

## Удовлетворенность жизнью женщин и мужчин старшего возраста

*Е. А. Никитина*

Институт психологии РАН,  
Российская Федерация, 129366, Москва, ул. Ярославская, 13

**Для цитирования:** *Никитина Е. А.* Удовлетворенность жизнью женщин и мужчин старшего возраста // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2024. Т. 14. Вып. 1. С. 143–157. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.109>

В статье представлены результаты аналитического обзора современных публикаций и эмпирического исследования удовлетворенности жизнью женщин и мужчин пожилого и старческого возраста. Отмечены проблемы изучения удовлетворенности жизнью и психологического благополучия у респондентов старшего возраста, связанные с формированием равновесных по полу выборок и с выбором адекватного инструментария, продемонстрированы результаты исследований изучаемых характеристик у женщин и мужчин, а также у представителей разных возрастных групп. Показаны различия факторов психологического благополучия в отличающихся выборках. Для респондентов старческого возраста отмечена большая значимость здоровья, достатка и мира в семье, позитивного отношения к себе и окружающим, а также духовности по сравнению с более молодыми респондентами, ориентированными в большей степени на саморазвитие и активность. Отличительной особенностью данной работы является сопоставление результатов двух групп, выровненных по возрасту, уровню образования, профессиональному и семейному статусу, включавших 36 женщин и 36 мужчин в возрасте от 64 до 89 лет. При сравнении результатов этих групп различия обнаружены только по эмоциональной поддержке и самооценке характера. Удовлетворенность жизнью в пожилом и старческом возрасте у мужчин и женщин не различается, однако связана с разными переменными. Для женщин на первом месте находятся показатели, отражающие успешность социального взаимодействия, — эмоциональная и инструментальная поддержка и самооценка характера. Самооценка внешности в этом возрасте не является ресурсом удовлетворенности жизнью в группе женщин. Удовлетворенность жизнью мужчин старшего возраста связана с их самооценкой и не различается в зависимости от социальной поддержки или социотропности/самодостаточности, а также от включенности в семейные взаимодействия. Ставится вопрос об эффективности использования Дифференциального опросника одиночества в данной возрастной группе.

*Ключевые слова:* удовлетворенность жизнью, психологическое благополучие, пожилой и старческий возраст, половые различия, одиночество, самооценка, социальная поддержка.

В настоящее время все больше внимания уделяется исследованию факторов удовлетворенности жизнью и психологического благополучия людей разного возраста и пола. Подтверждена положительная роль трудовой занятости, экономического, образовательного и семейного статуса, физического и ментального здоровья

и здорового образа жизни, социальных контактов, самооценки и т. д. Наиболее изученным является период юности, ранней и средней взрослости, но и для этого временного интервала обнаружены значимые возраст-половые различия в выраженности отдельных компонентов благополучия..., и связей между ними (Психологическое благополучие, 2020). Переходя к анализу проблемы в группе респондентов пожилого и старческого возраста, составляющей в Российской Федерации по данным Росстата на 1 января 2023 г. 35 млн чел., или почти четверть населения, мы сталкиваемся с целым рядом методических сложностей.

Во-первых, различие в продолжительности жизни между женщинами и мужчинами, а также меньшая готовность пожилых мужчин принимать участие в психологических проектах часто приводят к невозможности подобрать симметричные по полу и возрасту группы респондентов. В результате во многих исследованиях либо не производится разделения выборки по полу (например, см.: (Донская, 2022; Карась и др., 2022)), либо количество женщин значительно превышает количество мужчин, например 249 женщин и 41 мужчина в работе А. И. Мелёхина (Мелёхин, 2019), что, не снижая важности полученных авторами результатов, накладывает ограничения на их интерпретацию.

Во-вторых, представления о благополучной жизни и образ счастья в пожилом возрасте могут иметь существенные отличия по сравнению с данными, полученными для других возрастов. Для пожилых людей счастье связано со своим здоровьем и здоровьем близких, с характером отношения к собственному прошлому. Значимость благополучия, достатка и мира в семье, позитивного отношения к себе и окружающим, а также духовности для них выше, чем для более молодых респондентов, ориентированных в большей степени на саморазвитие, активность и движение вперед (Булкина, 2022; Донская, 2022, Забелина и др., 2023). А это значит, что модели благополучия, лежащие в основе ряда широко используемых методик и апробированные на респондентах периода юности или ранней взрослости, могут не полностью подходить для людей, находящихся на этапе поздней зрелости.

При сравнении показателей психологического благополучия женщин и мужчин пожилого и старческого возраста с нормативными данными, выявленными для более молодых респондентов, Ю. Б. Дубовик обнаружила относительную стабильность значений шкал «Позитивные отношения с окружающими», «Автономия» и «Управление средой» и суммарного психологического благополучия. Однако по шкалам «Цели в жизни» и «Самопринятие» наблюдается некоторое снижение — значения приближаются к нижней границе нормы. Наиболее значимые изменения прослеживаются по шкале «Личностный рост» — у пожилых людей этот показатель ниже, чем в среднем возрасте, а у респондентов старше 75 лет — ниже, чем у пожилых (Дубовик, 2011). Автор обнаруживает также возрастные особенности связи благополучия и характеристик темперамента. Для людей старческого возраста выявлены отрицательные корреляции эмоциональной реактивности с большинством шкал опросника К. Риффа, в пожилом возрасте более значим вклад активности и выносливости.

Исследования А. А. Нестеровой и С. М. Жучковой также показывают, что при переходе от пожилого к старческому возрасту заметно меняется факторная структура психологического благополучия. Для респондентов 50–75 лет наиболее важными оказываются осмысленная и активная жизненная позиция, включенность

в социальную систему, ценностно-мотивационная интегрированность, социальная поддержка и забота от людей ближнего круга, оптимизм и удовлетворенность условиями жизни, а также удовлетворенность статусно-ролевой позицией. В группе старческого возраста выделяются такие факторы, как здоровье и жизненные силы для активности, экзистенциальная наполненность и самоуважение, социальная поддержка со стороны семьи и удовлетворение потребностей жизнеобеспечения, ценностно-мотивационная интегрированность, включенность в общественно-полезную деятельность и социальная поддержка со стороны расширенной социальной сети, а также социальное признание и опора на социальную поддержку государства (Нестерова, Жучкова, 2018).

В работе Н. С. Павловой и Е. А. Сергиенко продемонстрированы возрастные изменения структуры взаимосвязей психологического благополучия с компонентами здоровья. Показано, что наряду с заметными изменениями в качестве жизни, которые начинаются в среднем после 70 лет, в старческом возрасте снижается количество связей физического компонента здоровья и увеличивается количество связей психологического компонента здоровья со шкалами благополучия (Павлова, Сергиенко, 2020).

Отмечены также неоднозначные и все еще недостаточно изученные различия при измерении психологического благополучия мужчин и женщин. В некоторых работах связанных с полом различий в субъективном благополучии не выявлено (Ren et al., 2010). Ряд публикаций указывает на более высокое благополучие женщин по сравнению с мужчинами (Zebhauser et al., 2014; Shi et al., 2022), другие, наоборот, доказывают, что у пожилых женщин чаще наблюдаются крайне низкие значения субъективного благополучия (Lukaschek et al., 2017), а мужчины демонстрируют более высокие значения самопринятия, автономии (Matud et al., 2020).

Такое рассогласование может быть связано и с особенностями выборок респондентов, привлеченных к участию в исследованиях, например с принадлежностью к западной или восточной культуре, и с социальными изменениями, происходящими в последние десятилетия. Исследования второй половины XX в. чаще фиксировали большую удовлетворенность жизнью у женщин, однако обнаружено, что в США с 1970-х гг. произошло снижение и абсолютных показателей благополучия у женщин, и относительное снижение этих характеристик относительно мужских (Stevenson, Wolfers, 2009). Авторы видят причины этого явления в снижении социальной сплоченности, увеличении тревожности, разнообразных факторах риска внутри семьи. Но не менее важно и изменение тех критериев, которые принимают во внимание респонденты, оценивая свое благополучие, — если в 1970-х гг. в США благополучной считала себя женщина, счастливая в семейной жизни, то в последующие годы необходимым стал и профессиональный успех. По-видимому, мы можем увидеть аналогичные изменения и у современных российских пожилых людей. Трудно представить, что советская пенсионерка 1970-х или 1980-х гг. страдала от невозможности посетить Париж или просто отправиться в интересную поездку — отсутствие тяжелых болезней, благополучие детей и внуков составляло основу для удовлетворенности жизнью. В настоящее же время автор неоднократно слышала жалобы на невозможность легко путешествовать и заниматься собой наравне с европейскими ровесниками, при том что сохраняется достаточно большое количество «традиционных бабушек».

М. Пинкар (M. Pinqart) и С. Соренсен (S. Sörensen) указывают на пять факторов, предположительно связанных с меньшими значениями психологического благополучия пожилых женщин (Pinqart, Sörensen, 2001):

1. Несмотря на более высокую продолжительность жизни, большую часть дополнительных лет женщины проводят с болезнями и инвалидностью.
2. Женщины вчетверо чаще, чем мужчины, остаются в одиночестве после смерти супруга.
3. Из-за неравенства, возникшего в более молодые годы, женщины в среднем имеют меньшие материальные ресурсы и в старости.
4. Для женщин более типична демонстрация своих негативных чувств.
5. Стареющие женщины считаются менее привлекательными, в то время как мужчины с возрастом могут приобрести более высокий социальный статус (О.В. Краснова и Т.З. Козлова называют это «двойным стандартом старения» (Краснова, Козлова, 2007)).

Женщины старше 75 лет в 2,5 раза чаще указывают на переживание одиночества, чем мужчины, что может объясняться как объективными (вдовство), так и субъективными причинами (Boehlen et al., 2023). Однако, к сожалению, данных о проявленности различных типов одиночества: негативного, связанного с физической изоляцией или невозможностью контактов, и позитивного, то есть сознательного уединения, которое может выступать в качестве ресурса, для пожилого возраста не обнаружено.

В то же время благополучие пожилых женщин больше подвержено изменениям из-за внешних условий. Женщины отмечают большую адаптивность к переменам и независимость в повседневной жизни (Redzovic, 2023). Вовлечение респондентов позднего возраста в образовательные активности в большей степени способствует повышению субъективного благополучия у женщин, особенно одиноких, по сравнению с мужчинами (Shi et al., 2022). Авторы предлагают ряд возможных интерпретаций обнаруженного факта, среди которых и возникновение новых социальных контактов с соучениками и преподавателями, и переход на более высокий статус по сравнению с ролью домохозяйки, и повышение самооценки от собственных успехов, часто более заметных, чем у пожилых мужчин.

В работе О.И. Карпуниной, проведенной на российской выборке, связанных с полом различий в психологическом благополучии пожилых респондентов не выявлено, однако показано, что для мужчин важны личный успех, качество отношений с окружающими людьми, согласованность целей и их достижение, а для женщин связью этих переменных с представлениями о счастье не выявлено (Карпунина, 2022).

Полученные данные подтверждают, что при изучении половых различий в переживании удовлетворенности жизнью оказывается весьма сложно исключить вклад дополнительных переменных в итоговый результат. Известно, что значимую роль в благополучии респондентов позднего возраста играют такие факторы, как профессиональный статус, уровень развития субъектности личности, жизненная удовлетворенность, согласованность между поставленными и достигнутыми целями (Нерушай, 2021). И оказывается, что при контроле семейного и социоэкономического статуса, а также состояния здоровья респондентов старшего возраста значимость выявленных ранее различий, связанных с полом, снижается (Pinqart, Sörensen, 2001).

Помимо крайнего разнообразия и нестабильности объективных демографических, социальных и экономических условий, а также разнообразия индивидуальных и личностных особенностей респондентов необходимо учитывать так называемый парадокс старения, отмеченный еще Б. Г. Ананьевым и заключающийся в том, что «период старения характеризуется высокой степенью вариативности, возможно, самой высокой на протяжении всего жизненного цикла человека» (Стрижицкая, 2022). Многие авторы указывают на «все большую индивидуализацию людей в процессе старения» (Александрова, 1974, с. 122), возрастание роли «субъективного отношения человека к социальным воздействиям, стереотипам и шаблонам» (Анцыферова, 1996, с. 60).

Обобщенные возрастные и половые особенности дополняются данными об отличиях в переживании позднего возраста респондентами с разными личностными характеристиками. Типологизации старения предлагались в работах многочисленных авторов, начиная с Д. Бромлея, Ф. Гизе, Х. Томе, последовавших в 1980–1990-х гг. публикациях Л. И. Анцыферовой (Анцыферова, 1996) и более современных исследованиях. В зависимости от соотношения большей направленности на личностный рост или на управление окружением (компетентность) (шкалы Personal Growth или Environmental Mastery методики К. Рифф) Р. Хелсон и С. Сривастава описали три продуктивных типа развития для женщин: сохраняющий (conservers), ищущий (seekers) и направленный на достижения (achievers), а также обедненный тип, представители которого имели низкие значения по обоим шкалам (Helson, Srivastava, 2001). Выяснилось, что к пожилому возрасту эти женщины имели различные характеристики эмоциональности, самоконтроля, отношения к профессиональной деятельности, а также идентичности. Приводимые авторами описания конкретных случаев для каждого типа развития демонстрируют значимые различия в жизненных траекториях этих женщин и подтверждают разнообразие источников благополучия для них.

Очевидно, что для столь неоднородной группы, как люди пожилого и старческого возраста, нелегко построить единую модель благополучия и удовлетворенности жизнью, учитывающую все значимые переменные.

В настоящий момент можно выделить два идущих навстречу друг другу подхода к изучению старшего возраста: разработка целостного понимания благополучия пожилого человека в его связи с разноуровневыми биологическими, психологическими, социальными и средовыми факторами (Стрижицкая, Петраш, 2022) и выявление особенностей тех или иных подвыборок, различающихся по конкретным переменным, внутри исследуемого возраста, а также описание конкретных кейсов, как подтверждающих известные закономерности, так и являющихся уникальными.

Цель данной работы состоит не только в выявлении связанных с полом различий в уровне удовлетворенности жизнью у респондентов старшего возраста, но и в попытке выявить факторы, связанные с этой характеристикой.

В исследовании тестировались следующие гипотезы:

1. У мужчин и женщин пожилого и старческого возраста со сходными демографическими характеристиками уровень удовлетворенности жизнью и связанных с ней параметров различается.

2. Структура связей удовлетворенности жизнью с социальными и личностными характеристиками респондентов женского и мужского пола различна.

## Методы

**Выборка.** В исследовании приняли участие 72 человека. Мы не ставили задачу выявления возрастных различий, поэтому основное внимание при формировании выборки было направлено на ее выравнивание по полу. Дали свое согласие и полностью заполнили предложенные методики 36 мужчин пожилого и старческого возраста (65–86 лет, средний возраст — 71,2 года), проживающих в Москве и ближайшем Подмосковье. Продолжают трудовую деятельность 36,1 %, 63,9 % — пенсионеры; 83,3 % женаты, 16,7 % в разводе или овдовели; 16,6 % имеют среднее образование, 19,4 % — среднее специальное и 63,9 % — высшее (средний срок получения образования 14,9 лет). Для того чтобы сформировать максимально уравновешенную по демографическим характеристикам выборку, из 84 женских протоколов было также отобрано 36 таким образом, что средний возраст в женской группе составил 70,6 лет (64–89 лет), продолжали работать 30,6 %, находились в браке — 69,4 %, средний срок получения образования составил 14,5 лет.

Критерий включения — сохранность когнитивных функций (не менее 15 баллов по методике SAGE), отсутствие острого или обострения хронического заболевания на момент тестирования. Средний балл по методике SAGE у мужчин составил 18,6 баллов, у женщин — 18,8 баллов.

**Методики.** Поскольку анализ литературы подтвердил значимость самооценки и характеристик социальной поддержки для благополучия респондентов пожилого и старшего возраста, была сформирована батарея методик, позволяющая достаточно подробно изучить роль этих переменных. Исследование было спланировано так, чтобы время заполнения респондентом всех бланков не превышало 30 минут, поэтому мы отказались от использования Шкалы психологического благополучия К. Рифф из-за ее объема и ограничились интегральной оценкой удовлетворенности жизнью с помощью шкалы Э. Динера.

Составляющие самооценки были оценены с помощью 100-балльных шкал самооценки реальных и идеальных интеллекта, внешности, характера и здоровья. Разница между идеальными и реальными значениями расценивалась как количественная мера неудовлетворенности той или иной характеристикой.

Для оценки значимости взаимодействия с окружающими была использована методика «Социотропность — самодостаточность» (О. Ю. Стрижицкой, М. Д. Петраш, И. Р. Муртазиной и Г. А. Вартамян), субъективные оценки эмоциональной, инструментальной поддержки, социальной интеграции и удовлетворенности социальной поддержкой измерялись с помощью опросника социальной поддержки SOZU-22 (в адаптации А. Б. Холмогоровой, Н. Г. Гараян и Г. А. Петровой). Части респондентов был также предложен Дифференциальный опросник переживания одиночества (в адаптации Е. Н. Осина и Д. А. Леонтьева) для выявления проявленности общего одиночества, зависимости от общения и позитивного одиночества в женской и мужской подгруппах.

Для контроля дополнительных переменных мы просили респондентов также ответить на вопросы анкеты об их образе и условиях жизни и о демографических характеристиках.

**Процедура.** На первом этапе участникам, выразившим согласие принять участие в исследовании, предлагалось выполнить методику SAGE и ответить на во-

просы короткой анкеты. Далее они получали распечатанный 16-м кеглем комплект методик для заполнения в домашних условиях. Данные из собранных через неделю комплектов проверялись на полноту сведений и заносились в сводные таблицы для дальнейшей обработки. Статистическая обработка результатов проводилась с помощью программы IBM SPSS Statistics v.27 и включала сравнение результатов независимых выборок с помощью критерия Манна — Уитни и корреляционный анализ по методу Спирмена. Критерий подтверждения гипотез  $p < 0,05$ .

## Результаты

Для тестирования первой гипотезы было проведено сравнение результатов женщин и мужчин. Результаты обработки протоколов участников представлены в табл.

Полученные данные опровергают нашу первую гипотезу о различии в уровне удовлетворенности жизнью, самооценке и характеристиках социотропности/самодостаточности между группами респондентов женского и мужского пола пожилого и старческого возраста. Из переменных, связанных с социальной поддержкой, выявлено различие только в эмоциональной поддержке, а по шкалам самооценки значимо различается только самооценка характера — оба этих параметра выше у женщин. Неудовлетворенность своим интеллектом, внешностью и характером несколько выше у мужчин, однако это различие не достигает уровня значимости.

Для проверки второй гипотезы были вычислены коэффициенты корреляции удовлетворенности жизнью с остальными переменными в женской и мужской подгруппах отдельно.

У женщин выявлена прямая связь удовлетворенности жизнью с эмоциональной и инструментальной поддержкой ( $R_{ho} = 0,347$  и  $0,412$  соответственно при уровне значимости  $p < 0,05$ ) и самооценкой характера ( $R_{ho} = 0,354$  при  $p < 0,05$ ), а также обратная связь с неудовлетворенностью своим интеллектом ( $R_{ho} = -0,374$  при  $p < 0,05$ ). На уровне тенденции прослеживается положительная связь с самооценкой интеллекта, здоровья и самодостаточностью. Корреляций удовлетворенности жизнью и шкал самооценки со сроком образования, экономическим, семейным статусом и характеристиками трудовой занятости не обнаружено. Однако продолжительность полученного образования обратно связана с социальной неуверенностью ( $p < 0,05$ ). Связь с возрастом обнаружена только для неудовлетворенности своим интеллектом ( $R_{ho} = 0,487$  при  $p < 0,01$ ). Неудовлетворенность внешностью отрицательно связана с социальной интеграцией ( $R_{ho} = -0,485$  при  $p < 0,01$ ).

В группе мужчин удовлетворенность жизнью положительно связана со шкалами самооценки: интеллекта ( $R_{ho} = 0,487$  при  $p < 0,01$ ), внешности ( $R_{ho} = 0,451$  при  $p < 0,01$ ), характера ( $R_{ho} = 0,457$  при  $p < 0,01$ ) и здоровья ( $R_{ho} = 0,485$  при  $p < 0,01$ ), а также, что кажется неожиданным, со шкалой общего одиночества ( $R_{ho} = 0,569$  при  $p < 0,01$ ). В то же время неудовлетворенность своими характеристиками демонстрирует отрицательные связи с удовлетворенностью жизнью ( $p < 0,01$  для всех шкал). Общее одиночество положительно связано с самооценкой характера и отрицательно — с самодостаточностью ( $p < 0,05$  в обоих случаях). Срок образования у мужчин положительно связан с самооценкой интеллекта и самодостаточностью ( $p < 0,05$ ).

### Сравнение результатов женской и мужской групп респондентов

| Параметры                           | Женщины | Мужчины | Асимп. знач.<br>(двухсторонняя) |
|-------------------------------------|---------|---------|---------------------------------|
| Возраст                             | 70,64   | 71,24   | 0,906                           |
| SAGE                                | 18,81   | 18,61   | 0,433                           |
| Срок получения образования          | 14,46   | 14,94   | 0,514                           |
| Автономия пространства              | 1,63    | 1,74    | 0,559                           |
| Автономия времени                   | 3,66    | 3,53    | 0,559                           |
| Удовлетворенность жизнью            | 24,67   | 23,60   | 0,468                           |
| Социальная неуверенность            | 31,22   | 32,40   | 0,849                           |
| Зависимость                         | 18,08   | 19,14   | 0,568                           |
| Привязанность                       | 41,69   | 39,31   | 0,161                           |
| Самодостаточность                   | 44,64   | 43,29   | 0,437                           |
| Суммарный балл социальной поддержки | 90,10   | 86,75   | 0,195                           |
| Эмоциональная поддержка*            | 40,45   | 37,89   | 0,023                           |
| Инструментальная поддержка          | 17,58   | 17,53   | 0,806                           |
| Социальная интеграция               | 29,36   | 28,28   | 0,332                           |
| Удовлетворенность поддержкой        | 5,52    | 5,56    | 0,947                           |
| Общее одиночество                   | 15,20   | 12,53   | 0,253                           |
| Зависимость от общения              | 14,20   | 14,33   | 0,930                           |
| Позитивное одиночество              | 31,20   | 26,20   | 0,125                           |
| Самооценка интеллекта               | 69,36   | 68,57   | 0,829                           |
| Неудовлетворенность интеллектом     | 18,56   | 22,22   | 0,341                           |
| Самооценка внешности                | 64,71   | 61,34   | 0,630                           |
| Неудовлетворенность внешностью      | 17,33   | 20,39   | 0,873                           |
| Самооценка характера**              | 73,14   | 59,89   | 0,009                           |
| Неудовлетворенность характером      | 13,54   | 20,53   | 0,210                           |
| Самооценка здоровья                 | 61,43   | 60,80   | 0,995                           |

Примечания: Различия значимы: \* При  $p < 0,05$ . \*\* При  $p < 0,01$ .

Чем больше баллов набирали мужчины старшего возраста по методике SAGE, тем ниже они оценивали свою внешность ( $p < 0,05$ ).

Для оценки значимости регулярных семейных контактов внутри женской и мужской подгрупп было проведено сравнение величины удовлетворенности жизнью между теми респондентами, которые проживают совместно с детьми и внуками, и теми, кто живет отдельно от них. Для мужчин различий не выявлено, женщины, живущие в расширенной семье, несколько более удовлетворены жизнью ( $p = 0,07$ ).

## Обсуждение результатов

Полученные данные позволяют говорить о том, что, хотя количественно уровень удовлетворенности жизнью женщин и мужчин старшего возраста не различается, параметры, которые могут давать вклад в переживание удовлетворенности, неодинаковы.

Как и в более молодых возрастах, для пожилых женщин важно ощущение включенности в социум, в жизнь семьи. Сходные данные получены в разных культурных группах, например в Испании (Matud et al., 2020), в Китае (Yang et al., 2020) и др. Социальная поддержка — и эмоциональная, и практическая (инструментальная) — является значимым ресурсом, несмотря на то что интенсивное общение и необходимость часто оказывать помощь младшим членам семьи могут вызывать и негативные переживания. Так, количество детей в семье обратно связано с оценкой настоящего и будущего как активных периодов и с эмоциональной окраской будущего (Головей, Криулина, 2017). Перечисляя варианты предпочитаемого проведения свободного времени, большинство семейных пожилых женщин в данном исследовании называли занятия, связанные с одиночеством и спокойствием, — чтение, рукоделие, выпечка, занятие садом, разгадывание кроссвордов, прослушивание аудиокниг и радиоспектаклей. В то же время для некоторых пожилых женщин (для двоих, проживающих в расширенной семье с детьми и внуками, для одной женщины, живущей вдвоем с супругом, и для двоих одиноких) в список хобби попадают путешествия и паломнические поездки, то есть активный отдых, не связанный с семейными делами. Однако связи удовлетворенности жизнью с позитивным одиночеством в данной выборке не выявлено. По-видимому, женщины предпочитают уединение не ради появления новых идей и «понимания важных вещей», что заложено в методике, а лишь как возможность восстановить силы.

Представление о себе как о человеке с хорошим характером у удовлетворенных жизнью респондентов также отражает важность социума для женщин старшего возраста. В отличие от интеллекта и даже внешности, характер — это то, что в большей степени обращено к другим людям, оценивается окружающими и в благоприятном случае лежит в основе позитивного общения. Значение самооценки характера и удовлетворенности им для достижения психологического благополучия было прослежено нами для женщин всех возрастов (Никитина, 2022). Прямой связи самооценки внешности с удовлетворенностью жизнью в настоящем исследовании не обнаружилось, однако выявленная отрицательная связь между неудовлетворенностью внешностью и представлениями женщины о степени ее включенности в социальные взаимодействия позволяет сделать предположения о том, что и сомнения в собственной привлекательности могут оказаться фактором риска для выстраивания общения, и за неудовлетворенностью как внешностью, так и социальной интеграцией могут стоять другие, пока не выявленные причины. Подтвердились и данные о тесных положительных взаимосвязях всех шкал самооценки друг с другом, что отражает целостность представлений женщин о себе.

Для мужчин подтверждается роль самооценки в удовлетворенности жизнью, также явно выраженная в период молодости и зрелости (например, Du et al., 2017 и др.). Сходные результаты получены и О.И. Карпуниной (Карпунина, 2022). При этом представления о своей внешности у мужчин не связаны с оценкой своего

интеллекта или характера. Мужчины с высокими баллами по герокогнитивному тесту SAGE оценивали свою внешность ниже остальных, что может быть связано с большей адекватностью их самооценки. Однако, что касается семейного статуса, наши данные не совпадают с результатами Э. Берга (Berg et al., 2006) относительно ресурсности нахождения в браке для мужчин старшего возраста, что, возможно, объясняется спецификой нашей выборки — те немногие мужчины, которые обозначили свой статус как «в разводе» или «вдовец» (6 человек из 36), не чувствовали себя оторванными от семьи в широком смысле слова, они продолжали общаться с детьми и внуками. В то же время, хотя значения инструментальной поддержки и социальной интеграции у мужчин не ниже, чем у их ровесниц, вклада в удовлетворенность жизнью они не дают.

Остаются не до конца понятными обнаруженные противоречивые связи с общим переживанием одиночества. Казалось бы, логичнее было бы увидеть взаимосвязь удовлетворенности жизнью с позитивным одиночеством и самодостаточностью, однако этого не наблюдается. Возможно, речь идет о том, что при снижении удовлетворенности жизнью респондентам сложнее признавать свои негативные чувства, но это предположение требует дополнительных исследований.

Здоровье является важным фактором и для женщин, и для мужчин, но поскольку условием включения участников исследования было отсутствие обострения заболеваний на момент тестирования, то надежно оценить роль состояния здоровья не представлялось возможным.

Следует отметить, что использованный дизайн исследования не позволяет говорить о причинно-следственных связях. Вполне возможным представляется и то, что именно удовлетворенность жизнью лежит за представлениями женщин о надежной эмоциональной и инструментальной поддержке и за высокой самооценкой мужчин.

## Выводы

Показано, что удовлетворенность жизнью в пожилом и старческом возрасте не различается у женщин и мужчин, однако она связана с разными переменными в исследуемых группах. В основном эта структура связей аналогична более ранним возрастам и в целом сходна с результатами, полученными другими авторами.

Для женщин на первом месте находятся показатели, отражающие успешность социального взаимодействия, — эмоциональная и инструментальная поддержка и самооценка характера.

Из изученных параметров с возрастом увеличивается только неудовлетворенность своим интеллектом. На нашей выборке у женщин 64–89 лет самооценка внешности, характера, параметры социальной поддержки и социотропности/самодостаточности с возрастом не связаны.

По сравнению с результатами, полученными нами ранее для респондентов молодого и среднего возраста, самооценка внешности для пожилых женщин перестает быть фактором благополучия, однако обнаруженная взаимосвязь неудовлетворенности внешностью с низкой социальной интеграцией требует дальнейших исследований.

Значимым фактором удовлетворенности жизнью мужчин по полученным данным является только самооценка. Высокие оценки своего интеллекта, внешности

и характера, а также низкие расхождения между Я-реальным и Я-идеальным положительно связаны с удовлетворенностью жизнью. Семейный, профессиональный и экономический статус, возраст, характеристики социального взаимодействия: эмоциональная и инструментальная поддержка, социальная интеграция и удовлетворенность поддержкой, так же как и социотропность/самодостаточность, оказались не связаны с удовлетворенностью жизнью мужчин, вошедших в нашу выборку.

Полученные данные позволяют предложить различающиеся направления психологической работы с женщинами и мужчинами пожилого и старческого возраста. Для женщин более важным направлением могут стать тренинги принятия социальной поддержки, а для мужчин — работа с реалистичностью самооценки.

## Ограничения исследования

К числу ограничений проведенного исследования следует отнести:

1. Малый объем и локальность выборки (Москва и Московская область), социально активные респонденты, по собственной инициативе участвующие в психологическом тренинге и не отмечающие тяжелых заболеваний на момент исследования.

2. Смещение выборки из-за включения только тех респондентов, которые дали согласие на участие в проекте и полностью заполнили методики. Особенно это важно для подгруппы мужчин, так как именно в ней было максимальное количество отказов (около 30%). Случайность выборки также была нарушена направленным отбором протоколов участниц с целью формирования максимально симметричных по демографическим показателям выборок женщин и мужчин.

3. Использование самоотчетных бланковых методик и, как следствие, возможность социально желательных ответов.

4. Использование методики на одиночество дало противоречивые результаты, возможно, это связано с неприменимостью ее использования для исследования респондентов старшего возраста.

## Литература

- Александрова М. Д.* Проблемы социальной и психологической геронтологии. Л.: Изд-во ЛГУ им. А. А. Жданова, 1974.
- Анциферова Л. И.* Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности // Психологический журнал. 1996. Т. 17, № 6. С. 60–71.
- Булкина Н. А.* Особенности представлений о счастье в детском и пожилом возрасте // Вестник Кемеровского государственного университета. 2022. Т. 24, № 4. С. 440–445.
- Головей Л. А., Криулина А. В.* Темпоральные характеристики личности пожилого человека // Вестник Удмуртского университета. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2017. Т. 27, № 1. С. 82–90.
- Донская О. А.* Роль ценностных ориентаций в формировании представлений о счастье у пожилых людей // Международный журнал медицины и психологии. 2022. № 3. С. 19–22.
- Дубовик Ю. Б.* Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте // Психологические исследования. 2011. № 1 (15). URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/870> (дата обращения: 19.08.2023).

- Забелина Е. В., Данилова А. А., Волосатова О. С. Маркёры социализации и восприятие времени жизни на пенсии: результаты качественного анализа // Вестник Московского государственного областного университета. Сер. Психологические науки. 2023. № 2. С. 99–112.
- Карась И. С., Лукина А. А., Волкова А. С. Психологическое здоровье мужчин и женщин старческого возраста в период пандемии // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Сер. Филология, педагогика, психология. 2022. № 2. С. 78–85.
- Карпунина О. И. Эмпирическое исследование социальных представлений о счастье у мужчин и женщин пожилого возраста // Скиф. Вопросы студенческой науки. 2022. № 3 (67). С. 192–197.
- Краснова О. В., Козлова Т. З. Старшее поколение: гендерный аспект. М.: ИС РАН, 2007.
- Мелёхин А. И. Ментальные ресурсы в пожилом и старческом возрасте: дис. ... канд. психол. наук. М.: Институт психологии РАН, 2019.
- Нерушай А. И. Психологическое благополучие людей пожилого возраста // Вестник РГГУ. Сер. Психология. Педагогика. Образование. 2021. № 1. С. 128–141. <https://doi.org/10.28995/2073-6398-2021-1-128-141>
- Нестерова А. А., Жучкова С. М. Факторная структура удовлетворенности жизнью в пожилом и старческом возрасте: социально-психологический подход // Вестник МГОУ. Сер. Психологические науки. 2018. № 1. С. 60–72.
- Никитина Е. А. Факторы психологического благополучия женщин разного возраста // Онто- и субъектогенез психического развития человека. М.: Институт психологии РАН, 2022. С. 209–219.
- Павлова Н. С., Сергиенко Е. А. Субъективное качество благополучие, отношение к временной перспективе и возрасту у пенсионеров, ведущих разный образ жизни // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2020. Т. 10, вып. 4. С. 384–401. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2020.401>
- Психоэмоциональное благополучие: интегративный подход / под ред. Л. А. Головей. СПб.: Нестор-История, 2020.
- Стрижицкая О. Ю. Истоки Ленинградской (Санкт-Петербургской) школы психологии старения в работах Б. Г. Ананьева и М. Д. Александровой // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2022. Т. 12, вып. 1. С. 46–54.
- Стрижицкая О. Ю., Петраш М. Д. Конструирование продуктивной старости: биологические, психологические и средовые факторы // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Т. 30, № 1 (115). С. 8–28.
- Berg A. L., Hassing L. B., McClearn G. E., Johansson B. What matters for life satisfaction in the oldest-old? // *Aging & Mental Health*. 2006. Vol. 10, no. 3. P. 257–264.
- Boehlen F. H., Heider D., Schellberg D. Gender-specific association of loneliness and health care use in community-dwelling older adults // *BMC Geriatrics*. 2023. Vol. 23. P. 502. <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04201-9>
- Du H., King R. B., Chi P. Self-esteem and subjective well-being revisited: The roles of personal, relational, and collective self-esteem // *PLoS One*. 2017. Vol. 12 (8). P. e0183958.
- Helson R., Srivastava S. Three paths of adult development: Conservers, seekers, and achievers // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2001. Vol. 80 (6). P. 995–1010. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.6.995>
- Lukaschek K., Vanajan A., Johar H. “In the mood for ageing”: Determinants of subjective well-being in older men and women of the population-based KORA-Age study // *BMC Geriatrics*. 2017. Vol. 17. P. 126.
- Matud M., Bethencourt J., Ibáñez I., Fortes D. Gender and psychological well-being in older adults // *International Psychogeriatrics*. 2020. Vol. 32 (11). P. 1293–1302.
- Pinquart M., Sörensen S. Gender differences in self-concept and psychological well-being in old age: A meta-analysis // *The Journals of Gerontology. Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*. 2001. Vol. 56B, no. 4. P. 195–213.
- Redzovic S., Vereijken B., Bonsaksen T. Aging at home: factors associated with independence in activities of daily living among older adults in Norway—a HUNT study // *Frontiers in Public Health*. 2023. Vol. 11. P. 1215417. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1215417>
- Ren J., Jin Z. C., Yang Q. J. A meta-analysis of factors influencing subjective well-being among older adults // *Chinese Journal of Clinical Psychology*. 2010. Vol. 18. P. 119–121. <https://doi.org/10.16128/j.cnki.1005-3611.2010.01.020>

- Shi X., Li Yu., Sun L., Yu Yo., Zhou S. Gender differences in the subjective well-being of older adult learners in China // *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. P. 1043420. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1043420>
- Stevenson B., Wolfers J. The paradox of declining female happiness // *American Economic Journal*. 2009. Vol. 1. P. 190–225.
- Yang H., Hagedorn A., Zhu H., Chen H. Mental health and well-being in older women in China: implications from the Andersen model // *BMC Geriatrics*. 2020. Vol. 20. P. 254.
- Zebhauser A., Hofmann-Xu L., Baumert J., Hafner S., Lacruz M. E., Emeny R. T. How much does it hurt to be lonely? Mental and physical differences between older men and women in the KORA-Age study // *International Journal of Geriatric Psychiatry*. 2014. Vol. 29 (3). P. 245–252.

Статья поступила в редакцию 15 сентября 2023 г.;  
рекомендована к печати 23 ноября 2023 г.

#### Информация об авторе:

Никитина Елена Альфредовна — канд. психол. наук, научный сотрудник; [nikitinaea@ipran.ru](mailto:nikitinaea@ipran.ru)

### Life satisfaction of elderly women and men

E. A. Nikitina

Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences,  
13, ul. Yaroslavskaya, Moscow, 129366, Russian Federation

**For citation:** Nikitina E. A. Life satisfaction of elderly women and men. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 2024, vol. 14, issue 1, pp. 143–157. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.109> (In Russian)

The article presents the results of an analytical review of modern publications and an empirical study of life satisfaction among women and men of elderly and senile age. The problems of studying life satisfaction and psychological well-being among older respondents, related to the formation of gender-balanced samples and the selection of adequate instruments, are noted. The results of studies of the examined characteristics in women and men, as well as in representatives of different age groups, are demonstrated. Unique factors of psychological well-being in different samples are shown. Elderly respondents noted a greater importance of health, prosperity and peace in the family, a positive attitude towards themselves and others, as well as spirituality, compared to younger respondents who were more focused on self-development and activity. A distinctive feature of this work is the comparison of the results in two groups equalized by age, level of education, professional and family status, which included 36 women and 36 men aged from 64 to 89 years. When comparing the results of these groups, differences were found only in emotional support and self-esteem of character. Life satisfaction in old and senile age does not differ between men and women, but it is associated with different variables. For women, the indicators that reflect the success of social interaction — emotional and instrumental support and self-esteem of character are the most important. Self-esteem of appearance at this age is not a resource for life satisfaction. Life satisfaction among older men is related to their self-esteem and does not differ depending on social support or sociotropy/self-sufficiency, nor on involvement in family interactions. The question is raised about the effectiveness of using the Differential Loneliness Questionnaire in this age group.

**Keywords:** life satisfaction, psychological well-being, elderly and senile age, gender differences, loneliness, self-esteem, social support.

## References

- Alexandrova, M. D. (1974). *Problems of social and psychological gerontology*. Leningrad: Leningrad State University Press. (In Russian)
- Antsyferova, L. I. (1996). Late period of human life: types of aging and possibilities of progressive development of personality. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 17 (6), 60–71. (In Russian)
- Berg, A. I., Hassing, L. B., McClearn, G. E., Johansson, B. (2006). What matters for life satisfaction in the oldest-old? *Aging & Mental Health*, 10 (3), 257–264. (In Russian)
- Boehlen, F. H., Heider, D., Schellberg, D. (2023). Gender-specific association of loneliness and health care use in community-dwelling older adults. *BMC Geriatrics*, 23, 502. <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04201-9> (In Russian)
- Bulkina, N. A. (2022). Features of ideas about happiness in childhood and old age. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 24 (4), 440–445. (In Russian)
- Donskaya, O. A. (2022). The role of value orientations in the formation of ideas about happiness in older people. *Mezhdunarodnyi zhurnal meditsiny i psikhologii*, 3, 19–22. (In Russian)
- Du, H., King, R. B., Chi, P. (2017). Self-esteem and subjective well-being revisited: The roles of personal, relational, and collective self-esteem. *PLoS One*, 12 (8), e0183958.
- Dubovik, Yu. B. (2011). Study of psychological well-being in old and senile age. Psychological research: electronic scientific journal. *Psikhologicheskie issledovaniia: elektronnyi nauchnyi zhurnal*, 1 (15). Available at: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/870> (accessed: 19.08.2023). (In Russian)
- Golovey, L. A., Kriulina, A. V. (2017). Temporal characteristics of the personality of an elderly person. *Vestnik Udmurtskogo universiteta. Ser. Filosofii. Psikhologiya. Pedagogika*, 27 (1), 82–90. (In Russian)
- Helson, R., Srivastava, S. (2001). Three paths of adult development: Conservers, seekers, and achievers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80 (6), 995–1010. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.6.995>
- Karas, I. S., Lukina, A. A., Volkova, A. S. (2022). Psychological health of men and women of old age during the pandemic. *Vestnik Baltiiskogo federal'nogo universiteta im. I. Kanta. Ser. Filologiya, pedagogika, psikhologiya*, 2, 78–85. (In Russian)
- Karpunina, O. I. (2022). Empirical study of social ideas about happiness among older men and women. *Skif. Voprosy studentcheskoi nauki*, 3 (67), 192–197. (In Russian)
- Krasnova, O. V., Kozlova, T. Z. (2007). *Older generation: gender aspect*. Moscow, IS RAS Press. (In Russian)
- Lukaschek, K., Vanajan, A., Johar, H. (2017). “In the mood for ageing”: Determinants of subjective well-being in older men and women of the population-based KORA-Age study. *BMC Geriatrics*, 17, 126.
- Matud, M., Bethencourt, J., Ibáñez, I., Fortes, D. (2020). Gender and psychological well-being in older adults. *International Psychogeriatrics*, 32 (11), 1293–1302.
- Melyokhin, A. I. (2019). *Mental resources in old and senile age*, PhD dissertation (Psychology). Moscow, Institute of Psychology RAS Press. (In Russian)
- Nerushay, A. I. (2021). Psychological well-being of elderly people. *Vestnik RGGU. Ser. Psikhologiya. Pedagogika. Obrazovanie*, 1, 128–141. <https://doi.org/10.28995/2073-6398-2021-1-128-141> (In Russian)
- Nesterova, A. A., Zhuchkova, S. M. (2018). Factor structure of life satisfaction in old and senile age: a socio-psychological approach. *Vestnik MGOU. Ser. Psikhologicheskie nauki*, 1, 60–72. (In Russian)
- Nikitina, E. A. (2022). Factors of psychological well-being of women of different ages. In: *Onto- and subjectogenesis of human mental development* (pp. 209–219). Moscow, Institute of Psychology RAS Press. (In Russian)
- Pavlova, N. S., Sergienko, E. A. (2020). Subjective quality of life, psychological well-being, attitude to time perspective and age among pensioners leading different lifestyles. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 10 (4), 384–401. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2020.401> (In Russian)
- Pinquart, M., Sörensen, S. (2001). Gender differences in self-concept and psychological well-being in old age: A meta-analysis. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56B (4), 195–213.
- Psycho-emotional well-being: an integrative approach*. (2020). L. A. Golovey (ed.). St. Petersburg: Nestor-Istoriia Publ. (In Russian)
- Redzovic, S., Vereijken, B., Bonsaksen, T. (2023). Aging at home: Factors associated with independence in activities of daily living among older adults in Norway—a HUNT study. *Frontiers in Public Health*, 11, 1215417. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1215417>

- Ren, J., Jin, Z. C., Yang, Q. J. (2010). A meta-analysis of factors influencing subjective well-being among older adults. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 18, 119–121. <https://doi.org/10.16128/j.cnki.1005-3611.2010.01.020>
- Shi, X., Li, Yu., Sun, L., Yu, Ya., Zhou, S. (2022). Gender differences in the subjective well-being of older adult learners in China. *Frontiers in Psychology*, 13, 1043420. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1043420>
- Stevenson, B., Wolfers, J. (2009). The paradox of declining female happiness. *American Economic Journal*, 1, 190–225.
- Strizhitskaya, O. Yu. (2022). The origins of the Leningrad (St. Petersburg) school of psychology of aging in the works of B. G. Ananyev and M. D. Alexandrova. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 12 (1), 46–54. (In Russian)
- Strizhitskaya, O. Yu., Petrash, M. D. (2022). Construction of productive old age: biological, psychological and environmental factors. *Konsul'tativnaia psikhologiya i psikhoterapiia*, 30 (115), 8–28. (In Russian)
- Yang, H., Hagedorn, A., Zhu, H., Chen, H. (2020). Mental health and well-being in older women in China: implications from the Andersen model. *BMC Geriatrics*, 20, 254.
- Zabelina, E. V., Danilova, A. A., Volosatova, O. S. (2023). Markers of socialization and perception of life in retirement: results of qualitative analysis. *Vestnik of Moscow State Areal University. Ser. Psihologicheskie nauki*, 2, 99–112. <https://doi.org/10.18384/2310-7235-2023-2-99-112> (In Russian)
- Zebhauser, A., Hofmann-Xu, L., Baumert, J., Hafner, S., Lacruz, M. E., Emeny, R. T. (2014). How much does it hurt to be lonely? Mental and physical differences between older men and women in the KORA-Age study. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 29 (3), 245–252.

Received: September 15, 2023

Accepted: November 23, 2023

#### Author's information:

Elena A. Nikitina — PhD in Psychology, Research Fellow; [nikitinaea@ipran.ru](mailto:nikitinaea@ipran.ru)