

Кузьменко А. О.,

*студентка 4 курсу за спеціальністю 053 – Психологія
Таврійського національного університету
імені В. І. Вернадського*

Власова Д. А.,

*студентка 4 курсу за спеціальністю 053 – Психологія
Таврійського національного університету ім. В. І. Вернадського
Наукова керівниця: **Мітіна С. В.,**
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології, філософії та суспільних наук
Таврійського національного університету
імені В. І. Вернадського*

ВПЛИВ ГЕНДЕРУ НА ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЖИТТЯМ

Сьогодні будь-яка розвинута держава в світі піклується про підвищення якості життя своїх громадян, прагне до того, щоб вони позитивно оцінювали умови і характер свого життя. Така оцінка є досить складним показником, адже зумовлюється впевненістю людини в майбутньому, вирішенням суперечностей та проблем її минулого, реалізованістю в сучасному житті, його стабільністю й визначається різноманітними чинниками, зокрема, соціальними, економічними, політичними, фізичними, психологічними. Складовою і показником якості життя людини є її психологічне благополуччя, стан і процес задоволеності своїм життям, усвідомленості реалізації своїх можливостей.

Проблеми психологічного благополуччя людини стають об'єктом уваги сучасних науковців, і зараз існують різні, інколи суперечливі підходи у його трактуванні. Термін «психологічне благополуччя» з'явився в науковому обігу психології у зв'язку з вивченням станів оптимального функціонування людини. Прагнення до позитивного функціонування та відчуття благополуччя є однією з основних рушійних сил особистісного зростання і важливою умовою якості життя особистості, тому проблема його набуття і підтримки є предметом численних психологічних досліджень. На важливості дослідження психологічного благополуччя вказують сучасні дослідження зарубіжних (К. Рифф, Р. Хан, Р. Райан, А. Салехинеджад, Дж. Хандуле, Дж. Буитраго, М. Марш) і вітчизняних науковців (І. Біла, Н. Волинець, Л. Котлова, Ю. І. Кашлюк, Л. Сердюк, Є. Савіцина, Л. Яворська).

Більшість дослідників вважають, що рівень щастя і задоволеність життям – це тотожні поняття. Задоволеність життям вважається ознакою якості життя та показником рівня якості фізичного та психічного здоров'я. Вважається, що чим менше розбіжностей у людини між її прагненнями та досягненнями, тим більше вона буде задоволена життям.

Наукові дослідження дають неоднозначні результати щодо зв'язку між гендером та задоволеністю життям. У той час як деякі свідчать про те, що жінки більш задоволені своїм життям, ніж чоловіки, інші дослідження виявляють, що більш задоволені саме чоловіки: результати щодо гендерних відмінностей у задоволеності життям були суперечливими в дослідженнях в одній країні, великих міжнародних дослідженнях і мета-аналізах. Суперечливі висновки щодо гендерних відмінностей у задоволеності життям свідчать про те, що зв'язок між гендером та задоволеністю життям є більш ніж прямим зв'язком і що на цю динаміку можуть впливати численні додаткові фактори. Це продемонстровано, наприклад, у дослідженні Майзенберга та Вудлі, де зв'язок між гендером та задоволеністю життям також залежить від національного контексту, соціокультурних умов та демографічних змінних.

Грем і Чаттопадхьяй виявили, що жінки, як правило, мають більшу задоволеність життям, ніж чоловіки, і що гендерний розрив у задоволеності життям був вищим у багатих країнах, а також в дослідженнях старших, більш освічених і одружених груп. Інші дослідження виявили, що в більшості регіонів жінки задоволені життям вище, ніж чоловіки, за винятком країн Африки на південь від Сахари та Центральної та Східної Європи, де чоловіки задоволені життям вище, ніж жінки; а також Західної Європи та Латинської Америки, де різниця між статтю не є статистично значущим.

Інглхарт (2002), використовуючи вибірку з 65 респондентів, виявив, що в молодших вікових групах (18-24, 25-34 і 35-44) жінки були більш задоволені життям, ніж чоловіки, тоді як чоловіки в старших вікових групах (понад 45 років) мають перевагу над жінками. Варто зазначити, що деякі дослідження показали, що гендерні відмінності в задоволеності життям не завжди пов'язані з національними особливостями, такими як глобальний регіон, економічний розвиток і релігія, а також не завжди пов'язані з правовим статусом жінки, що означає, що демографічні та подальші дослідження регіональні змінні можуть впливати на співвідношення між гендером та задоволеністю життям.

Результати глобального дослідження, проведеного Джошанлу та Йовановичем, показують, що гендерні відмінності більш виражені серед людей з вищим рівнем освіти. Спрямованість гендерних

відмінностей у задоволеності життям різнилася залежно від вікової групи та глобального регіону, їхні результати в основному узгоджувалися з дослідженням Інглхарта, яке пояснювало невеликі гендерні відмінності в задоволеності життям, оскільки гендер є постійною характеристикою для більшості людей, тобто до того часу, коли вони стають досліджуваними, більшість людей уже адаптувалися до переваг і недоліків буття чоловіком чи жінкою.

У цьому ж дослідженні молоді жінки повідомили про більшу задоволеність життям, ніж молоді чоловіки, тоді як літні чоловіки повідомили про більшу задоволеність життям, ніж старші жінки. Ці результати частково пояснюються тим фактом, що жінки похилого віку піддаються більшому ризику проблем зі здоров'ям, психологічних наслідків вдовства та статистично мають менші матеріальні ресурси (наприклад, жінки мають нижчу пенсію).

Аналіз регіонів світу показує, що у шести регіонах жінки мають вищу задоволеність життям, ніж чоловіки, у трьох регіонах чоловіки та жінки мають однакову задоволеність життям, а Африка на південь від Сахари є єдиною, де жінки мають нижчу область задоволеності життям. Попередні дослідження постійно показували, що задоволеність життям вища серед чоловіків у країнах Африки на південь від Сахари, що частково можна пояснити широко поширеною гендерною нерівністю в цьому регіоні.

Дослідження також виявило гендерні відмінності в задоволеності життям серед людей, які пережили несприятливі життєві події, такі як розлучення, вдовство та безробіття, з неоднозначними результатами. Зокрема, безробітні чоловіки повідомили про нижчу задоволеність життям, ніж безробітні жінки, тоді як між групами овдовілих і розлучених не виявлено гендерних відмінностей. Ці результати підтверджують попередні висновки про те, що безробіття має більш негативний вплив на добробут чоловіків (Joshanu, 2018), можливо тому, що в багатьох частинах світу робота все ще відіграє більш важливу роль у соціальному прийнятті чоловіків.

Загалом жінки були більш задоволені своїм життям, ніж чоловіки в більшості досліджуваних груп, хоча загалом ці відмінності були незначними. Це так, незважаючи на те, що об'єктивні умови для жінок у світі менш сприятливі. Навіть у високорозвинених країнах все ще існує серйозна гендерна нерівність на ринку праці; жінки мають менший доступ до влади, керівних посад, можливостей працевлаштування та дозвілля, ніж чоловіки (Екерманн, 2012). Незважаючи на це, суб'єктивно жінки все ще можуть бути більш задоволені своїм життям, ніж чоловіки.

Самі дослідники вважають, що життєстійкість є ключовим фактором, що пояснює більшу задоволеність життям жінок. Проте висновки Джошанлу та Йовановича показують, що ця статева різниця змінюється в поганих соціально-економічних обставинах (наприклад, в Африці на південь від Сахари) і приблизно у віці 63 років, що може вказувати на зниження очікуваної тривалості життя жінок. Зменшення задоволеності життям серед жінок похилого віку також можна частково пояснити ейджизмом і дискримінацією за зовнішнім виглядом у сучасному суспільстві. Цю тенденцію до зниження можна змінити, звернувшись до гендерного ставлення та стереотипів. Враховуючи перехресний характер даних, також можна помітити, що літні жінки перебувають під сильним впливом культурних норм і соціально-економічних умов минулих десятиліть, тому результати літніх жінок можуть не співпадати з молодшими жінками в тій самій географічній чи економічній вибірці.

Отже, зважаючи на раніше викладену інформацію, можна стверджувати, що жінки, як правило, відчувають більшу задоволеність життям, ніж чоловіки, у більшості регіонів, за винятком Африки на південь від Сахари та Центральної та Східної Європи. Це пояснюється тим, що зв'язок між гендером та задоволеністю життям є складним і не завжди прямолінійним, та залежить від багатьох факторів, таких як національний контекст, соціально-культурні умови та демографічні зміни. Дослідження Грема і Чаттопадхьяї свідчать про те, що жінки відчувають більшу задоволеність життям, особливо в багатих країнах та серед старших, освічених та одружених осіб. Дослідження також підтверджують, що жінки можуть бути більш задоволені своїм життям, незважаючи на менш сприятливі об'єктивні умови, таких як гендерна нерівність на ринку праці чи стереотипізація.

Більша задоволеність життям жінок частково пояснюється їхньою життєздатністю, але ця гендерна різниця змінюється в поганих соціально-економічних умовах і у похилому віці. Важливим є усвідомлення того, що гендерні відмінності у задоволеності життям можуть бути складними і залежать від багатьох чинників. Для розуміння цих відмінностей необхідно брати до уваги культурні та соціально-економічні контексти, а також індивідуальні особливості та життєві обставини, як розлучення, вдівство, безробіття та інші.

Список використаних джерел:

1. Щербатюк Б. А. Задоволеність життям як проблема психологічного дослідження. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. 7, № 28. С. 257–265. URL: http://ecopsy.com.ua/data/zbirki/2012_28/sb28_29.pdf

2. Grabanski C. R. et al. Happiness and wellness – biopsychosocial and anthropological perspectives / London : Intechopen, 2023. DOI: <https://doi.org/10.5772/intechopen.100658>

3. Joshanloo M., Jovanović V. The relationship between gender and life satisfaction: analysis across demographic groups and global regions. *Archives of women's mental health*. 2019. Т. 23, № 3. С. 331–338. DOI: <https://doi.org/10.1007/s00737-019-00998-w>

4. Silfiasari S. Life satisfaction based on gender. *Advances in social science, education and humanities research*. 2018. Т. 304. С. 212–215. URL: https://www.researchgate.net/publication/344013762_Life_Satisfaction_Based_on_Gender

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-393-7-6>

Моляко В. О.,

*доктор психологічних наук, професор,
дійсний член Національної академії педагогічних наук України,
головний науковий співробітник лабораторії психології творчості
Інституту психології імені Г. С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України*

ІНДИКАТОРИ ПРОЯВІВ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Ускладненість умов, в яких протікає практично будь-яка діяльність і саме повсякденне життя сучасної людини, стали вже, як це не парадоксально, своєрідною нормою. Зростання ритму самої діяльності та її проявів у навколишньому середовищі, зростання потоків інформації, дефіцит часу, необхідного для прийняття рішень, а іноді й на нормальне виконання звичайної роботи, конфлікти з оточуючими, практично хронічне надходження відомостей про аварії, катастрофи, військові конфлікти, нещасні випадки, загрозлива екологія та багато іншого – все це створює реальний фон повсякденного життя.

Як вже визнано, людський організм, людська психіка відзначаються досить суттєвими запасами біологічної, фізичної, психічної “міцності”, а окрім того володіє адаптаційними можливостями, що дозволяє розвивати цю натуральну міцність, підвищує можливості людини в подоланні різноманітних труднощів. Разом з тим такі запаси міцності й надійності завжди мають індивідуальні характеристики, вони не однакові, а окрім того, вони не завжди розраховані на дуже сильні