

Оригинальная статья

УДК 159.922.6, 159.923.2
doi: 10.11621/npj.2022.0102

Психологические предикторы удовлетворенности жизнью людей старшего возраста (на примере клиентов благотворительного фонда)

М.А. Щукина^{1*}, Л.А. Ширман²

¹ Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, Санкт-Петербург, Россия, corr5@mail.ru, <http://orcid.org/0000-0002-0834-3548>

² Межрегиональная общественная организация инвалидов и пенсионеров «Еврейский Благотворительный Центр «Забота-Хэсэд Авраам», Санкт-Петербург, Россия, liubovshirman@gmail.ru

* Автор, ответственный за переписку: corr5@mail.ru

Актуальность. Удовлетворенность жизнью в старшем возрасте активно изучается в связи с семейными и профессиональными факторами. Однако до сих пор мало изучена роль внепрофессиональной добровольческой активности пожилых людей в связи с особенностями личностного ресурсного комплекса (осмысленность, жизнестойкость, проактивное совладание).

Цель. Изучение психологических предикторов удовлетворенности жизнью людей старшего возраста (на примере клиентов благотворительного фонда).

Описание хода исследования. Участники исследования — 60 неработающих клиентов благотворительного центра 65–85 лет ($\mu = 74,8$ лет), 44 женщины. 50% опрошенных являются не только клиентами, но и волонтерами Центра. Дизайн исследования кросс-секционный. Удовлетворенность жизнью оценивалась в разных жизненных сферах «Методика диагностики уровня социальной фрустрированности» Л.И. Вассермана. Предполагаемые личностные предикторы удовлетворенности жизнью диагностировались методиками: «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (адаптация Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского), «Тест смысловых ориентаций (СЖО)» Д.А. Леонтьева, «Тест жизнестойкости» С. Мадди (модификация Е.Н. Осина и Е.И. Рассказовой).

Результаты исследования. Сравнительный и множественный регрессионный анализ показал, что уровень удовлетворенности жизнью пожилых людей связан не столько с характером семейной ситуации, сколько с активной жизненной позицией и значимо выше при вовлеченности в социально значимую волонтерскую деятельность и продуктивном использовании ресурсного личностного комплекса (осмысленность, жизнестойкость, проактивное совладание), особенно в части убежденности в способности контролировать свое поведение, отношения с окружающими и жизненную ситуацию в целом.

Заключение. Результаты представленного исследования могут быть использованы в практике российской геронтопсихологии при организации социальной помощи людям старшего возраста на базе государственных и некоммерческих организаций.

Ключевые слова: удовлетворенность жизнью, старший возраст, пожилой возраст, старение, жизнестойкость, осмысленность жизни, волонтерство.

Для цитирования: Щукина М.А., Ширман Л.А. Психологические предикторы удовлетворенности жизнью людей старшего возраста (на примере клиентов благотворительного фонда) // Национальный психологический журнал. 2022. № 1 (45). С. 15–29. doi: 10.11621/npj.2022.0102

Psychological predictions of life satisfaction for older persons (the example of charity fund clients)

Mariia A. Shchukina^{1*}, Lubov A. Shchirman²

¹ St. Petersburg state institute of psychology and social work, St. Petersburg, Russia, corr5@mail.ru, <http://orcid.org/0000-0002-0834-3548>

² Interregional Public Organization of disabled people and pensioners “Jewish Charity Center “Caring-Hesed Avraham”, St. Petersburg, Russia, liubovshirman@gmail.ru

* Corresponding author: corr5@mail.ru

Background. Life satisfaction in older age is widely studied in connection with family and professional factors. However, the role of non-professional volunteer activity of older people in connection with the peculiarities of personal resource complex (meaningfulness, resilience, proactive coping) has not been studied enough yet.

Objective. The study of psychological predictors of life satisfaction in older people (on the example of clients of a charity fund).

Design. The study participants were 60 unemployed clients of the charity center aged 65–85 years ($\mu = 74.8$ years), 44 women. 50% of the respondents are not only clients, but also volunteers of the Center. The design of the study is cross-sectional. Life satisfaction in different life spheres was assessed with the “Technique for diagnosing the level of social frustration” by L.I. Wasserman. The supposed personal predictors of life satisfaction were diagnosed by the following methods: “Indicator of coping strategies” by D. Amirkhan (adaptation by N.A. Sirota and V.M. Yaltonsky), “Test of Life Orientations” by D.A. Leontiev, “Test of resilience” by S. Maddi (modification by E.N. Osin and E.I. Rasskazova).

Results. Comparative and multiple regression analysis have shown that the level of satisfaction with the life of older people is not as much related to the nature of the family situation, as to an active life position. It is significantly higher with involvement in socially significant volunteer activities and with the productive use of the personal resource complex (meaningfulness, resilience, proactive coping), especially in terms of the belief in the ability to control behavior, relationships with others and the life situation as a whole.

Conclusion. The results of the presented study can be used in the practice of Russian gerontopsychology while organizing social assistance to older people on the basis of state and non-profit organizations.

Keywords: life satisfaction, older age, aging, resilience, meaningfulness of life, volunteering.

For citation: Shchukina, M.A., Shchirman, L.A. (2022) Psychological predictions of life satisfaction for older persons (the example of charity fund clients) [Natsional’nyy psikhologicheskii zhurnal], 1 (45), 15–29. doi: 10.11621/npj.2022.0102

Введение

По оценке Росстата, доля людей старшего возраста¹ в населении нашей страны неуклонно растет и в последние пять лет составляет не менее четверти попу-

Таблица 1. Некоторые подходы к пониманию удовлетворенности жизнью в авторских психологических концепциях

М. Аргайл	Удовлетворенность — рефлексивная оценка, суждение о том, насколько все было и остается благополучным (Аргайл, 2003)
Н. Брэдберн	Удовлетворенность жизнью — основной компонент благополучия человека, основанный на балансе разносторонних позитивных и негативных аффектов (Bradburn, 2019)
Р. Винховен	Удовлетворенность жизнью — это степень положительного оценивания человеком качества собственной жизни в целом (Veenhoven, 1993)
Э. Динер	Удовлетворенность жизнью — это общая оценка чувств и установок относительно жизни в определенный момент времени; является одним основных показателей благосостояния человека; основано на сравнении текущих жизненных условий с ожидаемыми эталонами (Diener, 2015)
Д. Канеман	Удовлетворенность жизнью — глобальное ретроспективное суждение, которое чаще всего формулируется только в том случае, когда о нем спрашивают, и, вследствие этого, определяется настроением респондента, его воспоминаниями и условиями опроса (Kahneman, Krueger, 2006)
Н.В. Андрееenkova	Удовлетворенность жизнью — «это когнитивная сторона субъективного благополучия, которую дополняет аффективная сторона — положительные и отрицательные эмоции, которые человек испытывает в какой-то отрезок времени» (Андрееenkova, 2010)
И.А. Джидарьян	Под удовлетворенностью жизнью понимается система отношений человека к самому себе и к различным сторонам жизни, которая обуславливает меру самопринятия, доминирующее настроение и психическое состояние в целом (Джидарьян, 2013)
Л.В. Куликов	Удовлетворенность «представляет собой некий показатель, отражающий систему взаимосвязанных элементов отношения личности к своей жизни, включающий в себя принятие ее содержания, а также комфорт и состояние психического благополучия» (Куликов, 2000)
Р.М. Шамионов	Удовлетворенность жизнью «представляет собой сложное, динамическое социально-психологическое образование, основанное на интеграции когнитивных и эмоционально-волевых процессов, характеризующееся субъективным эмоционально-оценочным отношением и обладающее побудительной силой, способствующей действию, поиску, управлению внутренними и внешними объектами» (Шамионов, 2013)

¹ На 1 января 2005–2019 гг.: мужчины в возрасте 60 лет и более, женщины в возрасте 55 лет и более; на 1 января 2020–2021 гг.: мужчины в возрасте 61 лет и более, женщины в возрасте 56 лет и более.

ляции (Федеральная служба..., 2022). В этих условиях важной гуманитарной и социальной задачей становится обеспечение не просто продолжительности, но и качества жизни старшего поколения, в связи с чем наблюдается увеличение внимания психологической науки к изучению его показателей и факторов. Одним из центральных параметров качества жизни, наряду с физическим, финансовым, социальным благополучием, является субъективная удовлетворенность жизнью — комплексный психологический конструкт, описывающий общее отношение человека к жизни, сопряженный с переживаниями счастья, субъективного и психоэмоционального благополучия (Бенко, 2015; Беловол, 2018). Причем удовлетворенность жизнью зачастую рассматривается как базовый компонент субъективного благополучия (Diner, 1984). На данный момент не существует единого согласованного определения понятия удовлетворенности жизнью,

Table 1. Some approaches to understanding life satisfaction in the psychological concepts

M. Argyle	Satisfaction is a reflective assessment, a judgment about how well everything was and still is (Argyle, 2003)
N. Bradburn	Life satisfaction is the main component of human well-being, based on the balance of various positive and negative affects (Bradburn, 2019)
R. Veenhoven	Life satisfaction is the degree of a person's positive assessment of the quality of his own life in general (Veenhoven, 1993)
E. Diener	Life satisfaction is a general assessment of feelings and attitudes about life at a particular point in time; is one of the main indicators of human well-being; based on comparison of current living conditions with expected benchmarks (Diener, 2015)
D. Kahneman	Life satisfaction is a global retrospective judgment, which is most often formulated only when it is asked about, and, as a result, is determined by the mood of the respondent, his memories and the conditions of the survey (Kahneman & Krueger, 2006)
N.V. Andreenkova	Life satisfaction is "the cognitive side of subjective well-being, which is complemented by the affective side — positive and negative emotions that a person experiences at some point in time" (Andreenkova, 2010)
I.A. Dzhidar'yan	Life satisfaction is understood as a system of a person's relationship to himself and to various aspects of life, which determines the measure of self-acceptance, the dominant mood and mental state in general (Dzhidar'yan, 2013)
L.V. Kulikov	Satisfaction "is a kind of indicator that reflects a system of interrelated elements of a person's attitude to his life, including the acceptance of its content, as well as comfort and mental well-being" (Kulikov, 2000)
R.M. Shamionov	Life satisfaction "is a complex, dynamic socio-psychological formation based on the integration of cognitive and emotional-volitional processes, characterized by a subjective emotional-evaluative attitude and possessing a motivating force that promotes action, search, management of internal and external objects" (Shamionov, 2013)

но общим местом различных подходов является указание на его субъективно-оценочный характер, как в когнитивном, так и в эмоциональном плане (табл. 1).

В пожилом возрасте переживание удовлетворенности жизнью приобретает особый смысл и выражается в таких показателях, как генерализованная оценка прожитой жизни в целом, сохраняющийся жизненный интерес и актуальное желание жить как можно дольше. Целым рядом авторов удовлетворенность прожитой жизнью рассматривается как фактор благополучного или позитивного старения (E. Diener, L. Carstensen, B. Neugarten, Л.А. Головей, Е.А. Сергиенко, О.Ю. Стрижицкая и др.). При этом факторы самой удовлетворенности жизнью в пожилом возрасте остаются дискуссионными. Вклад объективных условий жизненной ситуации пожилого человека в оценку удовлетворенности изучается в связи со сферами здоровья, семейного и профессионального статуса. Важно, что доминирующим является предположение о субъективном характере оценки на фоне самых разных жизненных достижений и актуального состояния. Геронтопсихологи (Хойфт, 2003) полагают, что фактическое самочувствие пожилых людей определяется не столько состоянием соматического здоровья, сколько его субъективным оцениванием в контексте общего состояния. На основании целого ряда эмпирических исследований под руководством Е.А. Сергиенко убедительно продемонстрировано, что в период старения при нарастании потери физического здоровья все большее значение для удовлетворенности качеством жизни приобретают психологические ресурсы; среди них восприятие своего возраста, субъективное занижение которого связано с более высокой удовлетворенностью и позитивной временной перспективой (Сергиенко, 2019), что согласуется с данными группы Л.А. Головей о сопряженности субъективных оценок здоровья и будущего с оценкой удовлетворенности жизнью (Головей, 2014). Как установлено Т.Ф. Суловой и С.В. Жучковой, для лиц пожилого возраста с высоким уровнем удовлетворенности характерно проявление большей осмысленности жизни, заинтересованности в деятельности, удовлетворенности самореализацией, сниженной выраженности внутриличностных конфликтов и расхолазованности между ценностями и их доступностью (Сулова, 2014). Это хорошо коррелируется с обобщенным суждением Э. Динера о том, что субъективное отношение личности к жизни может оказывать влияние на состояние показателей психического здоровья даже в большей степени, чем объективные факторы (Diener, 2015).

Говоря о социально-психологических факторах благополучного старения важно помнить, как подчеркивает О.В. Краснова, что удовлетворенность, самочувствие и способность к адаптации в пожилом возрасте во многом зависят от образа жизни человека, способов преодоления стрессов и приспособления к изменениям (Краснова, 2010). При изучении зависимости субъективного благополучия в пожилом возрасте от характера образа жизни Н.С. Павловой и Е.А. Сергиенко эмпирически выявлено, что активный

образ жизни способствует поддержанию более высоких оценок качества жизни, ориентации на будущее и положительной иллюзии в оценке субъективного возраста (Павлова, 2020). Социальная вовлеченность помогает избежать пожилым людям переживание одиночества, близкое к переживанию социальной смерти, страх которой входит в число приоритетных опасностей возраста (Лазарянц, 2010), ведь главная драма пожилого человека (не считая инвалидность, тяжелую болезнь, нищету или беспризорность) — драма невостребованности (Кадырова, 2019). При социальной отчужденности у пожилых людей наблюдается формирование отношения к старости как к непродуктивной части жизни (Боженкова, 2016), развиваются склонность к самообвинениям и депрессии (Левченко, 2014). Потенциал социальной вовлеченности пожилых людей активно изучается в профессиональной и семейной сферах жизни. Установлено, что кризисные переживания для стареющего человека обусловлены в значительной мере фактом выхода на пенсию (Стрижицкая, 2018), а продолжающие работать пожилые люди имеют меньшую склонность к понижению самооценки, чем неработающие (Фирсова, 2012).

При невозможности продлевать профессиональную занятость важным является развитие через обучение и сохранение социально значимых ролей в семье. Негативные последствия старения могут быть компенсированы выполнением задач в новых контекстах, в частности в продолжающемся обучении и когнитивной тренировке (Kessler et al., 2009). При всех рисках зависимой позиции и потери автономности (Naak et al., 2007) семья становится источником смысла и дальнейшего безопасного существования в условиях ухудшающегося соматического благополучия (Стюарт-Гамильтон, 2002). Группой О.П. Степановой показано, что у семейных пожилых людей удовлетворенность жизнью выше, чем у одиноких: они проявляют большую заинтересованность к жизни, способны положительно оценивать свою прошлую жизнь, с оптимизмом смотреть в будущее; при этом вне зависимости от семейного статуса проживания преобладающими мотивами у пожилых является стремление к общению, творческой активности, социальной полезности (Степанова, 2016).

Таким образом, удовлетворенность жизнью в период старения является объектом систематических исследований, однако комплексное их взаимодействие еще изучено недостаточно, а мера социальной активности часто ограничена семейной и профессиональной сферами. Это обусловило наше обращение к рассмотрению удовлетворенности жизнью вовлеченных в волонтерскую деятельность пожилых людей с учетом семейного статуса и личностных особенностей.

Цель и гипотеза исследования

Цель исследования — изучение психологических предикторов удовлетворенности жизнью людей стар-

шего возраста (на примере клиентов благотворительного фонда).

Гипотеза исследования: уровень удовлетворенности жизнью людей старшего возраста выше при проживании со своими родными, использовании ресурсного личностного комплекса (осмысленность, жизнестойкость, проактивное совладание) и вовлеченности в социально значимую волонтерскую деятельность.

Выборка

Исследование проводилось на базе Межрегиональной общественной организации инвалидов и пенсионеров «Еврейский Благотворительный Центр «Забота-Хэсэд Авраам» (Санкт-Петербург), где действует более 25 благотворительных программ, включая медико-социальную реабилитацию, дневной центр, программы помощи родственникам и людям с синдромом Альцгеймера, прокат реабилитационного оборудования и другие. Участники исследования — 60 неработающих клиентов благотворительного центра 65–85 лет ($\mu = 74,8$ лет), 44 женщины. На пенсии находятся 5–10 лет — 15 человек (25%); 15–20 лет — 17 (28,3%), 20–25 лет — 14 (23,3%), более 25 лет — 9 (15%). 40% респондентов ($n = 24$) женаты или замужем, 32% респондентов ($n = 19$) вдовствуют, 28% ($n = 17$) холосты или разведены. 22 человека 37% одиноко проживающих ($n = 22$), 33% проживающих с супругами ($n = 20$) и 30% проживающих с детьми или другими родственниками ($n = 18$).

50% респондентов занимают в Центре, кроме клиентской, волонтерскую позицию, выполняя различные обязанности на условиях добровольной помощи. Сообразно своей специальности, интересам, возможностям участвуют в жизни благотворительного Центра: ведут занятия в кружках художественной самодеятельности, декоративно-прикладного творчества, спортивные занятия, осуществляют мелкий бытовой ремонт по заявкам от других участников (розетки, утюги и т.п.), помогают сотрудникам вести документооборот, работают на ресепшн, раздают обеды в столовой, помогают одеваться и принимать пищу подопечным дневного центра с выраженными дементными нарушениями.

Методы и методики

Для сбора эмпирических данных использовались психодиагностические инструменты.

Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (адаптация Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского) — опросник из 33 утверждений, позволяет выявить предпочтение трех копинг-стратегий: разрешение проблем, поиск социальной поддержки и избегание проблем.

Методика «Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)» Д.А. Леонтьева из 20 утверждений выявляет смысложизненные ориентации человека по субшка-

лам: цели в жизни, процесс жизни, результат жизни, локус контроля — Я, локус контроля — жизнь, а также общий показатель осмысленности жизни.

Методика «Тест жизнестойкости» С. Мадди (модификация Е.Н. Осина и Е.И. Рассказовой) из 24 утверждений оценивает жизнестойкость личности, понимаемую как система представлений человека, которые препятствуют формированию внутреннего напряжения и способствуют совладанию со стрессовыми ситуациями: вовлеченность, контроль и принятие риска.

«Методика диагностики уровня социальной фрустрированности» Л.И. Вассермана позволяет выявить степень удовлетворенности (как отсутствие фрустрированности) социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности. Включает 20 пунктов, описывающих различные сферы жизни человека, удовлетворенность которыми опрашиваемому предлагается оценить по шкале: полностью удовлетворен — 0, скорее удовлетворен — 1, затрудняюсь ответить — 2, скорее не удовлетворен — 3, не удовлетворен полностью — 4.

Для статистического анализа данных использовались критерий Краскелла–Уоллиса, U-критерий Манна–Уитни, двухкомпонентный кластерный анализ, регрессионный анализ. Расчеты произведены с помощью статистического пакета программ SPSS 22.0.

Результаты

Произведенный на собранных данных первичный статистический анализ позволил охарактеризовать выраженность измеряемых параметров у участников исследования.

Согласно данным по «Методике диагностики уровня социальной фрустрированности» Л.И. Вассермана, фрустрированность в различных сферах жизни для опрошенных пожилых людей находится в среднем диапазоне значений со сдвигом в сторону низких показателей: умеренно-неопределенная у 35% ($n = 21$), сниженная у 65% ($n = 39$). Это свидетельствует об умеренном благополучии социально-психологического состояния респондентов.

Методика «Тест жизнестойкости» С. Мадди обнаружил сдвиг центральной тенденции по шкалам опросника в сторону сниженных показателей. Для основной части выборки свойственны средний ($n = 32$, 53,4%) и низкий ($n = 26$, 43,3%) уровень жизнестойкости. При этом в большей степени эта тенденция выражена для шкал контроля ($n = 3$, доля высоких результатов 5%) и принятия риска ($n = 2$, доля высоких результатов 3,3%) в сравнении со шкалой вовлеченности ($n = 8$, доля высоких результатов 13,3%).

Данные опроса по методике «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана свидетельствуют о преимущественном использовании пожилыми клиентами благотворительного фонда конструктивных стратегий разрешения проблем (средняя частота использования в 66,7%, $n = 40$) и поиска социальной поддержки (средняя частота использования в 53,3%, $n = 32$) для

совладания со сложными жизненными ситуациями и обстоятельствами. Стратегия избегания проблем может быть названа периферически используемой (доля низких показателей предпочтения 85%, n = 51).

Методика «Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)» Д.А. Леонтьева позволила установить фокусированность большей части выборки в зоне нормативных значений со сдвигом в показатели высокой смыслонаполненности по шкалам: Цели в жизни (n = 31; 51,7%), Процесс жизни (n = 24; 40%), Результат жизни (n = 24; 40%), Локус контроля — Я и Локус контроля — жизнь (n = 31; 51,7%). Общий высокий уровень осмысленности жизни выявлен у 31 респондента (51,7%), а средние и низкие значения были выявлены у 28 (46,6%) и 1 (1,7%) респондента.

Для проверки различий в удовлетворенности жизнью пожилых людей с различными условиями проживания был проведен сравнительный анализ с помощью критериев Краскелла–Уоллиса и Манна–Уитни (табл. 2). В целом данные свидетельствуют, что удовлетворенность жизнью статистически значимо не различается в группах сравнения. Однако парциальные различия на уровне тенденции обнаруживаются, если обратить внимание, что среднее значение фрустрированности ниже всего для проживающих с супругами и выше для проживающих одиноко или с

родственниками. При этом статистически значимо в группах сравнения различаются параметры ресурсного личностного комплекса. Состоящие в браке пожилые люди чаще используют активный копинг, направленный на разрешение проблем, реже занимают избегательную позицию или обращаются за генерализованно понимаемой социальной поддержкой, вероятно, обладая ею в лице супруга. Для них статистически значимо выше осмысленность жизни и ощущение вовлеченности в жизненные процессы. Группой с выражено ослабленным ресурсным комплексом, нуждающейся в пристальной социальной заботе, ожидаемо обнаружена выборка одинокопроживающих пожилых людей. Для них характерна реже демонстрируемая способность к активному самостоятельному разрешению проблем, значимо снижена осмысленность жизни как в процессуальных, так и в результативных показателях, а также выражено ощущение низкой жизненной вовлеченности и интереса.

Анализ различий в группах пожилых волонтеров и подопечных благотворительного фонда по критерию Манна–Уитни (табл. 3) обнаружил, что в группе пожилых волонтеров благотворительного фонда удовлетворенность жизнью статистически значимо выше. При этом для данной группы характерна бо-

Таблица 2. Сравнительный анализ параметров в группах с различным типом проживания

Измеренные параметры	Среднее значение в группе одинокопроживающих, n = 22	Среднее значение в группе, проживающих с супругами, n = 20	Среднее значение в группе, проживающих с родственниками, n = 18	Сравнение респондентов трех групп по типу проживания		Сравнение одинокопроживающих с остальными респондентами	
				Хи-квадрат Краскелла–Уоллиса	Р	U-критерий Манна–Уитни	Р
Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана							
Разрешение проблем	21,955	25,45	23,944	4,862	0,088	291	0,05
Поиск социальной поддержки	20,227	19,1	23,111	5,675	0,059	385,5	0,616
Избегание проблем	20	18,45	20,167	2,578	0,276	358	0,354
Методика «Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)» Д.А. Леонтьева							
Цели в жизни	25,955	35,15	29,333	17,058	0,0001	209,5	0,001
Процесс жизни	21,818	29,95	26,389	15,616	0,0001	198,5	0,001
Результат жизни	20,864	27,4	24,333	15,396	0,0001	196	0,001
Локус контроля — Я	17,591	21,7	19,389	7,303	0,026	280,5	0,034
Локус контроля — жизнь	25	31,4	27,778	11,936	0,003	241	0,006
Осмысленность жизни	84,364	107,65	92,944	14,951	0,001	229,5	0,004
Методика «Тест жизнестойкости» С. Мадди							
Вовлеченность	17,182	22,35	19,833	7,944	0,019	254,5	0,012
Контроль	11,864	14,4	12,889	3,012	0,222	317,5	0,121
Принятие риска	8,727	9,5	8,333	1,624	0,444	391	0,677
Жизнестойкость	37,773	46,25	41,056	4,920	0,085	296	0,061
«Методика диагностики уровня социальной фрустрированности» Л.И. Вассермана							
Уровень фрустрированности	2,185	2,073	2,385	2,828	0,243	408	0,878

лее высокая осмысленность жизни, как в ее процессе, так и в оценке ее результатов. Они больше уверены в подконтрольности жизни своим усилиям и решениям, ориентированы на более активное использование копинга через разрешение проблем.

Для проверки гипотезы о связанности у пожилых людей удовлетворенности жизнью с особенностями личностного ресурсного комплекса опрошенные были разделены при помощи двухкомпонентного кластерного анализа по методике Л.И. Вассермана на две группы: с более низким ($n = 29$, фрустрированность $\mu = 2,67$) и более высоким ($n = 31$, фрустрированность $\mu = 1,77$) уровнем удовлетворенности жизнью. Анализ профиля удовлетворенности по различным жизненным сферам для контрастных кластеров показывает более выраженную фрустрированность пожилых людей с низкой удовлетворенностью в области здоровья и материального благополучия; они в меньшей степени довольны своим образом жизни, проведением досуга и отношениями с людьми (рис. 1).

Анализ по критерию Манна–Уитни показал различия по подавляющему большинству изучаемых личностных параметров между выделенными кластерными группами (табл. 4). Пожилые с более высокой удовлетворенностью жизнью отличаются увлеченностью происходящим, доминированием в копин-

говых стратегиях направленности на самостоятельное разрешение жизненных проблем, выраженной осмысленностью жизни в ее процессе и результатах, убежденностью в зависимости жизни от собственных усилий. Напротив, люди с выраженной социальной фрустрированностью характеризуются более низкой верой в себя и свои силы, что сопровождается готовностью чаще прибегать к социальной поддержке для разрешения жизненных трудностей, менее выраженным переживанием целеустремленности и вовлеченности в жизненные процессы.

Для проверки предикторного характера связей переживания удовлетворенностью жизнью с особенностями ресурсного личностного комплекса проведена процедура множественного регрессионного анализа методом пошагового отбора (табл. 5). Проверялись каузальные модели в отношении удовлетворенности жизнью и жизнестойкости. Модель предикторов удовлетворенности жизнью обладает скромной объяснительной дисперсией в 34,5% с основным вкладом в оценку удовлетворенности жизнью переменных контроля: по шкалам СЖО и Теста жизнестойкости. Модель предикторов жизнестойкости обладает достаточно высокой информативностью (до 70% дисперсии) и показывает, что более высокий уровень жизнестойкости наблюдается у по-

Table 2. Comparative analysis of parameters in groups with different types of residence

Measured parameters	Average value in the group of single residents, n = 22	Average value in the group living with spouses, n = 20	Average value in the group living with relatives, n = 18	Comparison of respondents of three groups by type of residence		Comparison of single residents with other respondents	
				Chi-squared Kruskal-Wallis	P	Mann-Whitney U test	P
Method "Indicator of coping strategies" by D. Amirkhan							
Problem resolution	21.955	25.45	23.944	4.862	0.088	291	0.05
Seeking social support	20.227	19.1	23.111	5.675	0.059	385.5	0.616
Avoiding problems	20	18.45	20.167	2.578	0.276	358	0.354
Methodology "Test of life-meaning orientations (SJO)" D.A. Leontyev							
Goals in life	25.955	35.15	29.333	17.058	0.0001	209.5	0.001
Life process	21.818	29.95	26.389	15.616	0.0001	198.5	0.001
The result of life	20.864	27.4	24.333	15.396	0.0001	196	0.001
Locus of control — I	17.591	21.7	19.389	7.303	0.026	280.5	0.034
Locus of control — life	25	31.4	27.778	11.936	0.003	241	0.006
Meaningfulness of life	84.364	107.65	92.944	14.951	0.001	229.5	0.004
"Resilience test" S. Muddy							
Involvement	17.182	22.35	19.833	7.944	0.019	254.5	0.012
Control	11.864	14.4	12.889	3.012	0.222	317.5	0.121
Risk acceptance	8.727	9.5	8.333	1.624	0.444	391	0.677
Vitality	37.773	46.25	41.056	4.920	0.085	296	0.061
"Method of diagnosing the level of social frustration" L.I. Wasserman							
Frustration level	2.185	2.073	2.385	2.828	0.243	408	0.878

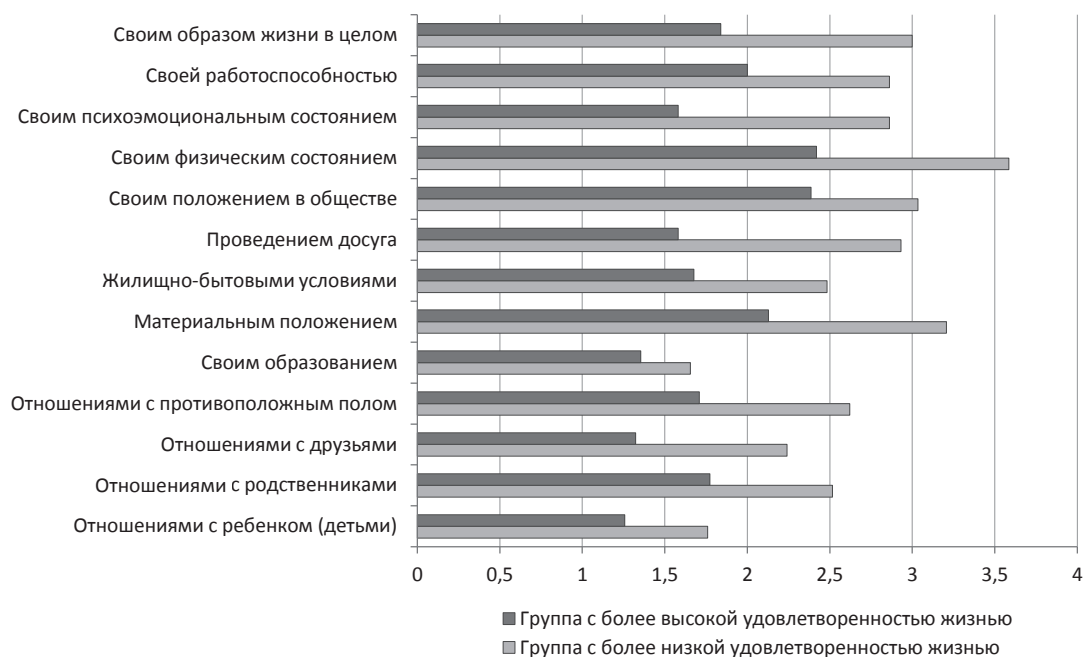


Рис. 1. Профиль фрустрированности в различных жизненных сферах групп с разной удовлетворенностью жизнью

Таблица 3. Сравнительный анализ параметров в группах подопечных и волонтеров

Измеренные параметры	Среднее значение в группе подопечных, n = 30	Среднее значение в группе волонтеров, n = 30	U критерий Манна-Уитни	p
Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана				
Разрешение проблем	21,8	25,633	214,500	0,0001
Поиск социальной поддержки	21,433	20	399,000	0,449
Избегание проблем	19,933	19,133	395,000	0,413
Методика «Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)» Д.А. Леонтьева				
Цели в жизни	25,667	34,4	128,500	0,0001
Процесс жизни	22,267	29,533	131,500	0,0001
Результат жизни	21,633	26,533	194,000	0,0001
Локус контроля — Я	16,533	22,467	121,500	0,0001
Локус контроля — жизнь	24,733	31,2	168,000	0,0001
Осмысленность жизни	82,167	107,233	90,000	0,0001
Методика «Тест жизнестойкости» С. Мадди				
Вовлеченность	15,6	23,8	83,500	0,0001
Контроль	10,4	15,633	133,000	0,0001
Принятие риска	7,233	10,5	173,500	0,0001
Жизнестойкость	33,233	49,933	79,500	0,0001
«Методика диагностики уровня социальной фрустрированности» Л.И. Вассермана				
Уровень фрустрированности	2,53	1,89	128,00	0,0001

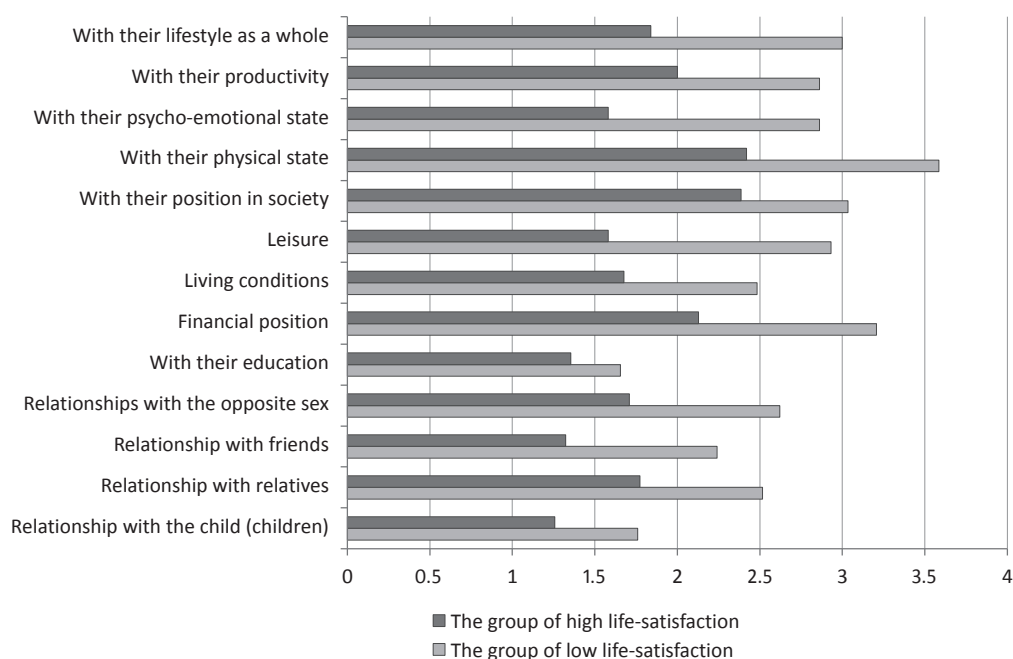


Fig. 1. Frustration profile in different life spheres of groups with different life satisfaction

Table 3. Comparative analysis of parameters in the groups of wards and volunteers

Measured parameters	Mean value in the group of wards, n = 30	Mean value in the group of volunteers, n = 30	Mann-Whitney U test	P
Method "Indicator of coping strategies" by D. Amirkhan				
Problem resolution	21.8	25.633	214.500	0.0001
Seeking social support	21.433	20	399.000	0.449
Avoiding problems	19.933	19.133	395.000	0.413
"Test of life-meaning orientations (LMO)" D.A. Leontiev				
Goals in life	25.667	34.4	128.500	0.0001
Life process	22.267	29.533	131.500	0.0001
The result of life	21.633	26.533	194.000	0.0001
Locus of control — I	16.533	22.467	121.500	0.0001
Locus of control — life	24.733	31.2	168.000	0.0001
Meaningfulness of life	82.167	107.233	90.000	0.0001
"Resilience test" S. Muddy				
Involvement	15.6	23.8	83.500	0.0001
Control	10.4	15.633	133.000	0.0001
Risk acceptance	7.233	10.5	173.500	0.0001
Vitality	33.233	49.933	79.500	0.0001
"Method of diagnosing the level of social frustration" L.I. Wasserman				
Frustration level	2.53	1.89	128.00	0.0001

Таблица 4. Сравнительный анализ параметров в кластерах пожилых людей с разным уровнем удовлетворенности жизнью

Измеренные параметры	Среднее значение в группе с более низкой удовлетворенностью жизнью, n = 29	Среднее значение в группе с более высокой удовлетворенностью жизнью, n = 31	U Манна-Уитни	P
Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана				
Разрешение проблем	21,759	25,548	204,500	0,001
Поиск социальной поддержки	21,724	19,774	376,000	0,275
Избегание проблем	19,379	19,677	417,000	0,628
Методика «Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)» Д.А. Леонтьева				
Цели в жизни	25,828	33,968	148,500	0,0001
Процесс жизни	23,034	28,581	184,500	0,0001
Результат жизни	22,241	25,806	256,000	0,004
Локус контроля — Я	16,517	22,290	141,000	0,0001
Локус контроля — жизнь	24,690	31,032	178,000	0,0001
Осмысленность жизни	83,276	105,387	134,500	0,0001
Методика «Тест жизнестойкости» С. Мадди				
Вовлеченность	16,621	22,581	184,000	0,0001
Контроль	10,586	15,290	168,000	0,0001
Принятие риска	7,517	10,129	225,000	0,001
Жизнестойкость	34,724	48,000	155,000	0,0001
«Методика диагностики уровня социальной фрустрированности» Л.И. Вассермана				
Уровень фрустрированности	2,6737	1,7717	0,001	0,0001

Table 4. Comparative analysis of parameters in clusters of older people with different levels of life satisfaction

Measured parameters	Mean value in the group of wards, n = 29	Mean value in the group of volunteers, n = 31	Mann-Whitney U test	P
Method “Indicator of coping strategies” by D. Amirkhan				
Problem resolution	21.759	25.548	204.500	0.001
Seeking social support	21.724	19.774	376.000	0.275
Avoiding problems	19.379	19.677	417.000	0.628
“Test of life-meaning orientations (LMO)” D.A. Leontiev				
Goals in life	25.828	33.968	148.500	0.0001
Life process	23.034	28.581	184.500	0.0001
The result of life	22.241	25.806	256.000	0.004
Locus of control — I	16.517	22.290	141.000	0.0001
Locus of control — life	24.690	31.032	178.000	0.0001
Meaningfulness of life	83.276	105.387	134.500	0.0001
“Resilience test” S. Muddy				
Involvement	16.621	22.581	184.000	0.0001
Control	10.586	15.290	168.000	0.0001
Risk acceptance	7.517	10.129	225.000	0.001
Vitality	34.724	48.000	155.000	0.0001
“Method of diagnosing the level of social frustration” L.I. Wasserman				
Frustration level	2.6737	1.7717	0.001	0.0001

Таблица 5. Психологические предикторы удовлетворенности жизнью и жизнестойкости

		Модель 1. Предикторы удовлетворенности жизнью		Модель 2. Предикторы жизнестойкости			
R		0,588		0,834			
R-квадрат		0,346		0,695			
Скорректированный R-квадрат		0,323		0,673			
Стандартная ошибка оценки		0,45217		6,6878			
Регрессия	Сумма квадратов	6,160		5602,602			
	ст.св.	2		4			
	Средний квадрат	3,080		1400,650			
	F	15,065		31,316			
	p	0,0001		0,0001			
		Предикторы	t	p	Предикторы	t	p
		Лocus контроля — Я	-2,62	0,011	Осмысленность жизни	7,606	0,001
		Контроль	-2,59	0,012	Отношениями с друзьями	-3,1	0,003
					Избегание	-2,74	0,008
					Отношения с родственниками	-2,21	0,031

Table 5. Psychological predictors of life satisfaction and resilience

		Model 1. Life satisfaction predictors		Model 2. Hardiness predictors			
R		0.588		0.834			
R-square		0.346		0.695			
Adjusted R-square		0.323		0.673			
Standard error of estimation		0.45217		6.6878			
Regression	Sum of squares	6.160		5602.602			
	d. f.	2		4			
	Medium square	3.080		1400.650			
	F	15.065		31.316			
	p	0.0001		0.0001			
		Predictors	t	p	Predictors	t	p
		Locus of control — I	-2.62	0.011	Meaningfulness of life	7.606	0.001
		Control	-2.59	0.012	Relationships with friends	-3.1	0.003
					Avoidance	-2.74	0.008
					Relations with relatives	-2.21	0.031

жилых людей, способных к осмысленной жизненной позиции, редко использующих неконструктивный способ совладания через избегание, удовлетворенных своими социальными отношениями с друзьями и родственниками. Пожилые люди ощущают себя более благополучно, если сохраняют контроль над жизненными обстоятельствами, своим поведением и самочувствием, а в случае невозможности этого — над пониманием и принятием жизненной ситуации через придание ей смыслов.

Обсуждение

Согласно полученным данным, подтверждается идея о многоплановой обусловленности оценки удовлетворенности жизнью в пожилом возрасте. При этом связанность удовлетворенности жизнью с характером семейной ситуации не играет определяющей роли. Только на уровне тенденции можно говорить о том, что самой уязвимой социальной группой, нуждающейся в наиболее интенсивной поддержке, являются

ся одиноко проживающие клиенты благотворительного фонда. Психологический профиль опрошенных пенсионеров с разными условиями проживания позволяет предположить, что не сам характер семейного статуса, но в сочетании с личностной позицией пожилых людей создает переживание жизненной ситуации как удовлетворительной или фрустрирующей. Удовлетворенность жизнью и жизнестойкость выше при активном использовании личностных ресурсов, связанных с наполнением смыслом жизни во всей ее целостности, стремлением влиять на жизненную ситуацию через ее принятие или изменение, готовности к переменам и поиску разрешений возникающих трудностей собственными усилиями или конструктивно запрашиваемой социальной помощи.

Выявленный предикторный характер отношений между оценкой удовлетворенности жизнью, и жизнестойкостью и уровнем осмысленности и контролируемости жизни, может быть лучше всего объяснен с точки зрения психологических подходов со стержневым пониманием важности субъектной или самодетерминантной позиции личности в развитии (С.Л. Рубинштейн, Д.А. Леонтьев, Т.О. Гордеева, А. Бандура, Э. Деси, Р. Райан, Дж. Роттер и др.). Как утверждал Б.Г. Ананьев в одной из первых концепций геронтогенеза, можно выделить два варианта старения, дивергентный и конвергентный, где последний характеризуется компенсаторной ролью, при которой умеренное изменение жизнеспособности сочетается с продолжающейся реализацией потенциала личности, требует включенности активной жизненной позиции (Ананьев, 2001). Это хорошо согласуется с современными моделями благополучного старения. Для обеспечения непрерывности личностного развития пожилого человека необходимо продолжать вести активную творческую и социальную жизнь, обдумывать свой жизненный опыт, творчески переосмысливать его и использовать в актуальной жизненной ситуации (Краснова, 2010). Ключевым фактором, обеспечивающим полноценную, интересную жизнь в пожилом возрасте является самодетерминация, проявляющаяся в ощущении собственной свободы выбора, ощущении личностной значимости, креативности мышления, спонтанности (Даведюк, 2014). В концепции позитивного старения О.Ю. Стрижицкой подчеркивается, что с возрастом субъектность человека, способность к самоорганизации и саморегуляции собственной жизни имеют потенциал роста за счет именно фактора самодетерминации (Стрижицкая, 2013; Стрижицкая, 2018).

Ценным результатом являются выявленные параметры удовлетворенности жизнью у недостаточно ранее эмпирически изучавшихся волонтеров пожилого возраста. Выбирающие волонтерскую деятельность пожилые люди считают свою жизнь интересной, переживают удовлетворенность от собственной самореализации и ощущают подконтрольность жизненных изменений. Они занимают не объектно-потребительскую позицию при получении социальной помощи, а активно участвуют в создании среды благотворительного фонда и помощи нуждающимся

ся, проявляя себя полноценными субъектами социального взаимодействия. Не случайно, из всех компонентов психологического благополучия, наиболее тесно связано с удовлетворенностью жизнью именно управление средой (Schindler, 2014). При оказании социальной помощи, как и в случае семейного взаимодействия пожилых людей важно, «чтобы человек был не только объектом, но и субъектом этих отношений, не только нуждался в понимании и поддержке других, но и сам их проявлял» (Головей, 2014, с. 9), ведь качество жизни в пожилом возрасте, даже при снижении оценок здоровья, выше при возможности вести активный образ жизни (Павлова, 2020). Волонтерство помогает наполнить жизнь смыслами социальной полезности, сопричастности и реализовать потребность в генеративности, которая определялась Э. Эриксоном как стремление человека обеспечить «наследие», внести изменения в окружающую среду. Наряду с воспитанием следующих поколений и наставничеством, волонтерство наилучшим образом обеспечивает генеративность (Полякова, 2017).

Ограничение результатов исследования связано локальностью обследованной выборки, которую в перспективе можно преодолеть за счет включенности пожилых людей, как в клиентской, так и добровольческой позиции в иных благотворительных организациях. Еще одно ограничение связано с кросс-секционным дизайном исследования, что не позволяет говорить о причинных отношениях между измеренными параметрами в части влияния вовлеченности в добровольчество на удовлетворенность жизнью. Альтернативным объяснением может быть более высокое благополучие и наличие активного личностного ресурса у удовлетворенных жизнью людей старшего возраста, что приводит их в волонтерское движение.

Заключение

Пожилые люди нуждаются в комплексной медико-психолого-социальной заботе, продуктивность которой демонстрируется позитивной динамикой не только в увеличении продолжительности, но и в повышении качества жизни. Полученные данные говорят о том, что удовлетворенность жизнью выше для пожилых людей, вовлеченных в практику добровольчества (волонтерство) и склонных к использованию таких проактивных личностных ресурсов, как продуктивное копинговое преодоление, стремление найти смысл в прошлых и текущих жизненных ситуациях, интерес к социальной вовлеченности и сохраняющаяся готовность не только претерпевать, но и активно организовывать среду своей жизни и жизненные изменения. Результаты исследования могут быть использованы для построения программ государственной и благотворительной помощи пожилым людям через практику поддержки посильного добровольчества, компенсации одиночества проживания и пролонгации реализации личностного потенциала.

Литература:

- Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001.
- Андреевская Н.В. Сравнительный анализ удовлетворенности жизнью и определяющих ее факторов // Мониторинг общественного мнения: социальная диагностика. 2010. № 56. С. 189–215.
- Аргайл М. Психология счастья. СПб.: Питер, 2003.
- Беловол Е.В., Бойко З.В., Радыш И.В., Шурупова Е.Ю. Активное старение: образовательная активность пожилых людей // Технологии живых систем. 2018. № 4. С. 42–49.
- Бенко Е.В. Обзор зарубежных публикаций, посвященных исследованию благополучия // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2015. № 2. С. 5–13.
- Боженкова К.А. Психологические особенности людей пожилого возраста // Приволжский научный вестник. 2016. № 3. С. 130–132.
- Головей Л.А., Стрижицкая О.Ю., Криулина А.В. Позитивное функционирование личности в пожилом возрасте: комплексный подход // Психологические исследования. 2014. № 7. С. 9. [Электронный ресурс] // URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.01.2022).
- Даведюк Е.П. Самодетерминация и ее индивидуальные проявления в пожилом возрасте // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика. 2014. № 2. С. 51–57.
- Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013.
- Кадырова В.Х. Психологические особенности эмоциональной сферы пожилых людей // Концепт. 2012. № 7. С. 46–50.
- Краснова О.В. Парадоксы возраста // Zeitschrift OSTEUROPA. 2010. № 5. С. 138–152.
- Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью. В сборнике Общество и политика: Современные исследования, поиск концепций. СПб.: СПбГУ, 2000.
- Лазарянц О.В. Социально-психологические особенности переживания одиночества в группах пожилых людей: автореферат дис. ... канд. психол. наук. Кострома, 2010.
- Левченко А.В. Переживание одиночества в пожилом возрасте // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2014. № 10. С. 199–204.
- Павлова Н.С., Сергиенко Е.А. Исследование качества жизни, связанного со здоровьем, во взаимосвязи с временной перспективой на этапе позднего онтогенеза // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. № 2. С. 47–55. [Электронный ресурс] // URL: <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2020-26-2-47-55> (дата обращения: 15.01.2022).
- Павлова Н.С., Сергиенко Е.А. Субъективное качество жизни, психологическое благополучие, отношение к временной перспективе и возрасту у пенсионеров, ведущих разный образ жизни // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2020. № 4. С. 384–401 [Электронный ресурс] // URL: <https://doi.org/10.21638/spbu16.2020.401> (дата обращения: 15.01.2022).
- Полякова М.К., Стрижицкая О.Ю. Генеративность и особенности социальной сферы взрослого // Психологические исследования. 2017. № 51. С. 5. [Электронный ресурс] // URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.01.2022).
- Селигман М. Путь к процветанию. Новое понимание счастья и благополучия М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013.
- Сергиенко Е.А. Психологические факторы благополучного старения. В сборнике Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: материалы V Международной научной конференции. Кострома: Костромской государственной университет, 2019. С. 412–416.
- Федеральная служба государственной статистики. Демографические показатели. Старшее поколение. [Электронный ресурс] // URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13877#> (дата обращения: 15.01.2022).
- Степанова О.П., Баженова Н.Г., Токарь О.В., Шпаковская Е.Ю., Шарыгина Е.С. Влияние ценностно-мотивационной сферы на удовлетворенность жизнью пожилых людей // Социологические исследования. 2016. № 11. С. 72–81.
- Стрижицкая О.Ю. Самодетерминация в период поздней взрослости и старения: теоретические подходы и проблемы // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Социология. 2013. № 4. С. 118–127.
- Стрижицкая О.Ю. Психология позитивного старения: условия, факторы и социальные эффекты геротрансцендентности: автореферат ... д-ра психол. наук. Санкт-Петербург, 2018.
- Стюарт-Гамильтон Я. Психология старения. СПб.: Питер, 2002.
- Суслова Т.Ф., Жучкова С.В. Исследование удовлетворенности жизнью и смысложизненных ориентаций в пожилом и старческом возрасте // Социальная психология и общество. 2014. № 3. С. 78–89.
- Фирсова Н.Г. Особенности самооценки людей пожилого возраста после выхода на пенсию // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. 2012. № 24. С. 224–225.
- Хойфт Г., Крузе А., Радебольд Г. Геронтопсихосоматика и возрастная психотерапии. М.: Академия, 2003.
- Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия // Вопросы социальной психологии личности. 2013. № 4. С. 27–41.
- Bradburn, N. (2019). The Structure of Psychological well-being. Chicago: Aldene Pab, 2019.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 3, 542–575.
- Diener, E. (2015). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.
- Naak, M., Fänge, A., Iwarsson, S., Ivanoff, S. (2007). Home as a signification of independence and autonomy: Experiences among very old Swedish people. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 14 (1), 16–24.
- Kahneman, D., Krueger, A. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of Economic Perspectives*, 1, 3–24.
- Kessler, E.M., Lindenberger, U., Staudinger, U. (2009). Stichwort: Entwicklung im Erwachsenenalter. *Erziehungswiss* 12, 361–381. [Электронный ресурс] // URL: <https://doi.org/10.1007/s11618-009-0092-0> (дата обращения: 15.01.2022).

- Schindler, I. (2014). Relations of admiration and adoration with other emotions and well-being. *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*.
- Veenhoven, R. (1993). *Happiness in Nations. Subjective appreciation of life in 56 nations*. Rotterdam: Erasmus University.

References:

- Ananiev, B.G. (2001). *Human as an object of knowledge*. St. Petersburg: Piter. (In Russ.).
- Andreenkova, N.V. (2010). Comparative Analysis of Life Satisfaction and Determining Factors. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: social'naya diagnostika (Public Opinion Monitoring: Social Diagnostics)*, 56, 89–215. (In Russ.).
- Argail, M. (2003). *Psychology of happiness*. St. Petersburg: Piter. (In Russ.).
- Belovol, E.V., Boyko, Z.V., Radysh, I.V., and Shurupova, E.Yu. (2018). Active aging: educational activity of older people. *Tekhnologii zhiviykh system (Technologies of living systems)*, 4, 42–49. (In Russ.).
- Benko, E.V. (2015). Review of foreign publications devoted to the study of well-being. *Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psikhologiya (Bulletin of the South Ural State University. Series: Psychology)*, 2, 5–13. (In Russ.).
- Bozhenkova, K.A. (2016). Psychological characteristics of the elderly. *Privolzhskii nauchnii vestnik (Privolzhsky Scientific Bulletin)*, 3, 130–132. (In Russ.).
- Bradburn, N. (2019). *The Structure of Psychological well-being*. Chicago: Aldene Pab.
- Davedyuk, E.P. (2014). Self-determination and its individual manifestations in old age. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seriya 16. Psikhologiya (Bulletin of St. Petersburg University, Series 16. Psychology)*, 2, 51–57. (In Russ.).
- Diener E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 3, 542–575.
- Diener, E. (2015). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.
- Dzhidar'yan I.A. (2013). *Psychology of happiness and optimism*. Moscow: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. (In Russ.).
- Firsova, N.G. (2012). Features of self-assessment of elderly people after retirement. *Nauchnie vedomosti Belgorodskogo gosudarstvennogo universiteta (Scientific Bulletin of the Belgorod State University. Series: Humanities)*, 24, 224–225. (In Russ.).
- Golovei, L.A., Strizhitskaya, O.Yu., Kriulina, A.V. (2014). Positive personality functioning in old age: an integrated approach. *Psikhologicheskie issledovaniya (Psychological research)*, 7, 9. (Retrieved from <http://psystudy.ru> (review date: 15.01.2022)). (In Russ.).
- Haak, M., Fänge, A., Iwarsson, S., Ivanoff, S. (2007). Home as a signification of independence and autonomy: Experiences among very old Swedish people. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 14 (1), 16–24.
- Heuft, G., Kruse, A. (2003). Radebold G. Gerontopsychosomatics and age-related psychotherapy. Moscow: Academy. (In Russ.).
- Kadyrova, V.Kh. (2012). Psychological features of the emotional sphere of older people. *Kontsept (Concept)*, 7, 46–50. (In Russ.).
- Kahneman, D., Krueger, A. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of Economic Perspectives*, 1, 3–24.
- Kessler, EM., Lindenberger, U., Staudinger, U. (2009). Stichwort: Entwicklung im Erwachsenenalter. *Erziehungswiss* 12, 361–381. (Retrieved from <https://doi.org/10.1007/s11618-009-0092-0> (review date: 15.01.2022)).
- Krasnova, O.V. (2010). Age paradoxes. *Zeitschrift OSTEUROPA*, 5, 138–152. (In Russ.).
- Kulikov, L.V. (2000). Determinants of life satisfaction. In Bol'shakov V.Yu. *Society and Politics: Modern Research, Search for Concepts*. St. Petersburg: St. Petersburg State University. (In Russ.).
- Maksimov, P.N. Older generation. Demographic indicators // Federal'naya sluzhba gosudarstvennoi statistiki (Federal State Statistics Service) (Retrieved from <https://rosstat.gov.ru/folder/13877#> (review date: 01.15.2022)). (In Russ.).
- Lazaryants, O.V. (2010). Social'no-psikhologicheskie osobennosti perezhivaniya odinochestva v gruppakh pozhiykh lyudei: Avtoref. diss. ... kand. psikhol. nauk (Socio-psychological features of experiencing loneliness in groups of older people:) Ph.D. (Psychology). Kostroma. (In Russ.).
- Levchenko, A.V. (2014). The experience of loneliness in old age. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgaft (Sciential notes of Lesgaft University)*, 10, 199–204. (In Russ.).
- Pavlova, N.S., Sergienko, E.A. (2020). Study of health-related quality of life in relation to the time perspective at the stage of late ontogenesis. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika (Bulletin of the Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics)*, 2, 47–55. (Retrieved from <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2020-26-2-47-55> (review date: 01.15.2022)). (In Russ.).
- Pavlova, N.S., Sergienko, E.A. (2020). Subjective quality of life, psychological well-being, attitude to the time perspective and age among pensioners leading a different lifestyle. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Psikhologiya (Bulletin of St. Petersburg University. Psychology)*, 4, 384–401. (Retrieved from <https://doi.org/10.21638/spbu16.2020.401> (review date: 01.15.2022)). (In Russ.).
- Polyakova, M.K., Strizhitskaya, O.Yu. (2017). Generativity and features of the social sphere of an adult. *Psikhologicheskie issledovaniya (Psychological research)*, 51, 5. (Retrieved from <http://psystudy.ru> (review date: 15.01.2022)).
- Schindler, I. (2014). Relations of admiration and adoration with other emotions and well-being. *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 2014.
- Seligman, M. (2013). *Way to prosperity. New understanding of happiness and well-being*. Moscow: Mann, Ivanov and Ferber. (In Russ.).
- Sergienko, E.A. (2019). Psychological factors of successful aging. In Saporovskaya M.V., Kryukova, T.L., Khazova, S.A. (Eds.), *Psychology of Stress and Coping Behavior: Challenges, Resources, Well-Being: Proceedings of the V International Scientific Conference* (pp. 412–416). Kostroma: Kostroma State University. (In Russ.).
- Shamionov, R.M. (2013). Psychology of subjective well-being. *Voprosy social'noi psikhologii lichnosti (Issues of social psychology of personality)*, 4, 27–41. (In Russ.).
- Stepanova, O.P., Bazhenova, N.G., Tokar, O.V., Shpakovskaya E.Yu., Sharygina E.S. (2016). Influence of value-motivational sphere on life satisfaction of elderly people. *Sociologicheskie issledovaniya (Sociological researches)*, 11, 72–81. (In Russ.).

Strizhitskaya, O.Yu. (2018). *Psikhologiya pozitivnogo stareniya: usloviya, factory i social'nye efekty gerotranssendentnosti: Avtoref. diss. ... doct. psikhol. nauk (Psychology of positive aging: conditions, factors and social effects of gerotranscendence) Doctoral dissertation (Psychology). St. Petersburg. (In Russ.)*

Strizhitskaya, O.Yu. (2013). Self-determination during late adulthood and aging: theoretical approaches and problems. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seriya 12. Sociologiya (Bulletin of St. Petersburg University. Series 12. Sociology)*, 4, 118–127. (In Russ.).

Styuart-Hamilton, Ya. (2002). *Psychology of aging. St. Petersburg: Piter. (In Russ.)*

Suslova, T.F., Zhuchkova, S.V. (2014). Study of life satisfaction and life-meaning orientations in the elderly and senile age. *Social'naya psikhologiya i obshchestvo (Social psychology and society)*, 3, 78–89. (In Russ.).

Veenhoven, R. (1993). *Happiness in Nations. Subjective appreciation of life in 56 nations. Rotterdam: Erasmus University.*

*Статья получена 17.01.2022;
отредактирована 07.02.2022;
принята 29.01.2022*

*Received 17.01.2022;
revised 07.02.2022;
accepted 29.01.2022*

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ / ABOUT AUTHORES



Щукина Мария Алексеевна — доктор психологических наук, профессор кафедры общей и консультативной психологии Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы, corr5@mail.ru, <http://orcid.org/0000-0002-0834-3548>

Mariia A. Shchukina — Doctor of Psychology, Professor of the Department of General and Counseling Psychology, St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work, corr5@mail.ru, <http://orcid.org/0000-0002-0834-3548>



Ширман Любовь Анатольевна — магистр психологии, Межрегиональная общественная организация инвалидов и пенсионеров «Еврейский Благотворительный Центр «Забота-Хэсэд Авраам», liubovshirman@gmail.ru

Liubov A. Shchirman — Master in Psychology, Interregional Public Organization of Disabled people and Pensioners “Jewish Charity Center “Caring-Hesed Avraham”, liubovshirman@gmail.ru