

**ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ,  
ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ**

УДК 159.9.072

Doi: 10.26456/vtpsyed/2023.2.005

**ИНДЕКС ЖИЗНЕННОЙ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ  
ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ**

**С.В. Колобова<sup>1</sup>, Е.Г. Ичитовкина<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>АНО ВО «Московский гуманитарный университет», Москва

<sup>2</sup>Управление медицинского обеспечения Департамента  
по материально-техническому и медицинскому обеспечению  
МВД России, Москва

С целью изучения индекса жизненной удовлетворенности пожилых людей проведено обследование 120 респондентов (средний возраст 72 + 2 года 9 месяцев). Применялось анкетирование для определения социально-демографических показателей респондентов и психологическое тестирование с использованием следующих методик: индекс жизненной удовлетворенности (Life Satisfaction Index A, LSIA) в адаптации Н.В. Паниной 1993; восьмифакторный личностный опросник Спилбергера (STPI). Статистическая обработка результатов проводилась с использованием программы SPSS 22.0, применялся критерий Колмогорова–Смирнова и критерий Манна–Уитни. Результаты исследования могут быть использованы для определения мишеней оказания психосоциальной помощи и при разработке тренингов психологической поддержки людям старшего возраста, проживающим на прифронтовых территориях.

**Ключевые слова:** индекс жизненной удовлетворенности, лица пожилого возраста, психосоциальные характеристики, копинг-стратегии.

В связи с постоянным ростом доли пожилых людей в общем составе населения как в России, так и в мире, необходимо изучать, разрабатывать и внедрять новые подходы в организации социально-психологической помощи, способствующие улучшению качества жизни данной возрастной группы.

Проблема психической устойчивости и социальной адаптации пожилых людей является открытым вопросом геронтологии, гериатрии, социальной психологии, который требует всестороннего изучения и проведения практически ориентированных научных исследований [1, с. 128].

Психосоциальные детерминанты, влияющие на эффективную реализацию потенциала пожилых людей и обеспечение их социально-активного старения и сохранения качества жизни, изучены в недостаточной степени, что приводит к дефициту инструментария для

© Колобова С.В.,  
Ичитовкина Е.Г., 2023

эффективной социально-психологической работы с пожилыми людьми и диктует необходимость исследования проблем и ресурсов пожилых людей для определения возможностей их полноценного социального функционирования.

В этой связи актуализируется проблема изучения «жизненной удовлетворенности» как показателя социально-психологической адаптации пожилых людей к событиям сегодняшнего дня.

Под категорией «жизненная удовлетворенность» понимается общее представление человека о психологическом комфорте, которое может определяться личностными особенностями и возможностью адаптации к неожиданно возникающим жизненным обстоятельствам, в том числе чрезвычайным, таким как проживание на прифронтовых территориях.

*Цель исследования:* выявление индекса жизненной удовлетворенности пожилых людей, находящихся в сложных жизненных ситуациях.

*Материалы и методы исследования*

Обследовано 120 пожилых людей, возрастной критерий устанавливался согласно требованиям Всемирной организации здравоохранения: интервал от 60 до 74 лет, который считается пожилым возрастом человека (средний возраст составил 72 + 2 года 9 месяцев). Все респонденты были поделены на две группы: 1-я группа – 49 человек, лица пожилого возраста, проживающие в городе Донецке Донецкой народной республики, 1 мужчина и 48 женщин (средний возраст составил 72 + 1 год 7 месяцев) и 2-я группа – 71 человек, лица пожилого возраста (средний возраст составил 71 + 1 год 9 месяцев), проживающие в Москве, из них 49 женщин и 22 мужчины.

Проведено анкетирование с применением разработанной нами анкеты для определения социально-демографических показателей респондентов и психологическое тестирование с использованием следующих методик: индекс жизненной удовлетворенности (Life Satisfaction Index A, LSIA) в адаптации Н.В. Паниной 1993 года [5, с. 1] для выявления уровня удовлетворенности жизнью людей пожилого возраста; восьмифакторный личностный опросник Спилбергера (STPI) [6, с. 1] применялся для констатации оценки базовых эмоциональных состояний личности.

Статистическая обработка результатов проводилась с использованием программы SPSS 22.0. Для проверки нормальности распределения применялся критерий Колмогорова–Смирнова. Так как распределение было отличным от нормального для сравнения двух групп обследованных респондентов, нами использовался критерий Манна–Уитни.

*Результаты исследования*

Результаты анкетирования пожилых людей, проживающих в Донецке (1-я группа), показали, что все обследованные респонденты страдают хроническими соматическими заболеваниями (49 чел. / 100 %),

проживают в одиночестве (49 чел. / 100 %), у 34 чел. (69,4 %) нет близких родственников, 41 чел. (83,7 %) испытывает финансовые трудности, и только 8 чел. (16,3 %) считают свое материальное положение удовлетворительным, 12 чел. (24,5 %) обращаются за помощью к своим детям, 6 чел. (12,2 %) принимают помощь от соседей и родственников и только 1 чел. (2,0 %) из всех обследованных респондентов отметил, что возникшие трудности решает самостоятельно. Считают себя изолированными от общества 12 чел. (24,5 %), ощущают усталость от жизни 48 чел. (98,0 %). В работе ветеранских организаций и других общественных объединений не принимает участие ни один из пожилых людей 1-й группы, табл. 1.

Анализ социально-демографических показателей 2-й группы респондентов показал, что из 71 чел. 22 – мужчины (31,0 %), 49 женщин (69,0 %). Имеют детей 69 чел. (97,2 %), страдают хроническими соматическими заболеваниями все 71 чел. (100 %), проживают одни / с мужем / женой 38 чел. (53,5 %), проживают с родственниками 33 чел. (46,5 %), не имеют близких родственников 6 чел. (8,5 %), работают по совместительству неполный рабочий день (или на дому) 3 чел. (4,2 %), оценивают свое материальное положение как удовлетворительное только 6 чел. (8,5 %), оценивают свое материальное положение как неудовлетворительное большинство пожилых людей в данной группе респондентов – 65 чел. (91,5 %). Принимают участие в работе ветеранских организаций и других общественных объединений только 5 чел. (7,0 %), считают свою жизненную ситуацию сложной 22 чел. (31,0 %), обращаются за помощью к детям 51 чел. (71,8 %), обращаются за помощью к соседям и родственникам 9 чел. (12,7 %), справляются с трудностями самостоятельно 6 чел. (8,5 %), считают себя изолированными от общества 9 чел. (12,7 %), ощущают усталость от жизни 39 чел. (54,9 %), табл. 1.

Сравнительный анализ социально-демографических показателей пожилых людей 1-й и 2-й группы показал, что пожилые люди, проживающие в Москве, в отличие от пожилых людей, проживающих в Донецке, значительно чаще имели детей (0,001), обращались за помощью к детям (0,001), справлялись с трудностями самостоятельно (0,001).

Пожилые люди, проживающие в Москве, в отличие от пожилых людей, проживающих в Донецке, значительно реже оценивали свое материальное положение как удовлетворительное (0,001), реже считали свою жизненную ситуацию сложной (0,001), реже считали себя изолированными от общества (0,001) и ощущали усталость от жизни (0,001), у них реже отсутствовали связи с близкими родственниками (0,001), проживали одни / с мужем / женой (0,001), реже считали себя изолированными от общества (0,001) и ощущали усталость от жизни (0,001). Кроме того, они принимали участие в работе ветеранских организаций и других общественных объединениях (0,001).

Таблица 1

Социально-демографические характеристики выборки  
1-й и 2-й групп респондентов

Социально-демографические характеристики выборки респондентов	1-я группа		2-я группа		U Манна-Уитни	p
	n = 49	%	n = 71	%		
Мужской пол	1	2,0	22	31,0	211,8	0,001
Женский пол	48	98,0	49	69,0	231,8	0,001
Наличие детей	42	85,7	69	97,2	312,5	0,001
Хронические соматические заболевания	49	100	71	100	399,3	0,129
Проживают одни/ с мужем/ женой	49	100	38	53,5	276,3	0,001
Проживают с родственниками	0	0	33	46,5	0	0
Отсутствие близких родственников	34	69,4	6	8,5	237,9	0,001
Работают	0	0	3	4,2	0	0
Оценивают свое материальное положение как удовлетворительное	8	16,3	6	8,5	288,1	0,001
Оценивают свое материальное положение как неудовлетворительное	41	83,7	65	91,5	341,1	0,111
Считают свою жизненную ситуацию сложной	49	100	22	31,0	299,4	0,001
Обращаются за помощью к детям	12	24,5	51	71,8	267,4	0,001
Обращаются за помощью к соседям и родственникам	6	12,2	9	12,7	431,9	0,213
Справляются с трудностями самостоятельно	1	2,0	6	8,5	297,1	0,001

*Примечание:* критический уровень статистической значимости при  $p < 0,001$ , по критерию Манна–Уитни.

Таким образом, сравнительный анализ социальных показателей у пожилых людей выявил наличие выраженных психосоциальных проблем у лиц, проживающих в Донецке, что связано с трудной жизненной ситуацией, обусловленной военными действиями.

Сравнение показателей жизненной удовлетворенности между пожилыми людьми 1-й и 2-й групп отражает наличие статистически значимых различий по всем шкалам теста (табл. 2).

Таким образом, пожилые люди, проживающие на территории, где идут военные действия, не теряют интерес к обычной повседневной жизни, они пассивно примирились с трудностями и покорно воспринимают все, что приносит им жизнь. При этом они убеждены, что

достигли своих личностно-значимых целей и сейчас не испытывают оптимистичного настроения и удовольствия от жизни. С учетом того, что ИЖУ является интегративным показателем, который в качестве базовой составляющей включает эмоциональное состояние, мы можем говорить о том, что у пожилых людей, проживающих на прифронтовой территории, имеются психоэмоциональные нарушения, требующие квалифицированной помощи.

Таблица 2

Индекс жизненной удовлетворенности  
в 1-й и 2-й группах респондентов, баллы

	1-я группа	2-я группа	U Манна–Уитни	p
Интерес к жизни	2,1	3,2	123,4	0,001
Последовательность в достижении целей	3,9	4,9	234,5	0,051
Согласованность между поставленными и реально достигнутыми целями	2,1	4,8	241,1	0,001
Положительная оценка себя и собственных поступков	3,5	5,6	298,4	0,001
Общий фон настроения	2,7	3,9	352,1	0,051
Индекс жизненной удовлетворенности	14,3	22,4	298,1	0,001

*Примечание:* критический уровень статистической значимости при  $p < 0,001$  по критерию Манна–Уитни.

При сравнении базовых эмоциональных реакций между группами пожилых людей были выявлены значимые различия. Пожилые люди, проживающие в Москве, по сравнению с пожилыми людьми, проживающими в Донецке, реже испытывали тревогу и депрессию, выраженность большинства показателей значительно меньше по сравнению с респондентами 2-й группы (табл. 3).

Таблица 3

Базовые эмоциональные состояния личности в 1-й и 2-й группах респондентов

	1-я группа	2-я группа	U Манна–Уитни	p
Интерес	25,3 ± 6,1	22,1 ± 5,7	311,1	0,001
Агрессия	13,2 ± 5,7	12,1 ± 3,9	398,5	0,122
Тревога	29,6 ± 5,2	14,9 ± 5,2	322,4	0,001
Депрессия	22,4 ± 4,3	14,2 ± 4,8	324,5	0,001
Любознательность	21,8 ± 5,1	21,1 ± 5,1	465,2	0,213
Агрессивность	13,9 ± 3,7	13,2 ± 4,7	411,4	0,321
Тревожность	27,4 ± 5,7	23,1 ± 5,1	321,1	0,001
Депрессивность	24,5 ± 6,3	17,8 ± 3,7	311,2	0,001

*Примечание:* критический уровень статистической значимости при  $p < 0,001$ , по критерию Манна–Уитни.

Далее мы рассчитали оценку общего индекса конструктивности стратегий преодолевающего поведения (КСПП) в группах обследованных респондентов. Расчет проводился в соответствии с тестовыми нормами: ИК < 0,85 – низкая конструктивность, ИК = 0,86–1,1 – средняя конструктивность, ИК > 1,1 – высокая конструктивность.

Было выявлено, что пожилые люди, которые проживают в Москве, имели низкий уровень КСПП, в отличие от лиц среднего возраста и пожилых людей, проживающих на прифронтовой территории, у которых КСПП соответствовал средней тестовой норме (табл. 4).

Таблица 4

Оценка общего индекса конструктивности стратегий преодолевающего поведения (КСПП) в трех группах обследованных респондентов

Шкалы	Значение ИК	Степень ИК
1-я группа	0,87	Низкая конструктивность
2-я группа	0,79	Средняя конструктивность

*Примечание:* тестовые нормы: ИК < 0,85 – низкая конструктивность, ИК = 0,86–1,1 – средняя конструктивность, К < 1,1 – высокая конструктивность.

Конструктивная стратегия – «здоровое» преодоление (копинг) – является и активным, и просоциальным (табл. 5). Активное преодоление в совокупности с положительным использованием социальных ресурсов (контактов) повышает стрессоустойчивость человека (Хобфолл и Лерман) [2, с. 221].

Таблица 5

Результаты методики «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса в 1-й и 2-й группах респондентов, M+m

Шкалы	1-я группа n = 49		2-я группа n = 71		U Манна-Уитни	p*
	M	m	M	m		
Конфронтация	58,8	5,9	57,1	7,9	433,1	0,143
Дистанцирование	64,1	5,2	62,2	7,6	399,7	0,125
Самоконтроль	59,1	5,3	58,5	8,9	387,8	0,148
Поиск социальной поддержки	58,1	3,8	54,7	4,6	311,1	0,001
Принятие ответственности	59,1	3,7	58,5	4,4	356,9	0,141
Бегство-избегание	57,1	3,4	58,5	5,3	399,2	0,191
Планирование решения проблемы	60,1	3,3	84,7	9,9	311,9	<0,001
Положительная переоценка	43,1	3,8	61,1	8,9	312,8	<0,001

*Примечание:* критический уровень статистической значимости при \*p < 0, 001, по критерию Манна–Уитни.

Преобладающей стратегией совладающего поведения у пожилых людей двух групп было дистанцирование и планирование решения

проблемы. При сравнении показателей в двух группах обследованных респондентов были выявлены значимые различия по показателям: самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности статистически достоверно сильнее выражены в 1-й группе. Кроме того, пожилые люди, проживающие в г. Донецке, достоверно чаще применяли копинг-стратегию дистанцирования от психотравмирующих обстоятельств, они чаще искали возможностей социальной поддержки и использовали способы решения проблем самостоятельно.

Таким образом, у пожилых людей преобладающими копинг-стратегиями в жизненных ситуациях являлись: планирование решения проблемы и дистанцирование. Это позволяет судить о том, что когнитивные процессы пожилых людей не направлены на фиксацию на проблемах и трудных жизненных ситуациях, они принимают усилия для изменения существующей проблемы с использованием аналитического когнитивного подхода в решении затруднительных событий. Кроме того, в затруднительных жизненных ситуациях они склонны к поиску адресной социальной поддержки в случаях, когда понимают, что сами с проблемой справиться не могут.

#### *Заключение*

Тенденции старения населения в мире, и в России в частности, актуализируют вопрос максимального вовлечения пожилых людей в социальную жизнь общества, что позволяет не только улучшить качество их жизни, но и приносит пользу обществу и государству.

Сложные социально-психологические условия жизни лиц старшего возраста, проживающих на прифронтовых территориях, проблемы со здоровьем, наличие ограничений в повседневной жизни не приводят к снижению стабильности ценностных ориентаций, интереса к жизни и экзистенциальной отважности, а зачастую повышают жизнестойкость и стремление к активной социальной деятельности [3, с. 4]. Нереализованные резервные возможности людей пожилого возраста являются предметом для глубокой научной проработки и совершенствования практических психокоррекционных методик, направленных на сохранение их психологического здоровья и эффективное развитие личностного потенциала [4, с. 153].

С данной группой населения необходимо проводить психосоциальную работу с применением методов, направленных на улучшение эмоционального состояния, сохранение психического здоровья, эффективное использование личностного потенциала и формирования мотивации на будущую активную жизнь.

#### **Список литературы**

1. Алехина А.В., Силютин М.В., Чернов А.В., Тестова С.Г., Таранина О.Н. Актуальные вопросы развития геронтологии и гериатрии в России и мире.

- // Современная наука: актуальные вопросы теории и практики. Серия: Естественные и технические науки. 2020. № 5. С. 126–130.
2. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336 с.
  3. Денисова Е.А., Фатхуллина Е.В. Особенности социально-психологической адаптации пожилых людей // Концепт. 2015. Спецвыпуск № 28. С. 1–5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-sotsialno-psihologicheskoy-adaptatsii-pozhilyh-lyudey>
  4. Леонтьев Д.А., Калашников М.О., Калашникова О.Э. Факторная структура теста смысложизненных ориентаций // Психологический журнал. 1993. Т. 14. №1. С. 150–155.
  5. Методика расчета индекса жизненной удовлетворенности. [Электронный ресурс]. URL: <https://cpd-program.ru/methods/ign.htm> (дата обращения: 02.03.2023).
  6. Методика: 8-факторный личностный опросник Спилбергера. [Электронный ресурс]. URL: <https://cpd-program.ru/methods/tsd.htm> (дата обращения: 02.03.2023).

*Об авторах:*

КОЛОБОВА Светлана Викторовна – аспирант АНО ВО «Московский гуманитарный университет» (111395, Россия, Москва, ул. Юности, 5); e-mail: [prgaga@mail.ru](mailto:prgaga@mail.ru) ORCID: 0000-0002-8518-8799

ИЧИТОВКИНА Елена Геннадьевна – доктор медицинских наук, доцент, главный психиатр Управления медицинского обеспечения Департамента по материально-техническому и медицинскому обеспечению МВД России (101000, г. Москва, Петроверигский пер., д. 6-8-10, стр. 1); e-mail: [elena.ichitovckina@yandex.ru](mailto:elena.ichitovckina@yandex.ru) ORCID: 0000-0001-8876-6690

## **THE INDEX OF LIFE SATISFACTION OF THE ELDERLY**

**S.V. Kolobova<sup>1</sup>, E.G. Ichitovkina<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Moscow University of the Humanities, Moscow

<sup>2</sup>Department of Medical Support of the Department of Material, Technical and Medical Support of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Moscow

In order to study the index of life satisfaction of the elderly, a survey of 120 respondents (average age 72 + 2 years 9 months) was conducted. Questionnaires were used to determine the socio-demographic indicators of respondents and psychological testing using the following methods: Life Satisfaction Index A, LSIA, adapted by N.V. Panina 1993; Spielberger's eight-factor personality questionnaire (STPI). Statistical processing of the results was carried out using the SPSS 22.0 program, the Kolmogorov-Smirnov criterion and the Mann-Whitney criterion were applied. The results of the study can be used to determine the targets of psychosocial assistance and in the development of psychological support trainings for older people living in frontline territories. **Keywords:** *life satisfaction index, elderly people, psychosocial characteristics, coping strategies.*

Принято в редакцию: 12.04.2023 г.

- 12 - Подписано в печать: 12.05.2023 г.