонерів на численні життєві сфери, зростання психологічної культури населення та посилений суспільний інтерес до психології як галузі, що може дати краще розуміння себе та інших, безумовно актуальний і для старшого покоління. Тому запит на психологічні послуги від пенсіонерів – доволі поширене явище. Більше того, ті ж соціальні стереотипи приписують літнім людям посилену увагу до стану власного здоров'я, у більшій мірі фізичного, утім нерідко під соматичними скаргами можуть бути приховані невирішені інтрапсихічні конфлікти, для подолання яких лікарі загальної практики можуть рекомендувати пацієнтам отримання консультацій психолога. Відтак, актуальним питанням є знання акцентів, які повинні бути розставлені при здійсненні психологічної підтримки пенсіонерам у різних формах власне із урахуванням чинників їхнього суб'єктивного благополуччя, адже, за твердженням Р. Веерговена, «як і «здоров'я», щастя повинне бути нормальним станом ... тому метою усіх теоретичних пошуків та прикладних інтервенцій є максимізація відчуття благополуччя» [361, с. 14].

Основними завданнями соціально-психологічної роботи із пенсіонерами у контексті забезпечення високих показників їхнього суб'єктивного благополуччя є гармонізація їхнього внутрішнього стану, стимуляція потенційних психічних можливостей, укріплення самооцінки особистості, підтримка (у разі потреби – підвищення) соціальної активності, навиків самообслуговування та соціального функціонування, що є важливим підґрунтям для продовження особистісного зростання. У найбільшій мірі суб'єктивне благополуччя осіб, що вийшли на пенсію за віком, визначається якістю їхньої комунікації з оточенням, яку двосторонньо забезпечують наявність збалансованої емоційної сфери у самої людини та особисті якості, що сприяють розумінню змісту людських переживань.

Отже, по-перше, психологічна робота з пенсіонерами повинна бути спрямована на емоційне розвантаження, стабілізацію емоційного стану, виявлення та редукцію симптомів депресії. Слід звертати увагу на те, що у пізній дорослості масковані депресії можна сплутати з інволюційним погіршенням функціонування організму, тому ігнорування фізіологічних симптомів небажане. Зокрема, А. У. Тібілова вважає, що депресія та інші психічні порушення у пізній зрілості є декомпенсацією соціальних труднощів [134, с. 29], тому важливим є опрацювання переживань, що лежать в основі цих симптомів. Робота із емоційною сферою пенсіонерів повинна перш за все нести характер не конфронтаційний, а експресивно-приймаючий, бути спрямованою на примирення із тими якостями, якими володіє людина впродовж життя і які в силу вікових змін можуть загострюватися у пізній зрілості, згладжування кутів, пом'якшення гостроти переживань у різних обставинах.

Негативний емоційний фон пенсіонерів може створюватися об'єктивними труднощами пристосування до несприятливих умов життя – погіршення матеріального забезпечення, фізичного нездужання, обмеження соціальної взаємодії, втрати близьких та ін., або переживаннями перш за все екзистенційного змісту – щодо страху смерті, нереалізованості життєвих завдань та прагнень, втрати сенсу продовження життя, відсутності орієнтирів у майбутньому тощо. Крім того, сам вихід на пенсію для частини людей є важким психотравмуючим

чинником: хоч сам по собі цей факт не є фактором, що впливає на психіку, він має негативне значення лише за наявності певних рис особистості, психологічної неготовності та неприйняття позиції пенсіонера [134, с. 34]. Психологічна робота, відтак, повинна зосереджуватися, з одного боку, на адаптації до нових для людини обставин життя, пошуку способів реалізації себе в цих умовах, а з іншого – на опрацювання екзистенційних переживань, віднайдення життєвого сенсу, способів реалізації цінностей, пошук позитивних сторін власного життя. М. Л. Смульсон пропонує користуватися технологією реінтерпретації ментальної моделі літніх людей шляхом роботи із автонаративом та його інтерпретаційними перетвореннями [125; 127], з метою утримання структури сенсу життя, що є підґрунтям для суб'єктивного благополуччя.

У цьому контексті вагомою також є робота із наближенням рівня домагань та реальних можливостей людини, переорієнтацією її цілей на доступні в актуальній ситуації. Велику роль у забезпеченні суб'єктивного благополуччя відіграє здатність адаптуватися до нових обставин життя та нового соціального статусу, прийняття і розуміння позитивних сторін соціальної ролі пенсіонера (наприклад, наявності великої кількості знань і досвіду та уміння ними оперувати, збільшення кількості вільного часу та можливість ним розпоряджатися), а також адекватне реагування на стресові обставини. Особливу увагу слід звертати на пенсіонерів, яких турбують питання особистого престижу у новій ролі, котрі фокусуються на погіршенні здоров'я, розладнанні стосунків з оточенням на фоні набуття статусу «пенсіонер», оскільки, за результатами досліджень, вони найбільш схильні не лише до отримання нижчих оцінок якості життя, але навіть до психічної декомпенсації [134, с. 50]. Важливу роль тут відіграє розвиток життестійкості, тому участь у тренінгах цієї якості також показана пенсіонерам. Зокрема, у результаті цієї роботи пенсіонери повинні набути віри у власну здатність контролю свого життя та його організації на свій розсуд, віднайти інтерес до повсякденних справ. Особливо важливим досягнення такої віри у власні сили є для чоловіків, суб'єктивне благополуччя яких підвищується в умовах здатності самостійно вирішувати власні проблеми. Ще одним завданням для психолога є стимулювання активності,

самостійності пенсіонера у щоденній діяльності, у випадку обмежених можливостей внаслідок фізіологічних дефіцитів – активне залучення у процес лікування та реабілітації, збільшення інтересу до відновлення життєвих сил.

По-друге, не менш важливим аспектом роботи психолога є актуалізація особистих навиків встановлення пенсіонерами стосунків з людьми. У цьому руслі доцільно залучати їх у групову психоконсультаційну роботу, орієнтовану на покращення здібностей міжособистісної комунікації, розвиток емоційного інтелекту як властивості особистості, що забезпечує розуміння власних переживань та емоцій інших у процесі інтеракції. Варто зазначити, що в силу кристалізації інтелекту, зменшення пластичності у роботі мозку та ін. набуття нових навиків та розвиток індивідуально-психологічних якостей може бути ускладнений, утім акцент у цій роботі повинен здійснюватися не стільки на вибудовування нових особистих здібностей, скільки на актуалізацію наявних у людини ресурсів. Тому основу такої роботи повинен складати індивідуальний підхід до кожного клієнта.

О. Г. Коваленко у цьому контексті пропонує програму оптимізації міжособистісного спілкування для літніх людей. У результаті її застосування було виявлено не лише покращення якості стосунків з іншими, але наявність змін у ціннісно-смысловій сфері. Зокрема, автор вказує на покращення в учасників програми показників емпатійності, зниження рівня тривожності, депресивності, гостроти переживання самотності [68, с. 144], що може стати основою для підвищення суб'єктивних оцінок якості життя в цілому.

Окремим напрямом соціально-психологічної роботи із налагодження міжособистісних взаємин є нормалізація стосунку з близькими. Оскільки соціальна селективність як тенденція до звуження кола взаємодії до найближчого оточення [179; 181; 186; 282] була визнана сприятливим чинником підвищення суб'єктивних оцінок якості життя у пізній дорослості, налагодження комунікації з ними особливо важливе, адже у ньому буде продовжуватися реалізація потреби людини у спілкуванні після звуження кола взаємодії. До вище описаних рекомендацій щодо розвитку якостей, що сприяють налагодженню контакту з людьми, слід додати також опрацювання ставлення людини до власного сімейного стану, її ролі у сім'ї,

стосунків з її членами. Ю. М. Данілов вказує на те, що затяжні сімейні конфлікти є домінуючими психогеніями, що провокують виникнення психічних розладів у літніх людей, поряд із смертю когось із близьких, втратою рольових позицій, неготовністю до виходу на пенсію, хронічними соматичними хворобами [36]. У разі виявлення негативних тенденцій важливим є позитивне переосмислення свого місця у сім'ї, ставлення до неї як до джерела ресурсу та підтримки. Доцільним є проведення сімейного консультування, у якому здійснюватиметься налагодження порозуміння між членами сім'ї, визнання та прийняття потреб один одного. Зокрема, у стосунку з молодшим поколінням пенсіонери можуть часто переживати себе обтяжливими, адже отримують від них матеріальну підтримку. Водночас, типовим переживанням у такому стосунку є нехтування порадами та допомогою самого пенсіонера: вони ображаються за те, що молодь не прислухається до порад, не потребує набутого ними з роками досвіду, не хоче користуватися знаннями, які пропонує літня людина. У такому разі, важливо пояснити кожному члену сім'ї мотиви такої поведінки, причини відповідних реакцій та вибудувати способи взаємодії, де молоді члени сім'ї отримуватимуть достатньо свободи для власних дій, а старші – бажану увагу та простір для того, щоб ділитися досвідом.

Соціальна селективність як чинник суб'єктивного благополуччя відіграє ключову роль у жінок, тому психологічне консультування пенсіонерок повинне включати перш за все роботу над стосунками у сім'ї, аналіз та налагодження міжпоколінного порозуміння, гармонізацію стосунку із шлюбним партнером. Основний акцент повинен бути здійснений на переосмисленні підтримки, що надають близькі, прийняття її для переживання себе потрібною і цінною. Сімейне консультування доцільне також і при роботі із чоловіками, утім його мета – пояснити сімейному оточенню необхідність менше зосереджуватися на вікових особливостях та дефіцитах пенсіонера, підтримці його ініціативних починань, наданні можливості діяти максимально самостійно. Робота над подоланням стереотипів старості (див. нижче) в межах сімейного оточення особливо значима для підвищення суб'єктивного благополуччя чоловіка.

Попри віддаленість у суб'єктивній часовій перспективі, важливим є аналіз змісту стосунків пенсіонерів із власними батьками, що також пояснює частину змісту їхніх актуальних оцінок якості життя. За результатами дослідження, цей досвід стосунків відчутно вплинув на побудову стосунків у своїй сім'ї, тому психоаналітично орієнтована стратегія роботи із осмислення своїх вчинків крізь призму власного минулого може бути доречною. Питання батьківської сім'ї особливо часто постають у процесі психологічного консультування жінок, тому опрацювання переживань, пов'язаних із ними, часто є відправним пунктом до вирішення інших питань.

При організації психологічної підтримки пенсіонерів слід враховувати також відмінності чинників суб'єктивного благополуччя осіб із різним способом життя, а, головню, із різною мірою соціальної причетності. Так, штатним психологам у геріатричних закладах доцільно організовувати групові заняття із мешканцями, яким не є протипоказана така форма роботи, для розвитку навиків міжособистісної взаємодії, налагодження взаєморозуміння та підтримки один одного. Важливим є підтримання та стимулювання у пенсіонерів переживань власної спроможності долати труднощі, актуалізація їхньої самостійності у проходженні тих чи інших завдань, спонукання до прийняття рішень та взяття відповідальності за них.

Крім того, доречними у геріатричних закладах буде проведення тренінгів асертивності, емоційного інтелекту та безконфліктної комунікації: оскільки спілкування з рідними часто є обмеженим в силу обставин, а у випадках доступності близьких ця взаємодія нерідко погіршує суб'єктивне благополуччя цих людей, адже актуалізує роздуми про те, чому близькі не намагаються знайти способів в інакший, менш фруструючий спосіб піклуватися про них, потреби у спілкуванні у значній мірі повинні задовольнятися у близькому оточенні – у стосунках із співмешканцями та персоналом закладу, а також із волонтерами, що можуть їх навідувати. Відтак, велике значення для ефективної комунікації мають ті якості, що можуть бути розвинуті на групових заняттях. Водночас, групова форма роботи дасть змогу позбавити мешканців закладу відчуття покинутості та пасивності у проведенні часу, урізноманітнить їхній побут. З цією метою

рекомендовані також інші форми групової активності – спільні перегляди кінофільмів із обговоренням, арт-терапевтичні сесії, заходи, на яких пенсіонери матимуть змогу відреагувати у легітимний, нешкідливий для інших спосіб власні емоції, урівноважити свій стан. Слід, щоправда, врахувати застереження А. У. Тібілової про те, що пенсіонери не завжди охоче приймають групову форму роботи через її надмірну, порівняно з індивідуальним консультуванням, емоційну наповненість, особливо що стосується групових дискусій [134, с.108]. Тому рекомендовано проводити групові зустрічі не більше 1-2 разів на тиждень, тривалістю не більше 1-1,5 годин, а також проводити супровідні індивідуальні бесіди з учасниками груп поміж груповими сесіями з метою контролю їхнього відреагування за межами групи.

В індивідуальній роботі із мешканцями геріатричного пансіонату ключові теми для опрацювання – відреагування негативних переживань, пов'язаних із реакцією на обставини, у яких вони живуть, вирішення конфліктів із співмешканцями, опрацювання переживань образи та агресії на рідних, аналіз життєвих досягнень минулого та формування позитивного його образу для досягнення Его-інтеграції. Метою цієї роботи повинне стати покращення адаптованості до життя у геріатричному закладі, сприймання його лише як місця проживання, а не закладу, що визначає стиль життя (що наразі є у більшості досліджуваних, як вказано у розділі 2). Психологу варто пояснювати і стимулювати до пошуку взаємодії з людьми за межами пансіонату, щоб переживати свою включеність у соціальний контекст взаємодії.

Дещо відмінними можуть бути запити від тих пенсіонерів, що не проживають в умовах соціальної депривації. Спектр питань, які можуть виникати у них та, як наслідок, погіршувати суб'єктивні оцінки якості життя, стосуються взаємодії у родинному колі, переживань щодо втрати життєвих можливостей через фізичні дефіцити чи скрутне матеріальне становище, втрати самостійності та непевності щодо власного майбутнього, небажання приймати на себе функції, делеговані пенсіонерам суспільством тощо. Велика соціальна активність пенсіонерів, з одного боку, демонструє його спрямованість на продовження

особистісного зростання, а, отже, у роботі з психологом повинні бути обговорені та намічені перспективні напрямки у цьому процесі, а з іншого – може вивести на тему конфліктних стосунків у близькому оточенні та неможливість реалізації соціальної селективності як підґрунтя для суб'єктивного благополуччя у пізній дорослості.

Важливою є допомога пенсіонеру у пристосуванні до змін обставин його життя, просвіта щодо можливих фізіологічних змін та проведення реабіліційних заходів щодо тренування когнітивних функцій з метою збереження їхньої максимальної продуктивності. Робота із Я-концепцією та самооцінкою має особливе значення, адже стійке позитивне уявлення про себе є захистом від ідентифікації із соціальними стереотипами про старість як період деградації та обмежень можливостей людини, що є травматичними для особи та головно позначаються на її фізичному самопочутті та на суб'єктивному благополуччі.

Окремим аспектом у роботі психолога може бути здійснення психодіагностики рівня суб'єктивного благополуччя чи наближених до нього психічних явищ. У цьому контексті особливо важливим є врахування вікових та індивідуально-психологічних особливостей при підборі психодіагностичного матеріалу та при організації самого процесу діагностики. Так, при роботі із пенсіонерами, що припинили трудову діяльність за віком, діагностична процедура потребує більше часу, у світлі когнітивних дефіцитів, що можуть виникати, зокрема, зниження швидкості когнітивного опрацювання інформації [372]. Загалом, доцільно, аби дослідженню конкретних психічних явищ передувало визначення міри збереженості когнітивних функцій, розуміння загального змісту запитань, можливості критичної оцінки власної особи та стану. Труднощі у діагностичному процесі можуть виникнути також у результаті швидкої виснаженості досліджуваних, зниження концентрації уваги, тому слід уникати опитувальників та анкет із великою кількістю запитань. Іноді проведення письмового опитування унеможлиблює поганий зір, порушення координації дрібної моторики та ін. Можливе обговорення деяких питань опитувальників у формі бесіди з метою отримання однозначних відповідей: у результаті змін

процесів прийняття рішень, погіршення гнучкості мислення [303] з віком досліджуваним може бути складно обирати серед альтернатив варіантів відповідей опитувальників.

Дослідження суб'єктивного благополуччя як психологічного явища у пенсіонерів також може супроводжуватися рядом труднощів. Зокрема, опитувальники суб'єктивного благополуччя та близьких до нього конструктив часто містять запитання для виявлення ставлення людини до майбутнього, постановки перед собою коротко- та довготривалих цілей, що у світлі екзистенційних переживань старості може призвести до психотравм, загострення страху смерті. Запропонована у роботі батарея методик для виявлення особливостей суб'єктивного благополуччя пенсіонерів та їх ставлення до життя має високі показники внутрішньої надійності та конструктивної валідності, тому може використовуватися у дослідженнях та при діагностиці людей літнього віку.

Отже, на основі отриманих результатів дослідження соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів була розроблена система рекомендацій щодо соціально-психологічної роботи з ними, основу якої складає підтримання та розвиток якостей, необхідних для підтримання високих суб'єктивних оцінок якості життя (табл. 4.4).

Вказана тематика психологічних інтервенцій доречна і при роботі із особами, що готуються до виходу на пенсію, з метою попередження небажаних знижень суб'єктивного благополуччя та поганої адаптації у післятрудоу період.

Основні принципи організації такої допомоги не відрізняються від загальнотерапевтичних: створення сприятливого психотерапевтичного середовища, атмосфери довіри та співпраці, вироблення позитивного ставлення до пропонованих інтервенцій та учасників процесу, стимулювання психічної та соціальної активності. Більш конкретні завдання психологічної допомоги пенсіонерам передбачають використання ряду методів із різних психологічних та психотерапевтичних напрямів та шкіл. У результаті проведення запропонованих інтервенцій очікуваним є підвищення показників суб'єктивного благополуччя

Таблиця 4.4

Основні напрями соціально-психологічної роботи із пенсіонерами з метою підвищення рівня суб'єктивного благополуччя

Психологічна тематика для роботи	Форма роботи	Рекомендовані методи роботи	Специфіка
Стабілізація емоційного стану	Індивідуальна; групова	Експресивні техніки: вербальні, арт-техніки; релаксаційні техніки, аутогенне тренування	Не частіше 1-2 разів на тиждень, тривалістю 1-1,5 год.
Робота з життєвими цілями, сенсом життя	Індивідуальна	Техніки екзистенційної, гуманістичної, клієнцентованої терапії	
Розвиток та актуалізація життєстійкості, опірності стресам	Індивідуальна; групова	Техніки гештальттерапії; тренінг життєстійкості	Особливо рекомендовано чоловікам
Розвиток та актуалізація навиків міжособистісної комунікації	Групова	Тренінги емоційного інтелекту, асертивності, безконфліктної взаємодії	Особливо показані у геріатричному пансіонаті
Робота із налагодження стосунків в сім'ї	Індивідуальна, сімейна	Аналіз сімейних ролей, робота з потребами членів сім'ї; техніки сімейної терапії, заснованої на досвіді, системної сімейної терапії	Для жінок – налагодження позитивної комунікації в сім'ї; Для чоловіків – розширення сімейних повноважень пенсіонера
Опрацювання змісту стосунків з батьками	Індивідуальна	Техніки психоаналітично орієнтованої терапії	Особливо рекомендовано жінкам
Робота з Я-концепцією, самооцінкою	Індивідуальна	Експресивні техніки, техніки гуманістичної, позитивної терапії	
Психодіагностика	Індивідуальна	Відповідні віку та когнітивним функціям методи; перевага бесіди над письмовим опитуванням	

пенсіонерів. Слід зважити, що стабільні зміни перш за все будуть стосуватися когнітивного аспекту досліджуваного явища, адже афективний баланс є значно більш ситуативним показником та серед його чинників більше соціально-демографічних показників, робота з якими неможлива із використанням психологічних технік та методів.

Організація роботи із пенсіонерами у закладах неперервної освіти.

Однією із основних тенденцій розвитку сучасної освіти у світі є її спрямованість на забезпечення усестороннього розвитку особистості на різних етапах її життя, не лише у максимально продуктивний період розквіту життєвих сил та здібностей, але й на етапі старіння організму, коли ці сили та можливості поступово втрачаються та потребують бути компенсованими.

Відповідно до проаналізованих основних способів організації життя людини у післятрудоий період соціалізації, бачимо, що частина пенсіонерів віку пізньої дорослості усе ще залишається зацікавленою у розширенні своїх здібностей, поглибленні знань про навколишній світ, посиленні соціальних зв'язків та інтенсивному спілкуванні з оточуючими. За результатами досліджень Т. Б. Партико [292], особливо важливим для цих людей є довести іншим власну самостійність, незалежність. К. О. Островська та Л. І. Дідковська вказують на те, що слухачі УТВ володіють кращою соціально-психологічною адаптивністю, а перешкодою до залучення у соціально активне життя у пізній дорослості є низький рівень прийняття інших та високий рівень домінантності [102, с. 235], тобто соціально активні пенсіонери мають характерний набір якостей особистості, що вирізняють їх з-поміж інших пенсіонерів та зумовлюють вибір способу життя. Це вказує на доцільність вибору особливих методів роботи із ними, задля забезпечення максимальної ефективності процесу навчання.

З іншого боку, враховуючи динаміку когнітивної сфери, нестабільність емоційних реакцій, специфіку основних життєтворчих завдань осіб літнього віку, важливо розуміти, що основними функціями неперервної освіти у контексті роботи з ними є не стільки набуття нових професійних знань та вмінь, не розширення пізнавального та творчого потенціалу, а сприяння в соціальній адаптації. Попри те, що у процесі участі в роботі центрів освіти та спілкування для пенсіонерів вони набувають кращих можливостей соціально-психологічної адаптації [102, с. 237], власне зацікавленість цих осіб в отриманні такого роду допомоги наштовхує на думку про неповну задоволеність своїм актуальним становищем. Це, з однієї сторони, може бути пов'язане із кращим розумінням себе, осмисленням та

прийняттям своїх переживань та готовністю до змін їх у позитивну сторону, орієнтованість на розвиток, а з іншої – на наявність інтрапсихічних конфліктів, що потребують бути вирішеними, можливе переживання вікової кризи, яка піднімає актуальні екзистенційні питання, вирішення яких турбує пенсіонерів. Зокрема, за результатами нашого дослідження, ключовими аспектами, що знижують показники суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів, є ідентифікація із стереотипами старості, часта взаємодія з близькими (значимо, що матеріальна залежність від них не пригнічує цих людей), матеріальна та емоційна нестабільність, обмеження у можливостях реалізації самодетермінаційних потреб та фізичних ресурсів організму.

Відповідно, вибір засобів, способів та форм організації неперервної освіти за участі пенсіонерів віку пізньої зрілості повинен враховувати вище описані тенденції задля забезпечення її основної мети – сприяння розвитку особистості в усіх її проявах. На основі результатів емпіричного дослідження факторної структури чинників суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів розроблено схему для побудови навчально-соціалізаційних програм у закладах неперервної освіти при роботі із цією групою (табл. 4.5). Метою такої програми є допомога пенсіонерам у віднайденні оптимальних шляхів продовження особистісного зростання, ефективного соціального функціонування, досягнення позитивного самопочуття та підвищення суб'єктивних оцінок якості життя.

Відповідно до принципів біопсихосоціального підходу [236; 353], на яких ґрунтується програма, вона включає в себе 6 блоків, кожен із яких розкриває один із трьох аспектів соціально-психологічної адаптації пенсіонера. Основний аспект – психологічний – у програмі роботи закладу неперервної освіти (центру спілкування для літніх людей, Університету Третього Віку тощо) – повинен включати роботу із Я-концепцією та самооцінкою, розвитком навиків стресостійкості та міжособистісної взаємодії. У структурі чинників суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів найбільше значення відіграє стосунок з рідними, тому роботі із порозумінням у сімейному колі та розвитку умінь встановлення

Таблиця 4.5

Схема для розробки програми у рамках закладу неперервної освіти для роботи із пенсіонерами

Блок	Тематика	Цілі	Орієнтовний % часу у курсі
Психологічний аспект			
Само-пізнання, робота над собою	- самооцінка, Я-концепція - навик емоційної регуляції - цілепокладання та рівень домагань - потреби та мотиви	Формування позитивного самоставлення; прийняття нової соціальної ролі; створення орієнтирів щодо подальшого особистісного розвитку; розвиток опірності до ідентифікації з віковими стереотипами	15
Стресостійкість	- життєстійкість - навик саморегуляції у стресових ситуаціях - джерела ресурсів особистості	Посилення впевненості у собі; формування відчуття власної самостійності	5
Міжособистісна взаємодія	- стосунки з близькими: порозуміння між поколіннями, стосунки у подружжі - стосунки з іншими: емоційний інтелекту	Забезпечення можливостей для задоволення потреб у спілкування; стимулювання до переорієнтації просоціальної активності у сімейне оточення	50
Салютогенний аспект			
Фізична культура та здоров'я	- геронтофізіологія - геронтопсихологія - фізичні заняття з тренером - когнітивний тренінг	Ознайомлення з віковими змінами організму, фізичного та психічного стану; підтримання здоров'я в тонусі	8
Суспільний аспект			
Економіко-правова грамотність	- планування власного бюджету, фінансова грамотність - знання та захист власних прав та обов'язків	Покращення матеріального становища; формування відчуття власної самостійності	7
Діяльність за інтересами	- творчість, рукоділля - громадська робота - комп'ютерні науки - вивчення іноземної мови та ін.	Врахування інших чинників, що підвищують суб'єктивне благополуччя; врахування індивідуальних особливостей	15

контактів з людьми відведено найбільше часу – близько 50% від загальної тривалості курсу (що повинна бути врахованою залежно від умов організації та можливостей пенсіонерів). Оскільки було виявлено, що просоціальна активність у сімейному оточенні є найбільш сприятливим способом життя пенсіонерів, що не працюють, для максимальної задоволеності життям та позитивного афективного

балансу, великий акцент у роботі закладів неперервної освіти з цими людьми вбачаємо за доцільне робити на осмисленні сімейних ролей та особливостей налагодження контакту з близькими (що, безумовно, може супроводжуватися також індивідуальним чи сімейним консультуванням, як зазначалося раніше).

Курси у програмах неперервної освіти для пенсіонерів у значній мірі повинні також стосуватися самопізнання та розвитку навиків стресостійкості. Виходячи з того, що переживання своєї самотійності та матеріальної і психологічної стабільності, а також опірність віковим стереотипам та здатність рухатися шляхом особистісного зростання у моделі чинників когнітивного та афективного компонентів суб'єктивного благополуччя пояснюють близько 1/5 усієї дисперсії їхніх числових значень, у програмі рекомендовано розглядати теми самооцінки, навиків емоційної регуляції, осмислення своїх потреб, мотивів власних вчинків, здатностей до планування свого життя та постановки реалістичних цілей, а також навиків протистояння стресовим ситуаціям. Останнім відведено порівняно мало часу, адже чимало досліджень вказує на доволі високі адаптивні здібності соціально активних пенсіонерів, утім актуалізація цих знань і умінь у загальному курсі доречна.

Салютогенний аспект програми передбачає роботу із власним здоров'ям. У цьому блоці пенсіонери мають змогу відвідувати теоретичні заняття, на яких дізнаватимуться про вікові фізіологічні та психологічні зміни, а, отже, будуть підготовлені до їх можливої появи, та практичні заняття, де в ході когнітивних та фізичних тренувань матимуть змогу тримати у тонусі ті функції організму, що потенційно можуть погіршуватися в силу інволюційних процесів. У часовому еквіваленті цей блок представлений доволі мало: це пов'язано із тим, що пропонована програма побудована з метою покращення суб'єктивних оцінок якості життя та ґрунтується не на об'єктивних замірах стану досліджуваних, а на їхніх суб'єктивних відчуттях. Оскільки фізичному та психологічному самопочуттю у моделі чинників суб'єктивного благополуччя присвячено порівняно небагато уваги, цей блок у програмі за часом рекомендовано розраховувати на 8% від загальної її тривалості.

Суспільний аспект програми розкрито через заняття із економіко-правової грамотності та залучення пенсіонерів до діяльності за інтересами. Оскільки матеріальне становище та здатність самостійно організувати власне життя відіграють важливу роль для переживання пенсіонерами суб'єктивного благополуччя, вважаємо за доцільне приділяти увагу розвитку у них навиків фінансового планування, а також ознайомлення із їхніми правами та обов'язками для можливості вирішення юридичних питань, що можуть виникати, як складання заповіту, оформлення спадщини, купівля-продаж майна тощо.

Часове співвідношення блоків може дещо коригуватися відповідно до особливостей груп, їхніх інтересів та запитів. В цілому, політикою центрів неперервної освіти у питаннях пенсіонерів повинне бути сприяння їхній соціалізації у післятрудоу період, посилення розуміння механізмів взаємодії з оточенням та пристосування до нової соціальної ролі.

Деякі аспекти соціального супроводу пенсіонерів. Окрім безпосередньої роботи із пенсіонерами, для покращення їхнього суб'єктивного благополуччя важливе значення відіграють умови, у яких вони повинні соціалізуватися, та обставини, до яких мають пристосовуватися. У тій чи іншій мірі на оцінках якості життя людей позначаються реакції на різні життєві події: виграш у лотерею [354], одруження [193; 229; 267; 350], розлучення [247; 286], звільнення з роботи [189; 192; 226; 258], вихід на пенсію [224] та ін., викликаючи стабільні чи короткотривалі зміни рівня суб'єктивного благополуччя. Після припинення трудової діяльності за віком змінюється організація життя людини, зміни стосуються у значній мірі фізіологічного, емоційного, інтерперсонального, матеріального, соціально-статусного аспектів, способу життя тощо, і якщо з частиною з них робота вже була окреслена раніше, адже, наприклад, покращення міжособистісної комунікації у значній мірі може бути досягнуте шляхом здійснення психологічних інтервенцій, то деякі дефіцити старості потребують залучення інших видів ресурсів для їх подолання.

На основі результатів дослідження виявлено, що ідентифікація людини із віковими стереотипами позначається на її суб'єктивній оцінці власного життя. Ті

пенсіонери, що за власними зовнішніми ознаками та стилем життя відчують себе такими, що відповідають соціальним уявленням про літніх людей, за суб'єктивними відчуттями сприймають себе як старих та позбавлених життєвих перспектив, суттєво менш задоволені своїм життям та рідше, порівняно з іншими, переживають позитивні емоції, хоча цей чинник суб'єктивного благополуччя перш за все діє опосередковано, через суб'єктивне здоров'я – пенсіонери, що почуваються старшими, декларують гірше фізичне та психологічне самопочуття, аніж ті, чий суб'єктивний вік віддаленіший від паспортного. Суб'єктивний вік формується як під впливом власних уявлень про свій вік, так і соціальних поглядів на людину певного віку. З однієї сторони, вироблення стійкості у протистоянні стереотипам – завдання психолога, і зміст рекомендованих інтервенцій у цій сфері уже описаний. З іншої сторони, важливим соціальним завданням повинна бути трансформація стереотипів старості, що безумовно полегшить пенсіонерам завдання соціально-психологічної адаптації.

Як зазначається у ряді досліджень та як було встановлено у ході аналізу результатів уявлень молодших вікових груп про суб'єктивне благополуччя пенсіонерів, у суспільстві старість асоціюється із певними обмеженнями, що, водночас, не до кінця співпадає із поглядом самих літніх людей на власне функціонування. Нами були встановлені такі характерні уявлення інших людей про життя пенсіонерів:

- пенсіонери прожили добре життя, наближене до ідеального, отримували більшість із того, що хотіли, та в цілому мають позитивні судження про своє життя;
- вони не володіють достатніми ресурсами для самостійного подолання труднощів;
- їхній емоційний світ неоднозначний, складно сформувати єдине бачення його базового емоційного полюсу;
- їхні емоційні реакції характеризуються незначною інтенсивністю та глибиною;
- життя пенсіонерів доволі активне та динамічне.

Такий, доволі суперечливий образ життя у пізній зрілості дає змогу констатувати наявність страху перед вступанням у цей етап життя серед осіб молодших вікових категорій. У наведених уявленнях підкреслено, з одного боку, обмеженість можливостей та ресурсів, а з іншого – зовнішню інтенсивність подій при внутрішній урівноваженості та задоволеності. Важливим є те, що цей образ багато в чому відмінний від поглядів на власне життя самих пенсіонерів, які, по-перше, декларують більшу насиченість свого емоційного світу, по-друге, не готові з упевненістю заявити про ідеалістичність життя та реалізованість більшості своїх мрій та задумів, по-третє, відчують значно більше життєвих сил для самостійного вирішення проблем, по-четверте, сприймають своє життя більш пасивним та одноманітним.

Боротьба з ейджизмом як важливе соціальне завдання описана у ряді досліджень [31; 75; 88; 108; 168; 187; 310 та ін.]. Відтак, важливим завданням у руслі трансформації стереотипів старості є донесення до свідомості молоді, що старість – не період неповносправності чи обмежених можливостей, а інакший, порівняно з іншими етапами життя, і він також передбачає можливість для розвитку. Оскільки більш віддаленими від уявлень про себе самих пенсіонерів є погляди на них молоді, що мало спілкується з ними, важливим є ознайомлення людей із специфікою життя після виходу на пенсію та настання віку пізньої дорослості, розкриття змісту можливостей організації та проведення часу, щоб подолати уявлення про цей етап як метушливий, та, водночас, беззмістовний.

У руслі роботи соціальних служб доцільним є залучення волонтерів до роботи із пенсіонерами у різних соціальних ситуаціях. Зокрема, одним із важливих аспектів соціально-психологічної підтримки мешканців геріатричних пансіонатів повинна стати превенція соціальної депривації. На думку Н. І. Голови, сутність соціальної роботи із особами з таких закладів – віднайдення способів подолання самотності в ізоляції [27, с. 20]. Державна політика надання соціальних послуг на сучасному етапі не є досконалою і потребує залучення альтернативних ресурсів для подолання кризових явищ, тому до участі у цій діяльності доцільно залучати не тільки працівників геріатричних закладів, але й волонтерів.

Спілкування із людьми, якого бракує мешканцям геріатричних пансіонатів, дозволить їм відчувати себе не такими відкинутими світом. Якщо взаємодія з рідними актуалізує у цих людей переживання покинутості, то стосунок із сторонніми особами дасть змогу задовольнити потребу у спілкуванні. Для молоді, з іншого боку, це стане можливістю краще пізнати внутрішній світ літніх людей та наблизити свої стереотипізовані уявлення до їхніх. Вони можуть мати також професійний інтерес до такої діяльності: студенти та молоді спеціалісти можуть надавати рекомендації та консультації пенсіонерам у руслі своєї професійної компетентності: забезпечення елементарних життєвих потреб, сприяння у наданні медичної допомоги, юридичного консультування, організацію дозвілля та відпочинку, психологічне консультування та ін. Така форма активності волонтерів може стати способом набуття практичного досвіду, підвищення кваліфікації та самореалізації.

Окрім цього, молоді люди мають змогу залучатися до роботи рекреаційних та освітніх центрів для пенсіонерів, розробляти та проводити курси для них в межах Університетів Третього Віку тощо. Така форма залучення до комунікації з пенсіонерами є способом подолання стереотипу про старість як період втрати самостійності та неможливості цікавої змістовної організації свого часу. Широко застосовуване у соціальній практиці поняття «пенсійний вік», з цієї точки зору, є доволі некоректним. Вкладений у нього зміст, по-перше, передбачає наявність певних фіксованих вікових меж, коли організм людини перестає функціонувати достатньо добре для виконання професійних обов'язків, по-друге, створює підґрунтя для стереотипного ставлення до людей, що досягають певного віку, як обмежених у виконанні певних видів активності, нездатних нести відповідальність, діяти самостійно. Інформування населення про існування освітніх центрів для пенсіонерів та специфіку їхньої роботи є важливим, адже розкриє наявність можливостей продовження особистісного зростання у цьому віці, покаже перспективи та варіанти урізноманітнення життя.

Як і для пенсіонерів, представникам інших вікових та соціальних груп доцільно володіти інформацією про основні потреби та мотиви людини на різних

етапах її життя. Доцільним є періодичне проведення семінарів та тренінгів міжпоколінної комунікації, на яких можливим є поглиблення знань та навиків побудови взаємодії із людьми різних груп у різних статусах: із близькими, співробітниками, знайомими. У їх результаті щодо стосунку з пенсіонерами повинне бути досягнуте розуміння того, що, з одного боку, вони потребують підтримки та розуміння, з іншого – простору для прояву самостійності та уникнення ставлення до себе як до осіб, що не здатні турбуватися про себе, а також можливості для передачі власного досвіду та знань і переживання своєї значущості.

Перш за все, допомога та сприяння пенсіонерам необхідні щодо умов їхнього життя. Безумовною необхідністю є створення належних умов життя для пенсіонерів та забезпечення необхідного для реалізації потреб рівня матеріального забезпечення. Це завдання перш за все стосується державних органів правління: низькі показники суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату пов'язані не тільки з неможливістю взаємодії з близькими та соціальною депривацією, але й із незадовільними умовами життя, малим життєвим простором, поганою матеріальною базою, скромним харчуванням та ін. Нестача фінансів для задоволення потреб зумовлює у пенсіонерів не лише збільшення частоти негативних емоцій, але й їх сильну інтенсифікацію, тоді як хороше матеріальне забезпечення пов'язане не стільки із більшим переживанням радості та задоволення, скільки із зменшенням гостроти тривоги та неспокою, тобто асоціюється у пенсіонерів із гарантією стабільності та сприяє урівноваженню емоційного стану. Окрім об'єктивного створення належних умов життя, з боку близьких людей є надання пенсіонерам допомоги щодо ефективного планування свого бюджету, підтримки у веденні фінансових справ для забезпечення цієї необхідної емоційної збалансованості.

Висновки до розділу 4

1. Найбільш сприятливим способом життя для високих суб'єктивних оцінок якості життя є просоціальна активність у середовищі близьких. Такий

спосіб життя пов'язаний із найбільшими показниками загальної задоволеності життям та задоволеності окремими його сферами, та показниками афективного благополуччя. Соціально активні літні люди більш задоволені власною соціальною залученістю, однак у цілому декларують менше суб'єктивне благополуччя та більшу інтенсивність переживань, що, імовірно, пов'язано із насиченістю їхнього життя подіями, до яких потрібно постійно пристосовуватися, залучаючи чималі особистісні ресурси. Мешканці геріатричного пансіонату найменш щасливі. Несприятливими для суб'єктивного благополуччя цих людей є у першу чергу умови їхнього життя – обмежені можливості для задоволення потреб, стигматизованість місця проживання, соціальна депривація.

2. Психологічні якості, що сприяють налагодженню стосунків з іншими та ефективна комунікація в сім'ї – основні чинники суб'єктивного благополуччя осіб, чий спосіб життя організований навколо побутово-сімейної сфери. Основним чинником суб'єктивного благополуччя в умовах геріатричного закладу є ресурси особистості для адаптації до складних умов соціальної депривації, та нечасті зустрічі з рідними. У соціально активних пенсіонерів часта взаємодія з близькими також пов'язана з нижчим суб'єктивним благополуччям, важливим для них є переживання самостійності у вирішенні життєвих завдань, та емоційної стабільності.

3. Урахування відмінностей основних соціальних потреб пенсіонерів повинні бути враховані при розробці напрямів психологічної підтримки їхнього суб'єктивного благополуччя. Основний акцент у них здійснено на актуалізації особистих ресурсів, важливих для ефективної міжособистісної взаємодії, стабілізації психоемоційного стану, посилення Я-образу, розвитку адаптивних можливостей.

ВИСНОВКИ

У дисертації теоретично узагальнено та емпірично визначено систему соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, що припинили трудову діяльність за віком, на основі якої окреслено основні напрями соціально-психологічної роботи із пенсіонерами для підтримки їхнього суб'єктивного благополуччя.

Узагальнення результатів дослідження дало змогу констатувати наступне:

1. Суб'єктивне благополуччя є когнітивно-емоційною оцінкою особою якості власного життя загалом та окремих його сфер, яка формується на основі міри задоволеності потреб (у першу чергу тих, що мають соціальний контекст), еталонних уявлень, сформованих у процесі соціалізації, а також об'єктивних обставин, сприйнятих та інтеріоризованих, та створює основу для досягнення внутрішніх, соціально орієнтованих цілей, самореалізації, розкриття свого потенціалу, осмислення життя. У пізній дорослості на фоні змін соціальних обставин та життєвих орієнтирів ключовими стають питання налагодження інтерперсональної взаємодії, адже відбувається звуження кола спілкування, зосередження основної комунікації на середовищі близького оточення, адаптація до соціального статусу пенсіонера, очікування погіршення стану фізичного здоров'я відповідно до існуючих соціальних стереотипів. Відтак провідну роль у системі детермінації суб'єктивного благополуччя осіб, що вийшли на пенсію за віком, відіграють соціально-психологічні чинники.

2. Високі показники суб'єктивного благополуччя у пізній дорослості забезпечуються: 1) здатністю до створення глибоких емоційно наповнених стосунків з іншими та залученістю у соціальну взаємодію, насамперед через стосунки з рідними та спосіб життя, що дає змогу задовольняти потреби у соціальній причетності та особистій значимості, 2) високим соціальним статусом та адаптованістю у соціальній ролі пенсіонера, 3) задоволеністю стосунками у батьківській сім'ї.

3. Соціальна включеність, наявність особистих ресурсів для налагодження ефективної комунікації на емоційному рівні та прийняття нових життєвих обставин є основними чинниками когнітивного компоненту суб'єктивного благополуччя пенсіонерів – задоволеності життям. Афективний баланс головно залежить від рівня емоційної стабільності особи, здатності уникати ідентифікації із стереотипним образом літньої людини та від демографічних характеристик (віку та матеріального статусу).

4. Рівень суб'єктивного благополуччя літніх чоловіків та жінок статистично не відрізняється, утім роль міжособистісної комунікації у його детермінації не однакова у представників різної статі. Для жінок визначальним є підтримання позитивних стосунків із рідними як умови посилення особистих ресурсів для подолання труднощів. Для чоловіків більшого значення набуває переживання внутрішньої гармонії, тоді як надміру тісна взаємодія з рідними навіть погіршує суб'єктивне благополуччя, оскільки пов'язана із переживанням втрати самостійності.

5. Найбільш сприятливим для переживання суб'єктивного благополуччя способом життя у пізній дорослості є просоціальна активність у родинному колі. Залученість до комунікації із широкими соціальними колами не є пріоритетним завданням у пізній дорослості і пов'язана із посиленням інтенсивності переживань, що погіршує показники благополуччя соціально активних пенсіонерів. Особи, що мешкають у геріатричному пансіонаті, демонструють найнижчі показники суб'єктивного благополуччя, внаслідок обмеженості можливостей задоволення комунікативних потреб, стигматизованості місця проживання, соціальної депривації.

6. Здатність налагоджувати стосунки з іншими (насамперед ефективна комунікація в сімейному оточенні) та хороше самопочуття – основні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, для яких провідний вид активності пов'язаний із побутово-сімейною сферою. Посилення особистих ресурсів адаптації до складних обставин – головна умова покращення оцінок якості життя мешканців геріатричного пансіонату. Відчуття самостійності у вирішенні

життєвих завдань є найважливішим для переживання суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів.

7. Отримані результати дослідження лягли в основу розроблених напрямів психологічної роботи із пенсіонерами у контексті підтримання їхнього суб'єктивного благополуччя. Основний акцент зроблено на актуалізації особистих ресурсів, пов'язаних із ефективною інтерперсональною взаємодією, пом'якшенні гостроти емоційних переживань щодо обставин власного життя, розвитку здатностей адаптації до них, посиленні образу Я та самооцінки.

Перспективами подальших досліджень соціально-психологічних аспектів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів є аналіз та розкриття соціально-психологічних механізмів формування способу життя у контексті підтримання суб'єктивного благополуччя, дослідження впливу соціальних стереотипів на суб'єктивне благополуччя пенсіонерів та визначення його ролі у детермінації способу життя у пізній дорослості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 700 с.
2. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды : В 2 т. / Б. Г. Ананьев. – М. : Педагогика, 1980. – Т. 1. – С. 186–193.
3. Андреева И. Н. Способности эмоционального интеллекта: гендерные различия / И. Н. Андреева // Психология и современное общество : взаимодействие как путь взаиморазвития: Материалы международной научно-практической конференции. – Ч.1. – СПб, 2007. – С.12-15.
4. Анциферова Л. И. Новые стадии поздней жизни: время теплой осени или суровой зимы? / Л. И. Анциферова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15, № 3. – С. 99-104.
5. Арістотель. Нікомахова етика / Арістотель ; пер. з давньогрец. В. Ставнюка. – К. : Аквілон-Плюс, 2002. – 480 с.
6. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл ; пер. с англ. А. Лисицына. – СПб. : Питер, 2003. – 271 с.
7. Аршава І. Ф. Позитивність образу Я і психологічне благополуччя особистості: моногр. / І. Ф. Аршава, О. М. Знанецька, Е. Л. Носенко. – Дніпропетровськ : Вид-во «Інновація», 2011. – 134 с.
8. Аршава І. Ф. Суб'єктивне благополуччя та його індивідуально-психологічні та особистісні кореляти / І. Ф. Аршава, Д. В. Носенко // Вісник ДНУ. Серія : Педагогіка і психологія. – Дніпропетровськ, 2012. – Вип. 18, Т. 20, №9/1. – С. 3-10.
9. Бабенко В. В. Основи теорії ймовірностей і статистичні методи аналізу даних у психологічних та педагогічних експериментах / В. В. Бабенко. – Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2009. – 184 с.
10. Бахарева Н. К. Субъективное благополучие как системообразующий фактор толерантности: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Н. К. Бахарева. – Хабаровск, 2004. – 22 с.

11. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф. Б. Березин. – СПб. : Наука, 1998. – 270 с.
12. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс ; пер. с англ. ; под ред. В. Я. Пилиповского. – М. : Прогресс, 1986. – 422 с.
13. Блинова О. Є. Роль соціальних стереотипів у регуляції поведінки особистості [Електронний ресурс] / О. Є. Блинова // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки. – 2013. – Вип. 10, Т. 2. – С. 37-41. – Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nvmdups_2013_2_10_8.pdf.
14. Большакова А. Психологічне благополуччя та особливості ставлення до оточуючих у курсантів ВНЗ МВС України [Електронний ресурс] / А. Большакова // Освіта регіону. – 2013. – №2. – Режим доступу : <http://social-science.com.ua/article/1064>.
15. Бочарова Е. Е. Стратегии поведения и субъективное благополучие личности / Е. Е. Бочарова // Вопросы общей и социальной психологии: сб. науч. тр. / отв. ред. Р.М. Шамионов. – Саратов : Изд-во Научная книга. – 2005. – С. 67-75.
16. Братусь Б. С. К проблеме человека в психологии / Б. С. Братусь // Вопросы психологии. – 1997. – №5. – С. 3-20.
17. Бызова В. М. Кризисы взрослой жизни: моменты роста / В. М. Бызова. – СПб. : Речь, 2010. – 221 с.
18. Васильченко О. М. Репродуктивні уявлення в структурі суб'єктивного благополуччя особистості / О. М. Васильченко // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. – Житомир : ЖДУ ім. І.Франка, 2011. – Вип. 25, Т. 7. – С. 27-35.
19. Васютинський В. О. Стиль життя як соціально-психологічна характеристика культури бідності / В. О. Васютинський // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2012. – Вип. 30 (33). – С. 19-32.
20. Вірна Ж. П. Аксиологія якості життя особистості / Ж. Вірна // Психологія особистості. – 2013. – №1 (4). – С. 104-112.

21. Воронина А. В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / А. В. Воронина. – Томск, 2002. – 24 с.
22. Галецька І. І. Критерії психологічного здоров'я / І. І. Галецька // Вісник Львівського національного університету імені І. Франка. Серія : Філософські науки. – 2007. – Вип. 10. – С. 317-328.
23. Галецька І. І. Психологічне здоров'я / І. І. Галецька // Психологія здоров'я : теорія і практика / За ред. І. Галецької, Т. Сосновського. – Л. : ЛНУ ім. І. Франка, 2006. – С. 89–122.
24. Гапон Н. П. Гендер у гуманітарному дискурсі: філософсько-психологічний аналіз / Н. П. Гапон. – Львів : Літопис, 2002. – 310 с.
25. Гапон Н. П. Проблеми гендеру у філософському дискурсі другої половини ХХ століття : автореф. дис. ... д-ра філос. наук : 09.00.05 / Н. П. Гапон. – Львів, 2006. – 40 с.
26. Гоббс Т. Левиафан, или Материя, форма и власть государства церковного и гражданського [Электронный ресурс] / Т. Гоббс ; пер. с англ. А. Гутермана // Гоббс Т. Сочинения: В 2 т. – Т. 2. – М. : Мысль, 1991. – 731 с. – Режим доступа : <http://grachev62.narod.ru/hobbes/content.htm>.
27. Голова Н. І. Забезпечення сприятливої адаптації осіб похилого віку до нових умов соціалізації / Н. І. Голова // Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». – №4. – Хмельницький : ХІСТ, 2011. – С.19-22.
28. Головаха Е. И. Психология человеческого взаимопонимания [Электронный ресурс] / Е. И. Головаха, Н. В. Панина. – Киев, 1989. – 189 с. – Режим доступа : <http://psyfactor.org/lib/panina.htm>.
29. Голубева Е. В. О мотивационной сфере современного младшего Школьника / Е. В. Голубева // Развитие личности в образовательных системах Южного Российского региона: Тезисы докладов XIII годичного собрания РАО и XXV

психолого-педагогических чтений Юга России. – Часть IV. – Ростов н/Д : Изд-во РГПУ, 2006. – С. 24-26.

30. Горностай П. П. Особливості групової ідентичності в психотерапевтичних і тренінгових групах / П. П. Горностай // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2012. – Вип. 30 (33). С. 93-104.

31. Горфан Я. Ю. Предубеждения в отношении пожилых людей как фактор их виктимизации [Электронный ресурс] / Я. Ю. Горфан // Психологическая наука и образование. – 2012. - №2. – Режим доступа : www.psyedu.ru.

32. Грановская Р. М. Элементы практической психологии / Р. М. Грановская. – СПб. : Речь, 2007. – 656 с.

33. Грисенко Н. В. Особистісні детермінанти запобігання емоційного вигорання педагога в аспекті досліджень позитивної психології : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Н. В. Грисенко – К., 2011. – 22 с.

34. Гупаловська В. А. Гендерні особливості задоволеності життям чоловіків / В. А. Гупаловська // Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені І. Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2009. – Вип. 4. – С. 67-86.

35. Гусейнов А. Краткая история этики / А. Гусейнов, Г. Иррлитц. – М. : Мысль, 1987. – 592 с.

36. Данилов Ю. М. Семейные отношения психически больных позднего возраста (в связи с задачами вторичной психопрофилактики) : автореф. дис. ... канд. мед. наук : 14.00.18 / Ю. М. Данилюк. – Л., 1984. – 15 с.

37. Данильченко Т. В. Методичні проблеми вивчення суб'єктивного соціального благополуччя / Т. В. Данильченко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки. – 2015. – Вип. 126. – С. 57-62.

38. Данильченко Т. В. Місце суб'єктивного соціального благополуччя в системі психологічних категорій / Т. В. Данильченко // Український психолого-

педагогічний науковий збірник : Науковий журнал. – Львів, 2014. – №3 (03). – С. 46-56.

39. Данильченко Т. В. Об'єктивні фактори суб'єктивного благополуччя / Т. В. Данильченко // Актуальні проблеми психології. Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – 2014. – Т. 13. – С. 165-176.

40. Данильченко Т. В. Особливості вивчення соціальних потреб як предиктора суб'єктивного благополуччя особистості / Т. В. Данильченко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки. – 2015. – Вип. 126. – С. 63-69.

41. Данильченко Т. В. Соціальне порівняння як фактор суб'єктивного благополуччя / Т. В. Данильченко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки. – 2014. – Вип. 121. – С. 103-109.

42. Данилюк І. В. В. А. Роменець – фундатор вітчизняної історико-психологічної науки / І. В. Данилюк // Психологія вчинку : Шляхами творчості В. А. Роменця : зб. ст. / упоряд П. А. М'ясоїд ; відп. ред. А. В. Фурман. – К. : Либідь, 2012. – С. 218-223.

43. Джеймс У. Психология / У. Джеймс ; предисл. Л. А. Петровской. – М. : Педагогика, 1991. – 368 с.

44. Джидарьян И. А. Счастье в представлениях обыденного сознания / И. А. Джидарьян // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21, № 2. – С. 40–48.

45. Дороднова Е. В. Гендерные различия в восприятии окружающей среды / Е. В. Дороднова // Социокультурный анализ жизненных отношений. – Саратов : Изд-во Саратов. ун-та, 1998. – С. 146-156.

46. Духневич В. М. Психологічне благополуччя професіонала як умова його ефективної діяльності (на прикладі професії психолога) : автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / В. М. Духневич. – К., 2002. – 22 с.

47. Елютина М. Э. Супружеские отношения в пожилом возрасте / М. Э. Елютина // Социологические исследования. – 2010. – №11. – С. 83-92.

48. Ермолаева М. А. Практическая психология старости / М. А. Ермолаева. – М. : Изд-во ЭСМО-Пресс, 2002. – 320 с.
49. Ермолаева М. А. Структура эмоциональных переживаний в старости / М. В. Ермолаева // Мир психологии. – №2. – 1999. – С. 123-133.
50. Зарецька О. О. Порівняльний аналіз уявлень дорослих різного віку про особистісне зростання [Електронний ресурс] / О. О. Зарецька // Технології інтелектуального розвитку. – 2014. – Т. 1, № 6. – Режим доступу : http://www.psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/122.
51. Засєкіна Л. В. Темпоральний підхід до дослідження пенсійної зрілості особистості у період геронтогенези / Л. В. Засєкіна // Наукові записки [Національного університету "Острозька академія"]. Серія : Психологія і педагогіка. – 2011. – Вип. 18. – С. 63-70.
52. Захарко О. О. Соціально-психологічні детермінанти дозвілєвих уподобань студентської молоді : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / О. О. Захарко. – Київ, 2013. – 15 с.
53. Зелінська С. Ф. Співвідношення показників суб'єктивного благополуччя особистості з типами її самовідношення / С. Ф. Зелінська // Вісник ОНУ ім. І. Мечнікова. Серія : Психологія. – 2012. – Т. 17, Вип. 8 (20). – С. 83-90.
54. Знанецька О. М. Особливості зв'язку Я-концепції особистості з її психологічним благополуччям : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / О. М. Знанецька. – К., 2010. – 22 с.
55. Иберла К. Факторный анализ / К. Иберла ; пер. с нем. В. М. Ивановой ; под ред. А. Г. Аганбегяна [и др.]. – М. : Статистика, 1980. – 398 с.
56. Иванова Т. Ю. Структура и диагностика удовлетворенности трудом : разработка и апробация методики / Т. Ю. Иванова, Е. И. Рассказова, Е. Н. Осин // Организационная психология. – 2012. – Т. 2, №3. – С. 2–15.
57. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб : Питер, 2001. – 752 с.
58. Исаев Д. Н. Половое воспитание детей / Д. Н. Исаев, В. Е. Каган. – М. : Медицина, 1988. – 160 с.

59. Камінська О. В. Психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя студентської молоді в шлюбі / О. В. Камінська // Теоретичні і прикладні проблеми психології : збірник наукових праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. – Луганськ, 2013. – № 2 (31). – С. 133-140.
60. Карандашев В. Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности (Концепция и методическое руководство) / В. Н. Карандашев. – СПб. : Речь, 2004. – 70 с.
61. Карпенко З. С. Сучасний стан аксіологічних студій в Україні / З. С. Карпенко // Психологія особистості. – 2013. – №1 (3). – С. 21-31.
62. Карсканова С. В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф : процес та результати адаптації / С. В. Карсканова // Практична психологія і соціальна робота. – 2011. – №1. – С. 1-10.
63. Карсканова С. В. Психологічне благополуччя особистості як основа фахового зростання : автореф. дис ... канд. психол. наук : 19.00.01 / С. В. Карсканова. – К., 2012 . – 18 с.
64. Кириленко С. А. Забота об удовольствии / С. А. Кириленко // Феномен удовольствия в культуре : Материалы международного научного форума. – СПб. : Центр изучения культуры, 2004. – С. 155-157.
65. Кількість працівників, їх якісний склад та оплата праці за 2013 рік : Статистичний збірник / Відп. за випуск Л. С. Ромашевська. – Київ, 2014. – 180 с.
66. Климов Е. А. Психология профессионала / Е. А. Климов. – М. : Изд-во «Институт практической психологии», 1996. – 400 с.
67. Князева Е. В. Удовлетворенность жизнью как социальный феномен / Е. В. Князева // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. – 2011. – № 941. – С. 160-165.
68. Коваленко О. Г. Ефективність застосування програми оптимізації міжособистісного спілкування осіб похилого віку / О. Г. Коваленко // Психологія і особистість. – 2014. – № 2(6). – С. 138-150.

69. Коваленко О. Г. Особливості міжособистісного спілкування літніх людей та осмисленість життя / О. Г. Коваленко // Психологія і особистість. – 2015. – №2 (1). – С. 284-296.
70. Колесов Д. Отношение к жизни : шесть типов [Электронный ресурс] / Д. Колесов // Развитие личности. – 2005. – №3. – С. 31-47. – Режим доступа : http://rl-online.ru/articles/R103_05/346.html.
71. Кологривова Е. І. Вплив особистісних прагнень на переживання суб'єктивного благополуччя / Е. Кологривова // Соціальна психологія. – 2006. – № 5. – С. 179-184.
72. Кологривова Е. І. Функції особистісних прагнень в переживанні молодою людиною суб'єктивного благополуччя : автореф. дис... канд. психол. наук : 19.00.05 / Е. І. Кологривова. – К., 2008. – 23 с.
73. Кочубейник О. М. Диверсифікація реальності і стратегії гри в життєконструюванні особистості / О. М. Кочубейник // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2012. – Вип. 31 (34). – С. 20-29.
74. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум. – СПб. : Питер, 2005. – 940 с.
75. Краснова О. В. Стереотипы пожилых и отношение к ним / О. В. Краснова // Психология зрелости и старения. – М. : Центр Геронтолог, 1998. – №1. – С. 10-18.
76. Кудряшева И. В. Ранняя диагностика хронического панкреатита с позиции использования ультразвуковой томографии и индекса качества жизни // И. В. Кудряшева. – Смоленск, 2003. – 20 с.
77. Кузнецова Э. С. Исследование эмоциональной сферы лиц пожилого возраста / Э. С. Кузнецова // Личность, семья и общество : вопросы педагогики и психологии»: материалы международной заочной научно-практической конференции. – Новосибирск : Изд. «СибАК», 2012. – 160 с. – С. 122-126.
78. Кузікова С. Саморозвиток особистості: суб'єктний підхід / С. Кузікова // Психологія особистості. – 2013. – №1 (4). – С. 77-86.

79. Кулешова Л. Н. Помощь пожилым людям / Л. Н. Кулешова // Психологическая помощь и консультирование в практической психологии / Под ред. М. К. Тутушкиной. – СПб., 1999. – С.156-171.
80. Куликов Л. В. Детерминанты удовлетворенности жизнью / Л. В. Куликов // Общество и политика. – СПб., 2000. – С. 476–510.
81. Куликов Л. В. Психология настроения / Л. В. Куликов. – СПб., 1997. – 228 с.
82. Курова А. В. Суб'єктивне благополуччя як складова частина задоволеності життям / А. В. Курова // Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія». – 2013. – Т. 18, Вип. 23. – С. 158-164.
83. Лазаренко В. І. Почуття психологічного благополуччя як передумова успішної професійної діяльності майбутніх практичних психологів [Електронний ресурс] / В. І. Лазаренко // Електронний збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти. – 2011. – Вип. 6. – Режим доступу : http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp6/lazarenko.pdf.
84. Ларіна Т. О. Життестійкість як передумова постановки життєвих завдань / Т. О. Ларіна // Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / за наук. ред. Т. М. Титаренко. – Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
85. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М. : Наука, 1975. – 325 с.
86. Леонтьев Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.
87. Лидерс А. Г. Кризис пожилого возраста: гипотеза о его психологическом содержании / А. Г. Лидерс // Психология зрелости и старения. – 2000. – № 2. – С. 6–11.
88. Магдисюк Л. І. Теоретико-емпіричні межі поняття ейджизму у психології / Л. І. Магдисюк // Теоретичні і прикладні проблеми психології. – 2013. – №3 (32). – С. 167-173.
89. Магдисюк Л. І. Теоретико-методологічні основи дослідження психологічної готовності до виходу на пенсію / Л. І. Магдисюк // Вісник Харківського

- національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. – 2014. – Вип. 47. – С. 112-121.
90. Марцинковская Т. Д. Особенности психического развития в позднем возрасте // Психология зрелости и старения. – 1999. – № 3. – С. 13–17.
91. Малкина-Пых И. Г. Возрастные кризисы : Справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2005. – 896 с.
92. Мельниченко О. А. Проблеми та перспективи поліпшення пенсійного забезпечення населення України / О. А. Мельниченко // Актуальні проблеми державного управління : зб. наук. пр. – Х. : Вид-во ХарPI НАДУ "Магістр", 2011. – № 1. – С. 134–142.
93. Мирончак К. В. Психологічний вплив страху смерті на особистість / К. В. Мирончак // Наук. вісник Львівського держ. ун-ту внутрішніх справ. – Серія психологічна. – 2012. – Вип. 2 (2). – С. 361–370.
94. Міщиха Л. П. Творчий потенціал особистості у період пізньої дорослості : монографія / Л. П. Міщиха. – Івано-Франківськ : Місто НВ, 2014. – 399 с.
95. Мясичев В. Н. Психология отношений / В. Н. Мясичев ; под ред. А. А. Бодалева. – М. : Институт практической психологии, 1995. – 312 с.
96. Найдьонова Л. Психологічне благополуччя людини / Л. А. Найдьонова // Директор школи. Україна. – 2007. – №2. – С. 10-19.
97. Немчин Т. А. Состояния нервно-психического напряжения / Т. А. Немчин. – Л. : Изд-во ЛГУ, 1983. – 167 с.
98. Новая философская энциклопедия: В 4 т. [Электронный ресурс] / под ред. В. С. Стёпина. – М. : Мысль, 2003. – Т. 3. – 695 с. – Режим доступа : <http://iph.ras.ru/elib/2142.html>.
99. Носенко Э. Л. Позитивный личностный ресурс педагога и субъективное благополучие учеников / Э. Л. Носенко, Р. А. Труляев // Вопросы психологии. – 2013. – №5. – С. 14-24.
100. Олександров Ю. М. Саморегуляція як чинник психологічного благополуччя студентської молоді: автореф. дис. ... канд. психол. н. : 19.00.01 / Ю. М. Олександров. – Харків, 2010. – 23 с.

101. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха / Г. Орме. – М. : «КСП+», 2003. – 272 с.
102. Островська К. О. Вплив навчання літніх людей в Університеті третього віку на соціально-психологічні особливості їх адаптивності / К. О. Островська, Л. І. Дідковська // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ : Серія психологічна. – 2012. – №2 (2). – С. 231-240.
103. Партико Т. Б. Самоставлення осіб пенсійного віку : порівняльний аналіз працевлаштованих та непрацевлаштованих / Т. Б. Партико // Практична психологія та соціальна робота : Науково-практичний освітньо-методичний журнал. – 2014. – №12. – С. 59-65.
104. Полунін О. В. Психологічні механізми часової організації життєвого досвіду індивіда : автореф. дис. ... д-ра філос. н. : 19.00.01 / В. О. Полунін. – К., 2011. – 28 с.
105. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / [ред.-сост. Д. Я. Райгородский]. – Самара : БАХРАХ-М, 2008. – 672 с.
106. Проблемы психологической герменевтики / [под ред. Н. В. Чепелева]. – К. : Изд-во Нац. пед. ун-та им. Н. П. Драгоманова, 2009. – 382 с.
107. Пряжников Н. С. Личностное самоопределение в преклонном возрасте / Н. С. Пряжников // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 111–123.
108. Пучков П. В. Геронтологический эбьюзинг как предмет социологического исследования / П. В. Пучков // Социология : 4М. – 2006. – №23. – С. 26-49.
109. Пучкова Г. Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности : автореф. дис. ... канд. психол. н. : 19.00.01 / Г. Л. Пучкова. – Хабаровск, 2003. – 21 с.
110. Розподіл постійного населення України за статтю та віком станом на 1 січня 2012 року : Статистичний збірник / Відпов. за випуск Г. М. Тимошенко. – Київ, 2012. – 413 с.
111. Роменець В. А. Григорій Сковорода і проблема людського самопізнання: традиції і новаторство / В. А. Романець // Філософська думка. – 1987. – №3. – С. 71-78.

112. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн . – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2002. – 702 с.
113. Савельева О. С. Субъективное благополучие как проблема социальной психологии / О. С. Савельева // Актуальные проблемы психологии личности. – 2009. – Новосибирск : НГПУ, 2009. – С. 29-32.
114. Сарджвеладзе Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой [Электронный ресурс] / Н. И. Сарджвеладзе. – Тбилиси : Мецниереба, 1989. – Режим доступа : <http://psylib.org.ua/books/sarjv01/index.htm>.
115. Сахарова Т. Н. Особенности эмоционально-нравственной сферы личности на поздних этапах онтогенеза : автореф. дис...канд. психол. наук : 19.00.13 / Т. Н. Сахарова. – М., 2004. – 22 с.
116. Селигман М. Новая позитивная психология : Научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман ; пер. с англ. И. Солухи. – М.: София, 2006. – 368 с.
117. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье; пер. с англ. И. Хорол, А. Лук. – М. : Прогресс, 1982. – 68 с.
118. Семків І. І. Соціальний капітал як чинник громадянської активності студентської молоді: психологічна модель : автореф. дис. ... канд. психол. н.: 19.00.11 / І. І. Семків. – К., 2009. – 21 с.
119. Сердюк Л. З. Особистісна самореалізація та психологічне благополуччя як основні стратегічні лінії мотивації учіння студентів ВНЗ / Л. З.Сердюк / Науковий вісник Чернівецького університету. Серія Педагогіка та психологія. – Вип. 687. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2014. – С. 151-159.
120. Склад населення Львівської області за статтю та віком : Статистичний збірник 2011 / відпов. за випуск Л. О. Івасіва. – Львів, 2012. – 96 с.
121. Сковорода Г. С. Кольцо. Дружескій разговор о душевном мирѣ [Электронный ресурс] // Сковорода Г. Повне зібрання творів у 2-х т. – К. : Наукова думка, 1973. – Т. 1. – 532 с. – С. 358-410. – Режим доступа: <http://litopys.org.ua/skovoroda/skov115.htm>.
122. Слободчиков В. И. Антропологический принцип в психологии развития / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев // Вопросы психологии. – 1998. – №6. – С. 3-17.

123. Словарь-справочник по социальной геронтологии / под ред. Б. Тукумцева. – Самара : Изд-во Самарск. ун-та, 2003. – 208 с.
124. Смульсон М. Л. Екзистенційне наповнення наративу старості / М. Л. Смульсон // Актуальні проблеми психології : Психологічна герменевтика / За ред. Н. В. Чепелевої. – К. : Міленіум, 2005. – Т. 2. – Вип. 3. – С. 106-119.
125. Смульсон М. Л. Реінтерпретація ментальної моделі у старості як інтелектуальна задача / М. Л. Смульсон // Актуальні проблеми психології : Збірник наукових праць Інститут психології ім. Г. С. Костюка. – Житомир : Вид. ЖДУ ім. І. Франка, 2011. – Т. II. Психологічна герменевтика, Вип. 7. – С. 24-34.
126. Смульсон М. Л. Розвиток у старості : завдання, специфіка, ризики / М. Л. Смульсон // Наук. ст. з соц. і політ. психол. : зб. статей / НАПН України ; Інститут соціальної і політичної психології ; під ред. М. М. Слюсаревського та ін. – К. : Міленіум, 2012. – Вип. 31 (34). – С. 186-196.
127. Смульсон М. Л. Специфіка ментальної моделі світу у старості / М. Л. Смульсон // Наук. ст. з соц. і політ. психол. : зб. статей / НАПН України ; Інститут соціальної і політичної психології ; під ред. С. Д. Максименка та ін. – К., 2006. – Вип. 13 (16). – С. 139-155.
128. Созонтов А. Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия / А. Е. Созонтов // Вопросы психологии. – 2006. – №4. – С. 105-114.
129. Старость. Популярный справочник / [под ред. Л. И. Петровской]. – М. : Академия, 2012. – 85 с.
130. Статистичний щорічник України за 2013 рік / за ред. О. Г. Осауленка. – Київ, 2014. – 534 с.
131. Стогній П. Етика праці у творчості Г. С. Сковороди / П. Стогній // Григорій Сковорода. 250. Матеріали до відзначення 250-річчя від дня народження / за ред. В. І. Шинкарука та ін. – К. : Наукова думка, 1975. – 256 с.
132. Струмилин С. Г. Проблемы экономики труда / С. Г. Струмилин. – М. : «Наука», 1982. – 472 с.

133. Татенко В. О. Особистісне зростання і гуманізація стосунків між поколіннями у світлі суб'єктно-вчинкового підходу / В. О. Татенко // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2007. – Вип. 16 (19). – С. 127-140.
134. Тибилова А. У. Восстановительная терапия психически больных позднего возраста / А. У. Тибилова. – Л. : Медицина, 1991. – 168 с.
135. Титаренко Т. М. Життєві завдання особистості як соціально-психологічний чинник моделювання майбутнього / Т. М. Титаренко // Наукові студії з соціальної та політичної психології : зб. статей. – К. : Міленіум, 2007. – Вип. 16 (19). – С. 304-311.
136. Титаренко Т. М. Особистісне самоконструювання: циклічно-поступальна динаміка / Т. М. Титаренко // Психологія і особистість. – 2013. – № 1(3). – С. 85–96.
137. Титаренко Т. М. Психологічні практики конструювання життя в умовах постмодерної соціальності : монографія / Т. М. Титаренко, О. М. Кочубейник, К. О. Черемних. – К. : Міленіум, 2014. – 206 с.
138. Торохтий В. С. Психология социальной работы с семьей / В. С. Торохтий. – М. : Академия, 1996. – 400 с.
139. Ушакова Е. А. Факторы удовлетворенности трудом как основа мотивации персонала [Электронный ресурс] / Е. А. Ушакова // Инновационное развитие экономики: предпринимательство, образование, наука : сб. науч. ст. – Минск, 2013. – С. 141-144. – Режим доступа: <http://elib.bsu.by/handle/123456789/56473>.
140. Факторный, дискриминантный и кластерный анализ / Дж.-О. Ким, Ч. У. Мьюллер, У. Р. Клекка [и др.] : пер. с англ.; под ред. И. С. Енюкова. – М. : Финансы и статистика, 1989. – 215 с.
141. Федосеева Н. А. Анализ ключевых категорий образа жизни / Н. А. Федосеева // Успехи современного естествознания. – 2010. – № 5 – С. 93-95.
142. Фесенко П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / П. П. Фесенко. – М., 2005. – 24 с.

143. Философский энциклопедический словарь / [под ред. Л. Ф. Ильичёва и др.]. – М. : Советская энциклопедия, 1983. – 836 с.
144. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл ; пер. с англ. и нем. Д. А. Леонтьева, М. П. Папуша, Е. В. Эйдмана. – М. : Смысл, 1990. – 368 с.
145. Хухлаева О. В. Возрастное развитие в период взрослости / О. В. Хухлаева [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. – 2012. – №1. – Режим доступа : http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n1/50666.shtml.
146. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания / М. Чиксентмихайи ; пер. Е. Перовой. – М. : Альпина-нон-фикшн, 2011. – 464 с.
147. Шамионов Р. М. Психология социального поведения личности / Р. М. Шамионов. – Саратов : Наука, 2009. – 186 с.
148. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие и ценностно-смысловые образования личности в профессиональной сфере / Р. М. Шамионов // Известия Саратовского университета. Серия : Философия. Психология. Педагогика. – 2006. – Т. 6, Вып. 1/2. – С. 104-109.
149. Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности : психологическая картина и факторы / Р. М. Шамионов. – Саратов, 2008. – 240 с.
150. Шамне А. В. Суб'єктивне благополуччя як компонент психосоціального розвитку різних вікових, гендерних та соціальних груп сучасної молоді України [Електронний ресурс] / А. В. Шамне // Технології розвитку інтелекту. – 2014. – Т. 1, №7. – Режим доступу: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/138.
151. Шахматов Н. Ф. Психическое старение / Н. Ф. Шахматов. – М. : Речь, 1996. – 176 с.
152. Швалб Ю. Психологічні критерії визначення стилю життя [Електронний ресурс] / Ю. Швалб // Соціальна психологія. – 2003. – №2. – С. 14-20. – Режим доступу: <http://www.politik.org.ua/vid/magcontent.php3?m=6&n=21&c=188>.
153. Шевеленкова Т. Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Вопросы психологии. – 2005. – №3. – С. 95-129.

154. Шкала субъективного благополучия / [под ред. М. В. Соколовой]. – Ярославль : Психодиагностика, 1996. – 20 с.
155. Юнг К. Проблемы души нашего времени / К. Юнг ; пер. с нем. А. М. Боковикова. – М. : Прогресс, 1993. – 329 с.
156. Яворовська Л. М. Часова перспектива як чинник психологічного благополуччя особистості / Л. М. Яворовська, Г. С. Філоненко // Вісник Харківського національного університету. Серія «Психологія». – 2014. – №1110. – С. 56-59.
157. Яцемирская Р. С. Психическое старение долгожителей / Р. С. Яцемирская // Вторая международная научно-практическая конференция. – М. : Ньюдиа-мед-АО, 1997. – С. 21-22.
158. Эриксон Э. Идентичность : юность и кризис / Э. Эриксон ; общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. – М. : Прогресс, 1996. – 344 с.
159. A measure of quality of life in early old age: the theory, development and properties of a needs satisfaction model (CASP-19) / M. Hyde, R. D. Wiggins, P. Higgs, D. Blane // *Aging and mental health*. – 2003. – No. 7 (3). – P. 186-194.
160. A Survey Method for Characterizing Daily Life Experience: The Day Reconstruction Method / D. Kahneman, A. B. Krueger [et al.] // *Science*. – 2004. – Vol. 306, No. 5702. – P. 1776–1780.
161. Aging and goal-directed emotional attention : Distraction reverses emotional biases / M. Knight, T. L. Seymour, J. T. Gaunt [et al.] // *Emotion*. – 2007. – No. 7. – P. 705-714.
162. Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge / UNFPA and HelpAge International. – New York : UNFPA and HelpAge International, 2012. – 190 p.
163. Agrigoroaei S. Cognitive functioning in midlife and old age : combined effects of psychosocial and behavioral factors / S. Agrigoroaei, M. E. Lachman // *Journal of Gerontology : Psychological Sciences*. – 2011. – No. 66 B (1). – P. 130-140.
164. Amato P. R. The Consequences of Divorce for Adults and Children / P. R. Amato // *Journal of Marriage and the Family*. – 2000. – No. 62. – P. 1269-1287.

165. Andrews F. M. Measure of subjective well-being / F. M. Andrews, J. P. Robinson // Measures of Social Psychological Attitudes / ed. by J. P. Robinson, P. Shaver, L. Wrightsman. – San Diego : Academic Press, 1991. – P. 61-114.
166. Argyle M. Happiness as a function of personality and social encounters / M. Argyle, M. Martin, J. Crossland // Recent advances in social psychology : an international perspective / ed. by J. P. Forgas, J. M. Innes. – North-Holland : Elsevier, 1989. – P.189-203.
167. Argyle M. The Psychological Causes of Happiness / M. Argyle, M. Martin // Subjective Well-Being : an interdisciplinary perspective / ed. by F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz. – 1st ed. – Oxford : Pergamon Press, 1991. – P. 77-100.
168. Arrowsmith J. Theories and the practice of age discrimination : Evidence from personnel managers / J. Arrowsmith // Review of Employment Topics. – 2003. – Vol. 6, № 1. – P. 1–54.
169. Baltes P. B. The aging mind : Potential and limits / P. B. Baltes // The Gerontologist. – 1993. – No. 33. – P. 580-594.
170. Bass S. A. Older and Active: How Americans over 55 Are Contributing to Society / S. A. Bass. – New Haven : Yale University Press, 1995. – 301 p.
171. Bassett S. S. Reliability of proxy response of mental health indices for aged, community-dwelling women / S. S. Bassett, J. Magaziner, J. R. Hebel // Psychological Aging. – 1990. – No. 5. – P. 127-132.
172. Bauer J. J. Growth goals, maturity, and well-being / J. J. Bauer, D. P. McAdams // Developmental Psychology. – 2004. – No. 40. – P. 114-127.
173. Blanchard-Fields F. Social context and cognition / F. Blanchard-Fields, M. Horhota, A. Mienaltowski // Handbook of Cognitive Aging : Interdisciplinary Perspectives / ed. by S. M. Hofer, D. F. Alwin. – Los Angeles : Sage, 2008. – P. 614-628.
174. Blanchflower D. G. Is well-being U-shaped over the life cycle? / D. G. Blanchflower, A. J. Oswald // Social Science Medicine. – 2008. – No. 66 (8). – P. 1733-1749.

175. Bloom D. E. Population aging: facts, challenges, and responses [Electronic resource] / D. E. Bloom, A. Boersch-Supan, P. McGree, A. Seike. – PGDA Working Paper. No. 71, 2011. – Mode of access: http://www.hsph.harvard.edu/pgda/WorkingPapers/2011/PGDA_WP_71.pdf.
176. Bradburn N. M. The structure of psychological well-being / N. M. Bradburn. – Chicago : Aldine, 1969. – 187 p.
177. Brickman P. Hedonic relativism and planning the good society / P. Brickman, D. Campbell // Adaptation-level theory : A symposium / ed. by M. H. Apley. – New York : Academic Press, 1971. – P. 287–302.
178. Byers A. L. High occurrence of mood and anxiety disorders among older adults / A. L. Byers, K. Yaffe, K. E. Covinsky, M. B. Friedman, M. L. Bruce // Archives of General Psychiatry. – 2010. – No. 67 (5). – P. 489-496.
179. Carstensen L. L. Aging and the intersection of cognition, motivation and emotion / L. L. Carstensen, J. A. Mikels, M. Mather // The Handbook of Aging / ed. by J. E. Birren, K. W. Schaie. – 6th ed. – San Diego : Academic Press, 2006. – P. 343-362.
180. Carstensen L. L. Social and emotional patterns in adulthood : support for socioemotional selectivity theory / L. L. Carstensen // Psychological Aging. – 1992. – No. 7 (3). – P. 331-338.
181. Carstensen L. L. Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life / L. L. Carstensen, H. H. Fung, S. T. Charles // Motivation and Emotion. – 2003. – No. 27 (2). – P. 103-123.
182. Castellazzi V. L. Sposób na szczęście / V. C. Castellazzi ; prz. A. Rybińska. – Kraków : WAM, 2004. – 150 p.
183. Chan R. Dimensions of Personality, Domains of Aspiration, and Subjective Well-Being / R. Chan, S. Joseph // Personality and Individual Differences. – 2003. – No. 28. – P. 347-354.
184. Charles S. T. Age-related differences and change in positive and negative affect over 23 years / S. T. Charles, C. A. Reynolds, M. Gatz // Journal of Personality and Social Psychology. – 2001. – No. 80. – P. 136-151.

185. Charles S. T. Relationships and health across the life span / S. T. Charles, S. Mavandadi // *Growing Together: Personal Relationships Across the Life Span* / ed. by F. Lang, K. Fingerman. – New York : Cambridge University Press, 2003. – P. 240-267.
186. Charles S. T. Social and emotional aging / S. T. Charles, L. L. Carstensen // *Annual review of Psychology*. – 2010. – No. 61. – P. 383-409.
187. Chen Y. Intra- and intergenerational communication satisfaction as a function of an individual's age and age stereotypes / Y. Chen, B. E. King // *International Journal of Behavioral Development*. – 2002. – Vol. 26, № 6. – P. 562–570.
188. Chi W. Does changing employers improve job satisfaction? [Electronic resource] / W. Chi, R. Freeman, M. Kleiner. – Harvard : Mimeo, 2006. – Mode of access : <http://scholar.harvard.edu/freeman/publications>.
189. Clark A. A note on unhappiness and unemployment duration / A. E. Clark // *Applied Economics Quarterly*. – 2006. – Vol. 52. – P. 291-308.
190. Clark A. A simple statistical method for measuring how life events affect happiness / A. E. Clark, A. J. Oswald // *International Journal of Epidemiology*. – 2002. – No. 31. – P. 1139-1144.
191. Clark A. Born to be mild? Cohort Effects don't (fully) explain why well-being is U-shaped in Age [Electronic resource] / A. E. Clark // *IZA Discussion Paper No. 3170*. – 2007. – Mode of access : <http://ftp.iza.org/dp3170.pdf>.
192. Clark A. E. Scarring : The Psychological Impact of Past Unemployment / A. E. Clark, Y. Georgellis, P. Sanfey // *Economica*. – 2001. – No. 68. – P. 221-241.
193. Clark A. E. Unemployment as a Social Norm : Psychological Evidence from Panel Data / A. E. Clark // *Journal of Labor Economics*. – 2003. – Vol. 21. – P. 323-351.
194. Cognitive enrichment in old age : Web-based training programs / F. Schiedek, C. Bauer [et al.] // *The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*. – 2010. – No. 23 (2). – P. 59-67.
195. Connor L. T. Memory in old age: patterns of decline and preservation / L. T. Connor // *Seminars in Speech and Language*. – 2001. – Vol. 22, No. 2. – P. 117-125.

196. Consedine N. S. Attachment and emotion experience in later life : the view from emotions theory / N. S. Consedine, C. Magai // *Attachment and Human Development*. – 2003. – No. 5 (2). – P. 165-187.
197. Costa P. T. Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being / P. T. Costa, R. R. McCrae // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1980. – No. 338. – P. 668-678.
198. Csikszentmihalyi M. Happiness in everyday life: the uses of experience sampling / M. Csikszentmihalyi, J. Hunter // *Journal of Happiness Studies*. – 2003. – No. 4. – P. 185-199.
199. Csikszentmihalyi M. The situational and personal correlates of happiness : a cross-national comparison / M. Csikszentmihalyi, M. Mei-Ha Wong // *Subjective Well-Being : an interdisciplinary perspective* / ed. by F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz. – 1st ed. – Oxford : Pergamon Press, 1991. – P. 193-212.
200. Cultural specificity of socioemotional selectivity : age differences in social network composition among Germans and Hong Kong Chinese / H. H. Fung, F. S. Stoeber, D. Y. Yeung, F. R. Lang // *Journal of Gerontology*. – 2008. – Ser. B: Psychological Sciences, Social Sciences. – No. 63 B (3). – P. 156-164.
201. Cummins R. A. A model of subjective well-being homeostatic : the role of personality / R. A. Cummins, E. Gullone, A. Lau // *The universality of subjective well-being indicators : a multi-disciplinary and multi-national perspective* / ed. by E. Gullone, R. A. Cummins. – London : Kluwer Academic, 2002. – P. 7-46.
202. Cummins R. A. Maintaining life satisfaction: the role of positive cognitive bias / R. A. Cummins, H. Nistico // *Journal of Happiness Studies*. – 2002. – No. 3. – P. 37-69.
203. Cummins R. A. Normative life satisfaction : measurement issues and a homeostatic model / R. A. Cummins // *Social Indicators Research*. – 2003. – No. 64. – P. 225-256.
204. Cummins R. A. On the trail of the gold standard of subjective well-being / R. A. Cummins // *Social Indicators Research*. – 1995. – No. 35. – P. 179-200.

205. Danner D. D. Positive emotions in early life and longevity : Findings from the nun study / D. D. Danner, D. A. Snowdown, W. V. Friesen // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2001. – No. 80. – P. 804-813.
206. Davern M. T. Subjective well-being as an affective-cognitive construct / M. T. Davern, R. A. Cummins, M. Stokes // *Journal of Happiness Studies*. – 2007. – No. 8 (4). – P. 429-449.
207. Deaton A. Income, aging, health and wellbeing around the world : Evidence from the Gallup World Poll / A. Deaton // *Journal of Economic Behavior and Organisation*. – 2007. – No. 22 (2). – P. 53-72.
208. Deci E. L. Self-determination theory and actualization of human potential / E. L. Deci, R. M. Ryan, F. Guay // *Theory driving research : New wave perspectives on self processes and human development* / ed. by D. McInerney, H. Marsh, R. Craven, F. Guay. – Charlotte, NC : Information Age Press, 2013. – P. 109-133.
209. Deci E. L. The ‘what’ and ‘why’ of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior / E. L. Deci, R. M. Ryan // *Psychological Inquiry*. – 2000. – No. 11. – P. 227–268.
210. Demakakos P. Age identity, age perceptions, and health : Evidence from the English Longitudinal Study of Ageing / P. Demakakos, E. Gjonca, J. Nazroo // *Annals of the New York Academy of Science*. – 2007. – No. 1114. – P. 279-287.
211. Demakakos P. Well-being in older age : a multidimensional perspective / P. Demakakos, A. McMunn, A. Steptoe // *Financial circumstances, health and well-being of the older population in England. The 2008 English Longitudinal Study of Agein* / ed. by J. Banks et al. – London : Institute for fiscal studies, 2010. – P. 115-177.
212. DeNeve K. M. The happy personality : a meta analysis of 137 personality traits and subjective well-being / K. M. DeNeve, H. Cooper // *Psychological Bulletin*. – 1998. – No. 124. – P. 197-229.
213. Dewey M. E. Dementia, cognitive impairment and mortality in persons aged 65 and over living in the community : a systematic review of the literature / M. E. Dewey, P. Saz // *International Journal vof Geriatric Psychiatry*. – 2001. – No. 16 (8). – P. 751-761.

214. Diener E. Money and Happiness: Income and Subjective Well-Being across Nations / E. Diener, S. Oishi // Culture and Subjective Well-Being / ed. by E. Diener, E. M. Suh. – Cambridge, MA : MIT Press, 2000. – P. 185-218.
215. Diener E. Most people are happy / E. Diener, C. Diener // Psychological Science. – 1996. – Vol. 7, No. 3. – P. 181-184.
216. Diener E. Recent findings on subjective well-being / E. Diener, E. Suh, S. Oishi // Indian Journal of Clinical Psychology. – 1997. – No. 24. – P. 25-41.
217. Diener E. Satisfaction with Life Scale / E. Diener, R. Emmons, R. J. Larsen, S. Griffin // Journal of personality assessment. – 1985. – No. 49 (1). – P. 71-75.
218. Diener E. Subjective well-being and age : an international analysis / E. Diener, E. M. Suh // Annual Review of Gerontology and Geriatrics. – 1998. – No. 17. – P. 304-324.
219. Diener E. Subjective well-being : The science of happiness and a proposal for a national index / E. Diener // American Psychologist. – 2000. – No. 55. – P. 34-43.
220. Diener E. Subjective Well-Being : Three Decades of Progress / E. Diener, E. M. Suh, R. E. Lucas, H. L. Smith // Psychological Bulletin. – 1999. – No. 125. – P. 276-302.
221. Diener E. The Independence of Positive and Negative Affect / E. Diener, R. A. Emmons // Journal of Personality and Social Psychology. – 1984. – No. 47. – P. 1105–1117.
222. Diener E. The Wealth of Nations Revisited: Income and Quality of Life / E. Diener, C. Diener // Social Indicators Research. – 1995. – No. 36. – P. 275-286.
223. Diener E. Very happy people / E. Diener, M. Seligman // Psychological Science. – 2002. – No. 13. – P. 81-84.
224. Diener E. Will Money Increase Subjective Well-Being? A Literature Review and Guide to Needed Research / E. Diener, R. Biswas-Diener // Social Indicators Research. – 2002. – No. 57. – P. 119-169.
225. Dispositional Affect and Job Outcomes / E. Diener, C. Nickerson, R. E. Lucas, E. Sandvik // Social Indicators Research. – 2002. – No. 59. – P. 229-259.

226. Di Tella R. Preferences over inflation and unemployment: Evidence from surveys of happiness / R. Di Tella, R. J. McCulloch, A. J. Oswald // *American Economic Review*. – 2001. – No. 91. – P. 335-341.
227. Does subjective well-being show a relationship between parents and their children? / F. Casas, G. Coenders, R. A. Cummins [et al.] // *Journal of Happiness Studies*. – 2008. – No. 9. – P. 197-205.
228. Early and late onset depression in old age : Different aetologies, same phenomenology / H. Brodaty, G. Luscombe, G. Parker [et al.] // *Journal of Affective Disorders*. – 2001. – No. 66. – P. 225–236.
229. Easterlin R. The puzzle of adaptive theory / A. Easterlin // *Journal of Economic Behavior and Organization*. – 2005. – Vol. 56. – P. 513-521.
230. Effects of arousing emotional scenes on the distribution of visuospatial attention: Changes with aging and early subcortical vascular dementia / A. Rosler, C. Ulrich, J. Billion [et al.] // *Journal of Neurological Sciences*. – 2005. – No. 229-230. – P. 109-116.
231. Ehrlich B. S. Does subjective well-being increase with age? / B. S. Ehrlich, D. M. Isaakowitz // *Perspectives in Psychology*. – 2002. – Vol. 5. – P. 20-26.
232. Emmons R. A. Personality correlates of subjective well-being / R. A. Emmons, E. Diener // *Personality and Psychology Bulletin*. – 1985. – No. 11 (1). – P. 89-97.
233. Emotion socialization and expressive development in preterm and full-time infants / C. Z. Malatesta, P. Grigoryev [et al.] // *Child Development*. – 1986. – No. 57. – P. 316-330.
234. Emotions, morbidity, and mortality : New perspectives from psychoneuroimmunology / J. K. Kiecolt-Glaser, L. McGuire, T. R. Robles, R. Glaser // *Annual Review of Psychology*. – 2002. – No. 53. – P. 83-107.
235. Emotional well-being predicts subsequent functional independence and survival / G. V. Ostir, K. S. Markides, S. Black, J. S. Goodwin // *Journal of the American Geriatrics Society*. – 2000. – No. 48. – P. 473-478.
236. Engel G. L. The clinical application of the biopsychosocial model / G. L. Engel // *The American journal of psychiatry*. – Vol. 137. – No. 5. – 1980. – P. 535-543.

237. Erikson E. H. Vital involvement in old age / E. H. Erikson, J. M. Erikson, H. Q. Kivnick. – New York : Norton, 1986. – 306 p.
238. Evaluating a measure of the five factor model of personality / D. K. Mroczek, D. J. Ozer, A. Spiro, R. T. Kaiser // *Assessment*. – 1998. – No. 5. – P. 285-299.
239. Eysenck H. J. Personality and experimental psychology : the unification of psychology and the possibility of a paradigm / H. J. Eysenck // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1997. – No. 73 (6). – P. 1224-1237.
240. Jorm A. F. Does old age reduce the risk of anxiety and depression? A review of epidemiological studies across the adult life span / A. F. Jorm // *Psychological Medicine*. – 2000. – No. 30. – P. 11-22.
241. Fiske A. Depression in older adults / A. Fiske, J. L. Wetherell, M. Gatz // *Annual Review of Clinical Psychology*. – 2009. – No. 5. – P. 363-389.
242. Fordyce M. W. A review of research on the happiness measures : A sixty second index of happiness and mental health / M. W. Fordyce // *Social Indicators Research*. – 1988. – No. 20. – P. 355-381.
243. Francis L. J. Happiness is a thing called stable extraversion : A further examination of the relationship between the Oxford Happiness Inventory and Eysenck's dimensional model of personality and gender / L. J. Francis // *Personality and Individual Differences*. – 1999. – No. 26. – P. 5-11.
244. Fredrickson B. L. The broaden-and-build theory of positive emotions / B. L. Fredrickson // *Philosophical Transactions of the Royal Society of London (Biological Sciences)*. – 2004. – No. 359. – P. 1367-1377.
245. Frequent cognitive activity compensates for education differences in episodic memory / M. E. Lachman, S. Agrigoroaei, C. Murphy, P. A. Tun // *The American Journal of Geriatric Psychiatry*. – 2010. – No. 18. – P. 4–10.
246. Fromm E. Primary and secondary process in waking and in altered states of consciousness / E. Fromm // *Academic Psychological Bulletin*. – 1981. – No. 3. – P. 29-45.

247. Gardner J. Do divorcing couples become happier by breaking up? / J. Gardner, A. J. Oswald // *Journal of the Royal Statistical Society Series A.* – 2006. – Vol. 169. – P. 319-336.
248. Genetic and environmental influences on positive and negative affect: support to a two-factor theory / L. A. Baker, I. L. Cesa, M. Gatz, G. Mellins // *Psychological Aging.* – 1992. – No. 7. – P. 158-163.
249. George L. K. Economic Status and Subjective Well-Being: A Review of the Literature and an Agenda for Future Research / L. K. George // *Aging, Money, and Life Satisfaction : Aspects of Financial Gerontology* / ed. by N. E. Culter, D. W. Gregg, M. P. Lawton. – New York : Springer, 1992. –P. 69-99.
250. Goldberg D. P. A User's Guide to the GHQ [Electronic resource] / D. P. Goldberg, P. Williams. – Windsor : NFER-Nelson, 1991. – 129 p. – Mode of access : http://www.glassessment.co.uk/health_and_psychology/resources/general_health_questionnaire/faqs.asp?css=1.
251. Gonzalez Herero V. Daily Life Activities as Mediators of the Relationship between Personality Variables and Subjective Well-Being among Older Adults / V. Gonzalez Herero, N. Extremera // *Personality and Individual Differences.* – 2010. – No. 49. – P. 124-129.
252. Gorman M. Development and the rights of older people / M. Gorman // *The ageing and development report : poverty, independence and the world's older people* / ed. by Randel J. et al. – London : Earthscan Publications Ltd., 1999. – P. 3-21.
253. Haight B. K. Burnside's working with older adult : group process and techniques / B. K. Haight, F. Gibson. – 4th ed. – Sudbury, MA : Jones and Bartlett Publishers, 2005. – 498 p.
254. Hansen T. The age and subjective well-being paradox revisited : A multidimensional perspective / T. Hansen, B. Slagsvold // *Norsk Epidemiologi.* – 2012. – No. 22 (2). – P. 187-195.
255. Hayes N. Big 5 correlates of three measures of subjective well-being / N. Hayes, S. Joseph // *Personality and Individual Differences.* – 2003. – No. 34. – P. 723-727.

256. Hazratova N. V. Privacy in terms of psychology of property / N. V. Hazratova // Psychology of Political and Economic Self-Constitution : Proceedings of the IV international scientific and practical seminar, Kyiv, May 20th, 2016 / ed. by I. Bondarevskaya, E. Iordanescu. – Kyiv : Advance, 2016. – P. 53-57.
257. Headey B. Subjective Well-Being : The Stocks and Flows Framework / B. Headey, A. Wearing // Subjective Well-Being : an interdisciplinary perspective / ed. by F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz. – 1st ed. – Oxford : Pergamon Press, 1991. – P. 49-73.
258. Headey B. Understanding Happiness: A Theory of Subjective Well-Being / B. Headey, A. Wearing. – Melbourne : Longman Cheshire, 1992. – 158 p.
259. Hendricks J. Volunteerism and socioemotional selectivity in later life / J. Hendricks, S. J. Culter // Journal of Gerontology. – 2004. – Ser. B : Psychological Sciences, Social Sciences. – No. 59 (5). – P. 251-257.
260. Helman C. G. Cultural aspects of time and ageing [Electronic resource] / C. G. Helman // The EMBO Reports Journal. – 2005. – No. 6. – P. 54-58. – Mode of access : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1369268/>.
261. Hills P. Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality / P. Hills, M. Argyle // Personality and Individual Differences. – 1998. – No. 25. – P. 523–535.
262. Hills P. The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being / P. Hills, M. Argyle // Personality and Individual Differences. – 2002. – No. 33. – P. 1073–1082.
263. Intensity and frequency: Dimensions underlying positive and negative affect / E. Diener, R. J. Larsen, S. Levine, R. A. Emmons // Journal of Personality and Social Psychology. – 1985. – No. 48. – P. 1253–1265.
264. Intraindividual variability in perceived control in an older sample : The MacArthur successful aging studies // D. R. Eizenman, J. R. Nesselroade, D. L. Featherman, J. W. Rowe // Psychology & Aging. – 1997. – No. 12. – P. 489–502.
265. Inventory for measuring depression / A. Beck, M. Mendelson, J. Mock [et al.] // Archive of Genetic Psychiatry. – 1961. – No. 4. – P. 561-571.

266. Kahneman D. Choices, Values and Frames / D. Kahneman, A. Tversky // *American Psychologist*. – 1984. – No. 39. – P. 341-350.
267. Kahneman D. Developments in the Measurement of Subjective Well-Being / D. Kahneman, A. B. Krueger // *Journal of Economic Perspectives*. – 2006. – No. 20 (1). – P. 3-24.
268. Kahneman D. Experienced utility and objective happiness : A moment-based approach / D. Kahneman // *Choices, Values and Frames* / ed. by D. Kahneman, A. Tversky. – New York : Russell Sage Foundation; Cambridge : Cambridge University Press, 2000. – P. 673-692.
269. Kahneman D. High Income Improves Evaluation of Life but Not Emotional Well-Being / D. Kahneman, A. Deaton // *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. – 2010. – No. 107(38). – P. 16489-16493.
270. Kahneman D. Objective happiness / D. Kahneman // *Well-Being : The Foundations of Hedonic Psychology* / Ed. by D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz. – New York: Russell Sage Foundation, 1999. – P. 3-25.
271. Kahneman D. Utility Maximalization and Experiences Utility / D. Kahneman, R. H. Thaler // *Journal of economic perspectives*. – 2006. – No. 20 (1). – P. 221-234.
272. Kashdan T. Reconsidering happiness: The costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia / T. Kashdan, R. Biswas-Diener, L. A. King // *Journal of Positive Psychology*. – 2008. – No. 3. – P. 219–233.
273. Kashdan T. The Assessment of Subjective Well-Being (Issues Raised by Oxford Happiness Questionnaire) / T. B. Kashdan // *Personality and Individual Differences*. – 2004. – No. 36. – P. 1225-1232.
274. Khoshaba D. Early Experiences in Hardiness Development / D. Khoshaba, S. Maddi // *Consulting Psychology Journal : Practice and Research*. – 1999. – Vol. 51, No. 2. – P. 106-116.
275. Kozma A. Stability in components and predictors of subjective well-being (SWB) : Implications for SWB structure / A. Kozma, S. Stone, M. J. Stones // *Advances in Quality of Life Theory and Research* / Ed. by. E. Diener, D.R. Rahtz. – Volume I. – London : Kluwer Academic Publishers, 2000. – P. 13–30.

276. Krause N. Longitudinal study of social support and meaning in life / N. Krause // *Psychological Aging*. – 2007. – No. 22 (3). – P. 456-469.
277. Kryla-Lighthall N. The Role of Cognitive Control in Older Adults' Emotional Well-Being / N. Kryla-Lighthall, M. Mather // *Handbook of Theories of Aging* / Ed. by V. Bengtson et al. – 2nd edition. – New York : Springer Publisher, 2008. – P. 323-343.
278. Kubey R. Experience sampling method applications to communication research question / R. Kubey, M. Csikszentmihalyi // *Journal of Communication*. – 1996. – No. 46 (2). – P. 99-120.
279. La Barbera P. A. The Role of Materialism, Religiosity, and Demographics in Subjective Well-Being / P. A. La Barbera, Z. Gurhan // *Psychology & Marketing*. – 1997. – No. 14. – P. 71-97.
280. Lags and Leads in Life Satisfaction : a Test of the Baseline Hypothesis / A. E. Clark, E. Diener, Y. Georgellis, R. E. Lucas // *The Economic Journal*. – 2008. – Vol. 118, Issue 529. – P. 222-243.
281. Lang F. R. Close emotional relationships in late life : Further support for proactive aging in the social domain / F. R. Lang, L. L. Carstensen // *Psychology and Aging*. – 1994. – No. 9. – P. 315-324
282. Lang F. R. Time counts : Future time perspective, goals, and social relationships / F. R. Lang, L. L. Carstensen // *Psychology and Aging*. – 2002. – No. 17 (1). – P. 125-139.
283. Langer E. J. The effects of choice and enhanced personal responsibility for the aged / E. J. Langer, J. Rodin // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1976. – No. 334. – P. 191-198.
284. Lewinsohn P. The Relationship between Life Satisfaction and Psychological Variables : New Perspectives / P. M. Lewinsohn, J. E. Redner, J. R. Seeley // *Subjective Well-Being : an interdisciplinary perspective* / ed. by F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz. – 1st ed. – Oxford : Pergamon Press, 1991. – P. 141-172.
285. Longevity increased by positive self-perceptions of aging / B. R. Levy, M. D. Slade, S. R. Kunkel, S. V. Kasl // *Journal of Personality & Social Psychology*. – 2002. – No. 83. – P. 261-270.

286. Lucas R. E. Time does not heal all wounds – a longitudinal study of reaction and adaptation to divorce / R. E. Lucas // *Psychological Science*. – 2005. – Vol. 84. – P. 527-539.
287. Lyubomirsky S. A measure of subjective happiness : preliminary reliability and construct validation / S. Lyubomirsky, H. S. Lepper // *Social Indicators Research*. – 1999. – No. 46. – P. 137–155.
288. Lyubomirski S. The benefits of frequent positive affect : Does happiness lead to success? / S. Lyubomirsky, L. King, E. Diener // *Psychological Bulletin*. – 2005. – No. 131. – P. 803-855.
289. Lyubomirsky S. *The How of Happiness* / S. Lyubomirsky. – New York : The Penguin Press, 2008. – 368 p.
290. Lyyra T. M. Perceived social support and mortality in older people / T. M. Lyyra, R. L. Heikkinen // *Journals of Gerontology*. – 2006. – Ser. B. – No. 61 (3). – P. 147-152.
291. Maddi S. Dispositional Hardiness in Health and Effectiveness / S. Maddi // *Encyclopedia of Mental Health*. – San Diego (CA) : Academic Press, 1998. – P. 320-340.
292. Maddi S. *HardiTraining. Managing Stress for Performance and Health Enhancement* / S. Maddi, D. Khoshaba. – Irvine : The Hardiness Institute, 2004. – 294 p.
293. Marks G. N. Influences and Consequences of Well-Being among Australian Young People : 1980-1995 / G. N. Marks, N. Fleming // *Social Indicators Research*. – 1999. – No. 46. – P. 301-323.
294. Michalos A. Multiple Discrepancy Theory (MDT) / A. Michalos // *Social Indicators Research*. – 1985. – No. 16. – P. 347-413.
295. Michalos A. The application of multiple discrepancies theory (MDT) to seniors / A. Michalos // *Social Indicators Research*. – 1986. – No. 18. – P. 349-373.
296. Mroczek D. K. Change in life satisfaction during adulthood : Findings from the Veterans Affairs Normative Aging Study / D. K. Mroczek, A. Spiro // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2005. – No. 88. – P. 189-202.

297. Mroczek D. K. Modeling intraindividual change in personality traits : Findings from the Normative Aging Study / D. K. Mroczek, A. Spiro // *Journals of Gerontology : Psychological Sciences*. – 2003. – No. 58 B. – P. 153–165.
298. Mroczek D. K. Personality and aging / D. K. Mroczek, A. Spiro, P. W. Griffin // *Handbook of the Psychology of Aging* / Ed. by J. E. Barren, K. W. Schaie. – 6th ed. – San Diego : Elsevier Academic Press, 2006. – P. 363-378.
299. Mroczek D. K. The effect of age on positive and negative affect in very old age : Extending into later life / D. K. Mroczek, C. M. Kolarz // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1998. – No. 75. – P. 1333-1349.
300. Myers D. G. Who is happy / D. G. Myers, E. Diener // *Psychological Science*. – 1995. – No. 9. – P. 10-19.
301. Nakamura J. Flow Theory and Research / J. Nakamura, M. Csikzentmihalyi // *Oxford Handbook of Positive Psychology* / Ed. by S. J. Lopez, C. R. Snyder. – Oxford, 2009. – P. 195-206.
302. Nickerson C. Financial Aspirations, Financial Success, and Overall Life Satisfaction: Who? And How? / C. Nickerson, N. Schwarz, E. Diener // *Journal of Happiness Studies*. – 2007. – No. 8. – P. 467-515.
303. O'Regan C. Mental health and cognitive function / C. O'Regan, H. Cronin, R. A. Kenny // *Fifty Plus in Ireland 2011 : First Results from the Irish Longitudinal Study on Ageing (TILDA)* / Ed. by A. Bartlett, G. Savva, V. Timonen, R. A. Kenny. – Dublin, 2011. – P. 155-202.
304. Oswald A. Does Happiness Adapt? A Longitudinal Study of Disability with Implications for Economists and Judges [Electronic resource] / A. Oswald, N. Powdthavee // *IZA DP No. 2208*. – June 2006. – 40 p. – Mode of access : <http://ftp.iza.org.dp2208.pdf>.
305. Partyko T. Sense and life-orientations in late adulthood : comparative analysis / T. Partyko // *Aging : Social, biological and psychological dimentions* / Ed. by A. Kobylarek. – Wroclaw : Argi, 2012. – P. 51-60.

306. Pavot W. Review of the satisfaction with life scale [Electronic resource] / W. Pavot, E. Diener // Psychological Assessment. – 1993. – Vol. 5 (2), No. 164. – Mode of access : <http://psycnet.apa.org/journals/pas/5/2/164>.
307. Pavot W. The Satisfaction with Life Scale and the Emerging Construct of Life Satisfaction / W. Pavot, E. Diener // The Journal of Positive Psychology. – April 2008. – Vol. 3, No. 2. – P. 137-152.
308. Perrudet-Badoux A. Développement et validation d'une échelle pour l'évaluation subjective du bien-être / A. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, J. Chiche // Cak Antropol Biomet Hum. – 1988. – No. 3. – P. 121-134.
309. Pinquart M. Age differences in perceived positive affect, negative affect, and affect balance in middle and old age / M. Pinquart // Journal of Happiness Studies. – 2001. – No. 2. – P. 375-405.
310. Pinquart M. Good News About the Effects of Bad Old-Age Stereotypes / M. Pinquart // Experimental Aging Research. – 2002. – Vol. 28. – P. 317–336.
311. Positive attitude towards life and emotional expression as personality phenotypes for centenarians / K. Kato, R. Zweig, N. Barzilai, G. Atzmon // Aging. – 2012. – Vol. 4, No. 5. – P. 359-367.
312. Positivity and the Construction of Life Satisfaction Judgments : Global Happiness Is Not the Sum of Its Parts / E. Diener, C. K. Scollon [et al.] // Journal of Happiness Studies. – 2000. – No. 1. – P. 159–176.
313. Positive emotional style predicts resistance to illness after experimental exposure to rhinovirus or Influenza A virus / S. Cohen, C. M. Alper, W. J. Doyle [et al.] // Psychosomatic Medicine. – 2006. – No. 68. – P. 809-815.
314. Pressman S. D. Does positive affect influence health? / S. D. Pressman, S. Cohen // Psychological Bulletin. – 2005. – No. 131 (6). – P. 925-971.
315. Psychological well-being and health. Contributions of positive psychology / C. Vazquez, G. Hervas, J. J. Rahona, D. Gomez // Annuary of Clinical and Health Psychology. – 2009. – No. 5 – P. 15-27.

316. Quality of life of adults with chronic illness : A psychometric study / C. S. Burckhardt, S. L. Woods, A. A. Schultz, D. M. Ziebarth // *Research in Nursing and Health*. – 1989. – No. 12. – P. 347-354.
317. Radloff L. S. The CES-D Scale : A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population / L. S. Radloff // *Applied psychological measurement*. – 1977. – No. 1 (3). – P. 285-401.
318. Reexamining adaptation and the set point model of happiness : Reaction to changes in marital status / R. E. Lucas, A. E. Clark, E. Diener, Y. Georgellis // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2003. – No. 84. – P. 527-539.
319. Reker G. T. The Life Attitude Profile (LAP) : A multidimensional instrument for assessing attitudes toward life / G. T. Reker, E. J. Peacock // *Canadian Journal of Behavioural Science*. – 1981. – Vol. 13 (3). – P. 264-273.
320. Richins M. L. A Costumer Values Orientation for Materialism and Its Measurement : Scale Development and Validation / M. L. Richins, S. Dawson // *Journal of Costumer Research*. – 1992. – No. 19. – P. 303-316.
321. Roberts B. W. A longitudinal study of the relationships between conscientiousness and the social-environmental factors and substance-use behaviors that influence health / B. W. Roberts, T. Bogg // *Journal of Personality*. – 2004. – No. 72. – P. 325–353.
322. Runyan W. M. The life satisfaction chart : Perceptions of the course of subjective experience / W. M. Runyan // *International journal of Aging and Human Development*. – 1980. – No. 11. – P. 45-64.
323. Ryan R. M. Living well : A self-determination theory perspective on eudaimonia / R. M. Ryan, V. Huta, E. L. Deci // *Journal of Happiness Studies*. – 2008. – No. 9. – P. 139-170.
324. Ryan R. M. On happiness and human potentials : A review of research on hedonic and eudaimonic well-being / R. M. Ryan, E. L. Deci // *Annual Review of Psychology*. – 2001. – No. 52, P. 141-166.
325. Ryan R. M. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being / R. M. Ryan, E. L. Deci // *Am. Psychol*. – 2000. – No. 55. – P. 68-78.

326. Ryff C. In the Eye of the Beholder : Views of Psychological Well-Being Among Middle-Aged and Older Adults / C. Ryff // *Psychology and Aging*. – 1989. – Vol. 4, No. 2. – P. 195-210.
327. Ryff C. D. Integrating emotions into the study of social relationships and health / C. D. Ryff, B. H. Singer // *Emotion Social Relationships* / Ed. by C. D. Ryff, B. H. Singer. – Oxford: Oxford University Press, 2001. – P. 3-22.
328. Ryff C. Psychological well-being in adult life / C. Ryff // *Curr. Dir. Psychol. Sci.* – 1995. – No. 4. – P. 99-104.
329. Ryff C. The contours of positive human health / C. Ryff, B. H. Singer // *Psychological inquiry*. – 1998. – No. 9 (1). – P. 1-28.
330. Ryff C. The Structure of Psychological Well-Being Revisited / C. D. Ryff, C. L. M. Keyes // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1995. – Vol. 69, No. 4. – P. 719-727.
331. Schaie K. W. Developmental influences on adult intelligence : The Seattle Longitudinal Study / K. W. Schaie. – London : Oxford University Press, 2005. – 600 p.
332. Schaie K. W. Historical Processes and Patterns of Cognitive Aging / K. W. Schaie // *Handbook of Cognitive Aging : Interdisciplinary Perspectives* / Ed. by S. M. Hofer, D. F. Alwin. – Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2008. – P. 368-383.
333. Schimmack U. Culture, personality, and subjective well-being : integrating process models of life satisfaction / U. Schimmack // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2002. – Vol. 82, No. 4. – P. 582-593.
334. Schimmack U. Life-satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic : The use of chronically accessible and stable sources / U. Schimmack, E. Diener, S. Oishi // *Journal of Personality*. – 2002. – No. 70. – P. 345-385.
335. Schwarz N. Evaluating One's Life : a Judgment Model of Subjective Well-Being / N. Schwarz, F. Strack // *Subjective Well-Being : an interdisciplinary perspective* / ed. by F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz. – 1st ed. – Oxford : Pergamon Press, 1991. – P.27-47.
336. Schwarz N. Mood, misattribution and judgments of well-being : information and directive functions of affective states / N. Schwarz, G. L. Clore // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1983. – No. 45. – P. 513-523.

337. Schyns P. The Relationship between Income, Changes in Income and Life Satisfaction in West Germany and the Russian Federation : Relative, Absolute, or a Combination of Both? / P. Schyns // *Advances in Quality of Life Theory and Research* / ed. by E. Diener and D. R. Rahtz. – Vol. 1. – Dordrecht : Kluwer Academic Publishers, 2000. – 266 p. – P. 83-109.
338. Scollon C. N. Experience Sampling : Promises and pitfalls, strengths and weaknesses / C. N. Scollon, C. Kim-Prieto, E. Diener // *Journal of Happiness Studies*. – 2003. – No. 4 (1). – P. 5-34.
339. Seligman M. What is Well-Being?.. [Electronic resource] / M. Seligman. – Authentic Happiness. – April 2011. – Mode of access : www.authentichappiness.sas.upenn.edu/newsletter.aspx?id=1533.
340. Sener A. Emotional Support Exchange and Life Satisfaction / A. Sener // *International Journal of Humanities and Social Science*. – 2011. – Vol. 1, No. 2. – P. 79-88.
341. Senik C. When information dominates comparison – Learning from Russian subjective panel data / C. Senik // *Journal of Public Economics*. – 2004. – No. 88. – P. 2099-2123.
342. Sharma A. Subjective Well-Being of Retired Teachers : The Role of Psycho-Social Factors / A. Sharma // *International Journal of Psychological Studies*. – Vol. 3, No.1. – June 2011. – P. 36-42.
343. Singh R. Attitude towards life: a family environment perspective / R. Singh, A. Dhyani // *International Conference on Social Science Research*. – 2013. – Penang, Malaysia. – P. 1547-1551.
344. Social Engagement, Behavioural Risks and Cognitive Functioning Among the Aged / H. Engelhardt, I. Buber, V. Skirbekk, A. Prskawetz // *Ageing and Society*. – 2010. – Vol. 30 (5). – P. 779-809. – P. 784-785.
345. Solomon R. L. The Opponent-Process Theory of Acquired Motivation : The Costs of Pleasure and the Benefits of Pain / R. L. Solomon // *American Psychologist*. – 1980. – No. 35. – P. 691-712.

346. Stability and change in adult personality over 6 years : Findings from the Victoria Longitudinal Study / B. J. Small, C. Hertzog, D. F. Hulstsch., R. A. Dixon // *Journals of Gerontology : Psychological Sciences*. – 2003. – No. 58 B. – P. 166–176.
347. Stephan Y. Openness to experience and active older adults' life satisfaction : A trait and facet-level analysis / Y. Stephan // *Personality and Individual Differences*. – 2009. – No. 47. – P. 637-641.
348. Stephan Y. Subjective health and memory self-efficacy as mediators in the relation between subjective age and life satisfaction among old adults / Y. Stephan, J. Caudroit, A. Chalabaev // *Aging & Mental Health*. – 2011. – Vol. 15, No. 4. – May 2011. – P. 428–436.
349. Steptoe A. The psychological well-being, health and functioning of older people in England [Electronic resource] / A. Steptoe, P. Demakakos, C. De Oliveira // *ELSA wave 6 report*. – 2012. – P. 98-182. – Mode of access : <http://www.ifs.org.uk/elsa/report12/ch4.pdf>.
350. Stone A. A. Ecological Momentary Assessment / A. A. Stone, S. S. Shiffman, M. W. Devries // *Well-Being : The Foundations of Hedonic Psychology* / Ed. by D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz. – New York : Russell Sage Foundation, 1999. – P. 26-39.
351. Stutzer A. Does marriage make people happy, or do happy people get married? / A. Stutzer, B. S. Frey // *Journal of Socio-Economics*. – 2006. – Vol. 35. – P. 326-347.
352. Telfer E. Happiness / E. Telfer. – New York : St. Martin's Press, 1980. – 144 p.
353. The Evaluation of a Selfenumerated Scale of Quality of Life (CASP-19) in the Context Research on Ageing: A Combination of Exploratory and Confirmatory Approaches / R. D. Wiggins, G. Netuveli [et al.] // *Social Indicators Research*. – 2007. – No. 89 (1). – P. 61-77.
354. The Relationship between Income and Subjective Well-Being : Relative or Absolute? / E. Diener, E. Sandvik, L. Seidlitz, M. Diener // *Social Indicators Research*. – 1993. – No. 28. – P. 195-223.
355. The Relationship between Physical Health and Psychological Well-Being among Oldest-Old Adults [Electronic resource] / J. Cho, P. Martin, J. Margrett [et al.] // *Journal*

- of Aging Research. – 2011. – Vol. 2011. – Mode of access : <http://www.hindawi.com/journals/jar/2011/605041/>.
356. The Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Across Ages [Electronic resource] / K. L. Siedlecki, T. A. Salthouse, S. Oishi, S. Jeswani // Social Indicators Research. – 2013. – Vol. 112, No. 2. – Mode of access : http://faculty.virginia.edu/cogage/publications2/Siedlecki_The_relationship_between_social_support_and_subjective_well_being_across_age.pdf.
357. Tsai J. L. Autonomic, subjective, and expressive responses to emotional films in older and younger Chinese Americans and European Americans / J. L. Tsai, R. W. Levenson, L. L. Carstensen // Psychological Aging. – 2000. – No. 15 (4). – P. 684-693.
358. Unemployment Alters the Set Point for Life Satisfaction / R. E. Lucas, A. E. Clark, Y. Georgellis, E. Diener // Psychological Science. – 2004. – Vol. 15, No. 1. – P. 8-13.
359. Van Hoorn A. The short introduction of subjective well-being : its measurement, correlates and policy uses / A. Van Hoorn // Statistics, Knowledge and Policy. – 2007. – Chapter 15. – P. 215-229.
360. Veerhoven R. Inequality-adjusted happiness in nations : Egalitarianism and utilitarianism married together in a new index of societal performance / R. Veerhoven, W. Kalmijn // Journal of Happiness Studies. – 2005. – No. 6. – P. 421-455.
361. Veenhoven R. Is Happiness Relative? / R. Veenhoven // Social Indicators Research. – 1991. – No. 24. – P. 1-34.
362. Veerhoven R. Questions on Happiness : Classical Topics, Modern Answers, Blind Spots / R. Veerhoven // Subjective Well-Being : an interdisciplinary perspective / ed. by F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz. – 1st ed. – Oxford : Pergamon Press, 1991. – P. 7-26.
363. Veerhoven R. Sociological theories of subjective well-being / R. Veerhoven // The Science of Subjective Well-being: A Tribute to Ed Diener / Ed. by M. Eid, R. Larsen. – New York : Guilford Publications, 2008. – P. 44-61.

364. Veenhoven R. The Cross-National Pattern of Happiness : Test of Predictions Implied in Three Theories of Happiness / R. Veenhoven // *Social Indicators Research*. – 1995. – No. 34. – P. 33-68.
365. Ware J. E. The MOS 36-Item short-form health survey / J. E. Ware, S. D. Sherbourne // *Med. Care*. – 1992. – Vol. 30, № 6. – P. 473-483.
366. Warr P. On the independence of positive and negative affect / P. Warr, J. Barter, G. Brownbridge // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1983. – No. 44. – P. 644-651.
367. Waterman A. The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation / A. Waterman, S. Schwartz, R. Conti // *Journal of Happiness Studies*. – 2008. – No. 9. – P. 41-79.
368. Waterman A. Two Conceptions of Happiness : Contrasts of Personal Expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment / A. S. Waterman // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1993. – No. 64. – P. 678-691.
369. Watson D. Affects separable and inseparable : On the hierarchical arrangement of the negative affects / D. Watson, L. A. Clark // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1992. – No. 62. – P. 489-505.
370. Watson D. Intraindividual and interindividual analyses of Positive and Negative Affect : Their relation to health complaints, perceived stress, and daily activities / D. Watson // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1988. – No. 54. – P. 1020-1030.
371. Well-being : The foundations of hedonic psychology / ed. by D. Kahneman, E. Diener , N. Schwarz. – New York: Russell Sage Foundation, 2003. – 608 p.
372. Wilber K. An integral theory of consciousness // *Journal of consciousness studies*. – Vol. 1. – No. 4. – February 1997. – P. 71-92.
373. Willis S. L. Cognitive plasticity / S. L. Willis, K. W. Schaie, M. Martin // *Handbook of Theories of Aging* / Ed. by V. Bengtson та ін. – 2nd edition. – New York : Springer Publisher, 2008. – P. 295-322.

374. Zachs R. T. Human memory / R. T. Zachs, L. Hasher, K. Z. H. Li // Handbook of aging and cognition / Ed. by F. I. M. Craik, T. A. Salthouse. – 2nd ed. – Mahwah, NJ : Erlbaum, 2000. – P. 293-357.
375. Zeroing in on the Dark Side of the American Dream: A Closer Look at the Negative Consequences of the Goal for Financial Success / C. Nickerson, N. Schwarz, E. Diener, D. Kahneman // Psychological Science. – 2003. – No. 14. – P. 531-536.
376. Zheng X. Personality, cognitive and social orientations and subjective wellbeing among Chinese students / X. Zheng, D. Sang, Q. Lin // Australian Psychologist. – 2004. – No. 39 (2). – P. 166-171.
377. Zung W. W. K. A self-rating depression scale / W. W. K. Zung // Archive of Genetic Psychiatry. – 1965. – No. 12. – P. 63-70.

ДОДАТКИ

Додаток А.1

Шкала задоволеності життям Е. Дінера

Інструкція: прочитайте наведені твердження і зазначте, наскільки Ви погоджуєтесь з кожним з них за 7-ми бальною шкалою:

- 1 – Зовсім не погоджуюсь
- 2 – Не погоджуюсь
- 3 – Більше не погоджуюсь, ніж погоджуюсь
- 4 – Ні те, ні інше
- 5 – Частково погоджуюсь
- 6 – Погоджуюсь
- 7 – Повністю погоджуюсь

Твердження	Міра згоди
У більшості випадків моє життя близьке до мого ідеалу	
Умови мого життя прекрасні	
Я задоволений своїм життям	
До сих пір, в основному, я отримував все, чого хотів у житті	
Якби я міг прожити життя знову, я би не змінив у ньому практично нічого	

Додаток А.2

Методика оцінки якості життя К. Буркхардт

Інструкція: прочитайте, будь ласка, наведені твердження і зазначте, наскільки Ви задоволені на даний момент, обравши цифру із запропонованих нижче. Будь ласка, дайте відповідь на кожне твердження навіть, якщо у цей час Ви не задіяні у цій сфері, Ви можете бути задоволені тим, що не берете участі у певному виді активності.

- 7 – Повністю задоволений (-а)
- 6 – Задоволений (-а)
- 5 – Скоріше задоволений (-а)
- 4 – Важко відповісти
- 3 – Скоріше незадоволений (-а)
- 2 – Незадоволений (-а)
- 1 – Повністю незадоволений (-а)

№	Я задоволений (-а)...	Міра згоди
1	Матеріальними вигодами – умовами життя, їжею, зручностями, фінансовим становищем.	
2	Станом здоров'я	
3	Стосунками з батьками, братами та сестрами та іншими рідними – взаємодією, відвідуванням, можливістю отримувати допомогу	
4	Народженням, вихованням та стосунками з дітьми	
5	Стосунками з дружиною (чоловіком) чи іншою значимою людиною	
6	Стосунками з близькими друзями	
7	Можливістю надавати допомогу та підтримку іншим, давати поради тощо	
8	Участю в організаціях та суспільних справах	
9	Освітою та навчанням – відвідуванням навчального закладу, покращенням розуміння, здобуттям додаткових знань	
10	Розумінням себе – знанням своїх переваг і недоліків, розумінням, що таке життя	
11	Роботою – професійною чи домашньою	
12	Творчим самовираженням	
13	Соціалізацією – знайомством з людьми, участю у різних заходах, розвагах тощо	
14	Читанням, прослуховуванням музики та іншими розвагами	
15	Участю в активному відпочинку	
16	Самостійністю, можливістю діяти для себе	

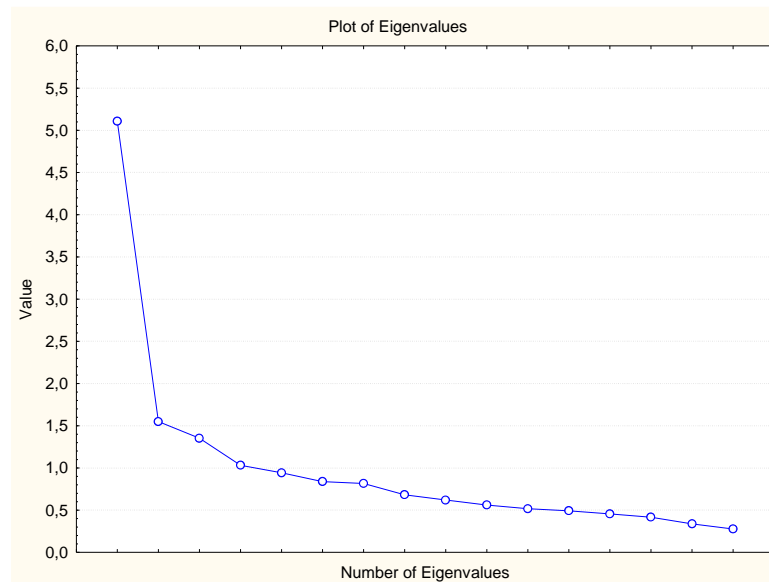


Рис. А.2.1. Графік кам'яного насипу при виокремленні 4 факторів для опису задоволеності пенсіонерів різними аспектами життя

Таблиця А.2.1

Розподіл сукупної дисперсії при виокремленні 4 факторів для опису задоволеності пенсіонерів різними аспектами життя

Фактори	Власні значення	% дисперсії, що описує кожен фактор окремо	% сукупної дисперсії, що описують фактори
1	5,106946	31,91841	31,91841
2	1,550181	9,68863	41,60705
3	1,351818	8,44886	50,05591
4	1,032390	6,45244	56,50835

Таблиця А.2.2

Зв'язки аспектів задоволеності пенсіонерів різними аспектами життя та показників суб'єктивного благополуччя

Показник суб'єктивного благополуччя		Задовол. автономією	Задовол. компетентністю	Задовол. причетністю	Задовол. стосунками з батьками
Опитувальник Е. Дінера	наближеність до ідеалу	0,60***	0,46***	0,46***	0,07
	задовол. умовами життя	0,46***	0,29***	0,40***	0,15*
	загальна оцінка	0,47***	0,35***	0,34***	0,13
	міра отримання бажаного	0,43***	0,38***	0,28***	0,07
	бажання змін	0,30***	0,24***	0,24***	0,10
	задоволеність життям	0,59***	0,45***	0,45***	0,14*
Опит. Н. Бредберна	позитивний афект	0,20**	0,22**	0,24***	0,14*
	негативний афект	-0,41***	-0,19**	-0,31***	-0,05
	афективний баланс	0,41***	0,31***	0,39***	0,13

Примітка. Коefіцієнт кореляції Пірсона статистично значимий при: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Додаток А.3

Опитувальник афективного балансу Н. Бредберна

Інструкція: прочитайте, будь ласка, наведені твердження і зазначте частоту відчуття Вами описаних станів, обравши один із варіантів праворуч.

За останні декілька тижнів, як часто Ви відчули себе...:

	Часто	Інколи	Ніколи
1. ... на вершині щастя			
2. ... дуже самотнім (-ьою) та віддаленим (-ою) від людей			
3. ... особливо захопленим (-ою) чи зацікавленим (-ою) чимось			
4. ... пригніченим (-ою) та дуже нещасливим (-ою)			

За останні декілька тижнів, як часто Ви відчули:

	Часто	Інколи	Ніколи
5... задоволення від того, що щось закінчили			
6... нудьгу (скуку)			
7... гордість, бо хтось похвалив Вас за те, що Ви зробили			
8... таке напруження, що не можливо довго всидіти на місці			
9... що події просуваються так, як Ви хочете			
10... розчарування від того, що хтось Вас критикує			

Додаток А.4

Методика «Семантичний диференціал» для оцінки ставлення до життя

Інструкція: у таблиці нижче запропоновано перелік із 18 антонімів. Із використанням цих протилежних за значенням слів просимо Вас оцінити власне ЖИТТЯ. У середній колонці таблиці є цифри, кожна з яких має своє значення: 3 – дуже яскраво виражена риса, 2 – помірно виражена, 1 – слабо виражена, 0 – важко відповісти. З кожного ряду слід обирати 1 цифру, ту, яка характеризує якість, якою Ви описуєте власне життя, та міру її вираженості. Наприклад:

Слабкий	2	2	1	0	1	2	3	Сильний
---------	---	---	---	---	---	---	---	---------

ЖИТТЯ

Просте	3	2	1	0	1	2	3	Складне
Радісне	3	2	1	0	1	2	3	Сумне
Погане	3	2	1	0	1	2	3	Хороше
Темне	3	2	1	0	1	2	3	Світле
Активне	3	2	1	0	1	2	3	Пасивне
Огидне	3	2	1	0	1	2	3	Приємне
Хаотичне	3	2	1	0	1	2	3	Впорядковане
Розслаблене	3	2	1	0	1	2	3	Напружене
Повільне	3	2	1	0	1	2	3	Швидке
Зле	3	2	1	0	1	2	3	Добре
Улюблене	3	2	1	0	1	2	3	Ненависне
Жорстоке	3	2	1	0	1	2	3	Поблажливе
Прямолінійне	3	2	1	0	1	2	3	Заплутане
Залежне	3	2	1	0	1	2	3	Незалежне
В'яле	3	2	1	0	1	2	3	Енергійне
Справедливе	3	2	1	0	1	2	3	Несправедливе
Дружне	3	2	1	0	1	2	3	Вороже
Спокійне	3	2	1	0	1	2	3	Метушливе

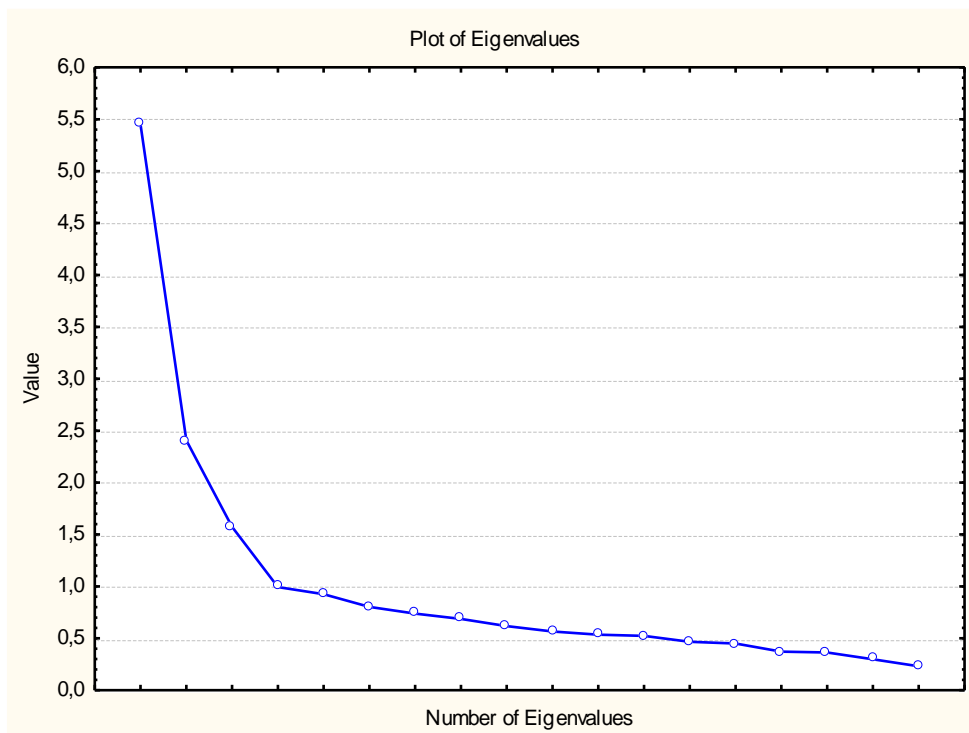


Рис. А.4.1. Графік кам'яного осипу: розподіл власних значень при виділенні факторів

Таблиця А.4.1

Власні значення виділених факторів

	Власні значення	% від загальної дисперсії	Накопичена дисперсія	% від накопиченої дисперсії, який пояснюється факторами
Фактор 1	5,450428	30,28016	5,450428	30,28016
Фактор 2	2,406496	13,36942	7,856924	43,64958
Фактор 3	1,573949	8,74416	9,430873	52,39374

Таблиця А.4.2

Коефіцієнти кореляції Пірсона між опитувальником ставлення до життя та іншими показниками суб'єктивного благополуччя

Шкала	Фактор1 «оцінка»	Фактор 2 «сила»	Фактор 3 «активність»	
Задоволеність життям (Е. Дінер)	0,50***	0,45***	0,31***	
Афективний баланс (Н. Бредберн)	0,40***	0,37***	0,20**	
Фізичне здоров'я (SF36)	0,23**	0,17*	0,33***	
Психічне здоров'я (SF36)	0,33***	0,20**	0,22**	
Депресія (Зунг)	-0,46***	-0,38***	-0,37***	
Сфери	Матеріальні вигоди	0,43***	0,24***	0,32***
	Здоров'я	0,41***	0,23**	0,35***
	Батьки	0,08	0,14	0,05

Продовження табл. А.4.2

Задоволеність різними сферами життя (К. Бурхардт)	Шкала	Фактор1 «оцінка»	Фактор 2 «сила»	Фактор 3 «активність»
	Дружина / чоловік	0,15*	0,19**	0,05
	Друзі	0,45***	0,34***	0,32***
	Допомога	0,41***	0,23***	0,24***
	Суспільна активність	0,24***	0,17*	0,23**
	Освіта	0,27***	0,21**	0,22**
	Розуміння себе	0,14*	0,12	0,18**
	Робота	0,31***	0,23***	0,34***
	Творчість	0,23**	0,20**	0,26***
	Соціалізація	0,28***	0,19**	0,15*
	Розваги	0,49***	0,30***	0,36***
	Активний відпочинок	0,39***	0,29***	0,36***
	Самостійність	0,32***	0,25***	0,38***

Примітка. Коефіцієнт кореляції Пірсона статистично значимий при: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Таблиця А.4.3

Результати конфірмаційного факторного аналізу: перевірка надійності
зарпонованого опитувальника ставлення до життя

Статистика	Значення
χ^2/df	3,1
рівень значущості	$>0,01$
RMSEA	0,05
GFI	0,930
AGFI	0,8

Додаток А.5

Методика діагностики емоційного інтелекту Н. Холла

Інструкція: нижче запропоновані твердження, які, так чи інакше, відображають різні сторони Вашого життя. Із зазначених нижче варіантів вкажіть, будь ласка, у таблиці справа той варіант відповіді, який найкраще відображає міру Вашої згоди із твердженням, записавши відповідну цифру.

- 1 – повністю не згідний (-а)
- 2 – в основному не згідний(-а)
- 3 – частково не згідний (-а)
- 4 – частково згідний (-а)
- 5 – в основному згідний (-а)
- 6 – повністю згідний (-а)

№	Твердження	Міра згоди
1	Для мене як негативні, так і позитивні емоції є джерелом знання про те, як чинити в житті.	
2	Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я повинен (-на) змінити у своєму житті.	
3	Я спокійний, коли відчуваю тиск зі сторони.	
4	Я здатний (-а) спостерігати за змінами своїх почуттів.	
5	Коли потрібно, я можу бути спокійним (-ою) і зосередженим (-ою), щоб діяти відносно до життєвих ситуацій.	
6	Коли потрібно, я можу викликати у себе широкий спектр позитивних емоцій, як веселощі, радість та гумор.	
7	Я слідкую за тим, як себе почуваю.	
8	Після того, як мене щось засмутило, я можу легко справитися зі своїми почуттями.	
9	Я здатний (-а) вислуховувати проблеми інших людей.	
10	Я не зациклююся на негативних емоціях.	
11	Я чутливий (-а) до емоційних потреб інших.	
12	Я можу заспокоїливо впливати на інших людей.	
13	Я можу примусити себе знову і знову протистояти труднощам.	
14	Я намагаюся творчо підходити до життєвих проблем.	
15	Я адекватно реагую на настрої, спонукання та бажання інших людей.	
16	Я можу легко входити у стан спокою, готовності та зосередженості.	
17	Коли дозволяє час, я звертаюся до своїх негативних почуттів і з'ясовую, в чому проблема.	

Продовження дод. А.5

№	Твердження	Міра згоди
18	Я здатний (-а) швидко заспокоюватися після несподіваного розчарування.	
19	Знання моїх істинних почуттів важливе для підтримання «хорошої форми».	
20	Я добре розумію емоції інших людей, навіть якщо вони не виявлені відкрито.	
21	Я можу добре розпізнати емоції по виразу обличчя.	
22	Я можу легко відкинути негативні почуття, коли потрібно діяти.	
23	Я добре вловлюю знаки у спілкуванні, які вказують на те, чого потребують інші.	
24	Люди вважають мене хорошим знавцем переживань інших людей.	
25	Люди, які усвідомлюють свої істинні почуття, краще управляють своїм життям.	
26	Я здатний (-а) покращувати настрій інших людей.	
27	У мене можна запитати поради щодо стосунків з іншими людьми.	
28	Я добре налаштовуюся на емоції інших людей.	
29	Я допомагаю іншим використовувати їхні прагнення для досягнення їхніх особистих цілей.	
30	Я легко можу відключитися від переживання неприємностей.	

Додаток А.6

Шкала діагностики рівня депресії В. Зунга

Інструкція: прочитайте, будь ласка, уважно кожне із нижче запропонованих тверджень та відзначте відповідну цифру праворуч залежно від того, як Ви почуваєтеся останнім часом. Не задумуйтеся над питаннями довго, правильних та неправильних відповідей немає.

№	Твердження	Ніколи або рідко	Іноді	Часто	Майже завжди або постійно
1	Я відчуваю пригніченість.				
2	Вранці я відчуваю себе найкраще.				
3	У мене трапляються періоди плачу або близькості до сліз.				
4	У мене поганий нічний сон.				
5	Апетит у мене не гірший, аніж звичайно.				
6	Мені приємно дивитися на привабливих жінок, розмовляти з ними, бути поруч.				
7	Я зауважую, що втрачаю вагу.				
8	Мене турбують запори.				
9	Серце б'ється швидше, ніж зазвичай.				
10	Я стомлююся без будь-яких причин.				
11	Я мислю так само ясно, як завжди				
12	Мені легко робити те, що я роблю.				
13	Відчуваю неспокій та не можу всидіти на місці.				
14	У мене є надії на майбутнє.				
15	Я більш дратівливий, ніж завжди.				
16	Мені легко приймати рішення.				
17	Я відчуваю, що корисний (-а) і потрібний (-а).				
18	Я живу достатньо повним життям.				
19	Мене досі тішить те, що завжди тішило.				

Додаток А.7

Методика діагностики якості життя Short Survey - 36 (SF-36) Дж. Веера

Інструкція: до кожного запитання оберіть із зазначених нижче ту відповідь, яка найбільше відповідає Вашому стану, та зазначте відповідну цифру праворуч.

1. Як би Ви загалом оцінили стан Вашого здоров'я?

- Відмінне..... 1
 Дуже добре 2
 Добре..... 3
 Посереднє 4
 Погане..... 5

2. Як би Ви загалом оцінили своє здоров'я зараз, порівняно з тим, що було рік тому?

- Значно краще, ніж рік тому 1
 Дещо краще, ніж рік тому..... 2
 Приблизно таке ж, як рік тому 3
 Дещо гірше, ніж рік тому..... 4
 Значно гірше, ніж рік тому 5

3. Наступні запитання стосуються фізичних навантажень, які, можливо, виникають протягом Вашого звичайного дня. Чи обмежує Вас стан Вашого здоров'я на сьогодні у виконанні перелічених нижче фізичних навантажень? Якщо так, то якою мірою?

		Так, значно обмежує	Так, дещо обмежує	Ні, зовсім не обмежує
А.	Важкі фізичні навантаження, такі як біг, підняття тяжких речей, заняття силовими видами спорту	1	2	3
Б.	Помірні фізичні навантаження, наприклад, пересунути стіл, пропилососити, позбирати гриби чи ягоди	1	2	3
В.	Підняти чи нести сумку з продуктами	1	2	3
Г.	Піднятися по сходах на декілька поверхів	1	2	3
Д.	Піднятися сходами на один поверх	1	2	3
Е.	Нахилитися, стати на коліна, присісти	1	2	3
Є.	Пройти відстань більше 1 кілометра	1	2	3
Ж.	Пройти відстань у декілька кварталів	1	2	3
З.	Пройти відстань 1 кварталу	1	2	3
И.	Самостійно помитися, одягнутися	1	2	3

Продовження дод. А.7

4. Чи бувало за останні 4 тижні, що Ваш фізичний стан зумовлював труднощі у Вашій роботі чи в іншій звичній повсякденній діяльності, внаслідок чого:

	Так	Ні
А. Довелось скорочувати кількість часу, що витрачається на звичні справи	1	2
Б. Виконали менше, ніж хотіли	1	2
В. Ви були обмежені у виконанні певного конкретного виду робіт чи іншої діяльності	1	2
Г. Були труднощі при виконанні своєї роботи чи інших справ (наприклад, вони потребували додаткових зусиль)	1	2

5. Чи бувало за останні 4 тижні, що Ваш емоційний стан зумовлював труднощі у Вашій роботі чи в іншій звичній повсякденній діяльності, внаслідок чого:

	Так	Ні
А. Довелось скорочувати кількість часу, що витрачається на звичні справи	1	2
Б. Виконали менше, ніж хотіли	1	2
В. Виконували свою роботу чи інші справи не так акуратно, як зазвичай	1	2

6. Наскільки Ваш фізичний та емоційний стан за останні 4 тижні заважав Вам проводити час із сім'єю, друзями, сусідами чи в колективі?

- Зовсім не заважав 1
 Трохи заважав.....2
 Помірно заважав.....3
 Сильно заважав4
 Дуже сильно заважав5

7. Наскільки сильний фізичний біль Ви відчували за останні 4 тижні?

- Зовсім не відчував(-ла).....1
 Відчував (-ла) дуже слабкий.....2
 Відчував (-ла) слабкий3
 Відчував (-ла) помірний.....4
 Відчував (-ла) сильний.....5
 Відчував (-ла) дуже сильний.....6

8. У якій мірі біль протягом останніх 4 тижнів заважав Вам займатись Вашою звичною роботою (у тому числі роботою поза домом та у домі)?

- Зовсім не заважав 1
 Трохи заважав.....2
 Помірно заважав.....3
 Сильно заважав4
 Дуже сильно заважав5

Продовження дод. А.7

9. Наступні запитання стосуються того, як Ви себе почували і яким був Ваш настрій протягом останні 4 тижнів. Будь ласка, дайте одну відповідь на кожне запитання, ту, яка найбільше відповідає Вашим відчуттям:

	Постійно	Більш у частину часу	Часто	Іноді	Рідко	Жодного разу
А. Ви почувались бадьорим (-ою)?	1	2	3	4	5	6
Б. Ви сильно знервувались?	1	2	3	4	5	6
В. Ви почувались на стільки пригніченим (-ою), що ніщо не могло Вас підбадьорити?	1	2	3	4	5	6
Г. Ви почувались спокійно та урівноважено?	1	2	3	4	5	6
Д. Ви почувались повним (-ою) сил та енергії?	1	2	3	4	5	6
Е. Ви почувались пригніченим (-ою) та печальним (-ою)?	1	2	3	4	5	6
Є. Ви почувались вимученим (-ою)?	1	2	3	4	5	6
Ж. Ви почувались щасливим (-ою)?	1	2	3	4	5	6
З. Ви почувались стомленим (-ою)?	1	2	3	4	5	6

10. Як часто за останні 4 тижні Ваш фізичний та емоційний стан заважав Вам активно спілкуватись з людьми (відвідувати друзів, родичів тощо)?

- Постійно 1
 Більшість часу 2
 Іноді 3
 Рідко 4
 Жодного разу 5

11. Наскільки вірними чи невірними є кожне із наведених нижче тверджень стосовно Вас?

	Зовсім вірно	В основному вірно	Не знаю	В основному невірн о	Зовсім невірн о
А. Мені видається, що я більш схильний (-а) до хвороб, ніж інші	1	2	3	4	5
Б. Моє здоров'я не гірше, ніж у більшості знайомих	1	2	3	4	5
В. Я очікую, що моє здоров'я погіршиться	1	2	3	4	5
Г. У мене відмінне здоров'я	1	2	3	4	5

Додаток А.8

Тест життєстійкості С. Мадді

Інструкція: дайте, будь ласка, відповіді на наступні запитання, позначаючи той варіант відповіді, який найбільше відображає Вашу думку.

№	Питання	Ні	Скоріше ні, аніж так	Скоріше так, аніж ні	Так
1	Я часто не впевнений у власних рішеннях				
2	Іноді мені здається, що мною ніхто не цікавиться				
3	Часто, навіть добре виспавшись, мені важко змусити себе встати з ліжка				
4	Я постійно зайнятий і мені це подобається				
5	Часто я надаю перевагу «плисти за течією»				
6	Я змінюю свої плани залежно від обставин				
7	Мене дратують події, через які я змушений змінювати свій розпорядок дня				
8	Непередбачувані труднощі іноді сильно втомлюють мене				
9	Я завжди контролюю ситуацію настільки, наскільки це потрібно				
10	Іноді я так втомлююсь, що вже ніщо не може зацікавити мене				
11	Іноді все, що я роблю, здається мені непотрібним				
12	Я намагаюсь бути в курсі всього, що відбувається навколо мене				
13	Краще синиця в руках, ніж журавель у небі				
14	Ввечері я часто почуваюсь повністю розбитим				
15	Я надаю перевагу ставити перед собою важкодосяжні цілі і добиватись їх				
16	Іноді мене лякають думки про майбутнє				
17	Я завжди впевнений, що зможу втілити у життя те, що задумав				
18	Мені здається, я не живу повним життям, а тільки граю роль				
19	Мені здається, якби у минулому у мене було б менше розчарувань і невдач, мені зараз простіше було б жити на світі				
20	Проблеми, що виникають, часто видаються такими, що не мають вирішення				
21	Програвши, я буду намагатись взяти реванш				
22	Я люблю знайомитися з новими людьми				
23	Коли хтось скаржиться, що життя складне, він просто не вміє бачити цікаве				
24	Мені завжди є чим зайнятись				

Продовження дод. А.8

№	Питання	Ні	Скоріше ні, аніж так	Скоріше так, аніж ні	Так
25	Я завжди можу повпливати на результат того, що відбувається довкола				
26	Я часто шкодую про те, що вже зроблено				
27	Якщо вирішення проблем потребує важких зусиль, я надаю перевагу відкласти її до кращих часів				
28	Мені важко зближуватись з іншими людьми				
29	Зазвичай, люди мене уважно слухають				
30	Якби міг, я б багато всього змінив у минулому				
31	Я досить часто відкладаю на завтра те, що виконати складно або в чому я не впевнений				
32	Мені здається, життя проходить повз мене				
33	Мої мрії рідко здійснюються				
34	Несподіванки дарують мені інтерес до життя				
35	Іноді мені здається, що всі мої зусилля марні				
36	Іноді я мрію про спокійне розмірене життя				
37	Мені не вистачає наполегливості закінчити почате				
38	Буває, життя видається мені скучним і безколірним				
39	У мене немає можливості впливати на несподівані проблеми				
40	Оточуючі мене недооцінюють				
41	Зазвичай я працюю з задоволенням				
42	Іноді я почуваюсь зайвим навіть у колі друзів				
43	Буває, в мене накопичується стільки проблем, що руки просто опускаються				
44	Друзі поважають мене за наполегливість і непохитність				
45	Я охоче берусь за втілення нових ідей				

Додаток А.9

Анкета для отримання інформації про соціально-демографічні та соціально-психологічні характеристики досліджуваних

Стать _____

Вік _____ років

Ви **почуваєтеся** на _____ років

Ваша **активність** відповідає віку _____ років

Ви **виглядаєте** на _____ років

Ваші **інтереси** відповідають віку _____ років

Освіта (необхідне позначити):

неповна середня / середня / середня спеціальна / незакінчена вища / вища

Хто Ви за професією або ким працювали до виходу на пенсію?

Сімейний стан (необхідне позначити): неodrужений (незаміжня) / одружений (заміжня) / розлучений (-а) / вдівець (вдова)

Склад сім'ї: діти (кількість) (_____) / внуки (кількість) (_____) / правнуки (кількість) (_____)

Інші значимі члени родини чи близького оточення:

З ким Ви проживаєте? (необхідне позначити, можлива більш ніж одна відповідь) а) сам (-а), б) з дружиною (чоловіком), в) з дітьми, г) з внуками, д) інше _____

Якщо Ви мешкаєте окремо від рідних, як часто Ви з ними зустрічаєтесь? (необхідне позначити) а) декілька разів на тиждень, б) раз на тиждень, в) декілька разів на місяць, г) щомісяця, д) тільки на великі свята, е) ніколи.

Чи отримуєте Ви матеріальну допомогу від рідних чи близьких людей? Так / Ні

Вкажіть розмір Вашої пенсії (необхідне позначити): а) до 1000 грн., б) 1000-1500 грн., в) 1500-2000 грн., г) понад 2000 грн.

Коротко перелічіть найпритаманніші Вам зараз види діяльності:

Додаток А.10

Анкета для вивчення суспільних уявлень про суб'єктивне благополуччя пенсіонерів

Просимо Вас відповісти на декілька запитань про Вас та про близьку Вам літню людину

Дякуємо за готовність взяти участь у дослідженні та за щирі відповіді. Опитування анонімне. Конфіденційність інформації гарантуємо!

Ваш вік _____ років

Ваша стать _____

Чи є у Вас в близькому оточенні людина-пенсіонер, якій виповнилося 60 років, та яка не працює?

- а) так, ми живемо разом;
- б) так, зустрічаємося принаймні 1 раз на тиждень;
- в) серед рідних така людина є, однак ми бачимося нечасто (менш ніж 1 раз на місяць);
- г) немає;
- д) Ваш варіант _____

Якщо така особа є, ким Ви приходитеся їй? (необхідне позначити)

- а) родич: батько / мати / брат / сестра / донька / син / внук / внучка / правнук / правнучка / інше _____
- б) близька особа: чоловік / дружина / друг / подруга / колега по роботі / інше _____
- в) санітарка / медсестра / соціальний працівник
- г) Ваш варіант _____

Якщо така особа є, оцініть, будь ласка, за 10-бальною шкалою, якість Ваших стосунків із нею (де 1 – майже не взаємодіємо, взаємодіємо формально, перебуваємо у затяжних конфліктних стосунках, 10 – відмінні стосунки, добре розуміємо один одного та у всьому підтримуємо):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Методика Бредберна

Інструкція: прочитайте, будь ласка, наведені твердження і зазначте, як, на Вашу думку, на них би відповіла близька Вам літня людина – пенсіонер АБО середньостатистичний пенсіонер – мешканець Вашого населеного пункту (обравши один із варіантів праворуч).

За останні декілька тижнів, як часто Ви відчули себе...:

	Часто	Інколи	Ніколи
1. ... на вершині щастя			
2. ... дуже самотнім (-ьою) та віддаленим (-ою) від людей			
3. ... особливо захопленим (-ою) чи зацікавленим (-ою) чимось			
4. ... пригніченим (-ою) та дуже нещасливим (-ою)			

За останні декілька тижнів, як часто Ви відчули:

	Часто	Інколи	Ніколи
5... задоволення від того, що щось закінчили			
6... нудьгу (скуку)			
7... гордість, бо хтось похвалив Вас за те, що Ви зробили			
8... таке напруження, що не можливо довго всидіти на місці			
9... що події просуваються так, як Ви хочете			
10... розчарування від того, що хтось Вас критикує			

Методика Дінера

Інструкція: прочитайте, будь ласка, наведені твердження і зазначте, як, на Вашу думку, на них би відповіла близька Вам літня людина – пенсіонер АБО середньостатистичний пенсіонер – мешканець Вашого населеного пункту за 7-ми бальною шкалою:

- 1 Зовсім не погоджуюсь
- 2 Не погоджуюсь
- 3 Більше не погоджуюсь, ніж погоджуюсь
- 4 Ні те, ні інше
- 5 Частково погоджуюсь
- 6 Погоджуюсь
- 7 Повністю погоджуюсь

У більшості випадків його (її) життя близьке до його (її) ідеалу	
Умови його (її) життя прекрасні	
Він (вона) задоволений (-а) своїм життям	
До сих пір, в основному, він (вона) отримував (-а) все, чого хотів (-ла) у житті	
Якби він (вона) міг (могла) прожити життя знову, він (вона) би не змінив (-ла) у ньому практично нічого	

Методика Осгуда

Інструкція: у таблиці нижче запропоновано перелік із 18 антонімів. Із використанням цих протилежних за значенням слів просимо Вас оцінити, як, на Вашу думку, на них би відповіла близька Вам літня людина – пенсіонер АБО середньостатистичний пенсіонер – мешканець Вашого населеного пункту, говорячи про ЖИТТЯ. У середній колонці таблиці є цифри, кожна з яких має своє значення: 3 – дуже яскраво виражена риса, 2 – помірно виражена, 1 – слабо виражена, 0 – важко відповісти. З кожного ряду слід обирати 1 цифру, ту, яка характеризує якість, якою Ви описуєте життя цієї людини, та міру її вираженості. Наприклад:

Слабкий	2	1	0	1	2	3	Сильний
---------	---	---	---	---	---	---	---------

ЖИТТЯ

Просте	3	2	1	0	1	2	3	Складне
Радісне	3	2	1	0	1	2	3	Сумне
Погане	3	2	1	0	1	2	3	Хороше
Темне	3	2	1	0	1	2	3	Світле
Активне	3	2	1	0	1	2	3	Пасивне
Противне	3	2	1	0	1	2	3	Приємне
Хаотичне	3	2	1	0	1	2	3	Впорядковане
Розслаблене	3	2	1	0	1	2	3	Напружене
Повільне	3	2	1	0	1	2	3	Швидке
Зле	3	2	1	0	1	2	3	Добре
Улюблене	3	2	1	0	1	2	3	Ненависне
Жорстоке	3	2	1	0	1	2	3	Поблажливе
Прямолінійне	3	2	1	0	1	2	3	Заплутане
Залежне	3	2	1	0	1	2	3	Незалежне
В'яле	3	2	1	0	1	2	3	Енергійне
Справедливе	3	2	1	0	1	2	3	Несправедливе
Дружне	3	2	1	0	1	2	3	Вороже
Спокійне	3	2	1	0	1	2	3	Метушливе

Додаток Б

Числові значення емпіричних дескрипторів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Таблиця Б.1

Базові дескриптори суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Дескриптор		Середнє арифметичне	Стандартне відхилення	Мода
Шкала задоволеності життям Е. Дінера	Наближеність до ідеалу	3,60769	1,641622	5
	Задоволеність умовами життя	4,27308	1,610309	5
	Загальна оцінка	4,43846	1,491307	5
	Міра отримання бажаного	3,94231	1,606135	5
	Бажання змін	3,79231	1,795301	2
	Задоволеність життям	20,05385	6,191053	18
Опитувальник афективного балансу Н. Бредберна	Позитивний афект	11,37745	2,868150	12
	Негативний афект	9,62255	2,644761	8
	Афективний баланс	11,85784	3,655671	12
	Інтенсивність емоцій	10,64216	3,430433	10

Таблиця Б.2

Оцінки пенсіонерами задоволеності різними аспектами життя (опитувальник К. Буркхардт)

Дескриптор	Середнє арифметичне	Стандартне відхилення	Мода
Матеріальні вигоди	4,431373	1,591293	5
Здоров'я	3,568627	1,569474	3
Батьки	5,215686	1,244713	5
Діти	5,029412	1,698773	6
Дружина/чоловік	5,068627	1,532954	6
Друзі	5,058824	1,281344	5
Допомога	5,269608	1,267579	5
Суспільна активність	4,656863	1,458761	5
Освіта	4,862745	1,537955	6
Розуміння себе	4,965686	1,245207	6
Робота	5,102941	1,384001	6
Творчість	4,647059	1,404757	4
Соціалізація	4,838235	1,319915	5
Розваги	5,004902	1,450319	6
Активний відпочинок	4,534314	1,579985	5
Самостійність	4,666667	1,706743	5
Задоволеність автономією	4,222222	1,225824	-
Задоволеність компетентністю	4,982843	1,278257	-
Задоволеність причетністю	4,714052	1,091059	-
Задоволеність стос. з батьками	5,215686	1,244713	-

Таблиця Б.3

Показники ставлення пенсіонерів до життя (модифікована методика семантичний диференціал)

Дескриптор	Середнє арифметичне	Стандартне відхилення	Мода
Просте	2,596154	1,661041	1
Радісне	4,550000	1,697545	6
Хороше	5,019231	1,515561	6
Світле	5,103846	1,501860	6
Активне	4,792308	1,977464	6; 7
Приємне	5,319231	1,344952	6
Впорядковане	4,253846	1,848767	6
Розслаблене	2,826923	1,691692	2
Швидке	4,653846	1,959874	6
Добре	4,926923	1,662221	6
Улюблене	5,115385	1,525255	6
Поблажливе	3,676923	1,799680	4
Прямолінійне	3,461538	1,788655	4
Незалежне	3,603846	1,903255	4
Енергійне	4,776923	1,778314	6
Справедливе	3,973077	1,944015	6
Дружнє	4,838462	1,707598	6
Спокійне	3,753846	1,909382	2
Оцінка	4,461058	0,999027	-
Сила	3,321795	1,356727	-
Активність	4,391026	1,424673	-

Таблиця Б.4

Відмінності показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів різної статі

Опитувальник	Показник	Середнє значення у чоловіків	Середнє значення у жінок	Рівень значущості р
Шкала задоволеності життям Е. Дінера	наближеність до ідеалу	3,58025	3,62011	0,856507
	задоволеність умовами життя	4,09877	4,35196	0,241077
	загальна оцінка	4,45679	4,43017	0,894252
	міра отримання бажаного	3,86420	3,97765	0,598806
	бажання змін	3,74074	3,81564	0,756042
	задоволеність життям	19,74074	20,19553	0,584286
Опитувальник афективного балансу Н. Бредберна	позитивні емоції	11,06250	11,52143	0,290067
	негативні емоції	9,17188	9,82857	0,099971
	афективний баланс	12,00000	11,79286	0,708253
	інтенсивність емоцій	10,10938	10,88571	0,134018

Опитувальник	Показник	Середнє значення у чоловіків	Середнє значення у жінок	Рівень значущості р
Шкала задоволеності сферами життя К, Буркхардт	задоволеність автономією	4,213542	4,226190	0,945680
	задоволен. компетентністю	5,171875	4,896429	0,153750
	задоволеність причетністю	4,854167	4,650000	0,215747
	задов. стос.з батьками	5,156250	5,242857	0,645843
Семантичний диференціал	оцінка	4,609375	4,558929	0,716237
	сила	3,531250	3,400000	0,510410
	активність	4,369792	4,578571	0,311392

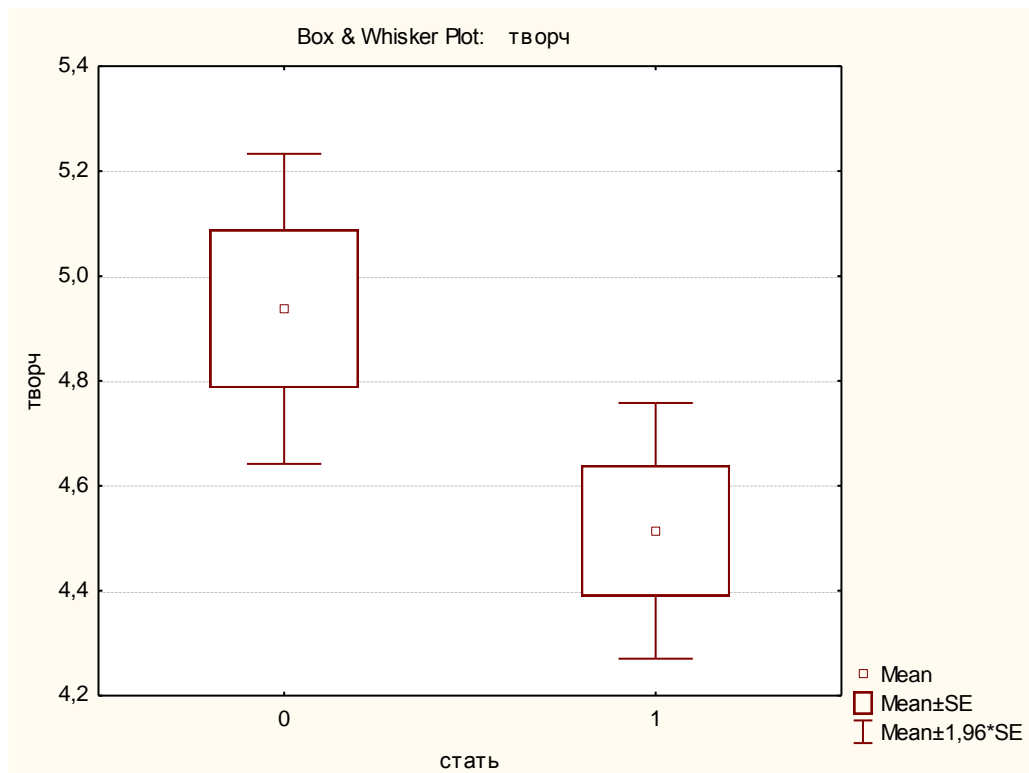


Рис. Б.1. Відмінності показників задоволеності творчим самовираженням пенсіонерів різної статі ($p < 0,05$)

Примітка. 0 – чоловіки, 1 - жінки

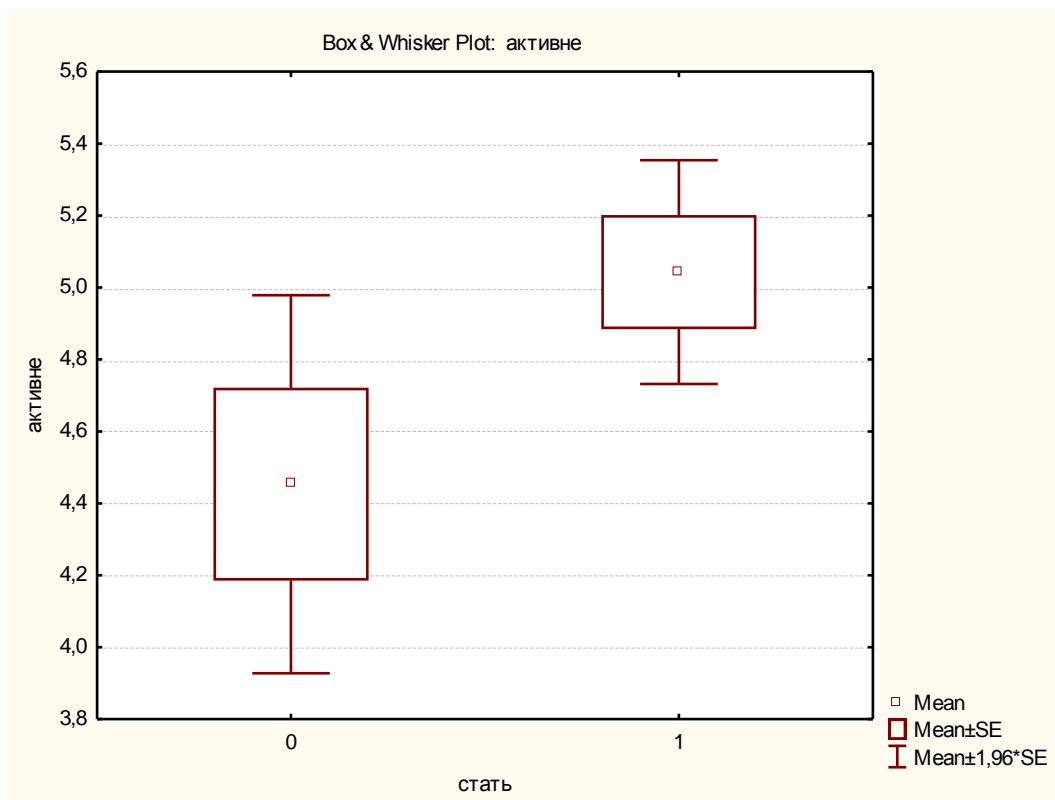


Рис. Б.2. Відмінності показників ставлення до життя як активного у пенсіонерів різної статі ($p < 0,05$)

Примітка. 0 – чоловіки, 1 - жінки

Таблиця Б.5

Порівняльний аналіз показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із різним рівнем освіти

Опитувальник	Показник	SS Effect	MS Effect	Статистика F	Рівень значущості p
Шкала задоволеності життям Е. Дінера	наближеність до ідеалу	21,0592	7,0197	2,654726	0,049038*
	задоволеність умовами життя	16,1119	5,3706	2,097453	0,101013
	загальна оцінка	11,0902	3,6967	1,675207	0,172780
	міра отримання бажаного	44,7089	14,9030	6,119675	0,000492*
	бажання змін	8,5844	2,8615	0,886628	0,448564
	задоволеність життям	385,8517	128,6172	3,450860	0,017187*
Опитувальник афективного балансу Н. Бредберна	позитивні емоції	8,5129	2,8376	0,341592	0,795274
	негативні емоції	21,9813	7,3271	1,048262	0,372295
	афективний баланс	33,4202	11,1401	0,831518	0,477953
	інтенсивність емоцій	23,8463	7,9488	0,672192	0,570028

Опитувальник	Показник	SS Effect	MS Effect	Статистика F	Рівень значущості p
Шкала задоволеності сферами життя К, Буркхардт	задоволеність автономією	17,66070	5,88690	4,09700	0,007529*
	задоволеність компетентністю	61,16634	20,38878	15,07357	0,000000*
	задоволеність причетністю	5,94582	1,98194	1,68170	0,172170
	задов. стосунками з батьками	2,25744	0,75248	0,48197	0,695185
Семантичній диференціал	оцінка	4,87040	1,623467	1,638664	0,180885
	сила	10,36628	3,455425	1,896725	0,130568
	активність	13,00675	4,335583	2,164902	0,092620

Примітка. * - статистично значущі відмінності при $p < 0,05$.

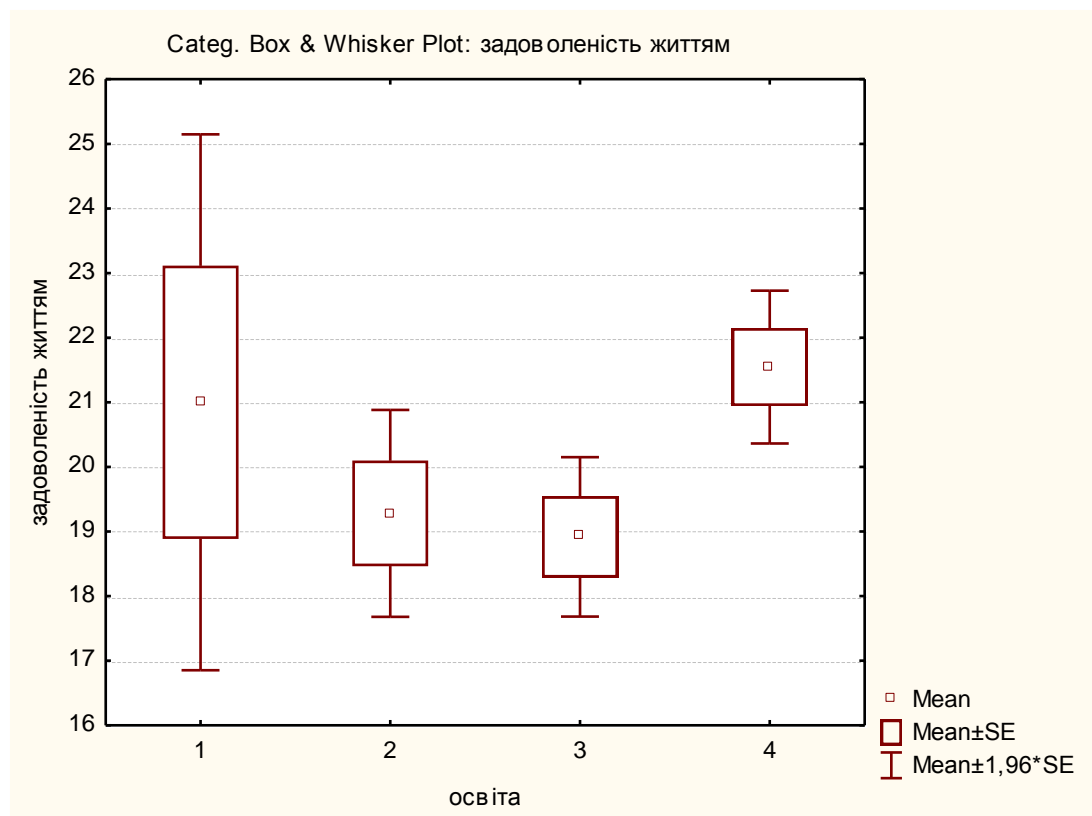


Рис. Б.3. Відмінності в показниках задоволеності життям у пенсіонерів із різним рівнем освіти ($p < 0,05$)

Примітка. 1 – неповна середня, 2 – середня, 3 – середня спеціальна, 4 – незакінчена або повна вища освіта

Таблиця Б.6

Порівняльний аналіз показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із
різним розміром пенсії

Опитувальник	Показник	SS Effect	MS Effect	Статистика F	Рівень значущо- сті p
Шкала задоволеності життям Е. Дінера	наближеність до ідеалу	51,1103	12,7776	5,036968	0,000636*
	задоволеність умовами життя	24,1035	6,0259	2,373094	0,052784
	загальна оцінка	41,8304	10,4576	4,992067	0,000686*
	міра отримання бажаного	38,5067	9,6267	3,898815	0,004312*
	бажання змін	18,7820	4,6955	1,467339	0,212565
	задоволеність життям	721,3426	180,3356	4,995228	0,000683*
Опитува- льний афектив- ного балансу Н. Бредб- ерна	позитивні емоції	36,0236	9,0059	1,096862	0,359288
	негативні емоції	62,8592	15,7148	2,304399	0,059727
	афективний баланс	20,5786	5,1447	0,380265	0,822583
	інтенсивність емоцій	130,3185	32,5796	2,870568	0,024211*
Шкала задоволеності сферами життя К. Буркхардт	задоволеність автономією	44,25029	11,06257	8,441579	0,000003*
	задоволеність компетентністю	17,96982	4,49245	2,849669	0,025040*
	задоволеність причетністю	2,91253	0,72813	0,606929	0,658095
	задов. стосунками з батьками	1,44009	0,36002	0,228846	0,921985
Сема- нтич- ний дифе- ренці- ал	оцінка	16,46120	4,11530	4,335739	0,002073*
	сила	23,20886	5,80221	3,262299	0,012424*
	активність	43,86533	10,96633	5,803800	0,000174*

Примітка. * - статистично значущі відмінності при $p < 0,05$.

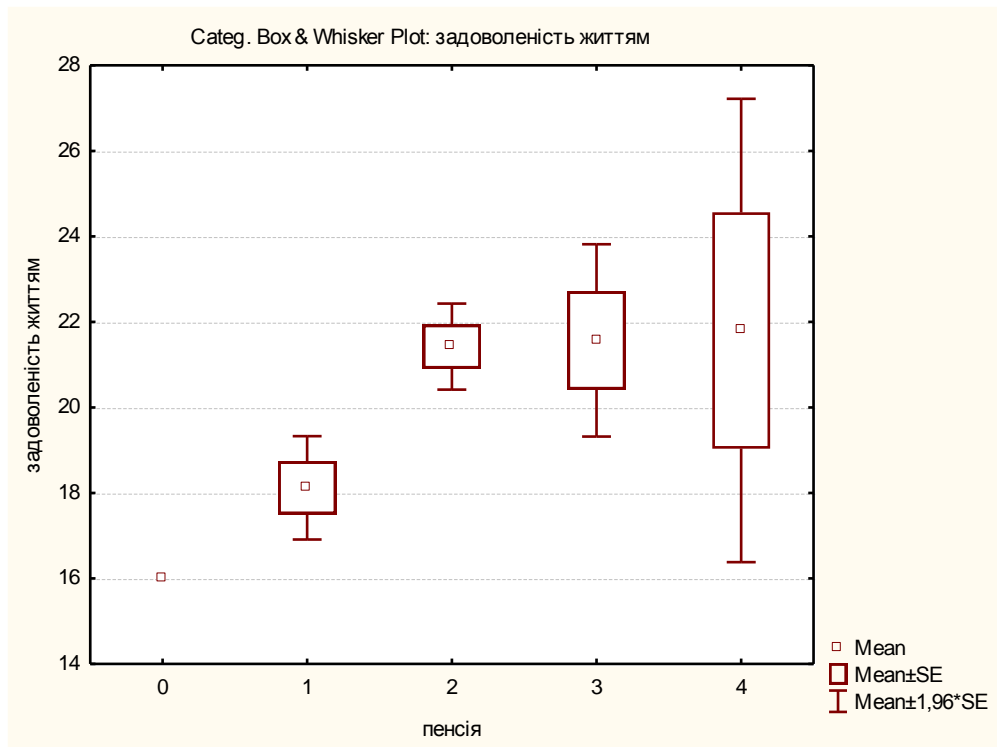


Рис. Б.4. Відмінності в показниках задоволеності життям у пенсіонерів із різним розміром пенсії ($p < 0,05$)

Примітка. 0 – до 1000 грн., 1 – 1000-1500 грн., 2 – 1500-2000 грн., 3 – 2000-3000 грн., 4 – понад 3000 грн.

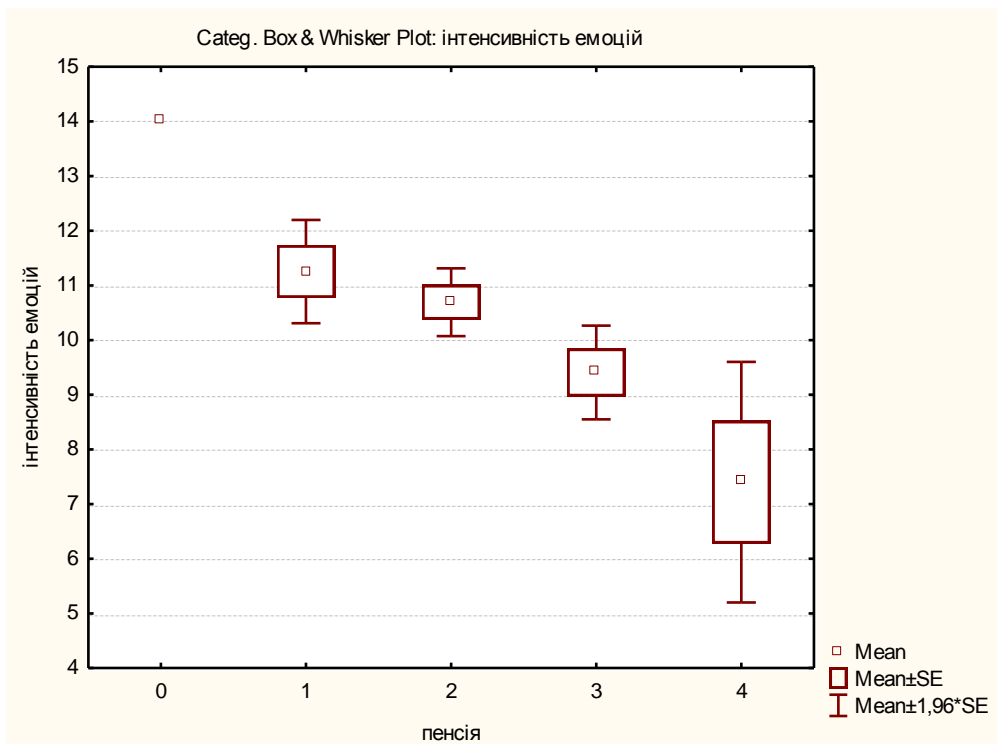


Рис. Б.5. Відмінності в показниках інтенсивності емоційних переживань у пенсіонерів із різним розміром пенсії ($p < 0,05$)

Примітка. 0 – до 1000 грн., 1 – 1000-1500 грн., 2 – 1500-2000 грн., 3 – 2000-3000 грн., 4 – понад 3000 грн.

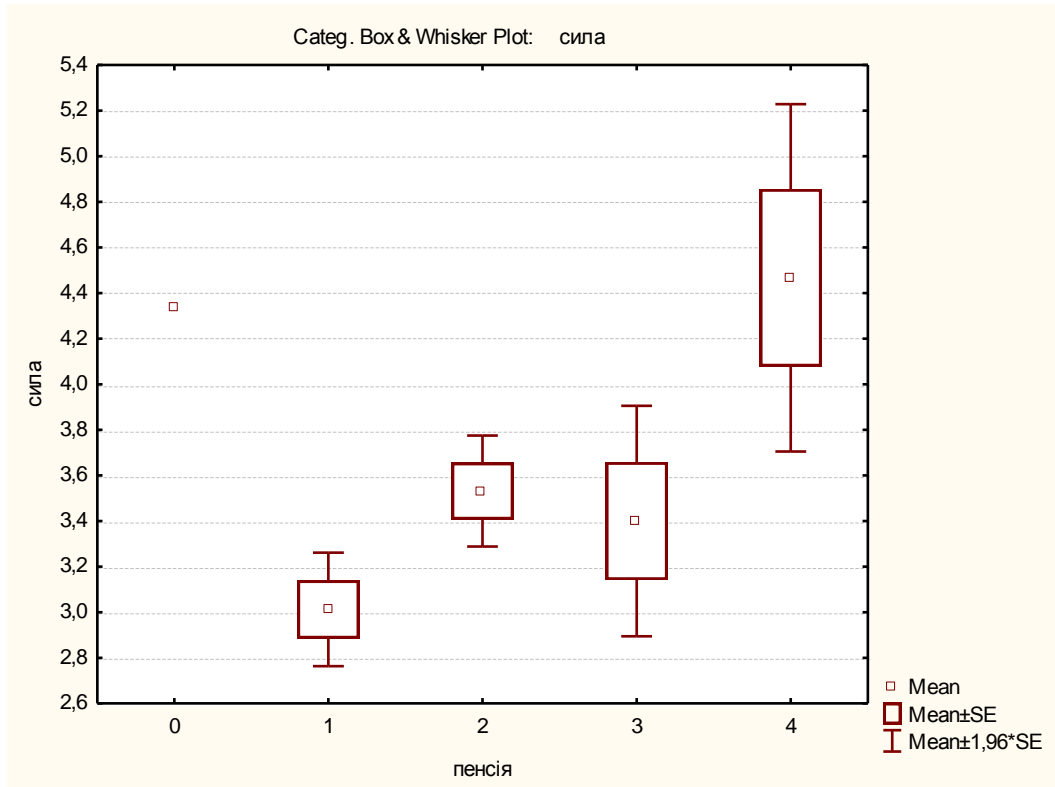


Рис. Б.6. Відмінності в показниках фактора «сила» у пенсіонерів із різним розміром пенсії ($p < 0,05$)

Примітка. 0 – до 1000 грн., 1 – 1000-1500 грн., 2 – 1500-2000 грн., 3 – 2000-3000 грн., 4 – понад 3000 грн.

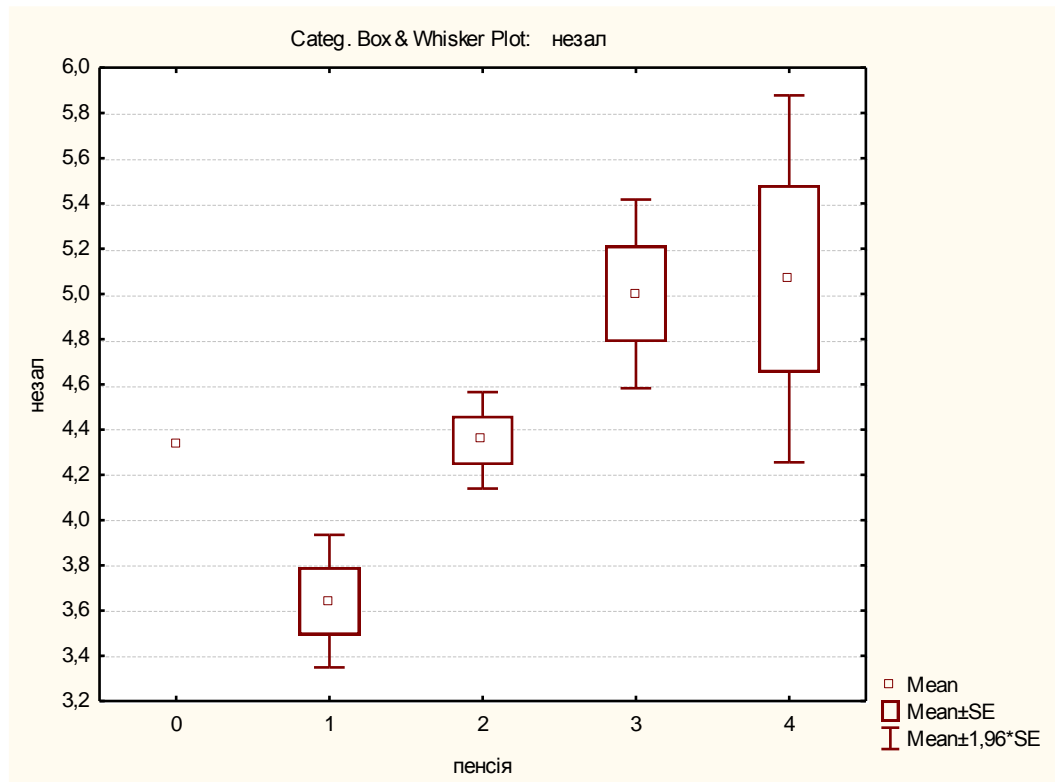


Рис. Б.7. Відмінності в показниках задоволеності особистою незалежністю у пенсіонерів із різним розміром пенсії ($p < 0,05$)

Примітка. 0 – до 1000 грн., 1 – 1000-1500 грн., 2 – 1500-2000 грн., 3 – 2000-3000 грн., 4 – понад 3000 грн.

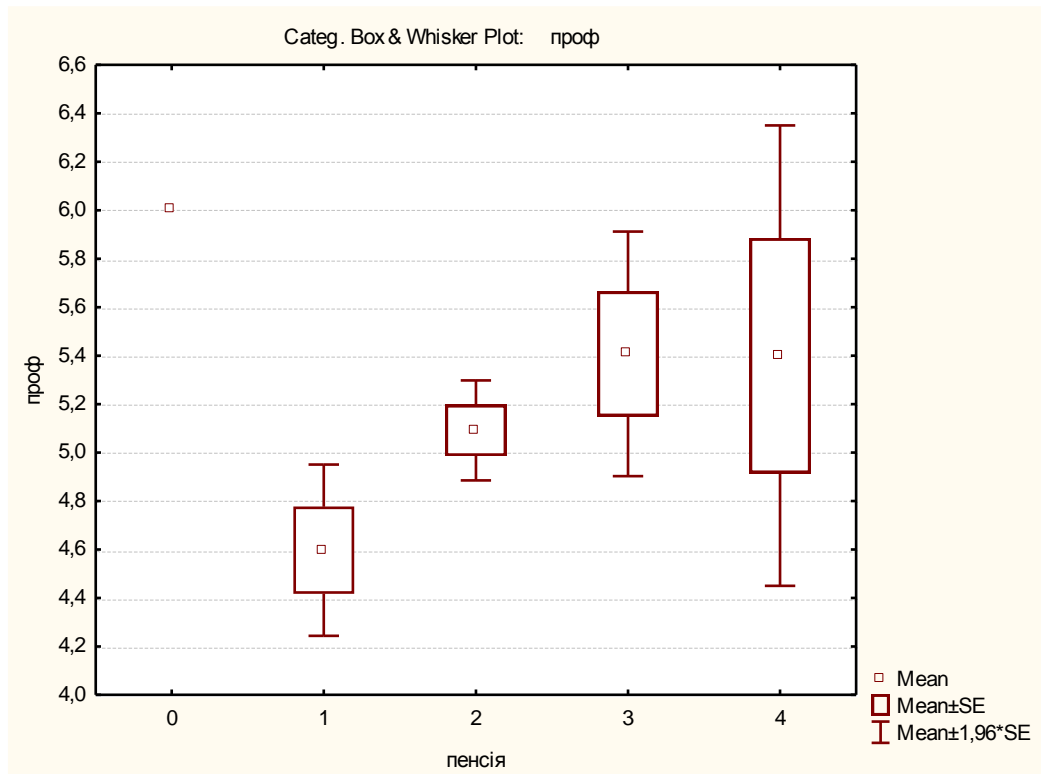


Рис. Б.8. Відмінності в показниках задоволеності професійною сферою у пенсіонерів із різним розміром пенсії ($p < 0,05$)

Примітка. 0 – до 1000 грн., 1 – 1000-1500 грн., 2 – 1500-2000 грн., 3 – 2000-3000 грн., 4 – понад 3000 грн.

Таблиця Б.6

Кореляційний аналіз показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI
I	1,00	0,46*	-0,41*	0,62*	0,52*	0,36*	0,30*	0,52*	0,39*	0,39*	0,14
II	0,46*	1,00	0,04	0,74*	0,28*	0,16	0,01	0,13	0,22*	0,20*	0,14
III	-0,41*	0,04	1,00*	-0,62*	-0,35*	-0,34*	-0,26*	-0,36*	-0,12	-0,31*	-0,05
IV	0,62*	0,74*	-0,62*	1,00	0,45*	0,34*	0,18	0,32*	0,26*	0,36*	0,13
V	0,52*	0,28*	-0,35*	0,45*	1,00	0,44*	0,21*	0,45*	0,28*	0,30*	0,09
VI	0,36*	0,16	-0,34*	0,34*	0,44*	1,00	0,16	0,21*	0,15	0,19*	0,08
VII	0,30*	0,01	-0,26*	0,18	0,21*	0,16	1,00	0,41*	0,30*	0,24*	0,08
VIII	0,52*	0,13	-0,36*	0,32*	0,45*	0,22*	0,41*	1,00	0,40*	0,33*	0,18*
IX	0,39*	0,22*	-0,12	0,26*	0,28*	0,15	0,30*	0,40*	1,00	0,45*	0,08
X	0,39*	0,20*	-0,31*	0,36*	0,30*	0,19*	0,24*	0,33*	0,45*	1,00	0,12
XI	0,14	0,14	-0,05	0,13	0,09	0,08	0,08	0,18*	0,08	0,12	1,00

Примітки:

1 – I - задоволеність життям, II – частота позитивних емоцій, III – частота негативних емоцій, IV - афективний баланс, V - оцінка, VI – сила, VII – активність, VIII – задоволеність автономією, IX – задоволеність компетентністю, X – задоволеність причетністю, XI – задоволеність стосунками з батьками.

2 - * - статистично значущі відмінності при $p < 0,01$.

Таблиця Б.7

Кореляції показників задоволеності чоловіків різними сферами та життям загалом

	Наближе ність до ідеалу	Задовол. умовами	Загальна оцінка	Міра отриманн я бажаного	Прагненн я змін	Задоволені сть життям
Матеріальні вигоди	0,36*	0,35*	0,14	0,26	0,03	0,33*
Здоров'я	0,38*	0,22	0,33*	0,32	0,14	0,39*
Батьки	0,03	0,18	0,25	-0,04	-0,15	0,06
Діти	0,36*	0,03	0,26	0,34*	0,08	0,31
Дружина	0,32	0,08	0,01	0,18	0,10	0,21
Друзі	0,27	0,36*	0,26	0,15	0,02	0,30
Допомога	0,30	0,16	0,20	0,37*	0,04	0,31
Суспільна активність	0,26	0,18	0,20	0,31	0,04	0,28
Освіта	0,26	0,16	0,10	0,14	-0,06	0,17
Розуміння себе	0,18	0,08	0,13	0,44*	-0,16	0,19
Робота	0,41*	0,24	0,24	0,23	-0,03	0,31
Творчість	0,25	0,20	0,12	0,28*	-0,09	0,22
Соціалізація	0,20	0,34*	0,36*	0,04	0,16	0,31
Розваги	0,30	0,16	0,19	0,42*	0,17	0,36*
Активний відпочинок	0,40*	0,36*	0,29	0,46*	0,26	0,51*
Самостійність	0,44*	0,17	0,14	0,51*	0,03	0,38*
Задоволеність автономією	0,53*	0,33*	0,27	0,50*	0,09	0,50*
Задоволеність компетентністю	0,39*	0,23	0,20	0,21	-0,05	0,28
Задоволеність причетністю	0,34*	0,35*	0,33*	0,30	0,06	0,39*
Задоволеність стосунками з батьками	0,03	0,18	0,25	-0,04	-0,15	0,06

Примітка. * - коефіцієнт кореляції Пірсона статистично значущий при $p < 0,01$.

Таблиця Б.8

Кореляції показників задоволеності жінок різними сферами та життям загалом

	Наближе ність до ідеалу	Задовол. умовами	Загальна оцінка	Міра отриманн я бажаного	Прагненн я змін	Задоволені сть життям
Матеріальні вигоди	0,34*	0,41*	0,31*	0,19	0,21	0,37*
Здоров'я	0,34*	0,35*	0,36*	0,27*	0,26*	0,40*
Батьки	0,09	0,13	0,09	0,12	0,20	0,17
Діти	0,40*	0,22*	0,31*	0,30*	0,38*	0,42*
Чоловік	0,34*	0,17	0,37*	0,39*	0,36*	0,42*
Друзі	0,49*	0,34*	0,35*	0,33*	0,25	0,45*
Допомога	0,44*	0,34*	0,40*	0,19	0,18	0,39*
Суспільна активність	0,44*	0,34*	0,19	0,11	0,27*	0,35*

Продовження табл. Б.8

	Наближеність до ідеалу	Задовол. умовами	Загальна оцінка	Міра отримання бажаного	Прагнення змін	Задоволеність життям
Освіта	0,39*	0,31*	0,25*	0,27*	0,24*	0,37*
Розуміння себе	0,21	0,12	0,19	0,17	0,06	0,19
Робота	0,35*	0,31*	0,29*	0,24*	0,27*	0,37*
Творчість	0,30*	0,22*	0,21	0,21	0,19	0,29*
Соціалізація	0,32*	0,36*	0,25*	0,13	0,19	0,32*
Розваги	0,39*	0,39*	0,34*	0,20	0,24*	0,40*
Активний відпочинок	0,42*	0,38*	0,37*	0,25*	0,20	0,41*
Самостійність	0,47*	0,42*	0,34*	0,31*	0,16	0,43*
Задоволеність автономією	0,51*	0,51*	0,44*	0,34*	0,27*	0,52*
Задоволеність компетентністю	0,42*	0,35*	0,31*	0,29*	0,29*	0,43*
Задоволеність причетністю	0,44*	0,37*	0,27*	0,18	0,27*	0,39*
Задоволеність стосунками з батьками	0,09	0,13	0,09	0,12	0,20	0,17

Примітка. * - коефіцієнт кореляції Пірсона статистично значущий при $p < 0,01$.

Таблиця Б.9

Кореляції показників задоволеності сферами життя та афективного балансу

	Позитивний афект	Негативний афект	Афективний баланс	Інтенсивність емоцій
Матеріальні вигоди	0,06	-0,27*	0,21*	-0,08
Здоров'я	0,14	-0,29*	0,30*	-0,04
Батьки	0,14	-0,05	0,13	0,09
Діти	0,08	-0,27*	0,22*	-0,10
Дружина	0,18	-0,15	0,24*	0,02
Друзі	0,15	-0,32*	0,34*	-0,12
Допомога	0,26*	-0,25*	0,37*	0,04
Суспільна активність	0,15	-0,28*	0,30*	-0,08
Освіта	0,25*	-0,09	0,26*	0,12
Розуміння себе	0,03	-0,18	0,14	-0,08
Робота	0,13	-0,13	0,19*	0,03
Творчість	0,14	-0,25*	0,27*	-0,10
Соціалізація	0,17	-0,19*	0,27*	-0,01
Розваги	0,17	-0,26*	0,29*	-0,01
Активний відпочинок	0,24*	-0,21*	0,32*	0,06
Самостійність	0,10	-0,26*	0,23*	-0,06
Задоволеність автономією	0,13	-0,36*	0,32*	-0,08
Задоволеність компетентністю	0,22*	-0,12	0,26*	0,09
Задоволеність причетністю	0,20*	-0,31*	0,36*	-0,08
Задоволен. стосунками з батьками	0,14	-0,05	0,13	0,09

Примітка. * - коефіцієнт кореляції Пірсона статистично значущий при $p < 0,01$.

Таблиця Б.10

Кореляції показників задоволеності сферами життя та афективного балансу у
чоловіків

	Позитивний афект	Негативний афект	Афективний баланс	Інтенсивність емоцій
Матеріальні вигоди	-0,09	-0,43*	0,17	-0,33*
Здоров'я	0,16	-0,39*	0,40*	-0,14
Батьки	0,17	-0,01	0,12	0,16
Діти	0,16	-0,22	0,23	-0,03
Дружина	0,03	-0,08	0,07	-0,03
Друзі	0,02	-0,41*	0,31	-0,24
Допомога	0,17	-0,21	0,28	0,00
Суспільна активність	0,15	-0,28	0,27	-0,07
Освіта	0,13	0,01	0,10	0,10
Розуміння себе	-0,05	-0,25	0,10	-0,17
Робота	0,05	-0,24	0,21	-0,12
Творчість	0,05	-0,25	0,16	-0,16
Соціалізація	0,06	-0,34*	0,30	-0,19
Розваги	0,12	-0,33*	0,29	-0,15
Активний відпочинок	0,35*	-0,29	0,45*	0,04
Самостійність	0,14	-0,16	0,19	0,00
Задоволеність автономією	0,10	-0,43	0,34*	-0,20
Задоволеність компетентністю	0,10	-0,14	0,18	-0,01
Задоволеність причетністю	0,12	-0,41	0,35*	-0,20
Задоволен. стосунками з батьками	0,17	-0,01	0,12	0,16

Примітка. * - коефіцієнт кореляції Пірсона статистично значущий при $p < 0,01$.

Таблиця Б.11

Кореляції показників задоволеності сферами життя та афективного балансу у
жінок

	Позитивний афект	Негативний афект	Афективний баланс	Інтенсивність емоцій
Матеріальні вигоди	0,12	-0,21	0,22*	0,04
Здоров'я	0,13	-0,25*	0,26*	0,01
Батьки	0,12	-0,08	0,13	0,06
Діти	0,04	-0,30*	0,22*	-0,15
Дружина	0,24*	-0,18	0,31	0,05
Друзі	0,20	-0,29*	0,35*	-0,07
Допомога	0,29*	-0,27*	0,40*	0,04
Суспільна активність	0,16	-0,28*	0,31*	-0,08
Освіта	0,30*	-0,10	0,30*	0,15
Розуміння себе	0,06	-0,16	0,17	-0,05
Робота	0,16	-0,08	0,19	0,10
Творчість	0,19	-0,23*	0,30*	-0,06
Соціалізація	0,23*	-0,11	0,25*	0,09

Продовження табл. Б.11

Розваги	0,19	-0,22*	0,28*	0,06
Активний відпочинок	0,21	-0,16	0,26*	0,08
Самостійність	0,08	-0,31*	0,25*	-0,10
Задоволеність автономією	0,14	-0,34*	0,32*	-0,03
Задоволеність компетентністю	0,27*	-0,10	0,29*	0,14
Задоволеність причетністю	0,24*	-0,26*	0,36*	-0,03
Задоволен. стосунками з батьками	0,12	-0,08	0,13	0,06

Примітка. * - коефіцієнт кореляції Пірсона статистично значущий при $p < 0,01$.

Таблиця Б.12

Кореляції інтегральних показників задоволеності сферами життя та ставлення до
ЖИТТЯ

	Оцінка	Сила	Активність
Задоволеність автономією	0,45*	0,22*	0,41*
Задоволеність компетентністю	0,28*	0,15	0,30*
Задоволеність причетністю	0,30*	0,19*	0,24*
Задоволеність стосунками з батьками	0,09	0,08	0,08

Додаток В

Встановлення ролі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів у його детермінації

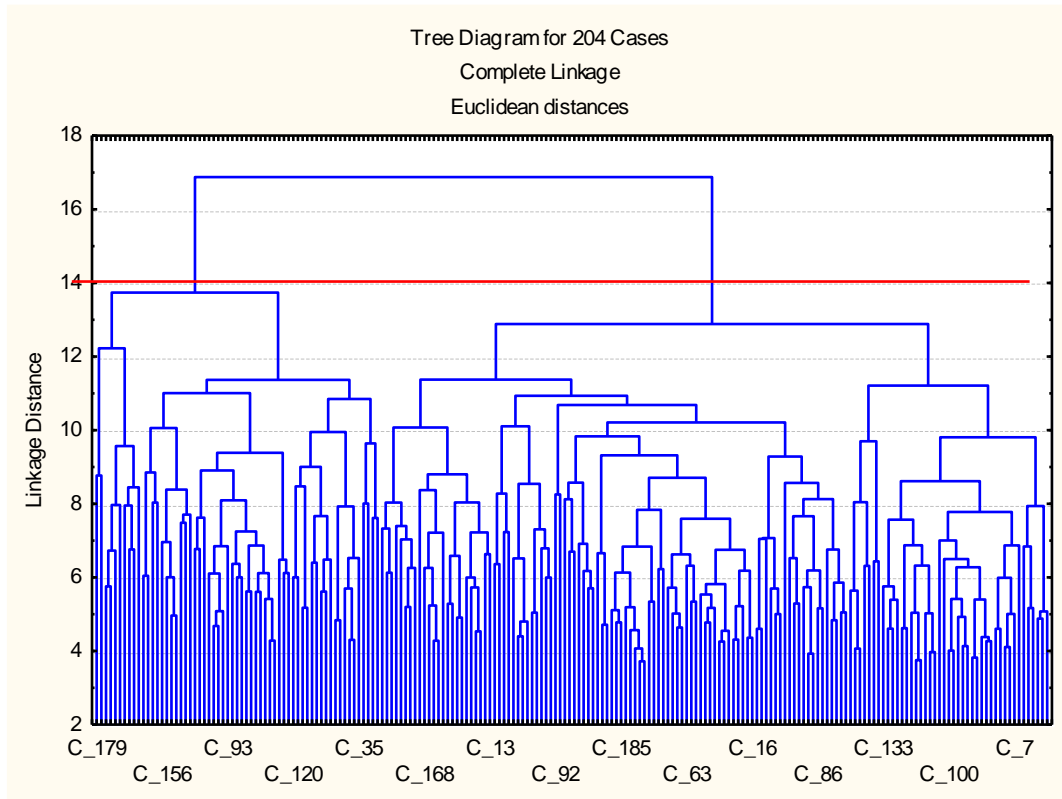


Рис. В.1. Ієрархічне дерево кластеризації: поділ досліджуваних на підгрупи за рівнем суб'єктивного благополуччя

Таблиця В.1

Порівняльний аналіз показників суб'єктивного благополуччя у виділених кластерах

Дескриптор суб'єктивного благополуччя	Середні значення кластера 1 (N=85)*	Середні значення кластера 2 (N=119)*	Рівень значущості p
Задоволеність життям	-0,691384	0,493845	0,000000
Афективний баланс	-0,591882	0,422773	0,000000
Просте	-0,395923	0,282802	0,000001
Радісне	-0,560566	0,400404	0,000000
Хороше	-0,595369	0,425264	0,000000
Світле	-0,612367	0,437405	0,000000
Активне	-0,469189	0,335135	0,000000
Приємне	-0,507629	0,362592	0,000000
Впорядковане	-0,374375	0,267411	0,000004
Розслаблене	-0,242533	0,173238	0,003195

Продовження табл. В.1

Дескриптор суб'єктивного благополуччя	Середні значення кластера 1 (N=85)*	Середні значення кластера 2 (N=119)*	Рівень значущості p
Швидке	-0,400331	0,285951	0,000001
Добре	-0,599993	0,428567	0,000000
Улюблене	-0,386474	0,276053	0,000002
Поблажливе	-0,446914	0,319224	0,000000
Прямолінійне	-0,328197	0,234426	0,000057
Незалежне	-0,191382	0,136702	0,020503
Енергійне	-0,504922	0,360658	0,000000
Справедливе	-0,394327	0,281662	0,000001
Дружнє	-0,599457	0,428184	0,000000
Спокійне	-0,043473	0,031052	0,600968
Матеріальні вигоди	-0,529844	0,378460	0,000000
Здоров'я	-0,587183	0,419417	0,000000
Батьки	-0,201637	0,144027	0,014566
Діти	-0,495167	0,353691	0,000000
Дружина / Чоловік	-0,221282	0,158059	0,007250
Друзі	-0,569255	0,406611	0,000000
Допомога іншим	-0,583945	0,417103	0,000000
Суспільна активність	-0,385769	0,275550	0,000002
Освіта	-0,430926	0,307804	0,000000
Розуміння себе	-0,340915	0,243511	0,000028
Робота	-0,507905	0,362789	0,000000
Творча реалізація	-0,418745	0,299104	0,000000
Соціалізація	-0,394410	0,281722	0,000001
Розваги	-0,611765	0,436975	0,000000
Активний відпочинок	-0,606235	0,433025	0,000000
Самостійність	-0,562934	0,402096	0,000000

Примітка. * показники стандартизовані.

Таблиця В.2

Тест Шеффе: результати порівняльного аналізу інтегрального показника суб'єктивного благополуччя пенсіонерів залежно від сімейного стану

	Неодружений/ незаміжня	Одружений/ заміжня	Вдівець/вдова	Розлучений/-а
Неодружений/ незаміжня		0,000000*	0,003309*	0,303340
Одружений/заміжня	0,000000*		0,001008*	0,058260
Вдівець/вдова	0,003309*	0,001008*		0,909812
Розлучений/-а	0,303340	0,058260	0,909812	

Примітка. * - відмінності статистично значущі, $p < 0,05$.

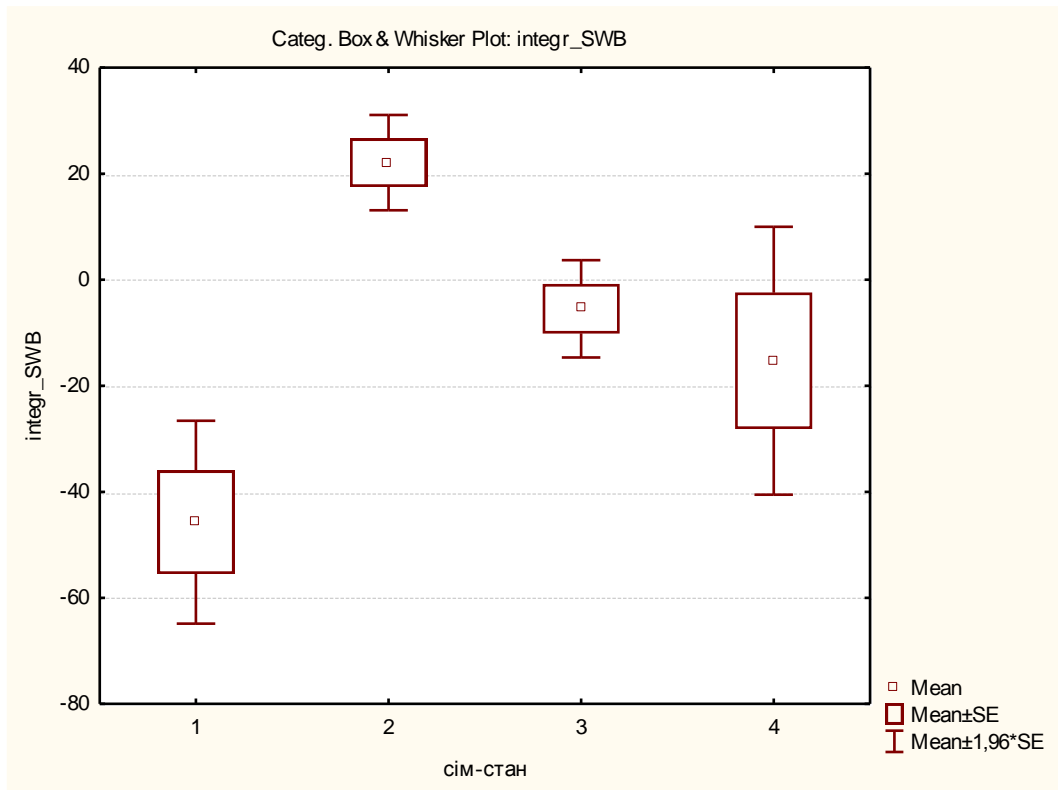


Рис. В.2. Відмінності інтегральних показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із різним сімейним станом ($p < 0,05$)

Примітка. 1 – неодружені/незаміжні, 2 – одружені/заміжні, 3 – вдівці/вдови, 4 – розлучені.

Таблиця В.3

Тест Шеффе: результати порівняльного аналізу інтегрального показника суб'єктивного благополуччя пенсіонерів залежно від способу життя

	Мешканці геріатричного пансіонату	Соціально активні пенсіонери	Пенсіонери, чия активність зосереджена у побутово-сімейній сфері
Мешканці геріатричного пансіонату		0,000001*	0,000000*
Соціально активні пенсіонери	0,000001*		0,086391
Пенсіонери, чия активність зосереджена у побутово-сімейній сфері	0,000000*	0,086391	

Примітка. * - відмінності статистично значущі, $p < 0,05$.

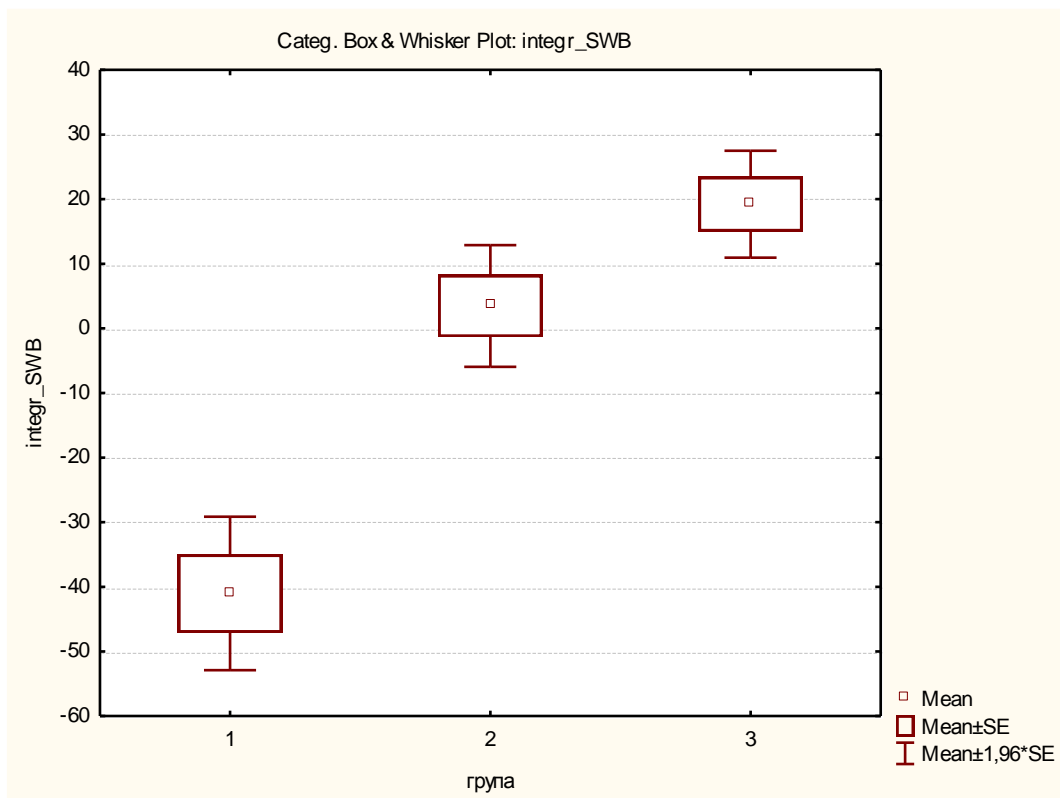


Рис. В.3. Відмінності інтегральних показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із різним способом життя ($p < 0,05$)

Примітка. 1 – мешканці геріатричного пансіонату, 2 – соціально активні, 3 – пенсіонери, чия активність зосереджена у побутово-сімейній сфері.

Таблиця В.4

Кореляції суб'єктивних оцінок пенсіонерами власного здоров'я та індикаторів соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя

	Оцінка фізичного здоров'я	Оцінка психологічн. здоров'я
Проживання з близькими	0,30*	0,07
Депресивність	-0,27*	-0,37*
Емоційний інтелект	0,17	0,14
Рівень освіти	0,28*	0,15
Розмір пенсії	0,14	-0,00
Життестійкість	0,07	0,33*
Суб'єктивний вік	0,21*	0,20*

Примітка. * показники статистично значущі при $p < 0,01$.

Таблиця В.5

Кореляційний аналіз: зв'язки індикаторів характеристики міжособистісної взаємодії

	Проживання з близькими	Депресивність	Емоційний інтелект
Проживання з близькими	1,00	-0,38*	0,40*
Депресивність	-0,38*	1,00	-0,43*
Емоційний інтелект	0,40*	-0,43*	1,00

Примітка. * показники статистично значущі при $p < 0,01$.

Таблиця В.6

Кореляційний аналіз: зв'язки індикаторів характеристики соціального статусу

	Рівень освіти	Розмір пенсії	Життестійкість
Рівень освіти	1,00	0,27*	0,10
Розмір пенсії	0,27*	1,00	-0,21*
Життестійкість	0,10	-0,21*	1,00

Примітка. * показники статистично значущі при $p < 0,01$.

Таблиця В.7

Кореляційний аналіз: зв'язки індикаторів характеристик міжособистісної взаємодії та соціального статусу

	Проживання з близькими	Депресивність	Емоційний інтелект
Рівень освіти	0,20*	-0,22*	0,11
Розмір пенсії	0,48*	-0,15*	0,17*
Життестійкість	-0,25*	-0,13	-0,20*

Примітка. * показники статистично значущі при $p < 0,05$.

Таблиця В.8

Результати регресійного аналізу: модель чинників задоволеності життям пенсіонерів (41,6% дисперсії)

Дескриптор	Рівень значущості p
Емоційний інтелект	0,399033
Суб'єктивна оцінка психологічного здоров'я	0,000000
Проживання з близькими	0,000000
Наявність матеріальної допомоги рідних	0,003301
Життестійкість	0,003845
Розмір пенсії	0,131917

Результати регресійного аналізу: модель чинників афективного балансу пенсіонерів (33,4% дисперсії)

Дескриптор	Рівень значущості p
Паспортний вік	0,801777
Суб'єктивний вік	0,443317
Рівень освіти	0,755805
Проживання з близькими	0,082461
Частота зустрічей з рідними	0,782811
Наявність матеріальної допомоги рідних	0,084361
Розмір пенсії	0,796991
Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я	0,960903
Суб'єктивна оцінка психологічного здоров'я	0,000007
Життєстійкість	0,002293
Емоційний інтелект	0,000342

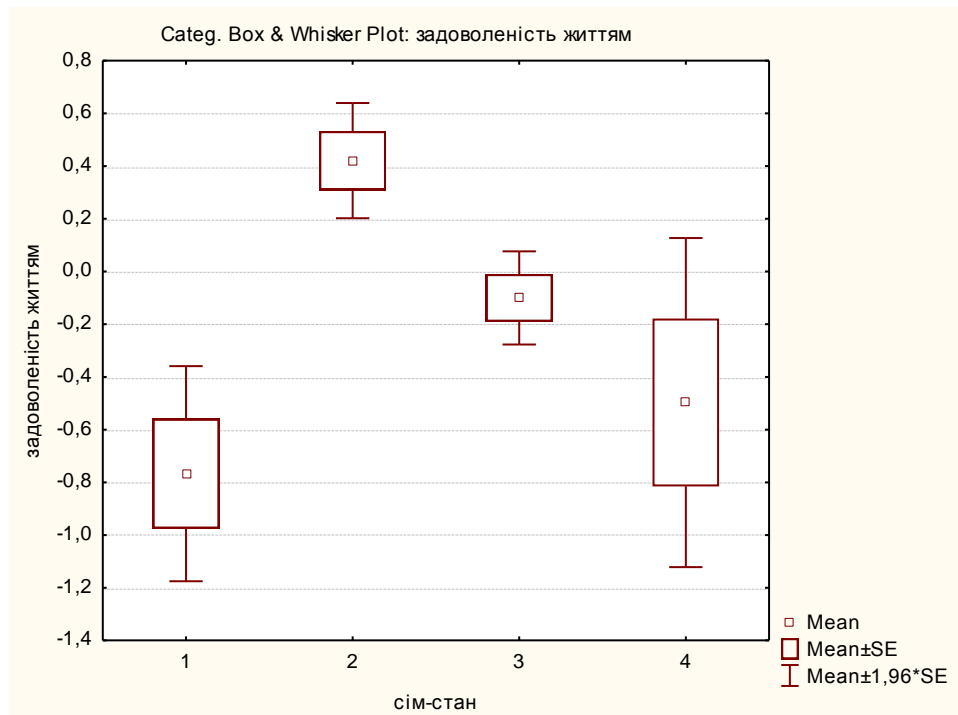


Рис. В.3. Відмінності задоволеності життям пенсіонерів із різним сімейним станом ($p < 0,05$)

Примітка. 1 – неодружені/незаміжні, 2 – одружені/заміжні, 3 – вдівці/вдови, 4 – розлучені

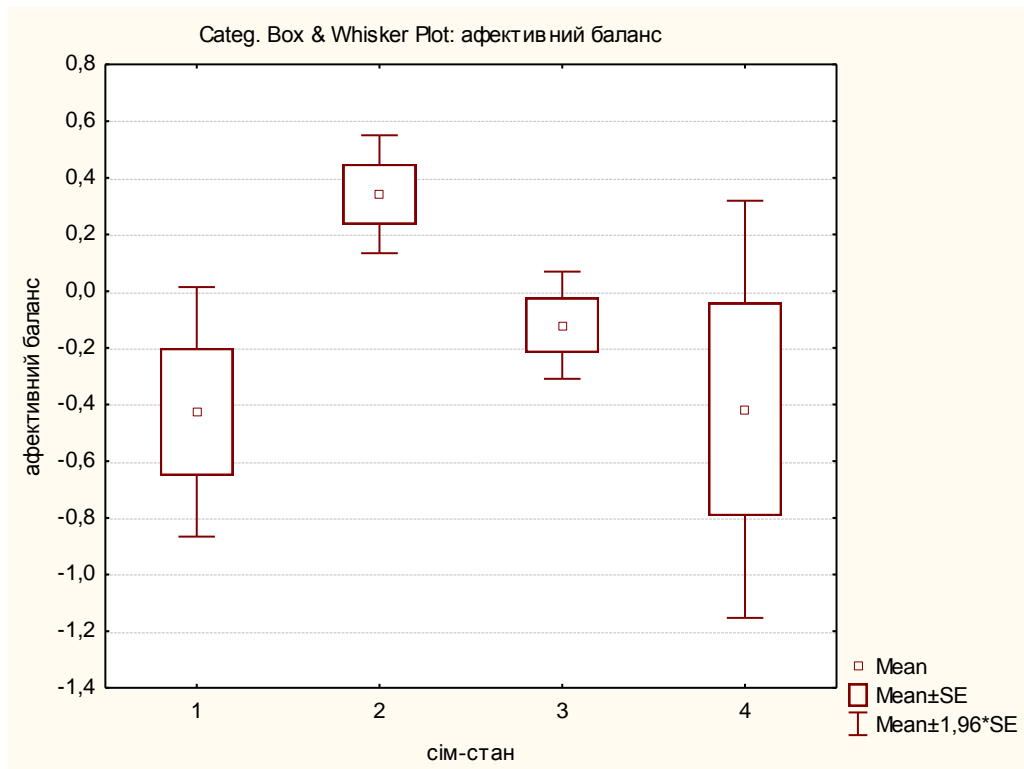


Рис. В.4. Відмінності афективного балансу пенсіонерів із різним сімейним станом
($p < 0,05$)

Примітка. 1 – неодружені/незаміжні, 2 – одружені/заміжні, 3 – вдівці/вдови, 4 – розлучені

Таблиця В.10

Коефіцієнти кореляції показників емоційного інтелекту із задоволеністю життям та афективним балансом пенсіонерів

	Емоційна обізнаність	Управління своїми емоціями	Само мотивація	Емпатія	Управління емоціями інших	Емоційний інтелект
Задоволеність життям	0,39**	0,36**	0,37**	0,33**	0,35**	0,46**
Частота позитивних емоцій	0,18*	0,22	0,14	0,18	0,13	0,22*
Частота негативних емоцій	-0,21*	-0,23*	-0,24*	-0,13	-0,16	-0,24*
Афективний баланс	0,27*	0,31**	0,25*	0,20*	0,19	0,31**

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,05$, ** при $p < 0,01$.

Таблиця В.11

Коефіцієнти кореляції показників депресивності із задоволеністю життям та афективним балансом пенсіонерів

	Задоволеність життям	Частота позитивних емоцій	Частота негативних емоцій	Афективний баланс
Депресивність	-0,49*	-0,30*	-0,49*	-0,53*

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,01$.

Таблиця В.12

Коефіцієнти кореляції дескрипторів соціальної ізольованості із задоволеністю життям та афективним балансом пенсіонерів

	Проживання з близькими	Частота зустрічей з рідними	Наявність матеріальної допомоги рідних	Кількість дітей	Кількість внуків	Кількість правнуків
Задоволеність життям	0,39**	0,13	0,21*	0,24*	0,25*	0,11
Частота позитивних емоцій	0,05	-0,02	0,16	0,10	0,01	0,03
Частота негативних емоцій	-0,30**	-0,13	-0,06	-0,18	-0,23*	0,11
Афективний баланс	0,23*	0,08	0,15	0,20*	0,15	-0,06

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,05$, ** при $p < 0,01$.

Таблиця В.13

Коефіцієнти кореляції показників життєстійкості із задоволеністю життям та афективним балансом пенсіонерів

	Залученість	Контроль	Прийняття ризику	Життєстійкість
Задоволеність життям	0,15	0,08	-0,08	0,07
Частота позитивних емоцій	0,21*	0,23*	0,24*	0,27*
Частота негативних емоцій	-0,14	0,01	0,07	-0,03
Афективний баланс	0,26*	0,18	0,14	0,23*

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,05$.

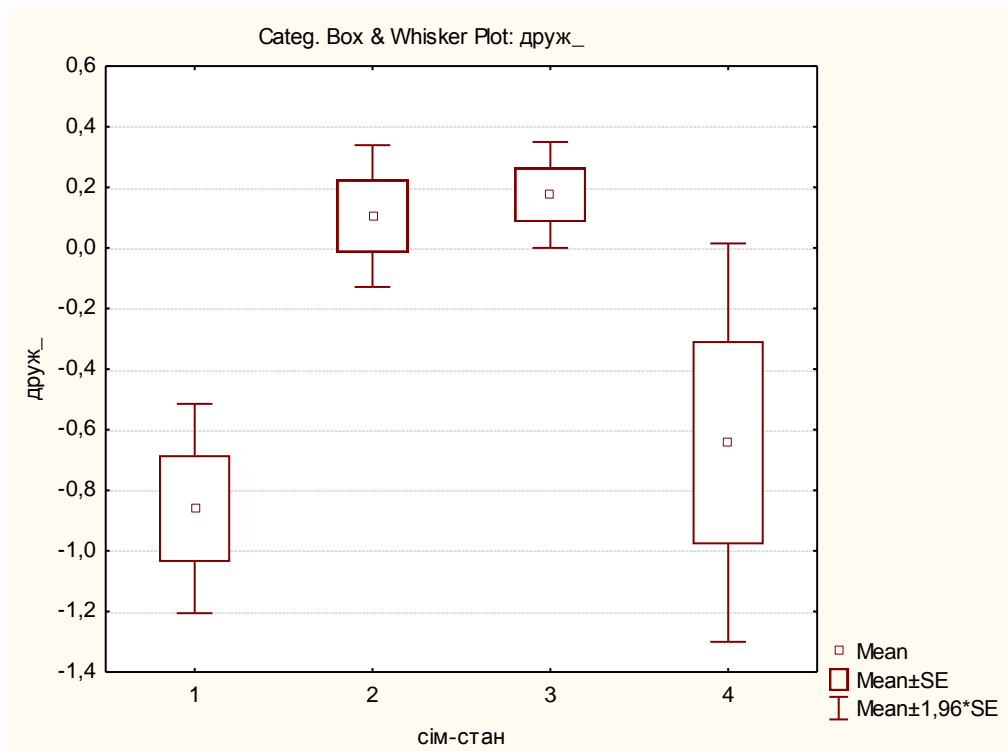


Рис. В.5. Відмінності задоволеності стосунками із чоловіком / дружиною пенсіонерів із різним сімейним станом ($p < 0,05$)

Примітка. 1 – неодружені/незаміжні, 2 – одружені/заміжні, 3 – вдівці/вдови, 4 – розлучені

Таблиця В.14

Результати регресійного аналізу: модель чинників задоволеності автономією пенсіонерів (52,5% дисперсії)

Дескриптор	Рівень значущості p
Депресивність	0,000001
Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я	0,000000
Емоційний інтелект	0,000004
Розмір пенсії	0,000010
Частота зустрічей з рідними	0,233503
Рівень освіти	0,317194

Таблиця В.15

Результати регресійного аналізу: модель чинників задоволеності компетентністю пенсіонерів (40,5% дисперсії)

Дескриптор	Рівень значущості p
Рівень освіти	0,000000
Емоційний інтелект	0,000001
Суб'єктивна оцінка психологічного здоров'я	0,395965
Проживання з рідними	0,016614
Життестійкість	0,010868

Продовження табл. В.15

Дескриптор	Рівень значущості р
Вік	0,009318
Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я	0,115118
Наявність матеріальної допомоги рідних	0,204540
Стать	0,306713

Таблиця В.16

Результати регресійного аналізу: модель чинників задоволеності причетністю пенсіонерів (25,2% дисперсії)

Дескриптор	Рівень значущості р
Емоційний інтелект	0,000006
Життестійкість	0,001075
Проживання з рідними	0,130128
Суб'єктивна оцінка психологічного здоров'я	0,084789
Стать	0,093211
Наявність матеріальної допомоги рідних	0,186022
Суб'єктивний вік	0,197297

Таблиця В.17

Результати регресійного аналізу: модель чинників задоволеності стосунками з батьками (4,9% дисперсії)

Дескриптор	Рівень значущості р
Емоційний інтелект	0,005106
Проживання з рідними	0,116886
Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я	0,266240
Наявність матеріальної допомоги рідних	0,290270

Таблиця В.18

Коефіцієнти кореляції показників емоційного інтелекту із задоволеністю різними сферами життя

	Емоційна обізнаність	Управл. своїми емоціями	Само мотивація	Емпатія	Управління емоціями інших	Емоційний інтелект
Задоволеність автономією	0,34*	0,40*	0,44*	0,37*	0,36*	0,49*
Задоволеність компетентністю	0,27*	0,31*	0,35*	0,32*	0,33*	0,40*
Задоволеність причетністю	0,26*	0,35*	0,28*	0,23*	0,25*	0,35*
Задоволеність стос. з батьками	0,07	0,08	0,18*	0,10	0,16	0,15

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,01$.

Таблиця В.19

Коефіцієнти кореляції показників депресивності із задоволеністю сферами життя пенсіонерів

	Задоволеність автономією	Задоволеність компетентністю	Задоволеність причетністю	Задоволеність стос. з батьками
Депресивність	-0,52*	-0,36*	-0,29*	-0,07

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,01$.

Таблиця В.20

Коефіцієнти кореляції дескрипторів соціальної ізольованості із задоволеністю сферами життя пенсіонерів

	Проживання з близькими	Частота зустрічей з рідними	Наявність матеріальної допомоги рідних	Кількість дітей	Кількість внуків	Кількість правнуків
Задоволеність автономією	0,20*	0,22*	0,04	0,45*	-0,25*	0,07
Задоволеність компетентністю	0,18*	0,12	-0,00	0,34*	-0,06	0,12
Задоволеність причетністю	0,12	0,06	0,02	0,23*	-0,08	0,11
Задоволеність стос. з батьками	0,04	0,04	-0,03	-0,05	-0,01	0,06

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,01$.

Таблиця В.21

Коефіцієнти кореляції показників життестійкості із задоволеністю сферами життя пенсіонерів

	Залученість	Контроль	Прийняття ризику	Життестійкість
Задоволеність автономією	0,07	-0,06	-0,17*	-0,06
Задоволеність компетентністю	0,16*	0,13	-0,02	0,11
Задоволеність причетністю	0,22*	0,11	0,11	0,18*
Задоволеність стосунками з батьками	0,04	-0,07	0,03	-0,01

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,05$.

Таблиця В.22

Коефіцієнти кореляції дескрипторів ідентифікації зі стереотипами старості із задоволеністю сферами життя пенсіонерів

	Суб'єктивний вік	Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я
Задоволеність автономією	0,25*	0,48*
Задоволеність компетентністю	0,23*	0,29*
Задоволеність причетністю	0,21*	0,19*
Задоволеність стосунками з батьками	0,01	-0,08

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,01$.

Таблиця В.23

Коефіцієнти кореляції соціально-демографічних показників із задоволеністю сферами життя пенсіонерів

	Стать	Вік	Рівень освіти	Розмір пенсії
Задоволеність автономією	0,00	-0,13	0,20*	0,37*
Задоволеність компетентністю	-0,10	0,01	0,43*	0,20*
Задоволеність причетністю	-0,09	-0,05	0,10	0,09
Задоволеність стосунками з батьками	0,03	0,06	-0,02	0,00

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,01$.

Таблиця В.24

Коефіцієнти кореляції задоволеності професійною сферою та стосунками з членами сім'ї пенсіонерів

	Задоволеність стосунками з дружиною / чоловіком	Задоволеність стосунками з дітьми
Задоволеність компетентністю	0,38	0,24

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,01$.

Таблиця В.25

Коефіцієнти кореляції задоволеності стосунками з батьками та іншими сферами життя пенсіонерів

Задоволеність...	Задоволеність стосунками з батьками	Задоволеність...	Задоволеність стосунками з батьками
Матеріальними вигодами	0,21	Розумінням себе	0,25
Здоров'ям	0,13	Роботою	0,12
Стосунками з дітьми	0,23	Творчою реалізацією	0,13

Продовження табл. В.25

Задоволеність...	Задоволеність стосунками з батьками	Задоволеність...	Задоволеність стосунками з батьками
Стосунками з дружиною / чоловіком	0,20	Соціалізацією	0,08
Стосунками з друзями	0,17	Розвагами	-0,08
Допомогою іншим	0,08	Активним відпочинком	-0,03
Суспільною активністю	0,07	Самостійністю	0,07
Освітою	0,03		

Таблиця В.26

Результати регресійного аналізу: модель чинників ставлення до життя за шкалою «оцінка» (28,7% дисперсії)

Дескриптор	Рівень значущості р
Депресивність	0,000207
Суб'єктивна оцінка психологічного здоров'я	0,001123
Емоційний інтелект	0,009017
Розмір пенсії	0,015318
Вік	0,196377
Рівень освіти	0,277427

Таблиця В.27

Результати регресійного аналізу: модель ставлення до життя за шкалою «сила» (22% дисперсії)

Дескриптор	Рівень значущості р
Проживання з рідними	0,222797
Депресивність	0,008267
Суб'єктивний вік	0,008645
Життестійкість	0,074115
Вік	0,048253
Емоційний інтелект	0,101811
Стать	0,095043
Рівень освіти	0,282574

Таблиця В.28

Результати регресійного аналізу: модель чинників ставлення до життя за шкалою «активність» (28,5% дисперсії)

Дескриптор	Рівень значущості р
Депресивність	0,005589
Проживання з рідними	0,629941

Продовження табл. В.28

Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я	0,002112
Суб'єктивний вік	0,017862
Рівень освіти	0,008337
Розмір пенсії	0,008284
Емоційний інтелект	0,095003

Таблиця В.29

Коефіцієнти кореляції показників емоційного інтелекту із ставленням до життя пенсіонерів

	Емоційна обізнаність	Управл. своїми емоціями	Само мотивація	Емпатія	Управління емоціями інших	Емоційний інтелект
Оцінка	0,27**	0,22**	0,29**	0,30**	0,27**	0,34**
Сила	0,25**	0,24**	0,26**	0,17*	0,27**	0,30**
Активність	0,21**	0,23**	0,31**	0,20**	0,23**	0,30**

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,05$, ** при $p < 0,01$.

Таблиця В.30

Коефіцієнти кореляції показників депресивності із ставленням до життя пенсіонерів

	Оцінка	Сила	Активність
Депресивність	-0,44*	-0,31*	-0,35*

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,01$.

Таблиця В.31

Коефіцієнти кореляції дескрипторів соціальної ізоляції із ставленням до життя пенсіонерів

	Проживання з близькими	Частота зустрічей з рідними	Наявність матеріальної допомоги рідних	Кількість дітей	Кількість внуків	Кількість правнуків
Оцінка	0,29**	0,10	0,03	0,00	0,10	-0,03
Сила	0,33**	0,12	0,02	0,07	0,15*	-0,03
Активність	0,35**	0,18*	0,01	0,26**	0,28**	0,09

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,05$, ** при $p < 0,01$.

Таблиця В.32

Коефіцієнти кореляції показників життєстійкості із ставленням до життя пенсіонерів

	Залученість	Контроль	Прийняття ризику	Життєстійкість
Оцінка	0,18*	0,03	-0,04	0,07
Сила	-0,01	-0,16*	-0,23*	-0,15*
Активність	0,09	-0,02	-0,16*	-0,03

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,05$.

Таблиця В.33

Коефіцієнти кореляції дескрипторів ідентифікації зі стереотипами старості із ставленням до життя пенсіонерів

	Суб'єктивний вік	Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я
Оцінка	0,17*	0,21**
Сила	0,27**	0,18**
Активність	0,29**	0,31**

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,05$, ** при $p < 0,01$.

Таблиця В.34

Коефіцієнти кореляції соціально-демографічних показників із ставленням до життя пенсіонерів

	Стать	Вік	Рівень освіти	Розмір пенсії
Оцінка	-0,03	-0,11	0,10	0,21*
Сила	-0,05	-0,13	0,06	0,12
Активність	0,07	-0,04	0,02	0,26*

Примітка. * коефіцієнт кореляції значущий при $p < 0,01$.

Додаток Д

Особливості соціальних уявлень про суб'єктивне благополуччя пенсіонерів

Таблиця Д.1

Відмінності оцінок дескрипторів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів та уявлень про них в осіб залежно від близькості взаємодії з пенсіонерами

Дескриптор	Середнє значення особи, що часто взаємодіють з пенсіонерами	Середнє значення, особи, що мало взаємодіють з пенсіонерами	Середнє значення, пенсіонери	Рівень значущості р
наближеність до ідеалу	4,34831	4,31034	3,78431	0,001254*
задовол. умовами життя	4,69663	4,65517	4,44608	0,287201
загальна оцінка життя	4,95506	5,12069	4,58824	0,001279*
міра отримання бажаного	4,55056	4,74138	4,04902	0,000197*
бажання змін	4,26966	4,10345	3,82843	0,115538
задоволеність життям	22,80899	22,93103	20,69608	0,000556*
позитивні емоції	10,96629	10,74138	11,37745	0,071965
негативні емоції	8,40449	9,11207	9,62255	0,000201*
афективний баланс	12,56180	11,62931	11,85784	0,134425
оцінка	5,48127	5,63075	4,57475	0,000000*
сила	3,88015	3,06322	3,44118	0,000025*
активність	5,20225	5,07759	4,51307	0,000003*

Примітка. * - статистично значущі відмінності при $p < 0,05$.

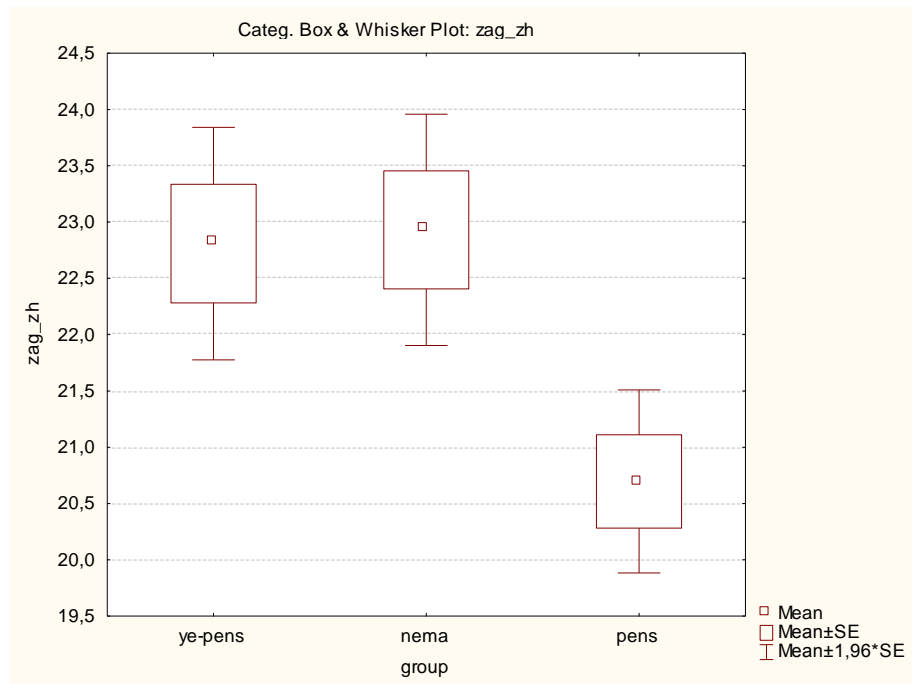


Рис. Д.1. Відмінності уявлень про задоволеність життям пенсіонерів ($p < 0,05$)

Примітка. ye-pens – особи, що тісно спілкуються з пенсіонерами; nema – особи, що мало взаємодіють з пенсіонерами; pens – пенсіонери

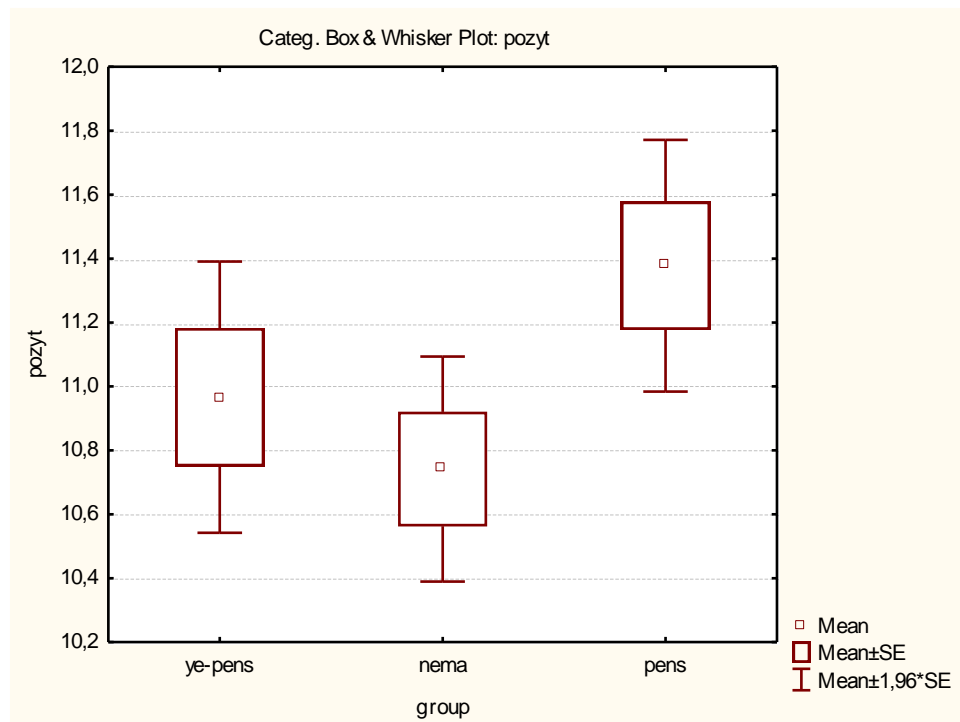


Рис. Д.2. Відмінності уявлень про частоту переживання пенсіонерами позитивних емоцій ($p > 0,05$)

Примітка. ye-pens – особи, що тісно спілкуються з пенсіонерами; nema – особи, що мало взаємодіють з пенсіонерами; pens – пенсіонери

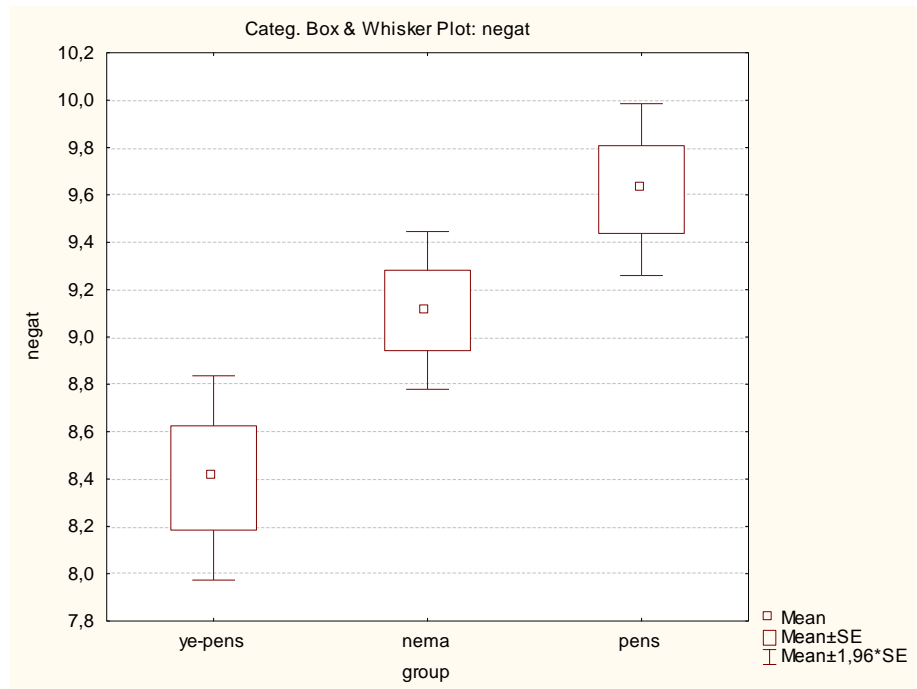


Рис. Д.3. Відмінності уявлень про частоту переживання пенсіонерами негативних емоцій ($p < 0,05$)

Примітка. ye-pens – особи, що тісно спілкуються з пенсіонерами; nema – особи, що мало взаємодіють з пенсіонерами; pens – пенсіонери

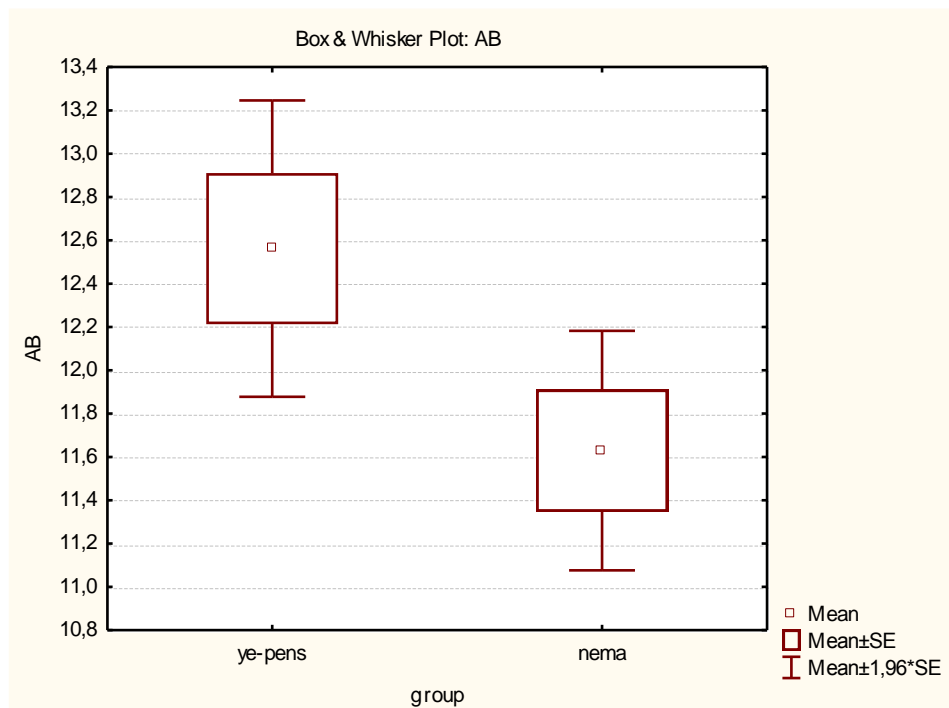


Рис. Д.4. Відмінності уявлень про афективний баланс пенсіонерів залежно від близькості взаємодії з ними ($p < 0,05$)

Примітка. ye-pens – особи, що тісно спілкуються з пенсіонерами; nema – особи, що мало взаємодіють з пенсіонерами.

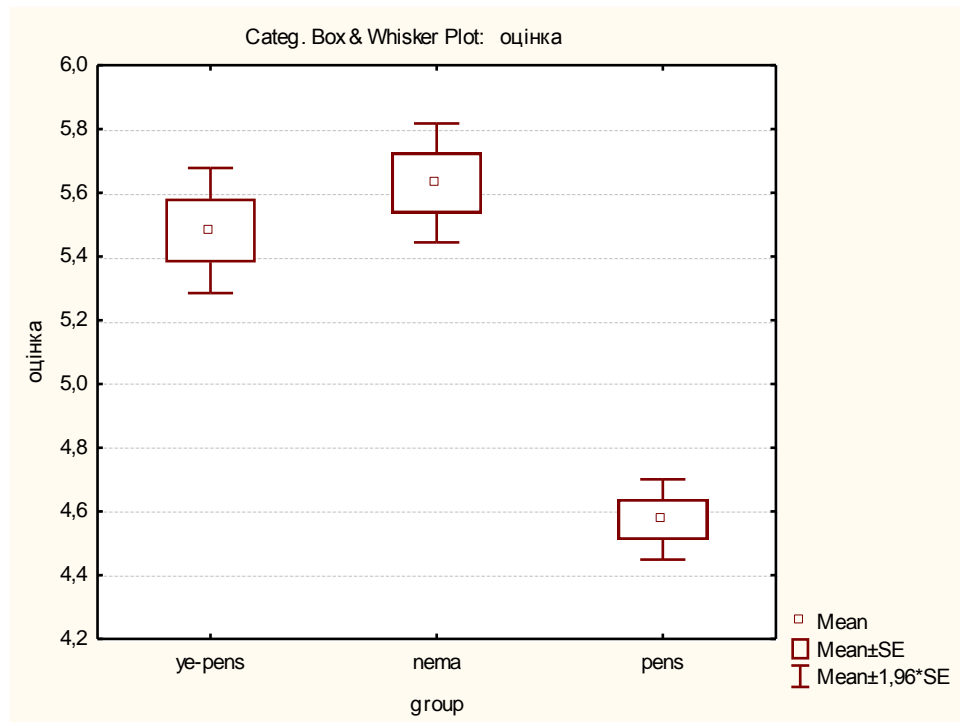


Рис. Д.5. Відмінності уявлень про емоційний фон пенсіонерів ($p < 0,05$)

Примітка. ye-pens – особи, що тісно спілкуються з пенсіонерами; nema – особи, що мало взаємодіють з пенсіонерами; pens – пенсіонери

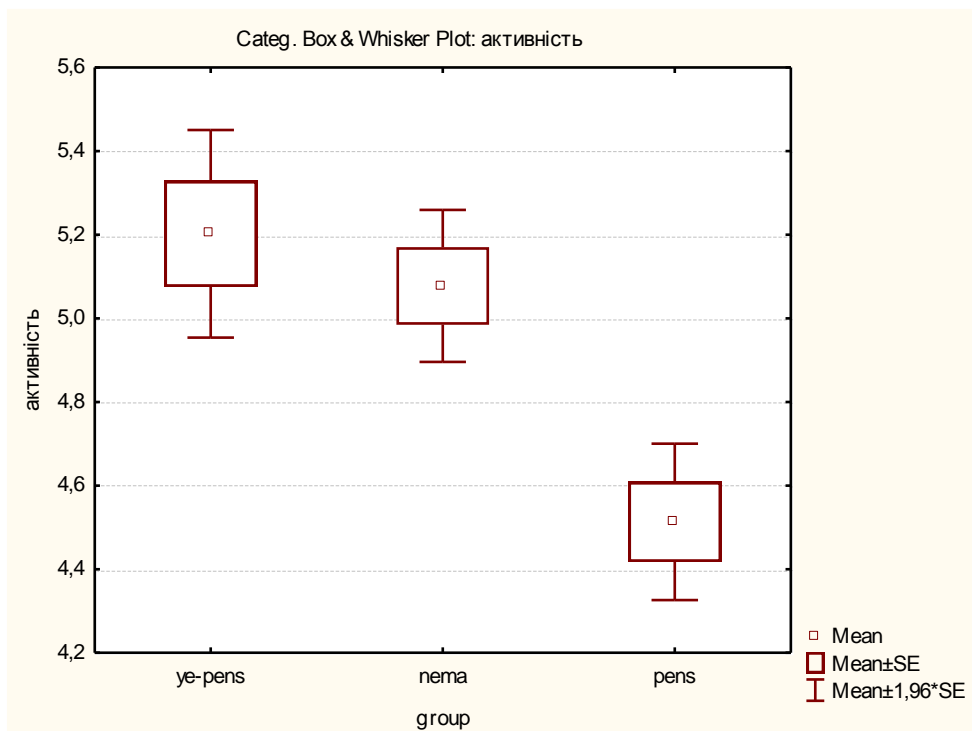


Рис. Д.6. Відмінності уявлень про активність життя пенсіонерів ($p < 0,05$)

Примітка. ye-pens – особи, що тісно спілкуються з пенсіонерами; nema – особи, що мало взаємодіють з пенсіонерами; pens – пенсіонери

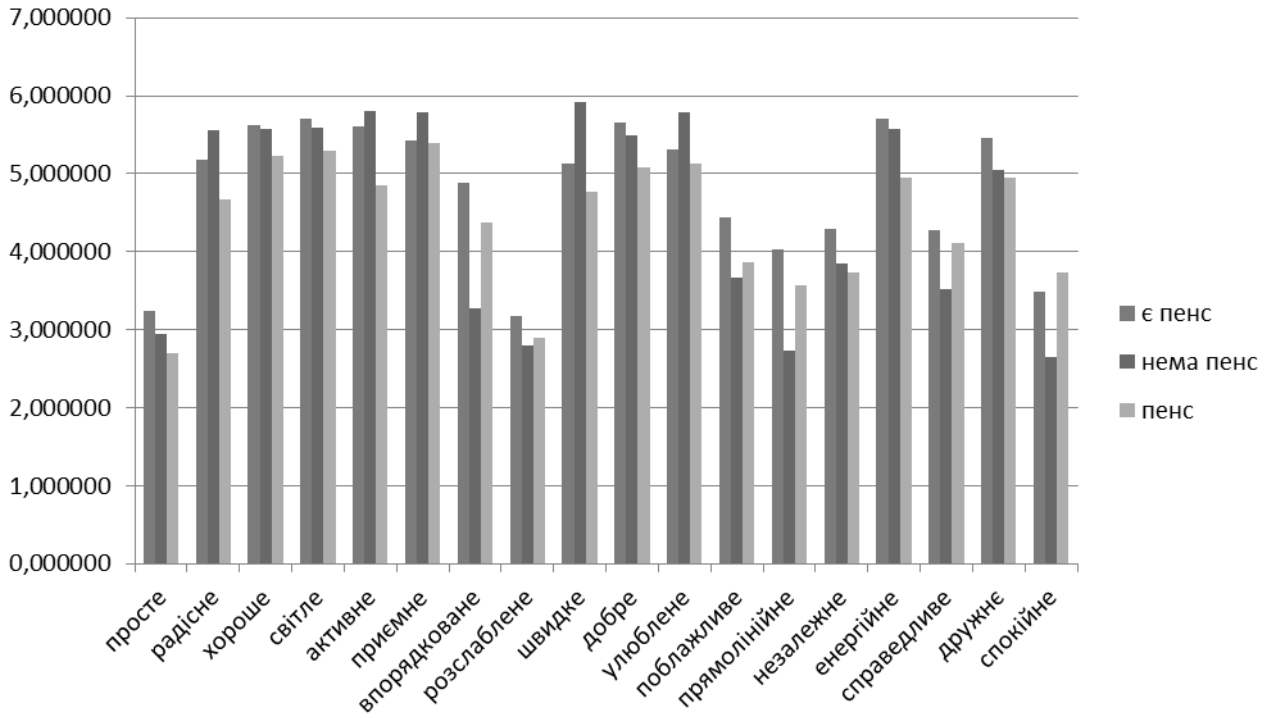


Рис. Д.7. Відмінності уявлень про характеристики життя пенсіонерів

Примітка. є пенс – особи, що тісно спілкуються з пенсіонерами; нема пенс – особи, що мало взаємодіють з пенсіонерами; пенс – пенсіонери

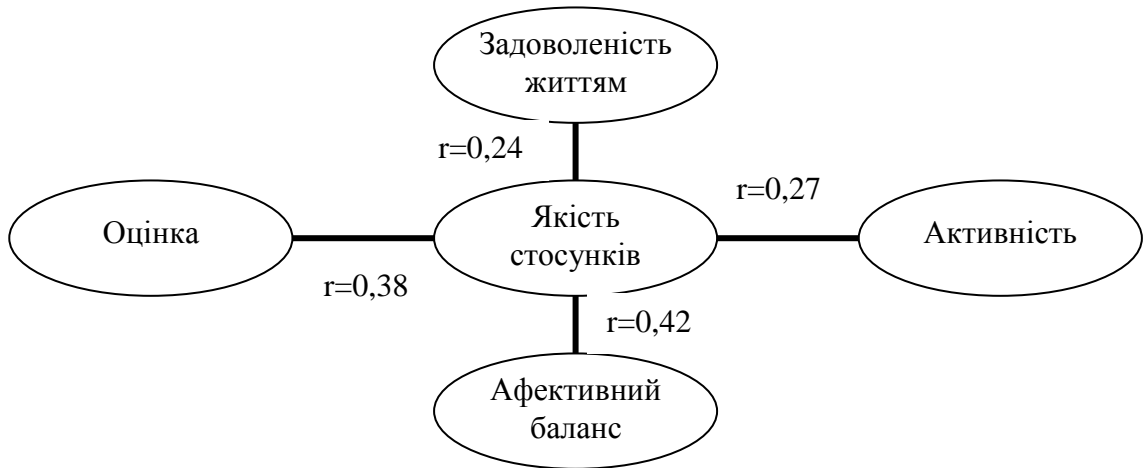


Рис. Д.8. Зв'язок оцінок близькими показників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів залежно від якості стосунків з ними

Додаток Е
Система чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

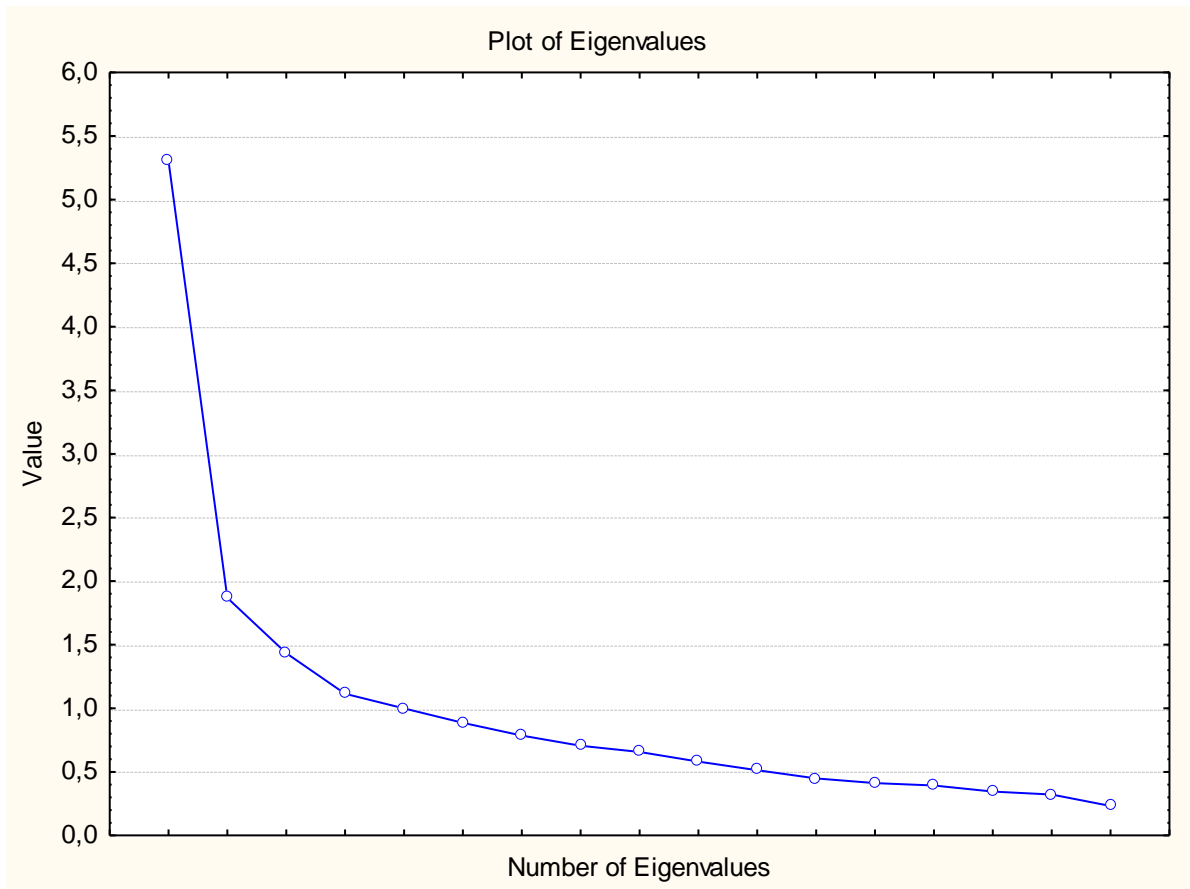


Рис. Е.1. Графік кам'яного насипу факторної моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Таблиця Е.1

Розподіл сукупної дисперсії у факторній моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів

Фактори	Власні значення	% дисперсії, що описує кожен фактор окремо	% сукупної дисперсії, що описують фактори
1	5,302804	31,19296	31,19296
2	1,868491	10,99113	42,18409
3	1,434043	8,43554	50,61963
4	1,114868	6,55805	57,17768

Таблиця Е.2

Факторні навантаження у системі чинників суб'єктивного благополуччя
пенсіонерів

Дескриптор	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4
Рівень освіти	-0,053	-0,053	0,718	-0,06
Проживання з рідними	0,395	0,572	0,414	-0,056
Розмір пенсії	0,079	0,541	0,472	-0,058
Задоволеність життям	0,752	0,022	0,222	0,200
Афективний баланс	0,767	-0,240	0,080	0,110
Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я	0,363	-0,065	0,566	-0,331
Суб'єктивна оцінка психологічного здоров'я	0,538	-0,478	0,315	-0,119
Оцінка	0,732	0,061	0,088	0,064
Сила	0,651	0,296	-0,121	-0,051
Активність	0,314	0,236	0,372	0,138
Життєстійкість	0,085	-0,798	0,163	0,015
Депресивність	-0,656	-0,001	-0,313	-0,103
Задоволеність автономією	0,508	0,246	0,504	0,193
Задоволеність компетентністю	0,215	-0,031	0,696	0,345
Задоволеність причетністю	0,372	-0,150	0,332	0,452
Задоволеність стосунками з батьками	0,057	-0,017	-0,076	0,758
Емоційний інтелект	0,569	0,350	0,125	0,426

Примітка. Фактор 1 «Здатність до налагодження глибоких емоційних взаємин», Фактор 2 «Адаптація до соціальної ролі», Фактор 3 «Опірність до соціальних стереотипів», Фактор 4 «Суб'єктивна оцінка якості стосунків з батьками».

Таблиця Е.3

Результати перевірки факторної моделі чинників суб'єктивного благополуччя
пенсіонерів конфірмаційним аналізом

Фактор -> змінна	Факторне навантаження	Похибка	Рівень значущості
(f1)-1->[спільність проживання]	0,547	0,054	0,000*
(f1)-2->[задоволеність життям]	0,529	0,056	0,000*
(f1)-3->[афективний баланс]	0,662	0,046	0,000*
(f1)-4->[психологічне здоров'я]	0,466	0,059	0,000*
(f1)-5->[оцінка]	0,653	0,047	0,000*
(f1)-6->[сила]	0,472	0,061	0,000*
(f1)-7->[депресія]	-0,736	0,040	0,000*
(f1)-8->[задовол. автономією]	0,684	0,045	0,000*
(f1)-9->[Емоційний інтелект]	0,526	0,057	0,000*
(f2)-10->[спільність проживання]	0,473	0,071	0,000*
(f2)-11->[розмір пенсії]	0,450	0,072	0,000*
(f2)-12->[афективний баланс]	-0,314	0,067	0,000*
(f2)-13->[психологічне здоров'я]	-0,448	0,070	0,000*
(f2)-14->[життєстійкість]	-0,614	0,072	0,000*
(f3)-15->[рівень освіти]	0,703	0,077	0,000*
(f3)-16->[розмір пенсії]	0,417	0,073	0,000*

Продовження табл. Е.3

Фактор -> змінна	Факторне навантаження	Похибка	Рівень значущості
(f3)-17->[задоволеність життям]	-0,022	0,074	0,763
(f3)-18->[фізичне здоров'я]	0,420	0,077	0,000*
(f3)-19->[задовол. компетентн.]	0,589	0,075	0,000*
(f4)-20->[задоволеність життям]	0,253	0,106	0,017*
(f4)-21->[задовол. причетністю]	0,597	0,201	0,003*
(f4)-22->[задоволен. стос. з батьками]	0,245	0,116	0,035
(f4)-23->[Емоційний інтелект]	0,246	0,105	0,019*

Примітка. * статистично значущі показники.

Додаток Ж

**Система соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя
пенсіонерів різної статі**

Таблиця Ж.1

Міжстатеві відмінності інтегральних дескрипторів суб'єктивного благополуччя

Дескриптор	Середнє значення у чоловіків (N=64)	Середнє значення у жінок (N=140)	Рівень значущості p
Задоволеність життям	19,74074	20,19553	0,584286
Задоволеність автономією	4,21354	4,22619	0,945680
Задоволеність компетентністю	5,17187	4,89643	0,153750
Задоволеність причетністю	4,85417	4,65000	0,215747
Задоволеність стос. з батьками	5,15625	5,24286	0,645843
Позитивні емоції	11,06250	11,52143	0,290067
Негативні емоції	9,17188	9,82857	0,099971
Афективний баланс	12,00000	11,79286	0,708253
Оцінка	4,60937	4,55893	0,716237
Сила	3,53125	3,40000	0,510410
Активність	4,36979	4,57857	0,311392

Таблиця Ж.2

Розподіл сукупної дисперсії у факторній моделі чинників суб'єктивного
благополуччя пенсіонерів-чоловіків

Фактори	Власні значення	% дисперсії, що описує кожен фактор окремо	% сукупної дисперсії, що описують фактори
1	4,936073	23,50511	23,50511
2	2,819151	13,42453	36,92964
3	1,842477	8,77370	45,70334
4	1,441868	6,86604	52,56938
5	1,357762	6,46554	59,03492
6	1,247698	5,94142	64,97633

Таблиця Ж.3

Факторні навантаження у системі чинників суб'єктивного благополуччя
пенсіонерів-чоловіків

Дескриптор	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4	Ф5	Ф6
Паспортний вік	-0,151	0,113	-0,731	-0,209	-0,250	0,246
Суб'єктивний вік	0,179	-0,043	-0,233	0,550	0,352	0,226
Рівень освіти	0,068	0,130	0,122	-0,038	0,683	-0,384
Проживання з рідними	0,135	0,326	-0,136	0,210	0,727	0,119

Продовження табл. Ж.3

Дескриптор	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4	Ф5	Ф6
Частота зустрічей з рідними	0,111	-0,008	-0,776	0,158	0,219	-0,167
Наявність матер. допомоги	-0,046	-0,037	0,011	-0,038	0,057	0,896
Розмір пенсії	0,038	0,308	0,040	0,057	0,737	0,180
Задоволеність життям	0,630	0,409	-0,019	0,124	-0,017	-0,284
Афективний баланс	0,769	0,230	-0,176	0,021	0,004	-0,027
Суб'єкт. оцінка фіз. здоров'я	0,169	0,318	0,255	0,613	0,094	-0,359
Суб'єкт. оцінка психол. здоров'я	0,503	0,082	0,058	0,536	-0,409	-0,107
Оцінка	0,621	0,299	-0,393	-0,144	-0,085	-0,030
Сила	0,676	-0,239	0,229	-0,022	0,343	-0,112
Активність	0,103	0,536	0,144	0,392	0,207	0,140
Життєстійкість	0,555	-0,051	0,129	-0,043	-0,580	0,065
Депресивність	-0,725	-0,306	0,100	-0,019	-0,150	0,155
Задоволеність автономією	0,310	0,747	0,088	0,063	0,181	-0,133
Задоволеність компетентністю	-0,008	0,775	-0,043	0,031	0,263	0,003
Задоволеність причетністю	0,275	0,568	-0,150	0,009	-0,104	0,145
Задоволеність стос. з батьками	0,256	0,039	0,050	-0,573	-0,011	0,017
Емоційний інтелект	0,082	0,642	-0,021	-0,075	0,192	-0,211

Примітка. Ф1 – Індивідуально-психологічні передумови соціально-психологічної адаптації; Ф2 – Емоційний інтелект; Ф3 – Частота зустрічей з рідними; Ф4 – Суб'єктивна оцінка здоров'я; Ф5 – Соціально-демографічні чинники; Ф6 – Матеріальна самостійність.

Таблиця Ж.4

Результати перевірки факторної моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів-чоловіків конфірматорним аналізом

Фактор -> змінна	Факторне навантаження	Похибка	Рівень значущості
(f1)-1->[задоволеність життям]	0,497	0,098	0,000*
(f1)-2->[афективний баланс]	0,676	0,117	0,000*
(f1)-3->[психологічне здоров'я]	9,403	2,255	0,000*
(f1)-4->[життєстійкість]	9,539	2,104	0,000*
(f1)-5->[депресія]	-4,329	1,115	0,000*
(f2)-6->[задоволеність життям]	0,462	0,097	0,000*
(f2)-7->[афективний баланс]	0,326	0,109	0,003*
(f2)-8->[активність]	0,710	0,183	0,000*
(f2)-9->[задовол. автономією.]	0,930	0,143	0,000*
(f2)-10->[задовол. компетентн.]	0,727	0,128	0,000*
(f2)-11->[задовол. причетністю]	0,436	0,116	0,000*
(f2)-12->[емоційний інтелект]	11,695	2,740	0,000*
(f3)-13->[паспортний вік]	-3,545	1,423	0,013*
(f3)-14->[частота зустр. з рідними]	0,937	0,398	0,019*
(f3)-15->[афективний баланс]	-0,107	0,126	0,396
(f3)-16->[оцінка]	0,313	0,153	0,041*
(f4)-17->[суб'єктивний вік]	2,267	1,000	0,023*
(f4)-18->[задоволеність життям]	0,026	0,104	0,801

Продовження табл. Ж.4

Фактор -> змінна	Факторне навантаження	Похибка	Рівень значущості
(f4)-19->[фізичне здоров'я]	10,703	3,379	0,002*
(f4)-20->[психологічне здоров'я]	10,040	2,973	0,001*
(f4)-21->[активність]	0,477	0,213	0,025*
(f4)-22->[задоволен. стос.з батьками]	-0,261	0,196	0,182
(f4)-23->[емоційний інтелект]	-0,228	0,122	0,062*
(f4)-24->[рівень освіти]	0,315	0,113	0,005*
(f4)-25->[матер. допомога рідних]	0,331	0,133	0,013*
(f4)-26->[задоволеність життям]	10,703	3,379	0,002*

Примітка. * статистично значущі показники.

Таблиця Ж.5

Розподіл сукупної дисперсії у факторній моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерок-жінок

Фактори	Власні значення	% дисперсії, що описує кожен фактор окремо	% сукупної дисперсії, що описують фактори
1	5,968547	28,42165	28,42165
2	2,132997	10,15713	38,57878
3	1,534863	7,30887	45,88765
4	1,148339	5,46828	51,35593
5	1,065457	5,07360	56,42954

Таблиця Ж.6

Факторні навантаження у системі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерок-жінок

Дескриптор	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4	Ф5
Паспортний вік	0,413	0,130	0,140	0,220	0,065
Суб'єктивний вік	-0,020	-0,179	-0,614	0,157	0,322
Рівень освіти	0,038	-0,118	0,740	0,077	0,202
Проживання з рідними	0,445	0,483	0,235	0,369	-0,035
Частота зустрічей з рідними	0,122	0,641	0,231	0,171	0,010
Наявність матер. допомоги	0,230	0,104	0,401	-0,454	0,347
Розмір пенсії	0,064	0,302	0,104	0,586	0,101
Задоволеність життям	0,800	0,092	0,091	0,088	0,174
Афективний баланс	0,826	-0,172	0,053	-0,167	0,044
Суб'єктивна оцінка фізичного здоров'я	0,343	-0,026	0,611	0,260	-0,242
Суб'єкт. оцінка психолог. здоров'я	0,575	-0,352	0,303	0,143	-0,051
Оцінка	0,703	0,202	0,025	0,121	-0,030
Сила	0,593	0,432	-0,107	-0,030	-0,082
Активність	0,337	0,000	-0,002	0,663	0,054
Життєстійкість	0,080	-0,790	0,261	-0,022	-0,009
Депресивність	-0,657	-0,028	-0,197	-0,220	-0,006

Продовження табл. Ж.6

Дескриптор	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4	Ф5
Задоволеність автономією	0,514	0,279	0,332	0,389	0,153
Задоволеність компетентністю	0,414	-0,155	0,396	0,280	0,400
Задоволеність причетністю	0,527	-0,132	0,132	0,135	0,291
Задоволеність стос. з батьками	0,082	0,048	-0,090	0,029	0,748
Емоційний інтелект	0,576	0,348	-0,018	0,215	0,283

Таблиця Ж.7

Результати перевірки факторної моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерок-жінок конфірматорним аналізом

Фактор -> змінна	Факторне навантаження	Похибка	Рівень значущості
(f1)-1->[суб'єктивний вік]	3,232	0,631	0,000*
(f1)-2->[задоволеність життям]	0,842	0,076	0,000*
(f1)-3->[афективний баланс]	0,731	0,077	0,000*
(f1)-4->[психологічне здоров'я]	10,849	1,469	0,000*
(f1)-5->[депресія]	-6,164	0,693	0,000*
(f1)-6->[емоційний інтелект]	13,993	1,704	0,000*
(f2)-7->[життєстійкість]	-11,161	1,576	0,000*
(f2)-8->[розмір пенсії]	0,206	0,062	0,001*
(f2)-9->[частота зустр. з рідними]	-0,836	0,171	0,000*
(f2)-10->[спільність проживання]	0,333	0,068	0,000*
(f2)-11->[афективний баланс]	-0,331	0,078	0,000*
(f5)-12->[задовол. компетентн.]	-0,040	0,113	0,725
(f5)-13->[задоволен. стос.з батьками]	0,096	0,119	0,421
(f5)-14->[задоволеність життям]	0,617	0,047	0,000*

Примітка. * статистично значущі показники.

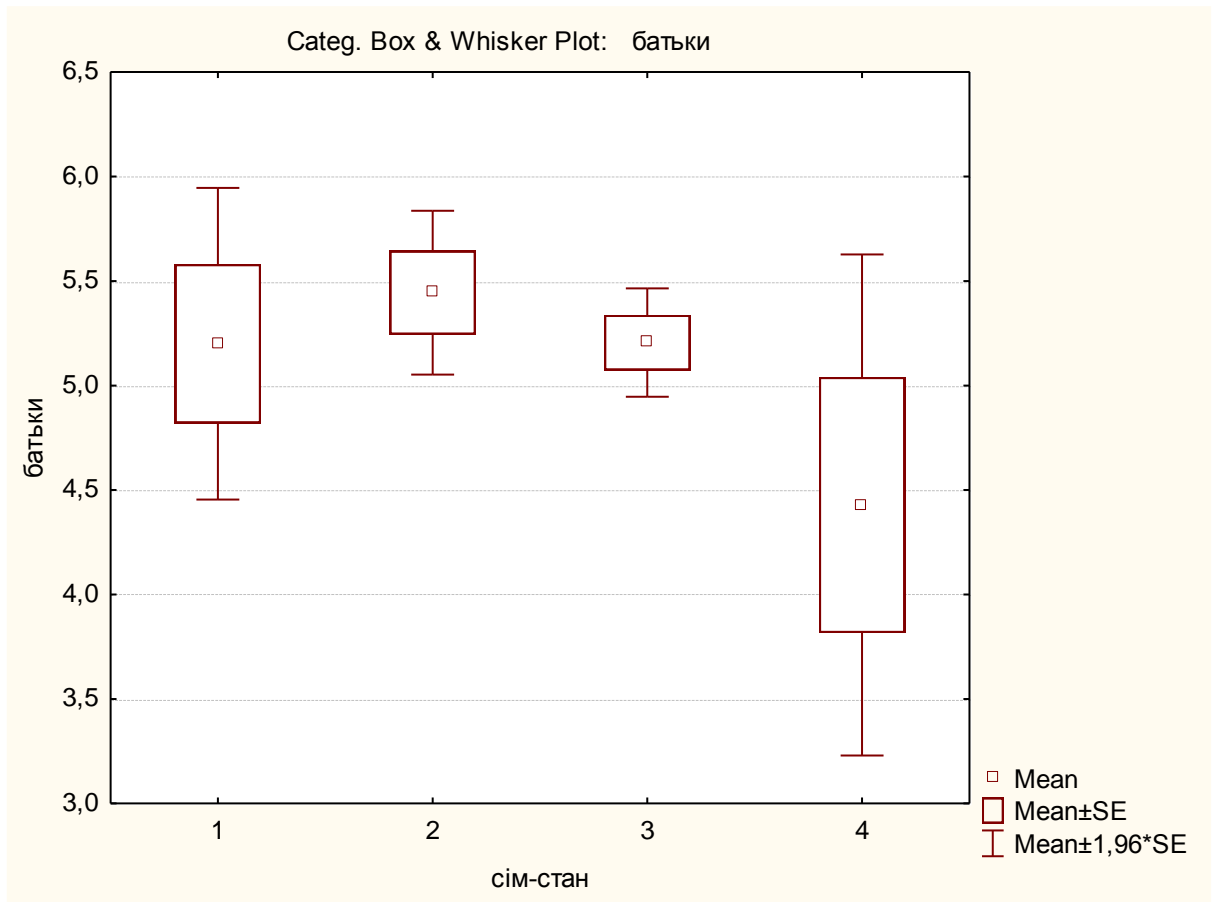


Рис. Ж.1. Відмінності задоволеності стосунками із власними батьками у пенсіонерок-жінок із різним сімейним станом

Додаток 3

**Соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів
залежно від способу життя**

Таблиця 3.1

Відмінності інтегральних дескрипторів суб'єктивного благополуччя пенсіонерів із
різним способом життя

Дескриптор	Середнє значення 1	Середнє значення 2	Середнє значення 3	Рівень значущості p
Задоволеність життям	16,92	20,80	25,57	0,000000*
Задоволеність автономією	3,27	4,27	4,69	0,000000*
Задоволеність компетентністю	4,27	5,26	5,21	0,000011*
Задоволеність причетністю	4,32	5,12	4,72	0,000898*
Задоволеність стос. з батьками	5,40	4,88	5,28	0,076161
Позитивні емоції	11,38	12,06	11,04	0,119238
Негативні емоції	10,87	10,06	8,77	0,000005*
Афективний баланс	10,75	12,18	12,26	0,039420*
Інтенсивність емоцій	11,58	11,46	9,76	0,001059*
Оцінка	4,18	4,55	4,79	0,000411*
Сила	2,74	3,41	3,81	0,000006*
Активність	3,71	4,45	4,95	0,000000*

Примітки:

- 1) 1 – мешканці геріатричного пансіонату, N=52; 2 – соціально активні пенсіонери, N=50; 3 – пенсіонери, орієнтовані на побутово-сімейну активність, N=102.
- 2) * - значення статистично значущі, $p < 0,05$.

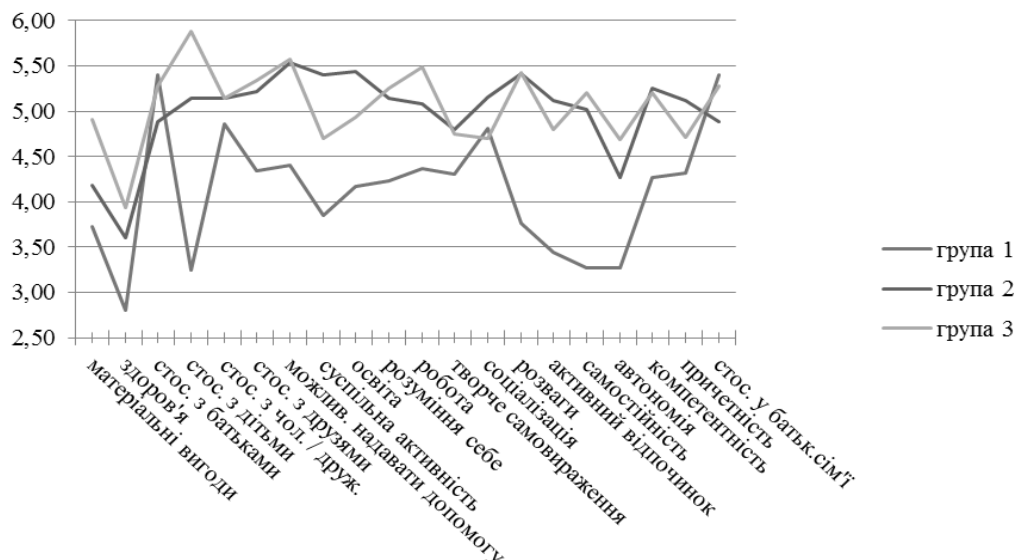


Рис. 3.1. Показники задоволеності різними сферами життя пенсіонерів із різним
способом життя

Примітка. Група 1 – мешканці геріатричного пансіонату, група 2 – соціально активні пенсіонери, група 3 – пенсіонери, активність яких зосереджена на взаємодії з рідними і домашній роботі

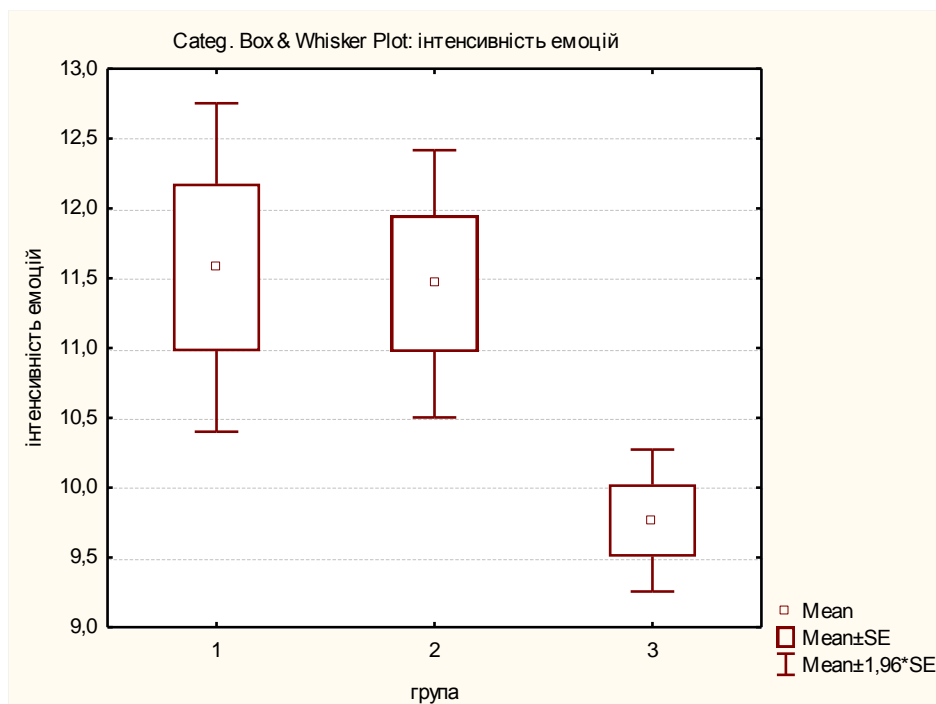


Рис. 3.2. Відмінності інтенсивності переживань у пенсіонерів із різним способом ЖИТТЯ

Примітка. 1 – мешканці геріатричного пансіонату, 2 – соціально активні пенсіонери, 3 – пенсіонери, активність яких зосереджена на взаємодії з рідними і домашній роботі

Таблиця 3.2

Розподіл сукупної дисперсії у факторній моделі чинників суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату

Фактори	Власні значення	% дисперсії, що описує кожен фактор окремо	% сукупної дисперсії, що описують фактори
1	5,248476	26,24238	26,24238
2	2,146486	10,73243	36,97481
3	1,660797	8,30398	45,27879
4	1,520745	7,60372	52,88252
5	1,356401	6,78200	59,66452

Таблиця 3.3

Факторні навантаження змінних у факторній моделі чинників суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату

	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5
Паспортний вік	0,151	-0,492	0,327	0,098	0,033
Суб'єктивний вік	0,103	0,146	0,024	0,797	0,081
Рівень освіти	-0,017	0,826	0,266	0,111	0,117

Продовження табл. 3.3

	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5
Частота зустр. з рідними	-0,156	-0,049	0,242	0,054	0,709
Матер. допомога рідних	-0,078	-0,014	0,499	-0,091	0,645
Розмір пенсії	0,092	-0,068	0,601	0,150	0,052
Задоволеність життям	0,799	-0,065	-0,097	0,046	-0,255
Афективний баланс	0,798	-0,216	-0,047	0,204	-0,198
Суб. оцінка фіз. здоров'я	0,076	0,685	-0,222	-0,004	-0,356
Суб. оцінка псих. здоров'я	0,835	0,097	0,046	0,111	0,043
Оцінка	0,828	0,035	-0,156	-0,205	-0,192
Сила	0,328	0,081	-0,594	0,390	-0,099
Активність	0,123	0,176	0,081	0,422	-0,414
Життєстійкість	0,672	-0,071	0,167	0,092	0,077
Депресивність	-0,759	-0,092	-0,060	-0,211	0,032
Задоволеність автономією	0,587	0,489	-0,047	-0,032	0,036
Задовол. компетентністю	0,314	0,503	0,580	0,009	-0,125
Задовол. причетністю	0,538	0,315	-0,028	0,055	-0,311
Задов. стос.з батьками	0,000	-0,186	0,012	0,676	0,022
Емоційний інтелект	0,539	0,036	0,123	-0,042	-0,173

Примітка. Фактор 1 – психологічні ресурси соц.-психол. адаптації; Фактор 2 – соціальний статус; Фактор 3 – фінансове становище; Фактор 4 – оцінка стосунків з батьками; Фактор 5 – нечаста взаємодія з рідними.

Таблиця 3.4

Результати перевірки факторної моделі чинників суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату конфірматорним аналізом

Фактор -> змінна	Факторне навантаження	Похибка	Рівень значущості
(f1)-1->[задоволеність життям]	3,809	0,602	0,000*
(f1)-2->[афективний баланс]	2,804	0,389	0,000*
(f1)-3->[психологічне здоров'я]	17,326	2,410	0,000*
(f1)-4->[оцінка]	0,807	0,122	0,000*
(f1)-5-> [життєстійкість]	9,053	1,955	0,000*
(f1)-6->[депресія]	-6,582	1,122	0,000*
(f1)-7->[задовол. автономією]	0,551	0,134	0,000*
(f1)-8->[задовол. причетністю]	0,427	0,126	0,001*
(f1)-9->[емоційний інтелект]	6,537	2,018	0,001*
(f2)-10->[паспортний вік]	-1,675	0,934	0,073
(f2)-11->[рівень освіти]	0,582	0,104	0,000*
(f2)-12->[афективний баланс]	-0,731	0,328	0,026*
(f2)-13->[фізичне здоров'я]	8,996	2,789	0,001*
(f2)-14->[задовол. автономією]	0,381	0,140	0,006*
(f2)-15->[задовол. компетентн.]	0,978	0,239	0,000*
(f2)-16->[задовол. причетністю]	0,254	0,132	0,054*
(f4)-17->[суб'єктивний вік]	2,278	1,199	0,057*
(f4)-18->[афективний баланс]	0,946	0,461	0,040*
(f4)-19->[задоволен. стос.з батьками]	1,058	0,431	0,014*

Продовження табл. 3.4

Фактор -> змінна	Факторне навантаження	Похибка	Рівень значущості
(f5)-20->[частота зустр. з рідними]	-0,986	0,345	0,004*
(f5)-21->[матер. допомога рідних]	0,173	0,093	0,062*
(f5)-22->[задоволеність життям]	1,236	0,653	0,058*
(f5)-23->[афективний баланс]	0,931	0,409	0,023*
(f5)-24->[фізичне здоров'я]	7,054	3,340	0,035*
(f5)-25->[задовол. причетністю]	0,240	0,156	0,124

Примітка. * статистично значущі показники.

Таблиця 3.5

Розподіл сукупної дисперсії у факторній моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, орієнтованих на побутово-сімейну сферу

Фактори	Власні значення	% дисперсії, що описує кожен фактор окремо	% сукупної дисперсії, що описують фактори
1	5,196677	25,98338	25,98338
2	1,793290	8,96645	34,94984
3	1,581454	7,90727	42,85711
4	1,366689	6,83345	49,69055
5	1,222467	6,11233	55,80289

Таблиця 3.6

Факторні навантаження змінних у факторній моделі чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів, орієнтованих на побутово-сімейну сферу

	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5
Паспортний вік	0,082	-0,569	0,334	-0,260	-0,036
Суб'єктивний вік	0,049	0,252	0,526	0,014	0,450
Рівень освіти	0,164	0,382	-0,398	0,325	-0,071
Проживання з рідними	0,174	0,157	0,067	0,479	-0,292
Частота зустр. з рідними	0,069	0,066	-0,038	0,486	-0,029
Матер. допомога рідних	0,053	0,026	0,021	-0,184	0,721
Розмір пенсії	-0,027	-0,064	0,084	0,765	0,026
Задоволеність життям	0,717	0,130	0,025	0,033	0,316
Афективний баланс	0,642	0,327	-0,045	-0,060	0,136
Суб. оцінка фіз. здоров'я	0,107	0,826	0,152	0,101	0,053
Суб. оцінка псих. здоров'я	0,267	0,766	0,307	-0,055	0,048
Оцінка	0,720	0,084	0,131	0,203	0,160
Сила	0,512	-0,076	-0,246	0,195	0,444
Активність	0,217	0,105	0,727	0,115	-0,120
Життєстійкість	0,411	0,442	0,196	-0,233	-0,258

Продовження табл. 3.6

	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5
Депресивність	-0,667	-0,290	0,137	0,078	0,240
Задоволеність автономією	0,636	0,220	0,356	0,298	0,075
Задоволеність компетентністю	0,665	0,079	0,167	0,055	-0,052
Задоволеність причетністю	0,614	0,053	0,476	0,035	0,014
Задов. стос.з батьками	0,203	0,140	-0,149	-0,159	0,096
Емоційний інтелект	0,082	-0,569	0,334	-0,260	-0,036

Примітка. Фактор 1 – здатність до налагодження емоційно глибоких стосунків; Фактор 2 – хороше самопочуття; Фактор 3 – низький суб'єктивний вік; Фактор 4 – соціальний статус; Фактор 5 – матеріальна допомога рідних.

Таблиця 3.7

Результати перевірки факторної моделі чинників суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату конфірматорним аналізом

Фактор -> змінна	Факторне навантаження	Похибка	Рівень значущості
(f1)-1->[задоволеність життям]	3,673	0,523	0,000*
(f1)-2->[афективний баланс]	2,286	0,332	0,000*
(f1)-3->[оцінка]	0,631	0,080	0,000*
(f1)-4-> [сила]	0,645	0,133	0,000*
(f1)-5-> [життєстійкість]	2,410	1,017	0,018*
(f1)-6->[депресія]	-4,374	0,778	0,000*
(f1)-7->[емоційний інтелект]	9,969	2,231	0,000*
(f2)-8->[паспортний вік]	1,167	0,644	0,070
(f2)-9->[задоволеність життям]	-1,186	0,443	0,007*
(f2)-10-> [афективний баланс]	-0,890	0,285	0,002*
(f2)-11->[фізичне здоров'я]	-14,946	1,700	0,000*
(f2)-12->[психологічне здоров'я]	-18,152	1,277	0,000*
(f2)-13->[життєстійкість]	-3,639	0,942	0,000*
(f2)-14->[емоційний інтелект]	-0,406	1,962	0,836
(f5)-15->[суб'єктивний вік]	1,537	1,092	0,159
(f5)-16->[матер. допомога рідних]	0,371	0,199	0,063
(f5)-17->[задоволеність життям]	1,454	0,881	0,099
(f5)-18->[афективний баланс]	0,530	0,427	0,215
(f5)-19->[сила]	-0,008	0,153	0,960
(f5)-20->[життєстійкість]	-0,075	1,188	0,950

Примітка. * статистично значущі показники.

Таблиця 3.8

Розподіл сукупної дисперсії у факторній моделі чинників суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів

Фактори	Власні значення	% дисперсії, що описує кожен фактор окремо	% сукупної дисперсії, що описують фактори
1	4,215462	20,07363	20,07363
2	2,152756	10,25122	30,32485
3	1,964996	9,35713	39,68197
4	1,803453	8,58787	48,26985
5	1,405022	6,69058	54,96043
6	1,203649	5,73166	60,69209
7	1,132179	5,39133	66,08342

Таблиця 3.9

Факторні навантаження змінних у факторній моделі чинників суб'єктивного благополуччя соціально активних пенсіонерів

	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4	Ф5	Ф6	Ф7
Паспортний вік	-0,105	-0,113	0,183	-0,081	-0,770	0,008	-0,085
Суб'єктивний вік	-0,015	0,077	-0,683	0,510	0,047	-0,098	0,281
Рівень освіти	0,190	0,504	0,075	0,233	-0,129	0,016	-0,162
Проживання з рідними	0,007	-0,016	-0,170	0,089	0,055	0,006	0,853
Частота зустрічей з рідними	-0,496	-0,029	0,438	0,119	0,161	0,052	-0,265
Матер. допомога рідних	0,364	-0,280	-0,161	0,178	-0,308	0,438	0,372
Розмір пенсії	-0,139	0,251	0,739	0,097	-0,236	-0,311	0,166
Задоволеність життям	0,656	0,075	0,114	0,320	0,288	0,119	0,044
Афективний баланс	0,808	-0,008	-0,016	0,167	0,120	0,064	0,130
Суб'єкт. оцінка фіз. здоров'я	0,223	0,443	0,313	-0,181	0,533	0,289	0,226
Суб'єкт. оцінка псих. здор.	0,626	0,206	-0,012	0,036	-0,235	0,209	-0,244
Оцінка	0,033	0,570	0,011	0,170	0,056	-0,262	0,426
Сила	0,551	0,194	-0,262	-0,114	-0,028	-0,472	0,206
Активність	0,031	0,817	-0,186	-0,046	0,146	0,021	-0,069
Життєстійкість	0,218	0,104	-0,074	-0,045	0,017	0,783	-0,011
Депресивність	-0,480	-0,270	0,344	-0,063	-0,104	-0,197	-0,026
Задоволеність автономією	0,093	0,581	0,221	0,111	0,366	0,155	0,068
Задовол. компетентністю	0,217	0,333	0,054	0,642	0,157	0,315	-0,012
Задоволеність причетністю	0,175	-0,078	0,052	0,826	0,099	-0,249	0,118
Задовол. стос. з батьками	0,098	0,303	-0,006	0,557	-0,448	0,185	0,145
Емоційний інтелект	0,116	0,245	-0,272	0,406	0,544	-0,090	-0,354

Примітка. Ф1 – психологічне здоров'я; Ф2 – задоволеність активністю; Ф3 – розмір пенсії; Ф4 – задоволеність самодетермінаційних потреб; Ф5 – фізичне самопочуття; Ф6 – життєстійкість; Ф7 – проживання з рідними.

Таблиця 3.10

Результати перевірки факторної моделі чинників суб'єктивного благополуччя мешканців геріатричного пансіонату конфірматорним аналізом

Фактор -> змінна	Факторне навантаження	Похибка	Рівень значущості
(f1)-1->[частота зустр. з рідними]	0,570	0,266	0,032*
(f1)-2->[задоволеність життям]	3,584	0,695	0,000*
(f1)-3->[афективний баланс]	3,114	0,517	0,000*
(f1)-4->[психологічне здоров'я]	7,870	2,521	0,002*
(f1)-5-> [депресія]	-3,435	1,170	0,003*
(f2)-6->[задоволеність життям]	0,955	0,613	0,120
(f2)-7->[задовол. компетентн.]	0,711	0,152	0,000*
(f2)-8->[задовол. причетністю]	0,531	0,148	0,000*
(f2)-9->[задоволен. стос.з батьками]	0,842	0,222	0,000*
(f3)-10->[паспортний вік]	4,170	0,990	0,000*
(f3)-11->[задоволеність життям]	-0,785	0,622	0,207
(f3)-12->[фізичне здоров'я]	-7,406	2,889	0,010*
(f3)-13->[задоволен. стос.з батьками]	0,503	0,209	0,016*
(f3)-14->[емоційний інтелект]	-9,350	3,059	0,002*
(f4)-15-> [задоволеність життям]	4,605	0,738	0,000*
(f4)-16->[афективний баланс]	2,672	0,514	0,000*
(f4)-17->[задовол. компетентн.]	0,421	0,131	0,001*
(f4)-18->[задовол. причетністю]	0,401	0,139	0,004*
(f4)-19->[емоційний інтелект]	6,347	2,739	0,020*
(f5)-20-> [паспортний вік]	-3,235	0,920	0,000*
(f5)-21->[задоволеність життям]	2,484	0,907	0,006*
(f5)-22->[фізичне здоров'я]	8,379	2,999	0,005*
(f5)-23->[емоційний інтелект]	11,120	3,203	0,001*

Примітка. * статистично значущі показники.